

*Basisseminar:*

## Wie ein offenes Buch

**Körpersprache & Aktives Zuhören**

### Wer profitiert davon?

Führungskräfte und Mitarbeiter/innen, die die Körpersprache ihres Gegenübers und Aktives Zuhören neu kennenlernen oder als Refresher erleben möchten

### Ausgangssituation:

Sie führen täglich viele Gespräche, sind sicher in Ihrer fachlichen Argumentation und brennen für Ihre Inhalte. Sie erzählen und präsentieren dabei leidenschaftlich und versuchen, Ihr Gegenüber auf Ihre Art und Weise zu überzeugen.

Gehen Sie manchmal trotzdem mit einem komischen Gefühl aus dem Gespräch, weil der Gesprächspartner auf eine Frage gar nicht oder ablehnend reagiert hat? Weil er auf einmal die Arme verschränkt oder mit einer für Sie ablehnenden Gestik reagiert hat? Haben Sie manchmal das Gefühl, dass Zuhören in der Situation besser gewesen wäre als zu sprechen? Dann ist „Wie ein offenes Buch“ genau das richtige Seminar für Sie.

### Die wichtigsten Themen im Überblick:

- *Wie komme ich zur Tür herein und trete sicher auf?*
- *Wie begrüße ich und wann fange ich an zu sprechen?*
- *Wie gewinne ich Präsenz?*
- *Wie setze ich meine Atmung und meine Stimme bewusst ein?*
- *Wie deute ich die Körpersprache meines Gegenübers richtig und vermeide Fehlinterpretationen?*
- *Wie erkenne ich körperliche Habits (Gewohnheiten)?*
- *Spiegeltechnik: Wie kann ich mein Gegenüber sympathisch spiegeln und erreiche dadurch eine neue Gesprächsebene?*
- *Wie kann ich die Situation „Schreibtisch“ für mich nutzen und wie sitze und präsentiere ich am besten?*
- *Wie stelle ich die richtigen Fragen und wie erkenne ich dafür die richtige Zeit?*
- *Was ist Aktives Zuhören? Wie setze ich es ein und welche Techniken gibt es?*
- *Wann halte ich im Gespräch Blickkontakt, wann meide ich diesen?*

### Optionale Videoanalyse:

nein

### Teilnehmerzahl:

10-14 Teilnehmer/innen

### Wie lange?

4-6 Stunden

### Empfohlene Folgeseminare:

- ▶ [Wie ein offenes Buch II](#)
- ▶ [Sagen, ohne zu sprechen](#)
- ▶ [Ich sehe was, was du nicht siehst](#)
- ▶ [Im Gleichgewicht](#)
- ▶ [Nie mehr Schachmatt!](#)