

# HAPPY FLOW

## TODAY

### Flow

- Eine konzentrierte und ruhige Arbeitsatmosphäre macht Mitarbeiter nicht nur zufriedener, sondern auch produktiver
- Vor allem dann, wenn man in den sogenannten Zustand des „Flows“ kommt, den Zustand den viele Unternehmen anscheinend verloren haben
- Im Flow ist man nicht abgelenkt, sondern voll konzentriert
- Gunter Dueck hat verschiedene Zustände des Flows und ihre Regelbrecher in einem wunderbaren Beitrag zusammengefasst [2]  
*„Ich denke, dass ein Manager doch irgendwie unfähig ist, wenn er Leute aus dem Flow oder Takt bringt“*
- In den neurowissenschaften spricht man auch gerne vom dynamischen Gehirn
- Ein Kernfaktor für das dynamische Gehirn ist das Themenfeld der Achtsamkeit
- Bisher war das Thema doch meist mit Spiritualität verbunden, aber nicht nur Firmen wie BMW, Google oder Banken lassen sich in Punkto Achtsamkeit schulen

### Deepmind AI

- Google schickt Künstliche Intelligenz AlphaGo in den Ruhestand und widmet sich neuen Projekten
- Dies gab man auf dem Future of Go Summit in China bekannt
- Auf dem Event trat die Software noch einmal gegen die Weltbesten Go Spieler an und gewann
- Da AlphaGo nun praktisch alles erreicht hat, haben die Entwickler beschlossen das Projekt aufzugeben
- Es sei alles erreicht

### Bill Gates Inspirations-Empfehlung

- Diese 5 Bücher empfiehlt Bill Gates
- Farbenblind – Trevor Noah
- Die Lebenden reparieren – Maylis de Kerangal
- Hillbilly-Elegie – J.D. Vance
- Homo Deus – Yuval Noah Harari
- A Full Life – Jimmy Carter
- Auf gatesnotes.com teilt er mit seinen Lesern regelmäßig seine Gedanken und Ideen

COMBINED

**1** Neuronale Netzwerke können sich infolge intensiver Lern- und Umwelterfahrungen in großem Umfang reorganisieren – dies nennt man Neuroplastizität.

**2** Die Grundlage der Neuroplastizität sind Anpassungsmechanismen, die sich von der molekularen über die zelluläre bis hin zur neuroanatomischen Ebene erstrecken.

**3** Auffällige anatomische Veränderungen im Gehirn finden sich häufig bei Profis wie Musikern oder Leistungssportlern, weil diese über lange Zeit intensiv trainieren.

## VIEW



### 1. Business in the age of Ethereum

<https://techcrunch.com/2017/06/04/business-in-the-age-of-ethereum/>

### 2. Der Flow und seine Feinde

<https://merton-magazin.de/der-flow-und-seine-feinde>

### 3. Goldgrube Fidget Spinner

<https://omr.com/de/fidget-spinner-amazon/>

### 4. Social Media Verweildauer

<http://www.futurebiz.de/artikel/social-media-verweildauer-gaming-schlaegt-facebook/>