

K

KEREN
ALOUF

INSPIRING
PEOPLE

הביולוגיה של האושר

ד"ר ליאת יקיר

מה המדע יכול
ללמד אותנו על
איך להיות
מאושרים

**אנשים שונים מגדירים אושר בצורה שונה,
אבל כולנו רוצים ממנו וכמה שיותר.**

בעזרת מחקרים מחזית המדע ובדרך מלאת הומור, משתפת ד"ר ליאת יקיר - מדענית ומחברת רב המכר "קיצור תולדות האהבה" מה ההגדרה הביולוגית לאושר. בהרצאה נבין מדוע המוח שלנו לא מתוכנת לאושר אלא להתמקדות בשלילי ובסבל ונקבל כלים מעשיים כיצד להיות מאושרים יותר ואיך להגביר את החוסן הנפשי בעידן של סטרס ושינוי.

בוטיק המרצים של קרן אלוף 09.9559577