

Montag + Dienstag, 16. + 17. September 2024, 9h00 - 17h00

Meine klare Haltung II: Aufbaukurs Körpersprache im Alltag und im Berufsleben

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 Kollegen, ihrer Kundinnen aus?

Durch die bewusste Wahrnehmung und Gestaltung der eigenen Körpersprache stärken wir unser Selbstbewusstsein und unterstützen damit ein überzeugtes Vertreten unseres eigenen Standpunktes.

Inhalt

Wiederholung und Vertiefung des Körpersprache-Basiswissens. Weitere Themen: Innere Sicherheit und Vertrauen aufbauen - Die Macht der Hände – Raumverhalten und Status – Stimme und Stimmung - Statusspiele als Barometer im Kontakt mit Menschen – Gut gelaunt im Gespräch.

Persönlichen Fragen steht ein angemessener Raum zur Verfügung.

Ziele

- Die Teilnehmenden erweitern und verfeinern durch praktische Übungen ihr Körpersprache-Basiswissen, um es im „Zusammenspiel“ mit Mitmenschen in Beruf und Alltag erfolgreich anwenden zu können.
- Die Teilnehmenden erleben die Wirkung durch Einsatz unseres „Retters in der Not“ – den Humor.
- Die Teilnehmenden lernen die verborgene Symbolik unserer Gesten und Gebärden kennen und verstehen.

Kursleitung

Yve Stöcklin, Regisseurin, Bewegungsschauspielerin, Clownfrau

Kursort

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

Adressatenkreis

Für interessierte Frauen und Männer mit Körpersprache-Grundkenntnissen

Max. Teilnehmenden-Anzahl

12 Teilnehmende

Kosten

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

formation-ARC.Suisse

Anschliessend fallen die Kosten zu Lasten der Teilnehmenden.

Nichtmitglieder: CHF 1'090.–
(inkl. Kursunterlagen, Mahlzeiten)

Anmeldung: Bis spätestens Montag, 19. August 2024 über die Webseite www.formation-arc.ch