



**Dr. Sabine Schonert-Hirz**

**Lebenslanges Lernen!  
Neues aus der Gehirnforschung für die  
wichtigste Tugend des Wissenszeitalters**

**„Das Kapital für die Zukunft liegt in unseren Gehirnen. Wenn wir nicht lernen, es lebenslang zu nutzen, werden wir am Ende für die anderen die T-Shirts nähen.“**

Lebenslanges Lernen ist keine Verurteilung, sondern eine natürliche Fähigkeit des menschlichen Gehirns. Sie ist die Grundlage für eine produktive Existenz in der Wissensgesellschaft. Wer das Lernen scheut, ist lediglich lernentwöhnt und kann mit geeigneten Maßnahmen wieder an das gezielte Lernen herangeführt werden. Hierbei gibt es Unterschiede zwischen älteren und jüngeren Gehirnen, die man berücksichtigen sollte.

Lernprozesse laufen in vier Phasen unterschiedlicher neurobiologischer Aktivität ab. Jede Phase ist störfähig, aber auch förderbar. In diesem Vortrag erfahren Sie auf anschauliche Art und Weise, wie Lernen erleichtert werden kann und welche Bedingungen für das lebenslange Lernen, besonders der Mitarbeiter 45 +, im betrieblichen Rahmen sinnvoll sind.

---

**Dr. Sabine Schonert-Hirz**

Medizinstudium in Köln, ärztliche Tätigkeit, Weiterbildung in Sportmedizin, Entspannungstechniken, Systemisch-lösungsorientiertes Coaching. Medizinjournalistin, TV-Moderatorin verschiedener Gesundheitssendungen, PRISMA-Kolumnistin, Film- und Buchautorin. Seit mehr als 20 Jahren Referentin und Unternehmensberaterin ("Dr. Stress"). Verheiratet, zwei Töchter.

---

Dr. Sabine Schonert-Hirz  
Medizin und Training, Mühlenbach 96, 50321 Brühl  
Tel.: 02232/922964, Email: [sabine.schonert-hirz@doktorstress.de](mailto:sabine.schonert-hirz@doktorstress.de)