

Körpersprache wirkt

Signale verstehen und bewusst reagieren

Nonverbale Botschaften schwingen mit, wenn Emotionen, Gedanken und innere Haltung sich in Körper und Stimmklang abzeichnen. Was jemand sagt und was jemand meint, ist nicht immer deckungsgleich. Der Körper liefert Zusatzinformationen, welche helfen, eine Aussage besser zu verstehen.

Sie befassen sich im Kurs mit der Wirkung Ihrer eigenen Körpersprache und den Signalen, die Sie bei anderen Menschen wahrnehmen.

Praktische Übungen, konkrete Beispiele, Theorie-Inputs und individuelle Tipps zeigen auf, welche Körpersprache im Beruf und privat hilfreich und authentisch ist.

Themen

- Körpersprache Basis Know-how
- Wirkung der eigenen Körpersprache und Signale der Mitmenschen
- Veränderungen bei Emotionen, Anspannung, Stress
- Wechselwirkung Körper - Psyche
- Flexibles Statusverhalten
- Körpersprache international / interkulturelle Gemeinsamkeiten und Unterschiede
- Mit einer bewussten Körpersprache eine Situation positiv verändern

März 2017, kv