

Kursleitung

Simone Schatz

Heilpraktikerin für Psychotherapie (Schwerpunkt: Theatertherapie, Körperpsychotherapie),
Schauspielerin, Yogalehrerin/-therapeutin, Irsee

Teilnehmerkreis

alle Interessierten

Teilnehmerzahl

14 Personen

Termin

Mittwoch, 21.03.2018, 12:30 Uhr bis
Freitag, 23.03.2018, 13:00 Uhr

Kursgebühr

385,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

285,00 € inkl. Verpflegung

Anmeldung und Information

Bildungswerk Irsee

Klosterring 4

87660 Irsee

Tel.: +49 (0)8341 906-608 oder -604

Fax: +49 (0)8341 906-605

E-Mail: info@bildungswerk-irsee.de



Veranstaltungsort

Kloster Irsee

Schwäbisches Tagungs- und Bildungszentrum

Klosterring 4

87660 Irsee

Tel.: +49 (0)8341 906-00

Sie erreichen Kloster Irsee

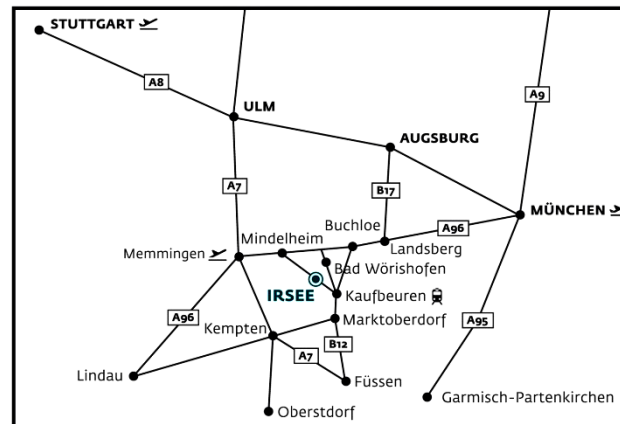
mit dem Auto

Von Norden wie von Süden über die A7 Ulm-Kempten, bei Memmingen auf die A96 Richtung München bis zur Ausfahrt Bad Wörishofen, hier Richtung Kaufbeuren.

Von München und Augsburg aus in einer Stunde über die A96. Ab Ausfahrt Jengen/Kaufbeuren weiter auf der B12 bis zur Ausfahrt Germaringen/Neugablonz/Pforzen/Irsee.

mit der Bahn

Das von Irsee 7 km entfernte Kaufbeuren verfügt über günstige Zugverbindungen von und nach Augsburg, München und Zürich.



Stand: 22.11.2017

Bildungswerk Irsee

www.bildungswerk-irsee.de

Körpersprache

Die Signale des Körpers sehen

Kurs 100/18

21.03.2018 - 23.03.2018

Kloster Irsee



Bildungswerk des
Bayerischen Bezirktags

Psychiatrie - Psychotherapie

Körpersprache (100/18)

Lange bevor Worte fallen, sind wir bereits in der Kommunikation, haben Eindruck gemacht oder einen Eindruck des Gegenübers gewonnen. Warum? Weil der Körper und das Unterbewusstsein schneller "reden" als der Neokortex.

Der Körper trägt einen großen Teil unserer Kommunikation und beeinflusst das subjektive Erlebnis einer Gesprächssituation. Emotionen, Gefühle und Einstellungen, die wir mit einer Information verbinden, artikulieren wir selten durch Worte - aber sie sind in unserem Körperverhalten durch bestimmte Signale erkennbar. Diese Signale - die Sprache des Körpers, unsere eigene und die des anderen - zu verstehen, ist der Fokus dieses Kurses.

Einer Einführung in die Körpersprache folgen Wahrnehmungsübungen. Haltung, Gestik, Mimik, Stimme werden betrachtet, eigene und die Interpretationen des Gegenübers und deren Bedeutung für die Kommunikation reflektiert.

Theoretischer Input und Übungen wechseln sich ab. Die Übungen erfolgen in Einzel-, Partner-, Kleingruppen- und Plenumsarbeit, auf Erfahrungsaustausch wird Wert gelegt.

Ziel des Seminars ist es, über Impulse und Anregungen die Sprache des Körpers besser zu verstehen, um letztlich zu einer besseren, ehrlicheren und positiveren Kommunikation zu kommen.

Hinweis:

Bitte bequeme Kleidung mitbringen!

Mittwoch, 21.03.2018

- 12:30 Uhr **Begrüßung** im Foyer
Dr. Stefan Raueiser
Leiter Bildungswerk
Mittagessen
- 14:00 Uhr Vorstellungsrunde
Einführung – Was ist Körpersprache?
Simone Schatz
- 15:30 Uhr Kaffeepause
- 16:00 Uhr Die eigene Haltung – die eigenen Grenzen – erste Übungen der Körperarbeit und Reflexion
Simone Schatz
- 18:00 Uhr Abendessen

Donnerstag, 22.03.2018

- 07:00 Uhr Frühstück
- 09:00 Uhr Die Psychologie des Körpers: Außen = Innen, Innen = Außen
Simone Schatz
- 10:30 Uhr Kaffeepause
- 11:00 Uhr Sprache und Atem – was die Stimme über uns verrät und wie wir unsere Stimme besser wirken lassen
Simone Schatz
- 12:30 Uhr Mittagessen

Fortsetzung Donnerstag, 22.03.2018

- 14:00 Uhr Offene Augen, offene Gestik offene Haltung – wie bleibe ich authentisch und präsent?
Simone Schatz
- 15:30 Uhr Kaffeepause
- 16:00 Uhr Übungen, Rollenspiele mit Alltagsrelevanz und gemeinsame Reflexion
Simone Schatz
- 18:00 Uhr Abendessen

Freitag, 23.03.2018

- 07:00 Uhr Frühstück
- 09:00 Uhr Techniken des Einflusses – die Spiegelung
Simone Schatz
- 10:30 Uhr Kaffeepause
- 11:00 Uhr Kulturelle Unterschiede
Feedbackrunde
Simone Schatz
- 12:30 Uhr Mittagessen
(Änderungen vorbehalten)