

Die Seite des Trainers

Die Befindlichkeit des Trainers vor dem Seminar steht im Mittelpunkt. Wie soll, wie kann er mit Lampenfieber, Nervosität umgehen? Welche organisatorischen und welche eher psychologischen Hilfsmittel gibt es?

FOLIE

Alles nur Einbildung? - Gedanken vor Seminarbeginn

Problematisieren

FOLIE

Illustration: Trainer Hauser, etwas nervös

Bitte versetzen Sie sich einmal in die Lage von Herrn Hauser. Vielleicht ist seine Situation von der Ihren ja gar nicht so verschieden. Am nächsten Montag beginnt sein erstes Seminar aus der neuen Serie. Welche Gedanken, und vor allem auch: welche Gefühle mögen ihn bewegen?

EA:
TN notieren Gedanken und
Gefühle, die Herrn Hauser
bewegen mögen

Was mag ihm durch den Kopf gehen?

PL:
Trainer hält Stichworte auf
Flipchart fest und ordnet sie
den Kategorien „subjektiv“
und „objektiv“ zu
Weisen Sie ggf. darauf hin,
dass diese Unterscheidung
nicht ganz trennscharf ist