

Aufbauseminar:

## Ich sehe was, was du nicht siehst II

Wahrnehmung & Achtsamkeit

### Wer profitiert davon?

Führungskräfte und Mitarbeiter/innen, die nach dem Basisseminar „Ich sehe was, was du nicht siehst“ weiter an ihrer Wahrnehmung für Räume, Stimmungen, andere Personen und sich selbst arbeiten wollen

### Ausgangssituation:

Nach dem Basisseminar „Ich sehe was, was du nicht siehst“ sind Sie schon viel aufmerksamer geworden und erkennen zielsicher optische Veränderungen wie neue Haarschnitte und Brillen. Ihr Timing ist stimmiger geworden und die Körpersprache der anderen ist für Sie kein Buch mit sieben Siegeln mehr.

Manchmal entgeht Ihnen aber noch die Stimmung Ihres Gegenübers, wodurch Sie bei Gesprächen und Interaktionen gerne mal in Sackgassen landen. Auch bei der Arbeit im Team und beim Blick für Details hapert es bei Ihnen teilweise noch etwas.

Kommt Ihnen etwas davon bekannt vor? Dann ist „Ich sehe was, was du nicht siehst II“ das richtige Aufbauseminar für Sie!

### Die wichtigsten Themen im Überblick:

- *Wie lerne ich, alle meine Sinneskanäle zur Wahrnehmung zu nutzen?*
- *Was kann es bringen, einzelne Sinne bewusst auszublenzen, um andere zu schärfen?*
- *Wie kann ich Details und die Gesamtsituation bewusster wahrnehmen?*
- *Wie lese ich die Absichten und die Stimmung meines Gegenübers?*
- *Wie verändert eine geschärfte Wahrnehmung meine Kommunikation?*
- *Wie kann mir gesteigerte Achtsamkeit helfen, Wendepunkte in Gesprächen vorauszuahnen?*
- *Wie kann ich durch ein verbessertes Feingefühl effektiver im Team arbeiten?*
- *Wie erkenne ich schneller Veränderungen in Räumen, Situationen und Erscheinungsbildern?*

### Optionale Videoanalyse:

ja

### Teilnehmerzahl:

10-14 Teilnehmer/innen

### Wie lange?

4-6 Stunden

### Empfohlene Folgeseminare:

- ▶ *Wie ein offenes Buch*
- ▶ *Unerwartetes erwarten*
- ▶ *Im Gleichgewicht*
- ▶ *Nie mehr Schachmatt!*