

## Kommunikation

frei sprechen,  
überzeugend  
darstellen



## **Körpersprache „Die eigene Wirkung steigern“**

Auftreten und Verhalten sind mit Abstand die wichtigsten Kriterien bei der Beurteilung eines Menschen. Trotzdem versuchen nur wenige sie zu nutzen. Zu schwierig erscheint die Kontrolle über die Unzahl der verschiedenen Gesten und Bewegungen. Besonders weil die Konzentration auf diese Signale einfach zu viel Aufmerksamkeit erfordern würde. Doch das muss nicht sein! In diesem Seminar wird Ihnen eine einfache und effektive Methode vermittelt, Signale des Körpers bei sich und anderen mit Leichtigkeit zu erkennen, zuzuordnen und entsprechend darauf zu reagieren. Schon nach kurzer Zeit können Sie auch mit Ihrer Körpersprache jede Situation kontrollieren, eine "gute Figur machen" und einen überzeugenden, souveränen Eindruck hinterlassen..

### **Seminarinhalte**

#### **Was ist Körpersprache?**

Wie wirkt sie? - Was bedeutet sie? - Abgrenzung: Welche Signale sind wichtig? Wie kann man sie zusammenfassen? - Wo spricht der Körper? - Die Elemente: Raum-Haltung-Bewegung-Gestik-Blicke-Mimik-Rhythmus-Tempo

#### **Mechanismen der Körpersprache:**

Körpersprache zwischen Instinkt und Macht - Was man sagt, während man nichts sagt - Die tägliche Flut der Signale - Suche nach dem Gleichgewicht - Der Mechanismus von Dominanz und Unterwerfung

#### **Die neue Technik:**

Körpersprache in Interaktion - Signale erkennen - Signale einsetzen - Situationen kontrollieren - Praktische Übungen und Rollenspiele in Beispielsituationen

Sie üben, Ihren Gesprächspartnern mit Wortwitz und Kreativität zu begegnen, erzielen mehr Wortgewandtheit und werden dadurch selbstsicherer. Zudem reagieren Sie mit den neuen Techniken künftig gelassener und souveräner.

#### **Zielgruppe:**

Keine spezielle Zielgruppe

#### **Ort & Zeitbedarf:**

Hotel oder Trainingsraum, je nach Teilnehmeranzahl ½ bis 1 Tag bitte in Absprache

