



## Eine klare Haltung II – Körpersprache am Arbeitsplatz, Aufbau- und Vertiefungskurs

**Anlass**

Sie nehmen die nonverbalen Signale Ihrer Umgebung wahr und können auch bereits einige Ihrer inneren Botschaften „lesen“. Im Kontakt mit anderen Menschen stellen Sie jedoch immer wieder fest, dass Sie selbst nicht überzeugend auftreten bzw. sich nicht durchsetzen können oder nicht angemessen wahrgenommen werden. Wie wirkt sich z.B. Ihr persönliches Raumverhalten auf das Statusverhalten Ihrer ArbeitskollegInnen, Ihrer KundInnen aus? Durch das bewusste Wahrnehmen und Gestalten der eigenen Körpersprache stärken wir unser Selbstbewusstsein und unterstützen damit ein überzeugtes Vertreten unseres eigenen Standpunktes.

**Inhalt**

Wiederholen – aufbauen – vertiefen

Weitere Themen sind:

- Innere Sicherheit und Vertrauen
- Die Macht der Hände
- Raumverhalten und Statuswippe
- Stimme und Stimmung
- Gut gelaunt im Gespräch
- Persönlichen Fragen steht ein angemessener Raum zur Verfügung

**Ziele**

Mit praktischen Übungen das Körpersprache-Basiswissen erweitern und verfeinern, um es im „Zusammenspiel“ mit Mitmenschen in Beruf und Alltag erfolgreich anwenden zu können.

**Kursleitung**

Yve Stöcklin, Clownfrau, SchauspielerIn und RegisseurIn, Basel, [www.clownschule.ch](http://www.clownschule.ch)

**Adressatenkreis**

Für interessierte Frauen und Männer **mit Körpersprache-Grundkenntnissen**

**Teilnehmerzahl**

Maximal 12 Personen

**Datum, Zeit**

**1. Kurstag:** Donnerstag, 15. September 2022, 10.00 Uhr – ca. 18.15 Uhr und eine Stunde nach dem Abendessen

**2. Kurstag:** Freitag, 16. September 2022, 09.00 Uhr – 16.15 Uhr

**Ort**

Seminar- und Bildungszentrum Antoniushaus Mattli, Mattlistrasse 10, 6443 Morschach, Tel. 041 820 22 26

**Anmeldung**

Bis spätestens Donnerstag, 19. August 2022 an das Bildungsinstitut ARC, Tel. 031 370 21 11 oder über die Homepage [www.formation-arc.ch](http://www.formation-arc.ch)

**Kurskosten**

Für **Mitglieder** werden die Kosten wie folgt übernommen:

- Syna: 4 Kurstage / Jahr bzw. 2 Kurstage für Rentner:innen und Lernende
- transfair / transfair Post: 2 Kurse / Jahr
- SwissPersona: max. 1'000 CHF / Jahr

Anschliessend fallen die Kosten zu Lasten der Teilnehmenden.

**Nichtmitglieder:** CHF 1'150.—

(inkl. Kursunterlagen, Mahlzeiten und Übernachtung)

**Mitnehmen**

Bequeme Kleidung (z.B. Trainerhose und T-Shirt, keine Jeans), rutschfeste Socken / Schläppli

