

WORKSHOP

MULTIPERSPEKTIVITÄT

Mit Ambiguität umgehen lernen. Shift your perspective!

WARUM DIESER WORKSHOP FÜR IHR TEAM WERTVOLL IST:

Wie gehen Sie in Ihrem Team mit Mehrdeutigkeit, Widersprüchlichkeit und Spannungen um? Haben Sie Praktiken, auf die Sie gemeinsam zurückgreifen können?

Unsere Welt ist vielfältig, hoch komplex und wird zunehmend von Gegensätzen geprägt: Unterschiedliche Wertvorstellungen, kulturelle Vielfalt und emotionale Reibung stellen uns täglich vor neue Herausforderungen. Deshalb sind Ambiguitätstoleranz und Multiperspektivität zwei Schlüsselkompetenzen, die immer wichtiger werden: Sie stärken die Fähigkeit, sich souverän auf Diversität einlassen und respekt-voll, verbindlich und handlungsfähig bleiben zu können.

Die konkrete Konfrontation mit Ambiguität kann herausfordernd sein und wird oft von inneren Phänomenen, wie Verunsicherung, Angst, Aufregung, aber auch von Freude, Abenteuerlust und Inspiration begleitet. Es ist wichtig, dass in Teams ein geübter und offener Umgang damit praktiziert wird.

In diesem Workshop lernen Sie Theorien, Praktiken und gemeinsame Haltungen, die Ambiguität nicht mehr nur tolerieren, sondern als etwas Wertvolles erachten und aktiv gestalten.

FÜR WEN IST DIESER WORKSHOP SINNVOLL?

FÜR TEAMS UND ORGANISATIONEN, DIE:

- empathisch, kreativ und souverän mit Ambiguität und Widersprüchlichkeit umgehen wollen
- in hybriden, interkulturellen und diversen Teams arbeiten
- flache Hierarchien oder selbstorganisierte Strukturen leben
- geerdet und friedlich mit Polarisierungen, Spannungen und Konflikten umgehen wollen
- neue Ideen integrieren oder entwickeln möchten
- menschliches Miteinander im Arbeitsalltag fördern möchten, das über bloße Toleranz hinausgeht
- Mehrdeutigkeit als Geschenk verstehen und nutzen möchten

MEHRWERT- WAS SIE UND IHR TEAM MITNEHMEN:

- ganzheitliche Kompetenzen im Umgang mit Perspektiv-Wechseln und Diversität
- geübte Präsenz in emotional herausfordernden mehrdeutigen Situationen
- Reflexion und Integration vielfältiger Perspektiven für Entwicklungs- und Entscheidungsfindungsprozesse
- Multiperspektivisches Denken als Ressource im Umgang mit Ambiguität, Komplexität und Unsicherheit
- gestärkte Ambiguitätstoleranz
- respektvolle, verbindliche Begegnungs- und Gesprächsräume gestalten, in denen alle Stimmen gehört werden, um das Potential von Ambiguität fruchtbar machen und integrieren zu können
- Irritations-Toleranz

WORKSHOP-INHALTE

1. MINDWORK- Veränderung beginnt im Denken

PERSPEKTIVEN VERSTEHEN & ERWEITERN

- Kognitionswissenschaftliche Ansätze: Wie funktionieren Perspektiven?
- eigene Sichtweisen reflektieren: Welche Brille trage ich?
- Bias & blinde Flecken erkennen und bewusst machen
- Denkmethoden für Multiperspektivitäts-Praxis
- Theorie der Ambiguitätstoleranz: Mehrdeutigkeit im Denken ermöglichen
- Gründe für Ambiguitätsverweigerung
- Kognitiv-mentale Kompetenzen im Umgang mit Fremdheit und Nichtverstehen

2. EMBODIMENT & BODYWORK- Lernen mit dem ganzen Körper

AMBIGUITÄTSTOLERANZ SPÜRBAR MACHEN & EINÜBEN

- Übungen zur Selbstwahrnehmung und Selbstreflexion von körperlichen Reaktionsmustern
- Anders Fühlen Lernen: Transformation von emotionalen Mustern
- souveränen Umgang mit Ambiguität und Widersprüchlichkeit über Körperarbeit lernen
- Körperarbeit zur Förderung von Erdung, Entspannung und Toleranzfähigkeit
- Spürkompetenzen für multiperspektivische soziale Begegnungsräume

3. INTERAKTION & BEGEGNUNG - Gemeinsames Lernen im Miteinander

MULTIPERSPEKTIVITÄT IN DEN ARBEITSALLTAG INTEGRIEREN

- Multiperspektivische Begegnungsräume und Gesprächsformate, die Ambiguität ermöglichen und bejahen
- respektvoller und kreativer Austausch kontroverser Sichtweisen
- Begegnungsübungen mit dem ‚Fremden‘
- Zuhören Lernen: resonanzfähiges, vorurteilsfreies Hören
- gemeinsame Präsenz im Umgang mit Irritation und Nicht-Wissen
- durch gekonnte Praxis von Multiperspektivität im Team Gruppenintelligenz und Emergenz ermöglichen
- körperbewusste Vertrauensübungen im Nicht-Verstehbaren

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

Dieser Workshop schafft einen Raum, in dem Multiperspektivität nicht nur gedacht, sondern erlebt werden kann. Durch die Verbindung von Theorie/Denken (KNOWLEDGE), körperlichem Spüren und Fühlen (KNOWING) und der konkreten menschlichen Begegnung im Team entstehen verkörperte und damit nachhaltige multiperspektivische Haltungen (EMBODIMENT), die den toleranten Umgang mit Ambiguität ermöglichen.

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.