

Ich bin dann mal spontan ...

Wer wünscht sich das nicht: immer spontan und locker auf schwierige Fragen oder unvorhergesehene Situationen reagieren. Ob beim Vorstellungsgespräch, beim ersten Date oder am Bahnhof beim Verpassen des Anschlusszuges - allzu oft suchen wir vergeblich nach den richtigen Worten oder nach kreativen Lösungsmöglichkeiten, welche einen schlagfertiger und flexibler auf seine Umwelt reagieren lassen. Doch es besteht noch Hoffnung. Denn dem Wunsch nach mehr Spontaneität im Alltag kommen Torsten Voller und Ralf Schmitt mit ihrem Ratgeber "Ich bin total spontan - wenn man mir rechtzeitig Bescheid gibt. Von der Kunst, aus dem Bauch heraus zu handeln" nach.

Die beiden Improviationsprofis, die mit ihrem unkonventionellen Coaching-Programm "überzeugen frei Schnauze" schon viele steife Krawattenträger zu mehr Kreativität und Flexibilität im Beruf angeregt haben, stellen dem Leser das Ziel spontaner zu werden in Aussicht und zeigen, dass Spontaneität erlernbar ist. Im Prinzip sind es nur drei Regeln, die es zu beherzigen gilt:

1. "Sag Ja. Nicht immer, aber immer öfter." 2. "Mache Fehler und genieße es!" 3. "Hör auf zu planen und sei offen für jeden Moment."

Basierend auf eigenen Erfahrungen gehen die Autoren auf die einzelnen Verhaltensweisen ein und führen deren Effektivität vor. Schmitt und Voller bleiben bei ihren Geschichten stets authentisch und ehrlich, sodass es zuerst leicht fällt, sich in die verschiedenen Situationen hineinzuversetzen.

Realitätsnah, intelligent und mit einer gehörigen Portion an Humor geben die Autoren verständliche Anleitungen sowie kreative Übungsaufgaben, den Alltag spontaner und somit auch viel spaziger und abwechslungsreicher zu gestalten. Ihr Debüt ist eine wirklich tolle Mischung aus Lesevergnügen und hilfreichen Tipps, die eigene Phlegmathie zu überwinden und Lust am Improvisieren und Spontansein zu entwickeln.

Kathrin Grimm 21.11.2011

Quelle: www.literaturmarkt.info