



Frisch im Kopf

Wie wir uns aus der digitalen Reizüberflutung befreien - Mit vielen konkreten Tipps für fokussiertes Arbeiten und effektives Lernen

Ladenpreis: 24,70EUR

ISBN: 978-3-421-04887-5

Verlag: DVA

Erscheinungsdatum: 17.05.2023

Autoren: Korte Martin

WEITERE INFORMATIONEN UND BESTELLUNG

<https://shop.lexisnexis.at/frisch-im-kopf-9783421048875.html>

Details

Wie die Digitalisierung unser Gehirn und Denken verändert - Strategien für das Überleben im digitalen Dauerstress

Tagsüber Online-Meetings, Bildschirmarbeit und am Abend Chatten, Shopping im Internet, Serien streamen. Wie wirkt sich die digitale Reizüberflutung, der wir uns tagtäglich aussetzen, auf unser Gehirn, unser Denken, unser Verhalten aus? In seinem neuen Buch resümiert der Neurobiologe und Erfolgsautor Prof. Dr. Martin Korte die neuesten Forschungsergebnisse und räumt dabei mit einigen Mythen auf. Er zeigt unter anderem,

- wann digitale Mediennutzung dem Gehirnschadet und wann sie es fördert,
- warum Multitasking ein Märchen ist,
- wie Kinder und Jugendliche digitale Kompetenz erwerben und
- wie ältere Menschen mit Hilfe des Internets ihr Gedächtnis auf Trab halten.

Darüber hinaus gibt er ganz konkrete Empfehlungen, wie unser Umgang mit den digitalen Technologien im Alltag

Alle Preise inkl. MwSt. zzgl. Versand. Bei Bestellung im LexisNexis Onlineshop kostenloser Versand innerhalb Österreichs.

aussehen muss, damit wir wieder konzentrierter, produktiver und kreativer arbeiten – und dabei frisch im Kopf bleiben.

Ausstattung: mit Abbildungen

Wir haben andere Produkte gefunden, die Ihnen gefallen könnten!



Gewerbegebiete /
Gewerbegebietentwicklungen
Ladenpreis: 122,40EUR



Verantwortungsvoll ejakulieren
Ladenpreis: 19,60EUR



Be Yourself – Transform Your Life
Ladenpreis: 24,70EUR



Das Buch der Macht
Ladenpreis: 26,80EUR



Das internationale Netz der radikalen
Rechten
Ladenpreis: 22,70EUR



Der Einstellungstest / Eignungstest zur
Ausbildung: Medizinischer
Fachangestellter, Zahnmedizinischer
Fachangestellter, Zahntechniker,
Augenoptiker, Pharmazeutisch-
kaufmännischer Angestellter
Ladenpreis: 41,10EUR



Transfer-Insider
Ladenpreis: 22,70EUR



Eis gegen heiß
Ladenpreis: 15,50EUR



Das Spiel
Ladenpreis: 10,30EUR



Unser Planet am Limit
Ladenpreis: 28,80EUR