

# 2

**Seminare für Führungskräfte** 23. – 25. Januar 2012

**Wertschätzung durch Haltung**

Ausstrahlung und Körpersprache





**Seminarleitung: Leila Adjemi**, über 20 Jahre Bühnenerfahrung in Moderation, Gesang und Tanz, Studium in Kunsttherapie und Kreativpädagogik, Ausbildung in Entspannungstechniken, sowie Ausbildung in Systemischer Kommunikations-Hypnotherapie/Mentaltraining nach Milton Erickson. Seit 16 Jahren schult sie Ärzte, Therapeuten, Führungskräfte, Juristen, Ober-Bürgermeister und Fernsehmoderatoren in Ausstrahlungskraft und Körpersprache, aber auch immer mehr zum Thema Stressprävention, wobei Körperarbeit ein wichtiges Medium darstellt.

### 23. – 25. Januar 2012 → 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.

Gerade Menschen in leitenden und verantwortlichen Positionen spüren oft, dass Fachkompetenz allein nicht genügt, um erfolgreich zu sein. Körpersprache erlernen bedeutet, sich nicht darauf zu konzentrieren, wie ich mich bewegen oder was ich tun oder lassen soll. Es ist vielmehr ein Prozess, sich darüber klar zu werden, welche Botschaften ich senden möchte und wie meine Wertschätzungshaltung 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.
- Sicherheit gewinnen beim Repräsentieren eines Unternehmens.
- Die rationale Präsenz durch Körperlichkeit entlasten.
- Die Macht der persönlichen Entscheidung verstehen und bewusst einsetzen lernen, um gezielter über positive Ausstrahlung verfügen zu können.

# wertebewusst persönlichkeitsbildend qualifizierend

## Methoden

- Bewegungsübungen zur differenzierten Körperwahrnehmung
- Diskussions- und Feedbackeinheiten
- Wahrnehmungsübungen im Bezug auf Körpersprache
- Über Techniken aus der modernsten Neurowissenschaft lernen die Teilnehmer/Innen auch nachhaltig ihre Ausdrucksfähigkeit zu aktivieren

## Terminangebot

Montag, 23. Januar 2012, 14 Uhr bis

Mittwoch, 25. Januar 2012, 13 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.

## Seminarkosten

Seminarbeitrag

€ 370,-

Verpflegung und Übernachtung

€ 203,-

im Einzelzimmer

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

**Einzelcoaching Körpersprache:** Leila Adjemi bietet an folgenden Tagen ergänzend auch Einzelsitzungen an, um die Kursinhalte auf ganz persönliche Weise vertiefen zu können. Es können Einzeltermine oder ein Kontingent gebucht werden. Kosten pro Sitzung € 95,-.

## Terminangebot Einzelcoaching

Mittwoch, 25.01.; Mittwoch, 29.02.; Mittwoch,

14.03.; Mittwoch, 25.04.; Mittwoch, 12.09.;

Mittwoch, 24.10.; Mittwoch, 28.11.2012

## Buchung Einzelcoaching

direkt unter: leila.adjemi@web.de

### Anmeldung und Anfragen

Anmelden können Sie sich schriftlich oder per eMail: [weingarten@akademie-rs.de](mailto:weingarten@akademie-rs.de)

### Tagungshaus Weingarten

Akademie der Diözese Rottenburg-Stuttgart  
Tagungshaus Weingarten  
Kirchplatz 7  
88250 Weingarten (Oberschwaben)  
Tel. +49 751 56 86-0  
Fax +49 751 56 86-222  
[weingarten@akademie-rs.de](mailto:weingarten@akademie-rs.de)  
[www.akademie-rs.de](http://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!

