

# Führung, Persönlichkeit und Gesundheit

Sie befinden sich hier:

Fortbildung

Führung, Kommunikation und Gesundheit

## "Eigentlich bin ich ganz anders..., aber ich komme so selten dazu." - Improvisationstechniken für die Bühne des Berufsalltags

### Termin

27.11.-28.11.2023

Weitere Termine siehe unten!

### Referentin

Inge Buss

**WEITERE INFORMATIONEN**

### Seminarnummer

233-14

### Kursgebühr

590,00 €

Im beruflichen Alltag agieren Sie häufig auf vielen Bühnen gleichzeitig – meistens ohne Skript.

Mit Improvisationsmethoden trainieren Sie Ihre Aufmerksamkeit für den Moment. Nehmen Sie jede Situation wie sie ist und begegnen Sie diesen Herausforderungen auf einer leichten mit Humor gepaarten Ebene. Sie erhöhen Ihre Konzentration, Flexibilität sowie Ihre Bereitschaft Kommunikationsmuster und Routinen zu durchbrechen. Sie erhalten überraschende Einsichten und Wirkungen in Bezug auf Kommunikation, Wahrnehmung und Zwischenmenschlichkeit, indem Sie sich selbst und andere in ihrem Kommunikationsverhalten neu wahrnehmen. Sie empfinden mehr Freude und Gelassenheit im Umgang mit sich selbst und anderen.

Zahlreiche Übungen, die das Improvisationstheater für seine einzelnen Techniken kennt,

gestatten es, theoretische Konzepte verschiedener Kommunikationsmodelle erlebbar zu machen.

## Inhalte

- Erleben Sie entspannt Ihre Spontaneität, Einbildungskraft und Kreativität.
- Nehmen Sie sich selbst und andere in ihrem Kommunikationsverhalten neu wahr.
- Gelangen Sie zu einem freieren Körper- und Stimmausdruck und somit zu mehr Präsenz.
- Trainieren Sie Ihr Konzentrations-, Aktions- und Reaktionstempo.
- Empfinden Sie Freude und Gelassenheit im Umgang mit sich selbst und anderen.
- Verbessern Sie langfristig auf eine humorvolle und unkonventionelle Art Ihre Kommunikations- und Teamfähigkeiten.

## Methoden

Improvisationstechniken/Einzel- und Gruppenübungen; Impulsvorträge; Moderierter Erfahrungsaustausch

## Zielgruppe

Für alle Mitarbeiter\*innen und Führungskräfte, die ihr Kommunikationsverhalten weiter ausbauen wollen

## Maximale Teilnehmerzahl

12

## Termine / Folgeseminare

27.11.-28.11.2023

9.00-17.00 Uhr

## Referentin



Inge Buss

Selbständige Beraterin, Trainerin und Coach

Sie haben Fragen?



Inga Weise

Bildungsreferentin

Telefon: 06222 55-2752

[inga.weise@akademie-im-park.de](mailto:inga.weise@akademie-im-park.de)