

Lebendige Körpersprache (Improvisationstraining)

Seminar für Studierende, Auszubildende und Schüler:innen aller Fachrichtungen
Angebot für Universitäten, Hochschulen, (Berufliche) Schulen und Bildungseinrichtungen

Körpersprache ist entscheidend dafür, wie wir in der Kommunikation mit anderen wahrgenommen werden. Wenn wir uns unseres eigenen Körperausdrucks und dem anderer Menschen bewusst sind, können wir Situationen und Beziehungen aufmerksamer gestalten.

Im Seminar lernst Du, Deinen Körper differenzierter wahrzunehmen und körperliche Signale zu erfassen und einzusetzen, innere Einstellung und äußere Haltung in Einklang zu bringen und dadurch ein souveränes und authentisches Auftreten zu entwickeln und lebendig und flexibel auf Menschen und Situationen zu reagieren.

Im Zentrum stehen *praktische, naturgemäß sehr körperbetonte Aufgaben*. Du übst alleine, mit Partner:in und in der Kleingruppe. Ihr gebt Euch gegenseitig Rückmeldungen, erhaltet individuelle Hinweise und präsentiert auch mal etwas vor den anderen.

Bitte bringe Freude am Ausprobieren und Austauschen sowie warme und bequeme Kleidung und eine Matte oder Decke mit!

Gruppe

12–16 Teilnehmende,
nach Absprache auch mehr

Zeiten

2–3 Tage

Raum

60–80 qm freie Fläche;
sauberer und glatter Boden,
bevorzugt Holz; Stühle;
wischbare Schreibgelegenheit
(Tafel/Kreide, Board/Marker)

Honorar

Auf Anfrage;
zzgl. Spesen (Reise, Hotel),
ggf. Umsatzsteuer

Trainer

Schwerpunkt auf Bewusstheit,
Sensibilität, Flexibilität, Präsenz,
Ausdruck, Kontakt, Lernen und
persönlicher Entwicklung, vorrangig
tätig in den Bereichen *Bildung,
Forschung, Beratung, Erziehung,
Bewegung*.

Kontakt

www.dirkschuka.de
info@dirkschuka.de
+49.(0)7633.9389162 (AB)