

Überzeugende Körpersprache, authentischer Auftritt

Kraftvoll und überzeugender wirken und die eigene Körpersprache besser verstehen

Idee und Ziel dieses Trainings Gesenkter Kopf, hängende Schultern oder ängstliche Augen verraten viel über unser Gegenüber. Denn Körpersprache ist Kommunikation ohne Worte. Entscheidend trägt sie zum Gelingen oder Scheitern eines rhetorischen Auftritts bei. Doch Körpersprache lernt man nicht wie englische Vokabeln. Ein guter Schauspieler studiert keine Gesten ein – er lebt sie. Und genau so verhält sich ein mitreißender Redner, ein glaubhafter Gesprächs- und ein überzeugender Verhandlungspartner: er tritt authentisch auf. Wer seinen individuellen Ausdruck findet, gelangt zu mehr Authentizität. Die Trainerin leitet in diesem Seminar praktisch dazu an, die eigene Körpersprache zu kultivieren. Schritt für Schritt erlernen die Teilnehmer das diffizile Wechselspiel aus innerer Befindlichkeit und Bewusstsein über die Außenwirkung. Kurzum: Wem es gelingt, Körpersprache gezielt einzusetzen und Körpersignale bei anderen richtig zu deuten, ist klar im Vorteil.

Inhalte

- › Grundlagen der Körpersprache kennen lernen
- › Authentische Wirkung von Sprache und Körpersprache verstehen
- › Selbst- und Fremdwahrnehmung als Analyse-Instrumente verwenden
- › Persönliche Wirkung aufdecken und optimieren
- › Distanz- und Territorialverhalten bewusst erkennen
- › Beziehungsmanagement durch Körpersprache steuern
- › Begrüßungsrituale nutzen
- › Körperhaltungen und Sitzpositionen richtig verstehen und nutzen

Methodik Kurzpräsentationen, Praxisübungen, Kleingruppenarbeit, Feedback-Runden, Beobachtungssequenzen

Zielgruppe Führungskräfte und Mitarbeiter aller Bereiche

Und was ist das Spezielle an diesem Training? In zahlreichen Praxis-Übungen wird ausprobiert, trainiert und verinnerlicht. Auch sensible Themen sind in der entspannten Atmosphäre mit professionellem Setting gut aufgehoben. Interaktiv und systematisch wird ein optimaler Umgang mit der eigenen Körpersprache entwickelt.

www.lucasct.de/überzeugende-körpersprache-authentischer-auftritt



Sabine Krüger



Maximal 8 Personen



10:00 - 18:00 Uhr



Deutsch



680,00 EUR



Königstraße 30,
22767 Hamburg