

Die Heldenreise meistern: Ein Seminar zur (Eigen-)Motivation und Kreativität

In der Psychologie kennen wir die „Heldenreise“, einen Zyklus von Werden und Vergehen, beschrieben von C.G. Jung. Alle Lebenszyklen lassen sich, genauso wie Zyklen in Organisationen, an diesem Modell darstellen.

Schwierige Zeiten und Krisen erfordern besondere Maßnahmen. Es ist immer eine Frage der Persönlichkeit und der Ressourcen, ob die Krise eine Chance zur Weiterentwicklung, also eine Heldenreise ist, oder ob wir in der Krise stecken bleiben, der Heldenzyklus also zum Dilemmazyklus wird.

Jeder kennt das Bild vom Kaninchen vor der Schlinge. In der Psychologie bezeichnet man diesen Zustand des Nicht-Wissens, der Bewegungslosigkeit als „Stuck-State“ oder „Paralyse“. Ebenso sagt uns die Psychologie aber auch, dass Menschen alle Ressourcen zur Lösung ihrer Probleme in sich tragen.

In schnelllebigen Zeiten mit vielen Ups und Downs brauchen Unternehmen motivierte und kreative Mitarbeiter und Teams. Hellwach und fokussiert müssen Führungskräfte in der Lage sein, ihre Entscheidungen rasch zu treffen, kreative Lösungen zu finden und auch ihre Mitarbeiter aktiv in die Zukunftsgestaltung einzubinden. Dennoch muss dabei der Blick fürs Ganze gewahrt bleiben. Um diesen Herausforderungen gerecht zu werden bietet das Seminar „Die Heldenreise“ Unterstützung.

Das Seminar „Die Heldenreise“ setzt die Ressourcen der Teilnehmer frei und schafft Verständnis für den Zyklus und dessen Auswirkungen. Es hilft, die eigene Kreativität wieder zu entdecken, sich selber und andere zu motivieren und so den Zugriff auf die eigenen Potenziale zu gewährleisten, wenn dies erforderlich ist.

Inhalte:

- „Heldenreise“ und „Dilemmazyklus“
- Standortbestimmung
- Blockaden erkennen und beseitigen
- Methoden der (Eigen-)Motivation kennen lernen
- Kreativität fördern
- Königsdisziplin Improvisation
- Die eigenen Ressourcen entdecken und nutzbringend einsetzen
- Teamarbeit kreativ fördern
- Entspannt und authentisch entscheiden

Methoden:

Elemente aus professionellem Schauspieltraining, Improvisationstheater, systemischer Aufstellung, Kreativitätstechniken, Übungen zur Eigenmotivation und Techniken aus dem NLP werden ergänzt durch theoretische Erläuterungen und Diskussionen.

Setting:

Gruppen bis max 10 Personen.
Dauer: 3 Tage

Zielgruppe:

Führungskräfte, Selbstständige, Geschäftsführer, Entscheider. Alle, die sich und andere motivieren möchten und ihre Kreativität steigern wollen.



Julia Sobainsky, Begründerin des Pro-Charisma®-Trainingssystems, studierte Schauspiel und arbeitete über 10 Jahre in diesem Beruf, bevor sie sich mit Julia Sobainsky® selbstständig machte. In 20jähriger Erfahrung als Sprecherin für Funk und TV, 15jähriger Forschungsarbeit zum Thema Charisma und vielfältigsten Fortbildungen im Trainingsbereich, als Coach und als Theaterpädagogin entwickelte sie das Pro-Charisma®-Trainingssystem, welches als eines der ersten Charisma mit System erlernbar macht. Frau Sobainsky ist außerdem seit 7 Jahren als Hochschuldozentin für Soft-Skills tätig.