

WORKSHOP

EMERGENZ EINLADEN

Wie kommt das Neue in die Welt? Let it happen!

WARUM DIESER WORKSHOP FÜR IHR TEAM WERTVOLL IST

Warum entstehen die besten Ideen oft unter der Dusche oder beim Spaziergang und nicht am Schreibtisch? Wirklich Neues kann nicht geplant oder erzwungen werden. Es entsteht aus sich heraus, und zwar dann, wenn die Bedingungen stimmen: wenn Offenheit, Vertrauen und Mut, das Unbekannte und Unerwartete zulassen können.

Wir können das Neue nicht kontrollieren, aber wir können diese aufregenden Entstehungs- und Lernprozesse begünstigen und begleiten. Dafür brauchen wir eine Kultur des Wohlwollens, des Vertrauens, der Zuversicht und wachen Entspannung. In einem Umfeld von Stress, Druck oder Angst ist das nicht möglich.

Erkenntnisse aus der neurologischen Lernforschung zeigen, dass Kreativitäts- und Lernprozesse nicht linear ablaufen, sondern chaotisch. Erst wenn Informationen durcheinandergewirbelt und neu kombiniert werden, kann sich ‚Emergenz‘ ereignen – das plötzliche Auftauchen von etwas nicht Geplanten, Überraschendem, Unerwartetem.

In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie in Ihrem Team solch günstige Bedingungen für Emergenz schaffen und souverän mit Unwissenheit und Unsicherheit umgehen können. Sie erfahren und erforschen in Theorie und Praxis, wie Sie sich körperlich und mental in Balance halten und dadurch Wandel begleiten können. Dadurch werden Improvisation und Überraschung möglich.

FÜR WEN IST DIESER WORKSHOP SINNVOLL?

FÜR TEAMS UND ORGANISATIONEN, DIE

- Innovative Ideen und Lösungen für Gegenwart und Zukunft entwickeln
- Pionier*innen und Visionär*innen
- das Potential des Unbekannten (The Unknown) integrieren möchten
- als Team Neues lernen und sich weiterentwickeln wollen
- die Agilität und Innovationskraft stärken möchten
- ihre Teams durch komplexe Situationen navigieren möchten
- sich für Selbstorganisation und dezentrales Arbeiten interessieren
- für Kreative und Künstler*innen

MEHRWERT- WAS SIE UND IHR TEAM MITNEHMEN:

- geübter und souveräner Umgang mit Unbekanntem und Wandel
- praktische Werkzeuge für den konstruktiven Umgang mit Komplexität und Unsicherheit
- Gesprächsformate und Begegnungsräume, die mit Unwissenheit umgehen können und dabei Innovationsräume öffnen
- neue Denkweisen jenseits linearer Logik – für Kreativität und den Umgang mit Unerwartetem und Neuem
- körperliche und mentale Entspannung als Basis
- verkörperte Unsicherheits-Toleranz
- gestärkte Resilienz und Selbstregulation für herausfordernde Zeiten
- Erweiterung der empathischen Beziehungsfähigkeit im Team
- wohlwollende und positive Atmosphären im Umgang mit neuen Lernprozessen aktivieren
- mehr Vertrauen in das Unbekannte und in Teamprozesse

WORKSHOP-INHALTE

1. MINDWORK - Veränderung beginnt im Denken

NEUES IM DENKEN ERMÖGLICHEN

- Emergenz-Theorie, Improvisation und Kreativität
- Erkenntnistheoretische Grundlagen: Was können wir überhaupt sicher wissen?
- die Theorie des Unbekannten/Unwissbaren (The Unknwon)
- Philosophische Denkmethoden: Staunen, Nicht-Wissen und Perspektivwechsel
- Intuition und verkörperte Erkenntnisinstrumente verstehen
- Flexibles und agiles Denken lernen

2. EMBODIMENT & BODYWORK - Lernen mit dem ganzen Körper

EMERGENZ IM KÖRPER

- Wahrnehmung neuronaler Emergenzprozesse im eigenen Körper
- Präsenz, Ruhe und Erdung im Umgang mit Unbekanntem
- die Balance zwischen Entspannung und Wachsamkeit
- Atem- und Körperarbeit für Präsenz und Stabilität in neuen Situationen
- Neugier und Intuition erwecken
- das Neue kommen spüren - Wie fühlt sich Neues an?

3. INTERAKTION & BEGEGNUNG - Gemeinsames Lernen im Miteinander

GEMEINSAM NEUES ENTSTEHEN LASSEN

- Körperbewusste Begegnungs- und Gesprächsformate, die Emergenzprozesse im Team ermöglichen und begünstigen: offene Fragen und Fragende Kommunikation
- Gemeinsame Präsenz im Umgang mit Unwissenheit und Nicht-Wissen
- körperbewusste Vertrauensübungen
- Spür-Übungen für das Entstehen von Neuem
- Halten und Gestalten von „Räumen für das Neue“
- Synergetische Beziehungsübungen im Team:
Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile

ORGANISATORISCHER RAHMEN

- DAUER: 1-2 Tage, je nach Zielsetzung und Teamgröße
- ORT:
 - Inhouse in Ihrer Organisation/ Ihrem Unternehmen
ODER
 - Für max. 5 Personen in meinen Räumlichkeiten im schönen Heidelberg
mit Hotelnähe

DAS BESONDERE

Eine klare und strukturierte Planung bildet den Rahmen für diesen besonderen Workshop, der Raum für Neues öffnet. Entspannte und wertschätzende Atmosphäre ist der Nährboden für die Entstehung von Neuem, im Nervensystem und im Kontakt mit anderen. Eingübte und authentische Haltungen (EMBODIMENT) eröffnen unerwartete Perspektiven und Überraschungen.

Ich freue mich auf Ihre Anfrage.

ÜBER MIRA WEINRICH

Mira Weinrich arbeitet als Embodiment-Supervisorin, Körpertherapeutin, Praktische Philosophin und Dozentin. Sie forscht an der neuronalen Schnittstelle zwischen Denken und Körper und hat für den methodischen Umgang damit vor dem Hintergrund neuro- und kognitionswissenschaftlicher Forschungen, Hawaiianischer Körperarbeit und Philosophischer Praxis-Methoden den MIND*BODYWORK-Ansatz, das Embodiment-Training TALK WITH IT und diverse thematische EMBODIMENT-Workshops entwickelt.

Ihre Ansätze beruhen auf der Erkenntnis:

Wir fühlen, was wir denken – und wir denken, was wir fühlen.