

Körpersprache - verstehen und wertschätzend einsetzen

Zielgruppe

Mitarbeiter/innen aller Fachbereiche

Termin	Ort	Landkreis	Beginn / Ende
14.10.2026	Karlsruhe	Karlsruhe	09.00 Uhr - 16.30 Uhr

Tagungsgebühr	Stornokosten
240,00 € je Teilnehmer/in	50% ab 2 Wochen vor dem ersten Seminartag

Referent/in

Bernd Hetzer, Geschäftsleitung und Vertriebsleiter, Metzingen

Themenschwerpunkte

Ungefähr 60% der wahrnehmbaren Kommunikation des Menschen beruhen auf Körpersprache. Allerdings nehmen wir sie meistens nur unbewusst wahr und das gesteuerte, aktive Einbringen in die eigene Kommunikation geschieht eher selten. Dabei ist sie die ehrlichste Sprache sowie die entscheidende Basis für gelingende Kommunikation in allen Lebensbereichen und gewinnt bei zunehmender Digitalisierung immer mehr an Bedeutung.

Das Seminar vermittelt zum Thema Körpersprache gut verständliches Hintergrundwissen, deckt falsche Vorstellungen auf, beleuchtet die verschiedensten Aspekte anhand zahlreicher Beispiele aus Beruf und Alltag, ist lebendig sowie kurzweilig gestaltet und zeigt ganz praktisch auf, wie man Körpersprache erlernen und erfolgreich einsetzen kann.

Hintergrundwissen Kommunikation

- Die menschliche Persönlichkeit (optimiertes Eisbergmodell)
- Körpersprache im Zusammenspiel mit weiteren Faktoren (Inhalt und Stimme)
- Kommunikation und die Vorgänge im Gehirn
- Gelingende Kommunikation – ein Prozess in mehreren Schritten

Hintergrundwissen Körpersprache

- Aufzeigen falscher Vorstellungen
- Unterschiede zwischen gesprochener Sprache und Körpersprache
- Mosaiksehen – Zusammenspiel übereinstimmender Merkmale erkennen
- Grundsätzliches zu Merkmalen der Körpersprache
- Einzelne Körperteile im Fokus
- Betrachtung von Körperhaltungen

Körpersprache verstehen und einsetzen

Anhand von konkreten Situationen werden körpersprachliche Aspekte erklärt und gleichzeitig die dazugehörigen Hintergrundthemen behandelt:

- Begegnung, Begrüßung, Gesprächseinstieg
(Erscheinungsbild/Eindruck, Positionen/Hierarchieebenen, Hand geben, Nähe und Distanz, usw.)

- Gesprächsverlauf – Vertrauen aufbauen – Mensch und Situation verstehen (Vertrauensaufbau mit Körpersprache, Bewusstes und Unbewusstes wahrnehmen, Körpersprache und Menschentyp, usw.)
- Körpersprache bei offener Diskussion, Einwände, Verhandlungen, Lüge, Durchsetzen von Meinungen, Diskussionsende/Vertragsabschluss
- Verabschiedung
- Körpersprache bei Empfängen (Kleingruppe beitreten, Multitasking, Kleingruppe verlassen)
- Körpersprache bei Vorträgen/Reden
- Die Seminarteilnehmer dürfen gerne weitere eigene Situationen einbringen, die dann körpersprachlich betrachtet werden

Körpersprache lernen

- Reflexion
- Selbstständiges Trainieren der Körpersprache
- Erfolgreiche Veränderungsprozesse



Gemeindetag
Baden-Württemberg

Verwaltungsschule
Haus der Gemeinden
Karin Sajn-Schragner
Hoffstr. 1 b
76133 Karlsruhe

Verwaltungsschule
des Gemeindetags Baden-Württemberg
Kommunaler Landesverband
kreisangehöriger Städte und Gemeinden

Haus der Gemeinden
Hoffstr. 1 b, 76133 Karlsruhe

Ansprechpartner:

Karin Sajn-Schragner

☎ 0721 / 9844611

📠 0721 / 98446911

✉ karin.sajn-schragner@verwaltungsschule-bw.de
www.verwaltungsschule-bw.de

Anmeldung

Körpersprache - verstehen und wertschätzend einsetzen

Veranstaltungsnummer	Termin	Veranstaltungsort	Kreis
☐ 264057.011030-001	14.10.2026	76133 Karlsruhe	Stadtkreis Karlsruhe

Geburtsdatum
(freiwillige Angabe)

Name, Vorname

_____ ☐ ☐
Herr Frau

Dienststelle

Straße

Postleitzahl / Ort

Telefon

Telefax

E-Mail

Leit-ID

Landkreis

Datum, Stempel, Unterschrift