

In der Krise spontan, **kreativ agieren**

Es gibt Situationen, in den alles gleichzeitig passiert. Alle um einen herum erwarten schnelle Antworten und fundierte Entscheidungen. In solchen Situationen kann es passieren, dass man nicht mehr spontan reagieren kann, weil die Angst zu groß wird, einen Fehler zu machen. Es ist leicht, spontan und intuitiv handeln, wenn man darauf vertraut, dass man es kann. In diesem Seminar lernen Sie, auf diese Fähigkeit zu vertrauen.

Seminarziele

- Die eigene Spontaneität spüren
- Den eigenen Impulsen vertrauen lernen
- Humor bewusst einsetzen können
- Die innere Zensur bei Bedarf abschalten können
- Krisensituationen ruhig analysieren lernen
- Eigene Blockaden kennen lernen
- Aus Panikgefühlen wieder aussteigen können
- Techniken zur Findung von kreativen Lösungen finden

Seminarinhalt

- Eigene Intuition spüren
- Blockaden der Kreativität und der Intuition
- Die Bedeutung des inneren Zensors
- Übungen, die die Kreativität sprühen lassen
- Das Vertrauen in die eigene Spontaneität
- Krisenmanagement
- Arten von Krisen
- Wenn mein Schutzschild zur größten Gefahr wird...
- Instrumente zur inneren Deeskalation

Zielgruppe

Unternehmer, Führungskräfte und Manager, die in ihrem beruflichen und privaten Alltag in chaotischen und krisenhaften Situationen schnell kreative Antworten, Lösungen und Reaktionen finden müssen. Dieses Seminar ist für alle gedacht, die kühlen Kopf und ruhiges Herz bewahren möchten, auch wenn um sie herum die Wellen hoch schlagen.

Ihr Nutzen

Sie lernen, auch bei Hektik und Erwartungsdruck im Moment zu bleiben und auf Ihre innere Stimme zu hören. Sie nehmen sich die wenigen Sekunden Zeit und reagieren gelassen. Durch diese Fähigkeit wird es Ihnen möglich, auch andere Personen zu beruhigen und Ruhe in das Chaos zu bringen. Sie verlieren keine wertvolle Zeit durch Grübeln und Zweifeln, sondern können zum nächsten drängenden Problem übergehen. Im Vertrauen auf Ihre spontane Kreativität und waches Reaktionsvermögen bewältigen Sie Krisen mit Gelassenheit.

Methode

- Übungen aus dem Bereich der Theaterimprovisation
- Erfahrungsaustausch zwischen den Teilnehmern
- Kollegiale Beratung
- Praxisnahe Rollenspiele
- Theorieinput und Trainerfeedback
- Fallstudien
- Gruppenarbeiten
- Reflexion eigener Erfahrung
- Fallanalysen konkreter und schwieriger Fälle

Organisation

- maximal 12 Teilnehmer
- organisationsinterne Veranstaltung
- Dauer 3 Tage
- A, D, CH & CEE-Länder

„Mir war nicht klar, wie viel Humor in mir steckt und was ich damit bewirken kann.“

Zitat Teilnehmer