

Schwerpunktseminar:

## Unerwartetes erwarten

*Flexibel und souverän in unvorhergesehenen Situationen*

### Wer profitiert davon?

Führungskräfte und Mitarbeiter/innen, die auch unter Druck einen klaren Kopf behalten möchten und ihr Improvisationstalent im Angesicht von neuen Herausforderungen schärfen wollen

### Ausgangssituation:

Es hätte alles so schön sein können: Ihr Unternehmen hat die Veranstaltung wochenlang geplant, die Gäste sind gut untergebracht und die Präsentation ist makellos. Doch dann kommt alles anders: Das Hotel war überbucht und viele Gäste sind schlecht gelaunt, einer der Gastredner bekommt sein Laptop partout nicht an den Beamer angeschlossen und der Redner Ihres Unternehmens ist erkrankt – und Sie sollen für ihn einspringen!

Sie versuchen fieberhaft, für alles eine Lösung zu finden, aber Sie können einfach keinen klaren Gedanken fassen. Und Sie müssen sich in eine fremde Präsentation einarbeiten, die zudem noch lückenhaft ist. Das Publikum wird unruhig, die Uhr tickt und Sie müssen liefern. Schließlich spüren Sie Verzweiflung und Panik in sich aufsteigen ... jetzt die Ruhe bewahren und eine rettende Idee haben!

Kommt Ihnen an diesem (extremen) Beispiel etwas bekannt vor? Dann ist „Unerwartetes erwarten“ das richtige Seminar für Sie.

### Die wichtigsten Themen im Überblick:

- *Wie behalte ich auch unter Druck einen klaren Kopf?*
- *Welche Entspannungstechniken für Atmung und Stimme können mir dabei helfen?*
- *Wie höre ich auf, mich auf das Problem zu fixieren und beginne, nach einer Lösung zu suchen?*
- *Wie finde ich in jeder Situation Zugang zu meiner Kreativität?*
- *Wie kann ich Stress als Treibstoff für meine Ideenfindung nutzen?*
- *Wie bleibe ich mental offen und flexibel?*
- *Wie arbeite ich zielführend mit den vorhandenen Fakten und Mitteln?*
- *Wie identifiziere und priorisiere ich Probleme und dazugehörige Lösungsansätze?*
- *Wie können mir Improvisationstechniken helfen, out-of-the-box zu denken?*
- *Wie gehe ich mit Blackouts und anderen Störfaktoren um?*

### Optionale Videoanalyse:

ja

### Teilnehmerzahl:

10-14 Teilnehmer/innen

### Wie lange?

4-6 Stunden

### Empfohlene Folgeseminare:

- ▶ [Nie mehr Schachmatt!](#)
- ▶ [Im Mittelpunkt stehen](#)
- ▶ [Ich sehe was, was du nicht siehst](#)