

Lebendiger Körperausdruck

Körpersprache in der Begegnung

Körpersprache ist entscheidend dafür, wie wir in der Kommunikation mit anderen wahrgenommen werden. Wenn wir uns unseres eigenen Körperausdrucks und dem anderer Menschen bewusst sind, können wir Situationen und Beziehungen aufmerksamer gestalten.

Im Seminar lernst Du, Deinen Körper differenzierter wahrzunehmen und körperliche Signale zu erfassen und einzusetzen, innere Einstellung und äußere Haltung in Einklang zu bringen und dadurch ein souveränes und authentisches Auftreten zu entwickeln und lebendig und flexibel auf Menschen und Situationen zu reagieren.

Im Zentrum stehen praktische, naturgemäß sehr körperbetonte Aufgaben. Du übst alleine, mit Partner:in und in der Kleingruppe. Ihr gebt Euch gegenseitig Rückmeldungen, erhaltet individuelle Hinweise und präsentiert auch mal etwas vor den anderen.

Bitte bringe Freude am Ausprobieren und Austauschen sowie warme und bequeme Kleidung und eine Matte oder Decke mit!

Workshop

für Universitäten, Hochschulen,
(Berufliche) Schulen, Bildungseinrichtungen,
Erwachsenenbildung

Gruppe

12–16 Personen
Studierende, Auszubildende, Schüler:innen
aller Fachrichtungen

Zeiten

2–3 Tage

Raum

heller, hoher, warmer Raum
mind. 5 qm freie Fläche pro Person
sauberer, glatter Boden (Parkett)
wischbare Schreibgelegenheit
bewegliche Stühle

Honorar

auf Anfrage
zzgl. Spesen (Reise, Hotel),
ggf. Umsatzsteuer

Kontakt

info@dirkschuka.de
www.dirkschuka.de