

Auch wenn alles schweigt – der Körper spricht

Unter diesem Titel hat der Besuchsdienst Regio Laufenburg eine Weiterbildung zum Thema Körpersprache durchlaufen.

LAUFENBURG/DÖTTINGEN (mz) – Kommunikation geschieht grösstenteils ohne Worte. Man spricht mit dem Körper und liest aus der Körpersprache anderer. Diese Kommunikationsart geschieht meistens auf einer unbewussten Ebene. Trotzdem, oder gerade deswegen, bringt der Körper unmittelbar Gedanken, Gefühle und innere Bilder zum Ausdruck. Zu einer guten, authentischen Kommunikation gehört der Miteinbezug der Körpersprache.

Viel Wissenswertes

Im ersten Teil des Kurses referierte Christoph Schwager vom Institut für Theater, Körpersprache und Persönlichkeitsentwicklung in Härkingen über die «8-samkeiten» der Körpersprache. Er veranschaulichte und vertiefte mit Beispielen. Er erwähnte auch, dass die Körpersprache die erste Sprache überhaupt ist, die

ein Mensch anwendet, lange bevor er sich verbal mitteilen kann. In der Kaffee-, Früchte- und Kuchenpause gab es die verschiedensten Gespräche und Diskussionen über das Gehörte.

Im zweiten Teil wurden die Stühle zur Seite gerückt, und der frei gewordene Platz wurde für «Körperarbeiten» wie Wahrnehmungs-, Ausdrucks- und Bewegungsübungen genutzt. Christoph Schwager verstand es gut, die Teilnehmenden in den Bann zu ziehen mit seinen vielfältigen Erfahrungen, Erlebnissen und Tätigkeiten.

Eigene Körpersprache beobachtet

Dem Ziel des Kurses, das Wissen über die Körpersprache und das Kennenlernen der «8-samkeiten der Körpersprache» als Instrument zur bewussteren Wahrnehmung der körpersprachlichen Kommunikation, ist man sicher etwas näher gekommen. An diesem Halbtageskurs in Laufenburg haben sich neben einem grossen Teil des dortigen Besuchsteams auch zwei Besucherinnen des Besuchsdienstes Döttingen sowie drei weitere interessierte Frauen mit der eigenen Körpersprache auseinandergesetzt.



Die Teilnehmer erfahren einiges über Körpersprache.

Wer mehr über den Besuchsdienst Regio Laufenburg wissen möchte (sei es als Besucherin oder zu Besuchender),

informiere sich unverbindlich auf Telefon 056 247 12 53. Myrta Zimmermann beantwortet Fragen montags von 9 bis

10 Uhr gerne (sonst Anrufbeantworter, per Mail über besuchsdienst.regiolaufenburg@bluewin.ch).