

# Kommunikation – Wege zu innerer Haltung und äußerer Präsenz

Kommunikation ist allgegenwärtig. Kommunizieren soll jeder können. Doch wie schaffe ich mir eine körperliche und inhaltliche Präsenz? Über die innere Haltung. Es bedarf einer inneren Koordination um äußere Effekte zu erzielen. Geist und Körper spielen zusammen. Wie Sie dieses Zusammenspiel im beruflichen Alltag mit Leichtigkeit und Kraft einsetzen können, erfahren Sie in diesem Seminar.

## Inhalte

Haltung	→	Selbstbild, eigene Werte und Rollen
Wahrnehmung	→	Signale erkennen und entschlüsseln, Signale senden
Technik	→	Fragetechniken, Interventionsstrategien
Selbstpräsentation	→	Anlässe, Ziele, Haltung, Körper, Stimme, Medien

## Kompetenzziele

Nach diesem Seminar kennen Sie sich, haben ein klares Selbstbild und daraus eine authentische Kommunikationshaltung entwickelt. Sie haben mehr erfahren über die spezifischen Kommunikationsprozesse, wie sie diese entschlüsseln und steuern können. Sie haben handfeste Tipps, wie sie Ihre innere Haltung, Ihre Ziele über Körpersprache, Stimme und Medien effizient transportieren können. Sie sind präsent.

## Rahmenbedingungen

Tagesseminar, praktische Übungen in Form von Einzel- und Gruppenarbeiten, Fall- und Rollenspiele wechseln sich mit Input und Diskussionsrunden ab.

## Trainingsziele

[1] sich orientieren      [2] zulassen      [3] losgehen

