

wandern und schreiben für Firmen

Walk your Mind – Die Ideen-Wanderung

So entwickeln Sie neue Ideen und Lösungen für Ihre Herausforderungen

Wer den hektischen Anforderungen des (Arbeits-)Alltags genügen muss, ist gedanklich oft wie gelähmt, wenn es darum geht, neue Ideen für seine Kunden zu entwickeln, das eigene Geschäftsmodell weiter zu verbessern oder Abläufe zu optimieren. Dazu müsste man mal den Kopf freikriegen. Luft holen. Zur Ruhe kommen.

Genau das gelingt Ihnen wunderbar, wenn Sie sich die Wanderstiefel anziehen und einfach losgehen. Setzen Sie Ihren Körper in Bewegung, zieht der Geist gleich mit. Die Natur bietet dafür einen unerschöpflichen Raum, und dort können Sie mit jedem Schritt und mit jedem Atemzug das üben, was die wichtigste Voraussetzung für jegliche Idee und Innovation ist: Dinge ganz genau beobachten. Aufmerksam das anschauen, was ist. Ergründen. Beschreiben. Um dann auf dieser Basis Neues zu erschaffen.

Der eintägige Workshop „Walk your Mind – die Ideenwanderung“ nimmt Sie mit auf eine Entdeckungsreise zu den großen und kleinen Dingen dieser Welt. Aus Ihren Beobachtungen entwickeln Sie dann mithilfe verschiedener Schreibübungen Ideen- und Lösungsansätze für Ihre individuellen Herausforderungen und Anliegen.

Den Workshop-Ort legen wir in Absprache mit Ihnen fest!

WARUM?

- Sie müssen in Ihrem Job ständig neue Ideen entwickeln – und die gehen Ihnen langsam aus.
- Es fällt Ihnen schwer, sich in Ihre Kunden oder Zielgruppen hineinzuversetzen, aber genau das müssen Sie, wenn Sie gute Produkte oder Dienstleistungen liefern wollen.
- Sie fühlen sich permanent unter Druck – Ihre To-do-Liste können Sie auswendig aufsagen, aber wann Sie sich das letzte Mal bewusst eine Blume auf einer Wiese angeschaut haben, wissen Sie nicht mehr.
- Sie wollen herausfinden, wie Sie aufmerksamer und achtsamer sich selbst und anderen gegenüber leben und arbeiten können.
- Sie sind auf der Suche nach simplen Schreibübungen, die Ihre Kreativität wecken und die Sie alleine und in der Gruppe anwenden können.

WER?

Der Workshop richtet sich an alle,

- die erleben wollen, wie Bewegung nicht nur den Körper, sondern auch den Geist lebendig macht,
- die auf der Suche nach Ideen und Lösungen für ein bestimmtes Thema sind,



Schreibwanderungen.
Auf den Spuren des Selbst.

- die einen neuen Zugang zu ihrer Kreativität und ihren Ressourcen suchen,
- die ihre Aufmerksamkeit und Achtsamkeit trainieren wollen,
- die im schönsten Seminarraum der Welt über neue Ideen nachdenken wollen: draußen!

Teilnehmen können maximal 10 Personen.

ERGEBNISSE

- Körper und Geist kommen in Bewegung.
- Sie gewinnen Abstand zum (Arbeits-)Alltag.
- Sie schulen Aufmerksamkeit und Achtsamkeit, indem Sie einen neuen Blick auf scheinbar Altbekanntes werfen.
- Sie lernen Methoden kennen, mit denen sich die kleinen und großen Dinge dieser Welt entdecken lassen.
- Sie lernen, Gesehenes und Wahrgenommenes festzuhalten – als Text (und wenn Sie mögen in Skizzen) in Ihrem Entdecker-Journal.
- Sie wenden verschiedene Schreibübungen an und entwickeln Ideen und Lösungsansätze für Ihre individuellen Herausforderungen.
- Sie finden Zugang zu Ihrer Kreativität und Ihren Ressourcen.
- Sie bekommen Impulse aus der Gruppe für Ihre eigenen Ideen.
- Sie entspannen sich.

LEISTUNGSIHALTE

- Moderation, Anleitung und Begleitung durch den gesamten Workshop-Tag
- Führung der Wanderung/Exkursion
- Einführung in die Arbeit mit dem Entdecker-Journal
- Angeleitete Schreibeinheiten
- Schreibmaterial (Entdecker-Journal und Stifte)
- Passender Workshop-Raum, Verpflegung und Getränke während des Workshops
- Genügend Zeit, um sich mit den anderen Teilnehmern zu vernetzen

INFORMATION UND PREISE

Information: Dorothee Köhler, +49 (0) 171 58 42 897, dorothee@wandernundschreiben.de

Preis: 249,- € pro Person bei 10 Teilnehmern (umsatzsteuerbefreit nach § 19 UstG)