

## **AUFBAUKURS**

### **KörperSprache**

Hinter einem Rednerpult versteckt? Die Augen auf das Blatt? Den Vortrag schlicht heruntergeleiert? Das reißt keinen vom Hocker. Der weitaus größere Teil einer Botschaft wird über die persönliche Ausstrahlung vermittelt – über Körpersprache und Stimmlage. Je höher die Übereinstimmung von Inhalten, körperlichem Ausdruck und Stimmlage ist, desto überzeugender wirkt Ihre Präsenz. Von dort aus schließt das Publikum direkt auf Ihre Persönlichkeit.

#### **Das Training**

Sie erfahren mehr über das Verhältnis von Körper und Sprache. Jeder Mensch hat seinen individuellen Ausdruck und seinen eigenen Ton. Stimme und Stimmung hängen zusammen. Doch wie wirkt Ihr „Innen“ nach „außen“? Was lösen Tonfall, Lautstärke und Tempo, abgesehen vom Gesagten, aus. Erst wenn uns die Zusammenhänge bewusst werden, können wir sie steuern.

#### **Das Training wird begleitet von Christian Kirchhof (Logopäde)**

#### **Die Ziele**

- Körperliche Präsenz
- Stimmliche Präsenz
- Authentizität und Glaubwürdigkeit
- Die eigenen Voraussetzungen und Talente erkennen und optimieren
- Mehr über sich und die Wirkung auf andere erfahren
- Die eigenen Grenzen erkennen und sie in kleinen Schritten erweitern

#### **Referent**

Jochen Biganzoli ist Theaterregisseur und arbeitet seit zehn Jahren erfolgreich als Trainer. Seine Kompetenz ist die Erfahrung und das Handwerk aus dem Theaterbereich, d.h. körperliche Vorgänge im Zusammenhang mit der Wirkung herauszuarbeiten und zu benennen. Jede Führung fängt mit Selbstführung an. Deshalb versucht er, das Positive zu verstärken, denn Selbstführung heißt, die eigenen Fähigkeiten weiterentwickeln zu können.

#### **Dauer**

2 Tage á 8 Stunden