



# Momente der Auszeit

2017

## Workshop – Ob du willst, oder nicht - der Körper spricht!

Ein achtsames Körpersprachetraining fürs  
neue Jahr

Mi., 13.12.2017 / 18.<sup>30</sup> – 21.<sup>30</sup> Uhr Kurs-Nr.: SW-1312



Stefanie Wally

Körpersprache- und  
Kommunikationstrainerin

Über 90% der direkten zwischenmenschlichen Kommunikation wird über die Körpersprache vermittelt. So, wie sich ein Mensch in seiner Mimik, Gestik, seinen Körperhaltungen, seiner Stimme und seinem Atem ausdrückt, so wird er wahrgenommen. In der Alltagskommunikation sitzt dabei so manche Tücke, wenn man das, was man meint, irgendwie nicht richtig „überbringt“!

**Eine eindeutige Körpersprache ist dabei der Schlüssel zu einer Kommunikation, die über die Kraft der Worte hinausreicht.**

Missverständnisse lösen sich blitzschnell auf und Kommunikation wird herzlich, erfrischend und höchst wirksam. Grundlage für dieses praxisorientierte Training bilden sieben Leitlinien für eine lebendige und effektive Kommunikation, die Sie an diesem Abend spielerisch kennenlernen.

Übungen zur Selbstwahrnehmung erhöhen die persönliche Präsenz. Denn wenn man seinen Körper richtig wahrnimmt, kann man in ihm lesen wie in einem Buch und gleichzeitig kann man dann viele Fragen „aus sich selbst heraus“ beantworten.

**Gebühr: 39,- €**

**Verbindliche Anmeldung** bitte bis **3 Tage vor dem Termin** bei **Momente der Auszeit** – hierfür nutzen Sie bitte unser Kontaktformular auf unserer Website. Gerne sind wir auch telefonisch für Sie erreichbar (AB).

