

Erfolgreiche Körpersprache im Beruf - sicher und überzeugend auftreten -

Die Kommunikationsfähigkeit gilt im Berufsleben als entscheidende Schlüsselqualifikation. Nur selten wird dabei die nonverbale Kommunikation in den Mittelpunkt gestellt. Im persönlichen Umgang mit Kunden/Kundinnen, Kollegen und Vorgesetzten spielt sie jedoch eine eminent große Rolle, denn der Gesamteindruck einer Person hängt zu über 50 % von der Körpersprache, Mimik und Gestik und zu weiteren 37% von der Wirkung der Stimme ab. Ob Sie ihr Gegenüber akzeptieren oder ablehnen, ob es Ihnen sympathisch ist oder nicht, Sie brauchen es nicht auszusprechen, Ihr Körper drückt es aus und der andere nimmt es wahr, bewusst oder unbewusst.

Ihr Mehrwert

- Sie lernen, wie Sie Ihre eigene und die Körpersprache anderer Menschen bewusst wahrnehmen und deuten können
- Sie erfahren, wie Sie authentisch und stimmig wirken
- Sie trainieren, wie Sie Ihre Überzeugungskraft und Gelassenheit mittels bewusster und wirkungsvoller Körpersprache (Mimik, Gestik, Stimme) steigern können.
- Sie lernen sympathisch und kompetent zu kommunizieren

Inhalte

- Was ist Körpersprache?
- Wie wirkt Sie? Bedeutung des ersten Eindrucks
- Bedeutung von Einstellung und Gefühlen für die äußere Haltung
- Wie zeige ich Präsenz: Augenkontakt, Mimik, Gestik, Haltung, Stimme
- Mit Distanzzonen professionell umgehen
- Körpersignale erkennen und einsetzen
- Authentisch und überzeugend wirken
- Körpersprache und Beziehung zwischen Gesprächspartnern

Methoden

- Fachliche Inputs, Übungen, Praxisbeispiele

Zielgruppe

- Nicht nur die Zielgruppe als solches sondern z.B. Führungskräfte/Projektleitungen, die Ideengeber und Antreiber sein möchten für /oder Neugierig sind und Neues erlernen möchten.