

Körpersprache für Berater und Kursleiter

Referentin: Dipl.-Psych. Sibylle Baumgartner

Termin: 23./24.10.2010, Samstag 10:00–18:00 und
Sonntag 9:00–15:00 Uhr

Das erste Hauptanliegen dieses Seminars ist es, stimmiges und individuelles Auftreten zu trainieren. Dazu bietet das Seminar viele Übungen zur Selbstwahrnehmung und kurze theoretische Inputs an. Denn um stimmig aufzutreten halte ich ein auswendig gelerntes Repertoire an Gesten für hinderlich. Stattdessen lade ich Sie in Übungen mit angeleiteter Eigenwahrnehmung dazu ein, Ihre Individualität zu fördern – die ich für unersetzbar wertvoll halte für eine stimmige, echte Haltung.

Die Innenwirkung unserer Körpersprache zu spüren liegt mir dabei besonders am Herzen: wie wirkt unsere Körperhaltung auf unser Selbstbewusstsein, unser Befinden und unsere Emotionen?



Fremdwahrnehmung, also die diagnostischen Fähigkeiten beim „Lesen“ der Körpersprache Anderer zu üben ist das zweite Hauptziel des Seminars. Denn die verhilft uns zu mehr Klarheit in Beziehungen und Kontakten, weil wir auch die Signale des Körpers miteinbeziehen. Wir haben gelernt, Worte genau zu beachten - in diesem Training können Sie üben, den Körperausdruck als wirksame Informationsquelle miteinzubeziehen. Durch Feedback im geschützten Raum erhalten Sie Informationen über Ihre Wirkung auf Andere und Anregungen, um Ihre Wirkung zu „erhöhen“. Speziell für Kursleiter werfen wir einen Blick auf verschiedene Positionen an Tafel/Flipchart, bringen Sie gerne Situationen mit, die Sie üben möchten.

Dieses Seminar bietet einen Raum für achtsame Wahrnehmung und Trainieren des Bewusstseins für Körpersprache. Ziel ist, den Körper gleichwertig in den Alltag zu integrieren, als Bereicherung in Beziehungen und beim eigenen stimmigen Auftreten.

Themen:

- Elemente der Körpersprache wie Haltung, Stand, Position im Raum, Mimik, Atmung, Distanz-Nähe, Emotionen, Situationen wie „Betreten eines Raums“.
- Innenwirkung: Wie wirkt meine Körpersprache auf mich? Mit dem Körper Motivation, Kontakt und Selbstsicherheit erleichtern, und umgekehrt.
- Außenwirkung: Wie wirkt meine Körpersprache auf Andere, was erkennen sie (nicht), eindeutig (uneindeutig), worauf ich achten kann.

Kosten: Pro Person 270,- EUR inkl. MwSt.
QUETHEB-Mitglieder erhalten 20% Rabatt (4 Punkte im Modul M/P)

Teilnehmerzahl: max. 12 Teilnehmer

Zur Referentin:

- Sibylle Baumgartner ist Diplom-Psychologin (Studium in Frankreich und Mannheim)
- Jahrgang 1977, lebt in München
- Seit 2003 Arbeit mit Gruppen und als Moderatorin in der Wirtschaft
- Fortbildungen „Gruppenleiter PMR nach Jacobson“, in pädagogische Themen, Methoden der Erwachsenenbildung, gewaltfreie Kommunikation (Rosenberg).
- Seminarleiterin im Bereich persönliche und soziale Kompetenzen: Selbstsicherheit, Körpersprache, Kommunikation, Erziehungsstile/Führungsstile.
- Selbstständige Unternehmensberaterin mit Themen wie Management- und Prozessberatung; Qualitätsmanagement; Führungsfeedback (Kursleitung ist auch Führung).

Verwenden Sie für die Anmeldung bitte das beigefügte Anmeldeformular!

Dipl. Psych. Sibylle Baumgartner
zweigarten managementberatung
Linprunstr. 44
80335 München

oder per Email:
sb@zweigarten.de

oder per Fax:
032-1210 639 66

Anmeldung für das Seminar Körpersprache für Berater und Kursleiter am 23.-24. Okt. 2010 in München

Ich bin:

- kein QUETHEB-Mitglied (270,- EUR)
- QUETHEB-Mitglied (20% Rabatt: 216,- EUR). Mitgliedsnummer:.....

Name:

Adresse:

Telefon, Email:

Datum und
Unterschrift:

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Seminarbedingungen an. Die Seminarinformationen habe ich gelesen.

Bitte unteren Abschnitt aufbewahren

Seminarort: München, der genaue Seminarort wird noch bekannt gegeben. Mit der Anmeldebestätigung erhalten Sie genauere Angaben und eine Wegbeschreibung zum Seminarort.

Seminarzeiten: Samstag 10:00–18:00 und Sonntag 9:00–15:00.

Seminargebühr: Die Seminargebühr beträgt 270,- EUR. QUETHEB-Mitglieder erhalten 20% Rabatt (216,- EUR), jeweils 19% MwSt inklusive. Die Seminargebühr wird 6 Wochen vor Seminarbeginn fällig. Die Seminargebühr kann momentan nur per Überweisung beglichen werden, um die interne Verwaltung zu minimieren. Falls das für Sie nicht möglich ist, nehmen Sie bitte mit mir Kontakt auf (s.o.). Bitte geben Sie bei allen Überweisungen als Verwendungszweck „Kommunikation Berater“ mit Monat/Jahr und Teilnehmernamen an.

Anmeldung: Mit einer Anmeldung und der Überweisung der Seminargebühr sind Sie verbindlich angemeldet. Die Teilnehmerzahl beträgt maximal 12 und mindestens 6.

Rücktritt: Wenn Sie nach der Anmeldung zurücktreten, entstehen abhängig vom Zeitpunkt Ihres Rücktritts folgende Stornokosten:
- bis 4 Wochen vor Seminarbeginn: 30,- EUR
- danach ist der gesamte Betrag fällig. Wird ein Ersatzteilnehmer benannt, fallen keine Kosten an.

Bankverbindung: Sibylle Baumgartner, Deutsche Bank MA Neckarstadt. Konto-Nr. 512 13 6300, BLZ 670 700 24. IBAN: DE 39 67070024 0512136300; Bic/Swift: DEUT DE DBMAN.

Getränke sind im Seminarhotel an der Bar erhältlich (auf eigene Rechnung, bitte Bargeld mitbringen). Wie wir die Mittagspause verbringen wollen, besprechen wir im Seminar. Bei weiteren Fragen kontaktieren Sie mich bitte (s.o.).