

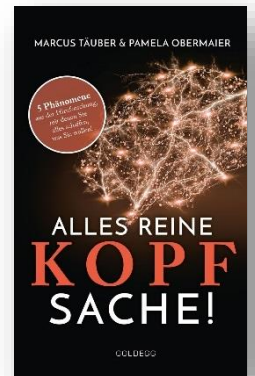
**Marcus Täuber | Pamela Obermaier**

**Alles reine Kopfsache!**

**5 Phänomene aus der Hirnforschung, mit denen Sie alles schaffen, was Sie wollen!**

**„Unser Gehirn ist formbar wie Knetmasse – das können wir nutzen“**

Den Haushalt nicht vernachlässigen, sich gesund ernähren, abnehmen, konsequent Sport treiben, mit dem Rauchen aufhören, selbstbewusster agieren oder den nächsten Karriereschritt machen: Wenn wir mit unseren Vorhaben nicht vom Fleck kommen, müssen wir unser Gehirn austricksen, wissen der Hirnforscher Marcus Täuber und die Kommunikationsexpertin Pamela Obermaier. Nach ihrem Bestseller „Gewinner grübeln nicht. Richtiges Denken als Schlüssel zum Erfolg“ verraten sie in ihrem zweiten gemeinsamen Buch „Alles reine Kopfsache!“ fünf Phänomene aus der Hirnforschung, mit denen wir alles schaffen, was wir wollen.



#### **Das Gehirn austricksen**

Unsere Gewohnheiten und Charaktereigenschaften sind nicht in Stein gemeißelt, sondern Ergebnis unserer Erfahrungen, die im Gehirn in Form neuronaler Bahnungen abgespeichert werden; wenn wir uns lang genug immer wieder gleich verhalten, werden wir, wie wir sind. „Wie also kann Veränderung wirklich gelingen? Genau: Indem wir neue Wege in unserem Gehirn anlegen“, erklärt Marcus Täuber, Neurobiologe, Trainer für mentale Stärke und Leiter des Instituts für mentale Erfolgsstrategien. „Unser Gehirn ist flexibel und formbar wie Knetmasse. Neuroplastizität lässt uns das Gehirn umprogrammieren.“ Den Vorsatz, für den kommenden Badeurlaub noch ein paar Kilo zu verlieren, können wir effektiv und nachhaltig umsetzen, wenn wir im Kopf beginnen.

#### **Mentale Tricks für nachhaltigen Erfolg**

Die meisten Probleme gehen wir falsch an: Indem wir versuchen sie zu lösen, verstärken wir sie unbeabsichtigt. Doch mit dem richtigen Wissen und ein paar einfachen mentalen Tricks können wir unser Gehirn darauf ausrichten, unsere Physiologie, unser Verhalten und unsere Wahrnehmung grundlegend neu zu gestalten. „Dadurch können zwar nicht alle Probleme gelöst werden, wir können jedoch über uns selbst und unsere Probleme hinauswachsen“, erzählt Pamela Obermaier, Kommunikationsallrounderin, Erfolgstrainerin für persönliche Wirkung und mehrfache Bestsellerautorin. Wir kratzen nicht nur an Symptomen, sondern greifen tief in unsere Muster und unsere Persönlichkeit ein; das führt uns zu echtem Erfolg, persönlichem Wachstum und einem umfassenden Wohlgefühl. Pamela Obermaier hat in einem Selbsttest die Methode unter Anleitung von Marcus Täuber geprüft. „Damit ist es mir gelungen, mir das unkontrollierte Naschen abzugewöhnen – heute bin ich eine bewusste Genießerin.“

**Dr. Marcus Täuber** ist Neurobiologe, Experte für mentale Stärke und Leiter des Instituts für mentale Erfolgsstrategien. Als gefragter Persönlichkeitstrainer setzt er neue Maßstäbe für Privatpersonen wie Unternehmen. Durch seine Mentaltipps auf Radio Wien ist er einem größeren Publikum bekannt. [www.ifmes.at](http://www.ifmes.at)

**Mag. Pamela Obermaier** ist Kommunikationsallrounderin mit eigenem Unternehmen. Mit ihrem psychologischen, philosophischen sowie neurolinguistischen Background führt die

Marketingspezialistin ihre Klienten als Profitexterin, Trainerin für persönliche Wirkung und Keynote-Speakerin mit ihrer Methode „Kommunikation mit Seele“ zum Erfolg. [www.textsicher.at](http://www.textsicher.at)

**Marcus Täuber | Pamela Obermaier**

**Alles reine Kopfsache!**

**5 Phänomene aus der Hirnforschung, mit denen Sie alles schaffen, was Sie wollen!**

Hardcover, 174 S.

22,00 Euro

ISBN Print 978-3-99060-066-5

ISBN E-Book 978-3-99060-067-2

**Erscheint im März 2018 im Goldegg Verlag**

#### **Buchpräsentationen**

04.04., 19 Uhr

Buchhandlung Thalia

Mariahilfer Straße 99

1060 Wien

26.06., 19 Uhr

Buchhandlung Thalia

Landstraßer Hauptstraße 2a

1030 Wien

**Das Autorenteam steht für Interviews, Gastbeiträge und Medientermine zur Verfügung.**

**Pressematerial** <http://www.goldegg-verlag.com/book/alles-reine-kopfsache/?tab=presse>

#### **Presserückfragen, Rezensionsexemplare**

Mag. Maria Schlager-Krüger

Goldegg Verlag GmbH

Mommsengasse 4

A-1040 Wien

Friedrichstraße 191

D-10117 Berlin

F +43 1 505 43 76-46

M +43 699 14404446

[maria.schlager@goldegg-verlag.com](mailto:maria.schlager@goldegg-verlag.com)

[www.goldegg.verlag.com](http://www.goldegg.verlag.com)