

**Trainerin:**

**Sabine Merfort**



**Angebot:**

Trainerin

- Teambuilding
- Training von Flexibilität und Spontaneität
- Neuer Umgang mit Fehlern (Positive Fehlerkultur)
- Training von Innovationsbereitschaft und Kreativität
- Körpersprache
- Präsentationstraining

**Coaching-Sprachen:** Deutsch

**Über die Trainerin:**

Als leidenschaftliche Improvisationstheater-Spielerin hat Sabine Merfort mit den Jahren immer mehr festgestellt, dass sich die grundsätzlichen Prinzipien von gutem Improtheater sehr gut auf den Alltag, auf viele verschiedene Bereiche des Lebens übertragen lassen und von großem Nutzen sein können.

Mit ihrer Begeisterung für das Improtheater und ihrer Freude an der Arbeit mit Menschen möchte sie in ihren Trainings und Workshops die wunderbaren Möglichkeiten des Improvisierens vermitteln, Veränderungsprozesse anstoßen und die kreativen Potentiale der Teilnehmer wecken.

Durch ihre Erfahrungen im Umgang mit Gruppen, ihren Humor und ihr Einfühlungsvermögen schafft sie es innerhalb kürzester Zeit, ein angenehme Atmosphäre zu schaffen, in der sich die Teilnehmer für kreative Prozesse öffnen können.

**Arbeitsweise:**

Sabine Merfort bietet Trainings und Workshops an, in denen die Philosophie des Improvisationstheaters auf den Businesskontext übertragen wird.

Egal, ob es schwerpunktmäßig um Teambuilding, um das Trainieren von Flexibilität und Spontaneität (Stichwort „Agilität“) oder Innovationsbereitschaft und Kreativität geht – mit den interaktiven Übungen aus dem Improtheater lassen sich auf spielerische Weise Verhaltensweisen und Reaktionen reflektieren, verändern und trainieren.

Mit viel Spaß wird dabei die Fähigkeit der Selbst- und Fremdwahrnehmung, ein gelassener Umgang mit eigenen Fehlern sowie die Freude an gemeinsamer Kreativität gefördert.

In den Trainings geht es außerdem darum, gewohnte Denkbahnen zu verlassen, Querdenken zuzulassen, Neues auszuprobieren und den eigenen Impulsen zu vertrauen und zu folgen.

### **Qualifikationen und Zertifikate :**

- Improvisationstheater-Ausbildung beim Improtheater „Die Gorillas“-Berlin
- weitere Improtheater-Lehrgänge bei verschiedenen internationalen Lehrern
- Trainerin für Improvisationstheater (Workshops bei der  
• Senatsverwaltung Berlin)
- Ausbildung zum Consultant for Interconnective Development  
• (Persönlichkeitstrainer) bei Christina Kessler, Abschluss Dezember 2018

### **Beruflicher Background:**

- Studium Lehramt Bildende Kunst und Grundschulpädagogik, 1. und 2. Staatsexamen
- Arbeit als Lehrerin an Grund- und Sekundarschule für die Fächer  
• Kunst, Deutsch, Musik und Theater
- Austritt aus dem Schuldienst
- Schauspielunterricht an der Schauspielfabrik Berlin
- Gesangsunterricht bei Nadja Freundlieb und Barbara Klehr
- Moderations-Workshops
- festes Ensemble-Mitglied beim Improvisationstheater „Im Freien Fall“-Berlin