



## Mag<sup>a</sup>. Monika Herbstrith-Lappe Master of Cognitive Neuroscience (aon)

Geschäftsführende Unternehmerin von  
Impuls & Wirkung – Herbstrith Management Consulting GmbH  
Keynote Speakerin & Top-Trainerin, Autorin & Bloggerin

„Trainer of the Year“ 2006 sowie 2010 bis 2023, „Best of the Best“ 2009,  
„Excellence Award für herausragende Leistungen bei Konferenzen & Trainings“ 2008  
Gewinnerin des Speaker Slams 2020, Speaker of the Year 2024

[www.VortragMotivationHumor.com](http://www.VortragMotivationHumor.com) & Blog



### Wellen des Wandels mutig meistern. Willkommen im Meer der Möglichkeiten!

Die Physikerin & Neurowissenschaftlerin, Motivationspsychologin & Autorin Monika Herbstrith-Lappe ist DIE Expertin für Freude am Schaffen und kluge Life-in-Balance.

Ursprünglich hat sie Mathematik & Physik an den Verbindungsstellen zur Philosophie und Psychologie studiert. Als Denk-Leistungssportlerin schloss sie ihr Doppelstudium im Alter von nur 22 Jahren mit 1,0, später Neurowissenschaft mit 1,1 ab.

In jungen Jahren Workaholic ist jetzt gesunde Schaffenskraft ihr Lebensthema. Zu ihren Kund:innen zählen mittelständische Unternehmen & internationale Konzerne, Behörden, Bildungs- & Gesundheitseinrichtungen.

In ihren mitreißenden und lebendigen Vorträgen spricht sie über die mentale Förderung von Leistungsstärke & Lebensglück, Gesundheit & Resilienz sowie Social Skills für Expert:innen, die menschliche Seite der KI, das Gelingen von Veränderungen, die Chancen der Vielfalt und warum Motivation & Humor auch beruflich so wichtig sind.

Als begeisterte Extrem-Taucherin bietet sie mittels maritimer Geschichten konkrete Tipps & Tools für Leichtigkeit im „trockenen“ Alltag. In ihren begeisternden und bestärkenden Vorträgen zeigt sie ihren Zuhörer:innen, dass es immer mehr Möglichkeiten sogar ein ganzes „Meer der Möglichkeiten“ gibt. Mehr Möglichkeiten bedeuten mehr Erfolgs-Chancen. Und damit mehr Zuversicht. Ihr Buch „[Tauchen im Ozean des Lebens: Tauch erfahrungsschätze für den privaten und beruflichen Alltag](#)“ zeigt anhand von Tauchgeschichten Möglichkeiten für mehr Leichtigkeit im „trockenen“ Alltag. Es bietet konkrete Tipps & Tools für die beglückende Wirkung des Flows.

Ihre neurowissenschaftliche Masterarbeit ist als Buch veröffentlicht. Es trägt den Titel „[Aufblühen statt Ausglühen – raus aus dem Stress & rein in den Flow](#)“. Es bildet die wissenschaftliche Grundlage zu ihrem bereits mehrere tausendmal verkauften Ratgeber „[leistungsstark & lebensfroh - Hochwirksame Impulse für nachhaltigen Erfolg, heiter-souveräne Leichtigkeit & empathische Lebensfreude](#)“.

Sie ist Meisterin im Wechselspiel zwischen Humor & Ernsthaftigkeit. Mit wortwitzigem Storytelling macht sie komplexe Zusammenhänge greifbar & einprägsam - und das neurowissenschaftlich fundiert. Ihr oberstes Ziel ist es dabei immer, die Menschen dazu zu motivieren, wissbegierig, neugierig und zuversichtlich durchs Leben zu gehen. Sie versteht es humoristisch-geistreich auf jeder Veranstaltung freudige Aufbruchstimmung zu erzeugen.

*„Ihr Vortrag ist bewussteinserweiternd.“*

*„Sie hat den Saal zum Lachen und zum Nachdenken gebracht.“*

*„Schauen Sie in den mit Humor, Charme und Tiefgang vorgehaltenen Spiegel - es lohnt sich!“*

sind drei von zahlreichen Rückmeldungen begeisterter Kund:innen, die sie besonders treffend charakterisieren.

#### Vortragsthemen:

- ★ Zukunft braucht Zuversicht
- ★ Die menschliche Seite von Digitalisierung & KI
- ★ Raus aus dem Stress & rein in den Flow.
- ★ Spaß & Humor sind DER Nährboden für Kreativität
- ★ Sowie maßgeschneiderte Vorträge passend zu Ihrem Event & Ihren Gästen
- ★ Welt im Wandel: mutiger Umgang mit Ungewissheit
- ★ Zukunftsstarkes Ökosystem: Die Kraft des Teams
- ★ Zukunftsfittes Business braucht MÄNNER UND FRAUEN
- ★ Social Skills sind der Turbo für Expertise

