

# Vereinigung der Norddeutschen Direktvermarkter e. V.

---

## Kontaktadresse:

Vereinigung der Norddeutschen Direktvermarkter e. V. (VND)  
im Hause der Landwirtschaftskammer Niedersachsen  
Bezirksstelle Northeim, Außenstelle Hildesheim  
Am Flugplatz 4, 31137 Hildesheim



Vernetzt - Nützt - Dynamisch

An alle  
Mitglieder der VND und interessierte Direktvermarkter/innen

Hildesheim, 17.03.2023

## Einladung zum Seminar „*Ich rech misch net uff*“ – Was macht die Psyche in Stresssituationen?

Sehr geehrte Mitglieder und interessierte Direktvermarkter/innen,

zu dem o. g. Webseminar laden wir Sie und interessierte DirektvermarkterInnen herzlich ein.

Emotionen sind psychologische Systeme für Standardsituationen und wirken stark auf unser Erleben und Verhalten. Wie kommt es dazu, dass wir in manchen Situationen z.B. im Kundenkontakt gestresst sind oder gar überreagieren? Mit etwas Abstand zur Situation taucht häufig die Frage auf, wie konnte das passieren. Diese Standardprogramme wurden evolutionär für früher wichtige Situationen entwickelt (Wut-Kampf, Angst –Flucht), die zu vielen heutigen Herausforderungen nicht mehr so recht passen. Das Seminar / der Vortrag möchte einen praktischen Einblick in die Abläufe geben, die dabei in unserem zentralen Nervensystem ablaufen. Um die Abläufe zu durchbrechen, werden mögliche Strategien aufgezeigt, die sich problemlos im Alltag ausprobieren lassen. Das ist besonders wichtig, da unter starkem Stress die kognitive Leistungsfähigkeit umso schlechter ist, je stärker der Stress ist. Deshalb braucht man Hilfsmittel, um sich nicht von zu starken Emotionen beirren zu lassen.

**Termin:** Montag, 24.04.2023, 14.00 – 16.30 Uhr

**Ort:** Wegeners Hof; Leinechaussee 44; 31515 Wunstorf

**Referentin:** Prof. Dr. Marc Ziegenbein

**Kosten:** 50,00 € für Mitglieder der VND bzw. 75,00 € für Nichtmitglieder der VND

**Anmeldung:** Um Ihre verbindliche Anmeldung bitten wir bis **spätestens zum 20.04.2023** per Mail an [julia.kloepper@lwk-niedersachsen.de](mailto:julia.kloepper@lwk-niedersachsen.de) oder per Fax unter der Nummer 05121/7489-30.

Wir freuen uns auf Ihre emotionale Teilnahme

Ihr  
Vorstand der VND

**Absender:**



\_\_\_\_\_  
Name, Vorname

\_\_\_\_\_  
Wohnort

Vernetzt - Nützt - Dynamisch

## Anmeldung zur Veranstaltung am 24.04.2023

Ich nehme / Wir nehmen mit \_\_\_\_\_ Personen an der o. g. Veranstaltung teil:

\_\_\_\_\_  
Name Vorname

\_\_\_\_\_  
Straße

\_\_\_\_\_  
PLZ, Wohnort

\_\_\_\_\_  
Telefon Telefax

\_\_\_\_\_  
E-Mail

Weitere Personen:

\_\_\_\_\_  
Name Vorname

\_\_\_\_\_  
Name Vorname

\_\_\_\_\_  
Name Vorname

\_\_\_\_\_  
Name Vorname

\_\_\_\_\_  
Datum Unterschrift