



Körpersprache verstehen und gezielt einsetzen

Körpersprachliche Signale interpretieren und damit Wirkung erzeugen

Der zweitägige Kurs richtet sich an Mitarbeitende und Führungspersonen in Verwaltung, Unternehmen und Sachorientierten Organisationen (NPOs). Anhand von Kurzinputs, Simulationen und Videoanalysen lernen Teilnehmende, die eigene verbale und nonverbale Kommunikation in Einklang zu bringen und die Kommunikation Anderer situationsgerecht zu interpretieren.

Blickkontakt, Gestik, Mimik, Einsatz der Stimme, Haltung - kurz nonverbale Kommunikation - zeigen innerpsychische Abläufe auf und sind schwierig zu kontrollieren und zu interpretieren. Dies gilt ganz besonders in belastenden und anspruchsvollen Situationen. Wer bewusst und unbewusst gesandte Signale erkennen und verstehen kann, erarbeitet sich Vorteile zum Beispiel in der Verhandlungsführung oder bei schwierigen Gesprächen. Wer die Wirkung nonverbaler Signale kennt und gezielt entfalten kann, steigert die Überzeugungskraft, trägt zu Vertrauensbildung bei und schafft die Voraussetzung für erfolgreiche und kompetente Führungsarbeit.

Ziele

- die eigene Körpersprache zielführend und wirkungsvoll einsetzen
- körpersprachliche Signale erkennen und interpretieren
- unbewusste und bewusste nonverbale Signale des Gegenübers

unterscheiden und Erkenntnisse für die eigenen Kommunikationsziele verwenden

- ihre Stimme (Parasprache) variabel, wirkungsvoll und vertrauensvoll einsetzen

Inhalte

- Eigene Körpersprache kennen und para- und nonverbale Signale wirkungsvoll einsetzen
- Nonverbalen Signale Anderer sehen und verstehen lernen
- Gefühle und Emotionen in der Körpersprache erkennen
- Stimmungen erzeugen: Die Stimme zielführend einsetzen
- Nonverbale Signalmuster sehen und den Kommunikationsverlauf erraten und steuern

Besonderheiten

- Kurze Video-Tutorials stehen den Kursteilnehmenden als Vorbereitung und im Nachgang zur Weiterbildung zur Verfügung
- Die Kursteilnehmenden haben nach Kursabschluss innerhalb von drei Monaten Anrecht auf eine Beratungseinheit (45 Min) zum vermittelten Kursinhalt

Aufbau

- Tag 1: Grundlagen der nonverbalen Kommunikation (Theorie und Grundlagen verstehen und anwenden, meine Körpersprache zielführend einsetzen, Parasprache: Stimmung erzeugen)
- Tag 2: Die Körpersprache anderer sehen und verstehen lernen

Zielpublikum

Mitarbeitende und Führungspersonen aus der Wirtschaft, Bildung, Verwaltung und Sicherheitsbereichen (Migration, Polizei, Justiz usw.)

Abschluss

Teilnahmebestätigung

Dozierende	Mark Moser, Fachhochschule Nordwestschweiz, Olten Dr. Juliane Felder, Fachhochschule Nordwestschweiz, Olten	
Daten/Zeit	25. und 26. August 2026 von 8.30 Uhr bis 15.00 Uhr	
Ort	Fachhochschule Nordwestschweiz Hochschule für Wirtschaft Riggenbachstrasse 16 4600 Olten	
Kosten	1'100 CHF	
Programmleitung	Mark Moser mark.moser@fhnw.ch	T +41 62 957 29 76
Koordination	Marianne Bucca marianne.bucca@fhnw.ch	T +41 62 957 22 26