

## Mit Spaß lernt es sich besser

Im vergangenen Jahr genoss ich die Ausbildung zum Trainer für angewandte Improvisation bei Ella Amann in Berlin. Genießen ist das richtige Wort, denn die Tage vergingen lustig und humorvoll wie im Flug. Mittlerweile ist das Impro ein felsenfester Bestandteil meiner Trainings geworden. Jeder neue Trainingsinhalt – aus der Führung, aus dem Verkauf, der Resilienz und natürlich dem NLP – leite ich mit Übungen aus dem Improtheater ein. Sehr zum Vergnügen der Teilnehmer.

## Was ist Applied Impro?

Vielleicht kennen Sie Improvisationstheater: Schauspieler, die ohne Skript auf die Bühne gehen und aus zugerufenen Wörtern ein spontanes, improvisiertes Stück spielen... Um das zu können, gibt es spezielle Vorübungen – diese werden im Applied Impro genutzt.

Trainiert werden kann alles mit den Improtechniken: Aktives Zuhören, Feedbackkompetenz, die positive innere Einstellung, Einwandfreies Verkaufen, Fehlerumgangskultur, Teamentwicklung und Führungskompetenz. Im 1:1-Coaching eignen sich viele Übungen und Spiele als eigenständige Intervention. ... es ist so vielfältig!

## Applied Impro erleichtert das Lernen

Applied Impro bietet eine ganzheitliche, gehirngerechte und innovative Didaktik. Sie umgeht den rein kognitiven Bereich – Lerninhalte werden körperlich erlebt und bleiben dadurch besser im Gehirn haften...

## Und sichert den Transfer

Die Übungen dienen als lebendige Metapher für den Lernstoff, bringen wahnsinnig viel Spaß in die Gruppe und unterstützen damit den nachhaltigen Transfer. Die Erinnerung an die Übungen wirken wie ein Anker im Alltag.

## Ein grandioser Nebeneffekt

Eine Impoübung zu Beginn des Trainings schweißt die Gruppe sofort zusammen. Immer wieder erhalte ich das Feedback, das schnell eine tolle Stimmung aufkam – selbst unter Menschen, die sich bis dahin nicht kannten.

## Die Grundhaltungen des Impro

Sag Ja!, Wertschätzung, Add On, Es gibt keine Fehler, Alles was mein Gegenüber tut ist ein Angebot... Das sind alles Grundhaltungen, die ich auch im NLP lehre. Deshalb schätze ich diese bereichernde Verbindung sehr.

**Fazit:** Impro ist ein fantastisches Handwerkszeug im Training – schnuppern Sie mal rein.

## 5-4-3-2-1: Viel Spaß!!

Ihre Alexandra Daskalakis

PS: Ich freue mich über den Austausch zu diesem Thema! Kennen Sie neue Impro-Spiele? Welche Erfahrungen haben Sie mit Applied Impro gemacht?

