

Steigern Sie die Wirkkraft  
Ihres Auftritts!

Seminar

# Körpersprache & nonverbale Kommunikation

Persönliche Wirkung gezielt und überzeugend einsetzen



## Die Top-Themen:

- Nonverbales Repertoire erweitern und die eigene Wirkung optimieren
- Körpersprachliche Signale des Gegenübers verstehen und nutzen
- Typgerecht agieren, um die eigenen Ziele zu erreichen
- Durch positive Gedanken überzeugend und authentisch auftreten
- Souverän umgehen mit kritischen Gesprächen

## Termine und Orte

- 18. und 19. Januar 2024  
Nürtingen
- 14. und 15. Mai 2024  
Frankfurt am Main
- 12. und 13. September 2024  
Potsdam

Punkten Sie auch nonverbal, um  
Ihre Ziele zu erreichen.

## Ihre Seminarleitung

Margit Lieverz,  
Die Freisprecherin, Frankfurt

## Allgemeine Informationen

### Zielsetzung

**Der Körper kann nur die Wahrheit – unsere Körpersprache ist somit immer mit unseren Gedanken und Emotionen verbunden. Wie gelingt es daher, sicher und durchsetzungsstark zu kommunizieren, ohne sich zu verstellen? Wie schafft man es, die eigenen Körpersignale gezielt einzusetzen sowie die Körpersprache anderer gekonnt zu entschlüsseln und für sich zu nutzen?**

In diesem Praxisseminar erfahren Sie, wie Sie alle Facetten der Kommunikation optimal miteinander verbinden für einen authentischen und souveränen Auftritt. Nutzen Sie die Wirkkraft positiver Gedanken auf Ihre Haltung. Erweitern Sie Ihr nonverbales Repertoire und setzen Sie Ihre Körpersprache gezielt ein, um für Ihre Themen zu begeistern und Ihre Ziele zu erreichen. Sie erhalten zudem wertvolle Tipps für den souveränen Umgang mit (vermeintlicher) Kritik.

Bewährte interaktive Übungsmethoden in der Gruppe werden durch wertschätzende Videoanalysen ergänzt und ermöglichen einen unmittelbaren Effekt auf Ihre Präsenz und Wirkung in Meetings, Vorträgen, Präsentationen, Verhandlungen und Kundenterminen.

### Zielgruppe

- Fach- und Führungskräfte
- alle, die ihre Körpersprache bewusst und gezielt für einen überzeugenden Auftritt einsetzen möchten

### Inhouse-Seminar

Dieses Seminar können Sie auch als firmeninterne Schulung buchen:

Wir erstellen Ihnen gerne ein individuelles Angebot. Rufen Sie uns an.

 **Frau Angela Bungert/Herr Jens Wilk**  
Tel.: +49 211 6214-200, E-Mail: inhouse@vdi.de  
**Herr Heinz Küsters**    
Tel.: +49 211 6214-278, E-Mail: kuesters@vdi.de

### Veranstaltungsdokumentation

Jeder Teilnehmer erhält eine Dokumentation wie Präsentationsunterlagen, Handbuch o.ä. und eine VDI Wissensforum-Teilnahmebescheinigung.



### Seminarleitung

Margit Lieverz, Die Freisprecherin, Frankfurt



Margit Susan Lieverz ist „Die Freisprecherin“. Sie ist ausgebildete Schauspielerin, erfolgreiche Moderatorin und Rednerin. Als Expertin für Kommunikation, Präsentation und Körpersprache unterstützt und begleitet sie Menschen bei der Vorbereitung von Vorträgen, Präsentationen und TV-Auftritten. Ihr Buch „Reden ist

Silber – Freireden ist Gold“ ist dabei ein umfassendes Handout. Als Rednerin begeistert Margit Susan Lieverz bundesweit jährlich mehrere tausende Gäste auf Veranstaltungen, Speaker-Events und Kongressen. Ihre Kund\*innen schätzen ihre humorvolle, lebendige und zugleich zielführende Art. Sie ist Professional Member in der GSA (German Speakers Association e.V.) sowie Dozentin an der GSA Akademie.

### Seminarmethoden

In diesem Seminar arbeiten wir interaktiv und mit Video-Analyse. Jeder Teilnehmende wird eigene Videos drehen, die wir gemeinsam würdigend, wohlwollend und wertschätzend analysieren. Denn nur wer sich selbst reden hört und agieren sieht, kann entsprechend rasch Dinge ändern. Außerdem arbeiten wir mit Handspiegeln, um unsere Mimik zu erforschen. Zusätzlich gibt es viele praktische Tipps, fundierte wissenschaftliche Erkenntnisse und erprobte Methoden.



### Hinweise

Bringen Sie einen kleinen Handspiegel mit Griff mit.



### Weitere interessante Veranstaltungen

#### Souverän präsentieren - vor Ort und digital

25. und 26. Januar 2024, Freising

22. und 23. Mai 2024, Hannover

## Seminarinhalte

**1. Tag** 09:30 bis 17:00 Uhr

**2. Tag** 09:00 bis 16:30 Uhr

### Alle Facetten der Kommunikation ideal miteinander verbinden

- Inhalt
- Stimme und Sprache
  - » Stimme und Stimmung gekonnt einsetzen
  - » Rhythmus und Tempo
- Körpersprache
  - » Blickkontakt
  - » Mimik
  - » Raum, Haltung und Bewegung

### Die Wirkung der nonverbalen Kommunikation

- Selbst- und Fremdwahrnehmung
  - » Wie Sie wirken
  - » Wie Sie wirken wollen
- Möglichkeiten und Grenzen der Interpretation körpersprachlicher Signale

### ++ Praxisübung: Selbstvorstellung mit wertschätzender Video-Analyse

### Körperhaltung und Energie

- Wahrnehmung der eigenen Körperlichkeit
  - » Innere Haltung
  - » Äußere Wirkung
- Energie erzeugen durch positive Gedanken
- Die Wirkkraft von Powerposen und wie Sie Ihre persönliche finden
- Inszenierung des eigenen Auftritts: überzeugend und authentisch agieren
- Körpersprache auch im Sitzen bewusst einsetzen
  - » in Präsenzmeetings
  - » in digitalen Meetings

### ++ Praxisübung: Präsenz erzeugen durch Powerposen und bewusste Gedanken

### Typgerecht nonverbal agieren

- Die richtige Haltung und den passenden Ton treffen: Wann verhalte ich mich wie, um eigene Ziele zu erreichen?
- Wie Sie für Ihre Themen und Projekte begeistern
- Wie Sie sich auf Ihr Gegenüber einstellen und gleichzeitig in Ihrer Körpersprache authentisch bleiben
- Wie Sie angemessen mit Distanz umgehen

### ++ Praxisübung: Nonverbale Botschaften des Gegenübers verstehen und nutzen

### Kritische Gespräche auf nonverbaler Ebene

- Umgang mit (vermeintlicher) Kritik
- Souverän reagieren auf kritische Fragen
- Ehrlichkeit als vertrauensvolle Basis
- Wertschätzend und durchsetzungsstark zugleich auftreten
- Wie Sie Kontakt fördern statt Konfrontation

### ++ Praxisübung: Kritische Gespräche entspannen durch bewusstes Einsetzen der Körpersprache



### Warum Sie dieses Seminar besuchen sollten

1. Verbinden Sie alle Facetten der Kommunikation für einen authentischen Auftritt.
2. Nutzen Sie die Selbst- und Fremdwahrnehmung, um gezielt Ihre Wirkung zu optimieren.
3. Erkennen Sie die Wirkkraft von positiven Gedanken auf Ihre Körperhaltung.
4. Erfahren Sie, wie Sie nonverbal für Ihre Themen begeistern und Ihre Ziele erreichen.
5. Gewinnen Sie durch viele praktische Übungen einen unmittelbaren Effekt auf Ihrem (Berufs-)Alltag.



VDI Wissensforum GmbH | VDI-Platz 1 | 40468 Düsseldorf | Deutschland

Sie haben noch Fragen?  
Kontaktieren Sie uns einfach!

**VDI Wissensforum GmbH**  
Kundenzentrum  
Postfach 10 11 39  
40002 Düsseldorf  
Telefon: +49 211 6214-201  
Telefax: +49 211 6214-154  
E-Mail: wissensforum@vdi.de  
www.vdi-wissensforum.de

✓ Ich nehme wie folgt teil (zum Preis p. P. zzgl. MwSt.):

Seminar		
<input type="checkbox"/> 18. und 19. Januar 2024 Nürtingen (09SE137003)	<input type="checkbox"/> 14. und 15. Mai 2024 Frankfurt am Main (09SE137004)	<input type="checkbox"/> 12. und 13. September 2024 Potsdam (09SE137005)
EUR 1.990,-	EUR 1.990,-	EUR 1.990,-

8888

Ich bin VDI-Mitglied und erhalte **pro Veranstaltungstag EUR 50,- Rabatt** auf die Teilnahmegebühr: VDI-Mitgliedsnummer\* \_\_\_\_\_

\*Für den VDI-Mitglieder-Rabatt ist die Angabe der VDI-Mitgliedsnummer erforderlich.

**Meine Kontaktdaten:**

Nachname \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Titel \_\_\_\_\_ Funktion/Jobtitel \_\_\_\_\_ Abteilung/Tätigkeitsbereich \_\_\_\_\_

Firma/Institut \_\_\_\_\_

Straße/Postfach \_\_\_\_\_

PLZ, Ort, Land \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_ Mobil \_\_\_\_\_ E-Mail \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_

Abweichende Rechnungsanschrift \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

Teilnehmer mit einer Rechnungsanschrift außerhalb Deutschlands, Österreichs oder der Schweiz bitten wir, mit Kreditkarte zu zahlen. Bitte melden Sie sich über [www.vdi-wissensforum.de](http://www.vdi-wissensforum.de) an. Auf unserer Webseite werden Ihre Kreditkartendaten verschlüsselt übertragen, um die Sicherheit Ihrer Daten zu gewährleisten.

Die allgemeinen Geschäftsbedingungen der VDI Wissensforum GmbH finden Sie im Internet: [www.vdi-wissensforum.de/de/agb/](http://www.vdi-wissensforum.de/de/agb/)

**Veranstaltungsort(e)**

**Nürtingen:** Best Western Plus Hotel Am Schlossberg, Europastraße 13, 72622 Nürtingen, Tel. +49 7022/704-0, E-Mail: [info@schlossberg.bestwestern.de](mailto:info@schlossberg.bestwestern.de)

**Frankfurt am Main:** Relexa Hotel Frankfurt am Main, Lurgallee 2, 60439 Frankfurt am Main, Tel. +49 69/95778-0, E-Mail: [frankfurt.main@relexa-hotel.de](mailto:frankfurt.main@relexa-hotel.de)

**Potsdam:** Dorint Sanssouci Berlin -Potsdam, Jägerallee 20, 14469 Potsdam, Tel. +49 331/274-0, E-Mail: [info.berlin-potsdam@dorint.com](mailto:info.berlin-potsdam@dorint.com)

Im Veranstaltungshotel steht Ihnen ein begrenztes **Zimmerkontingent** zu Sonderkonditionen zur Verfügung. Bitte buchen Sie Ihr Zimmer frühzeitig per Telefon oder E-Mail direkt bei dem Hotel mit dem Hinweis auf die „VDI-Veranstaltung“. Weitere Hotels in der Nähe des Veranstaltungsortes finden Sie auch über unseren kostenlosen Service von HRS, [www.vdi-wissensforum.de/hrs](http://www.vdi-wissensforum.de/hrs)

**Leistungen:** Im Leistungsumfang sind die Pausengetränke und an jedem vollen Veranstaltungstag ein Mittagessen enthalten. Ausführliche Veranstaltungsunterlagen werden den Teilnehmern am Veranstaltungsort ausgehändigt.

**Exklusiv-Angebot:** Als Teilnehmer dieser Veranstaltung bieten wir Ihnen eine 3-monatige, kostenfreie VDI-Probenmitgliedschaft an (dieses Angebot gilt ausschließlich bei Neuaufnahme).

**Datenschutz:** Die VDI Wissensforum GmbH verwendet die von Ihnen angegebene E-Mail-Adresse, um Sie regelmäßig über ähnliche Veranstaltungen der VDI Wissensforum GmbH zu informieren. Wenn Sie zukünftig keine Informationen und Angebote mehr erhalten möchten, können Sie der Verwendung Ihrer Daten zu diesem Zweck jederzeit widersprechen. Nutzen Sie dazu die E-Mail-Adresse [wissensforum@vdi.de](mailto:wissensforum@vdi.de) oder eine andere der oben angegebenen Kontaktmöglichkeiten.

Auf unsere allgemeinen Informationen zur Verwendung Ihrer Daten auf <https://www.vdi-wissensforum.de/datenschutz-print> weisen wir hin. Hiermit bestätige ich die AGBs der VDI Wissensforum GmbH sowie die Richtigkeit der oben angegebenen Daten zur Anmeldung.

Ihre Kontaktdaten haben wir basierend auf Art. 6 Abs. 1 lit. f) DSGVO (berechtigtes Interesse) zu Werbezwecken erhoben. Unser berechtigtes Interesse liegt in der zielgerichteten Auswahl möglicher Interessenten für unsere Veranstaltungen. Mehr Informationen zur Quelle und der Verwendung Ihrer Daten finden Sie hier: [www.wissensforum.de/adressquelle](http://www.wissensforum.de/adressquelle)

Mit dem FSC® Warenzeichen werden Holzprodukte ausgezeichnet, die aus verantwortungsvoll bewirtschafteten Wäldern stammen, unabhängig zertifiziert nach den strengen Kriterien des Forest Stewardship Council® (FSC). Für den Druck sämtlicher Programme des VDI Wissensforums werden ausschließlich FSC-Papiere verwendet.

