

Referenz: Ute Liebhard bei DocuWare 2014

Im technischen Kundensupport sind wir oft mit den Problemen und auch dem Ärger und Frust unserer Kunden und Partner konfrontiert. Es ist wichtig mit solchen Situationen richtig umgehen zu können, aber vor allem auch Möglichkeiten zu finden, abzuschalten, entspannen zu können und Dinge auch einmal aus einer anderen Perspektive zu betrachten. Kurz, Wege zu finden um die eigene Stimmung wieder verbessern zu können.

Auf der Suche nach einem Seminar zum Thema Stressmanagement bin ich dann auf das Angebot von Frau Liebhard gestoßen. Frau Liebhard hat es geschafft mein noch sehr junges und eher skeptisches Team an das Thema „Lachen auch mal ohne einen Grund“ heranzuführen. Praktische Übungen, die sich auch leicht in den Alltag integrieren lassen, wurden verknüpft mit einigen Hintergrundinformationen über das Lachen und dessen positive Auswirkungen auf unsere eigene Gefühlswelt. Den Unterschied konnten wir sozusagen live erspüren. Die Gruppenübungen haben zudem zu einem tieferen „Wir-Gefühl“ als Team beigetragen, da das Lachen es auch eher verschlosseneren KollegInnen ermöglichte sich zu öffnen und auf die anderen zuzugehen. Die zusätzliche Herausforderung das Thema auch noch in deutscher und englischer Sprache parallel den Teilnehmer nahe zu bringen meisterte Frau Liebhard mit Bravour. So konnte jeder etwas aus diesem Workshop mitnehmen. Noch heute sorgen die Erinnerungen an einige Übungen wie z.B. die Lachcreme immer wieder für Auflockerung in unserem Team.

Der Workshop ist eine klare Empfehlung für alle die dem Stress- und der stetigen Beschleunigung mit Humor und Lachen entgegentreten wollen, denn Lachen kann jeder...aber auch dieser „Muskel“ will trainiert werden!

Vielen Dank liebe Ute, ich schicke dir eine virtuelle Lachdusche!

Viele Grüße

Matthias W.

DocuWare,
Germering

