

2

Seminare für Führungskräfte 24. – 26. Januar 2011

Wertschätzung durch Haltung

Ausstrahlung und Körpersprache





Seminarleitung: Leila Adjemi, über 20 Jahre Bühnenerfahrung in den Bereichen Moderation, Gesang und Tanz, ein Studium in Kunsttherapie und Kreativpädagogik, Ausbildung in Entspannungstechniken sowie eine Ausbildung in Hypnotherapie/Mentaltraining nach M. Erickson. Seit über 10 Jahren schult sie Ärzte, Führungskräfte, Juristen und Oberbürgermeister, Fernsehmoderatoren in Ausstrahlungskraft und Körpersprache, aber auch immer mehr zum Thema Stressprävention, wobei Körperarbeit ein wichtiges Medium darstellt.

24. – 26. Januar 2011 → Wertschätzung durch Haltung Ausstrahlung und Körpersprache

Was haben Bürgermeister, Ärzte, Unternehmer, Führungskräfte und Lehrer gemeinsam?

- Sie sind alleine, haben große Projekt- und Personalverantwortung, bzw. Verantwortung für Menschen,
- gehören zur Burn-Out-Risikogruppe Nr. 1,
- werden ständig als Projektionsfläche missbraucht,
- machen mehrere Jobs gleichzeitig,
- sind Vorbilder,
- gehen erfahrungsgemäß immer über ihre Grenzen und sollen dabei Mensch bleiben und Haltung bewahren!

In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie sich für die eigene Körpersprache sensibilisieren.

Diese nämlich erweist sich als Sprungbrett für einen wirkungsvollen Auftritt – ganz gleich in welchem Handlungsumfeld.

Gerade Menschen in leitenden und verantwortlichen Positionen spüren oft, dass Fachkompetenz allein nicht genügt, um erfolgreich zu sein. Jedoch, wie gelingt das zwischenmenschliche Miteinander?

Körpersprache erlernen bedeutet, sich nicht darauf zu konzentrieren, wie ich mich bewegen oder was ich tun oder lassen soll. Es ist viel-mehr ein Prozess, sich darüber klar zu werden, welche

Botschaften ich senden möchte und wie meine Wertschätzungsgrundhaltung im Bezug auf die eigene Person sowie dem Gegenüber ist.

Ziele

- Strategien entwickeln, um auch in schwierigen Situationen souverän wirken und argumentieren zu können
- Kennen und verstehen lernen von beeinflussenden Möglichkeiten der Körpersprache
- Zum individuellen Ausdruck finden
- Nachhaltig positiv wirken, ohne gesprochen zu haben

wertebewusst persönlichkeitsbildend qualifizierend

- Sicherheit gewinnen beim Repräsentieren eines Unternehmens
- Die rationale Präsenz durch Körperlichkeit entlasten
- Mit Lampenfieber konstruktiv umgehen lernen
- Die Macht der persönlichen Entscheidung verstehen - und bewusst einsetzen lernen, um gezielter über Ausstrahlung verfügen zu können.

Methoden

- Rollenspiele
- Schauspielübungen
- Bewegungsübungen zur differenzierten Körperwahrnehmung

- Diskussions- und Feedbackeinheiten
- Über Techniken und Wahrnehmungsübungen lernen die Teilnehmer
- auch nachhaltig ihre Ausdrucksfähigkeit zu aktivieren

Terminangebot

Montag, 24. Januar 2011, 14 Uhr bis

Mittwoch, 26. Januar 2011, 13 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.

Tagungskosten

Tagungsbeitrag € 320,-

Verpflegung und Übernachtung € 203,-

im Einzelzimmer

Das Angebot umfasst die Vollpension, nur auf die Übernachtung kann verzichtet werden.

Anmeldung und Anfragen

Anmelden können Sie sich schriftlich oder per eMail: weingarten@akademie-rs.de

Tagungshaus Weingarten

Akademie der Diözese Rottenburg-Stuttgart
Tagungshaus Weingarten
Kirchplatz 7
88250 Weingarten (Oberschwaben)
Tel. +49 751 5686-0
Fax +49 751 5686-222
weingarten@akademie-rs.de
www.akademie-rs.de

Verantwortlich:
Dr. Rainer Öhlschläger

Mit der Bahn: Ab Bahnhof Ravensburg in 15 Minuten mit dem Bus Linie 2 bis Weingarten „Post“. Zu Fuß die Treppe zur Basilika hoch, durch den linken Torbogen zur Rückseite der Klosteranlage. Taxifahrpreis von Ravensburg ca. 12 €.

Mit dem Flugzeug: Der Flughafen Friedrichshafen ist 20 km entfernt und direkt an die Bahnlinie angeschlossen. Direktflüge nach Berlin, Dresden, Frankfurt, Graz, Hamburg, Köln/Bonn und Wien.

Mit dem PKW: Auf der B 30, Ulm – Friedrichshafen, Abfahrt „Weingarten“ in Richtung Weingarten. Drei Kilometer geradeaus Richtung Wolfegg. Nach kurzem Anstieg der Straße der Beschilderung „Kath. Akademie“ nach rechts folgen. Ruftaste an der Schranke drücken. Bitte benutzen Sie die von der Akademie ausgewiesenen Parkplätze!

