

WORKSHOP

EMERGENZ ERMÖGLICHEN

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

WARUM DIESER WORKSHOP FÜR TEAMS UND GRUPPEN WERTVOLL IST:

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

In unserem Nervensystem und Gehirn laufen neue Lernprozesse nicht linear ab, sondern chaotisch. Neue Erkenntnisse und Erfindungen ereignen sich ‚einfach‘ indem Informationen durcheinandergewirbelt, anders verbunden und neu kombiniert werden. Diese unkontrollierbare und unvorhersehbare Entstehung von etwas Neuem – das ist Emergenz. Doch auch wenn Emergenz nicht geplant werden kann, können wir ihre Entstehung durch eine Kultur des Wohlwollens, Vertrauens und der Zuversicht begünstigen. Es braucht eine Atmosphäre der Entspannung, bei gleichzeitiger Aufmerksamkeit und Neugier.

In diesem Workshop lernen Teams und Gruppen, wie sie diese günstigen Bedingungen erschaffen. Sie lernen in Theorie und Praxis, in verunsichernden Lern- und Entstehungsprozessen einen kühlen Kopf zu bewahren und sich entspannt körperlich und mental in Balance halten zu halten. So können Wandel und Improvisation souverän ermöglicht und begleitet werden.

FÜR WEN IST DIESER WORKSHOP SINNVOLL?

FÜR TEAMS, GRUPPEN UND ORGANISATIONEN, DIE

- aktuell etwas Neues lernen und sich weiterentwickeln wollen
- ihre Teams durch komplexe Situationen navigieren
- die Agilität und Innovationskraft stärken möchten
- innovative Ideen und Lösungen für Gegenwart und Zukunft entwickeln
- als Pionier*innen und Visionär*innen arbeiten
- im kreative-künstlerischen Bereich tätig sind
- das Potential des Unbekannten (The Unknown) in ihre Arbeit integrieren wollen
- sich für Selbstorganisation und dezentrales Arbeiten interessieren

MEHRWERT- WAS SIE MITNEHMEN:

- THEORIE & EMBODIMENT für Emergenz Fähigkeiten
- neue Denkweisen jenseits linearer Logik
- souveränen Umgang mit Unerwartetem, Unbekanntem und Wandel
- Unsicherheits-Toleranz
- gestärkte Resilienz und Selbstregulation
- Gesprächsformate und Begegnungsräume für komplexe Situationen
- wohlwollende und positive Atmosphären im Umgang mit neuen Lernprozessen
- Ganzheitliche Tools für Innovation und Kreativität

WORKSHOP-INHALTE

1. MINDWORK - Veränderung beginnt im Denken

NEUES IM DENKEN ERMÖGLICHEN

- Emergenztheorie und Grundlagen von Komplexität
- Kognitive Tools für flexibles und agiles Denken
- Denkmethode im Umgang mit Neuem und Unbekanntem: Staunen, Nicht-Wissen und Perspektivwechsel
- Wie ereignen sich Transformation, Improvisation und Kreativität?

2. EMBODIMENT & BODYWORK - Lernen mit dem ganzen Körper

NEUES IM KÖRPER

- Wahrnehmungsübungen für neuronale Emergenzprozesse im Körper - Wie fühlt sich die Entstehung von etwas Neuem an?
- Lernprozesse im Körper nachvollziehen und begünstigen
- Atem- und Körperarbeit für Präsenz und Stabilität in neuen Situationen
- Ruhe und Erdung im Umgang mit Unsicherheit und Unbekanntem
- die Balance zwischen Entspannung und Wachsamkeit
- Neugier und Intuition entdecken und bewusst einsetzen

3. INTERAKTION & BEGEGNUNG - Gemeinsames Lernen im Miteinander

ZUSAMMEN NEUES ENTSTEHEN LASSEN

- Tools zum Gestalten und ‚Halten‘ von Räumen, in denen Neues entstehen kann
- gemeinsam neue Lernprozesse begünstigen
- entspannte Gruppenpräsenz im Umgang mit Unwissenheit und Nicht-Wissen
- hilfreiche körperbewusste Begegnungs- und Gesprächsformate: Offene Fragen und Fragende Kommunikation

- Synergetische Beziehungsübungen im Team:
Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile.
- Gruppenübungen für Vertrauen, Nachsicht und Fehlertoleranz

ORGANISATORISCHER RAHMEN

- DAUER: 1-2 Tage, je nach Zielsetzung und Gruppengröße
- ORT:
 - Inhouse - in Ihren Räumlichkeiten
 - ODER
 - in Heidelberg

DAS BESONDERE

Dieser Workshop schafft einen strukturierten und geschützten Rahmen, in dem Neues entstehen und gelernt werden kann. Teams und Gruppen machen gemeinsam Erfahrungen und lernen ganzheitliche Tools, die sie in ihren Arbeitsalltag integrieren können. So bleibt Emergenz nicht nur ein theoretisches Thema (KNOWLEDGE), sondern wird zu einer spürbaren und praktisch umsetzbaren Kompetenz (KNOWING), die zu unerwarteten Perspektiven und Überraschungen einlädt.

Ich freue mich auf Ihre Anfrage.

ÜBER MIRA WEINRICH

Mira Weinrich arbeitet als Embodiment-Supervisorin, Körpertherapeutin, Praktische Philosophin und Dozentin. Sie erforscht die psychosomatische Wechselwirkung zwischen Denken und Körper. Für den methodischen Umgang damit hat sie den MIND*BODYWORK-Ansatz, das Embodiment-Programm TALK WITH IT und zu mehreren Themen EMBODIMENT-Workshops entwickelt. Ihre Ansätze basieren auf neuro- und kognitionswissenschaftlichen Forschungen, Hawaiianischer Körperarbeit, Philosophischer Praxis-Methoden und auf über 15 Jahren praktischer Arbeitsfahrung.

Ihre Ansätze beruhen auf der Erkenntnis:

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