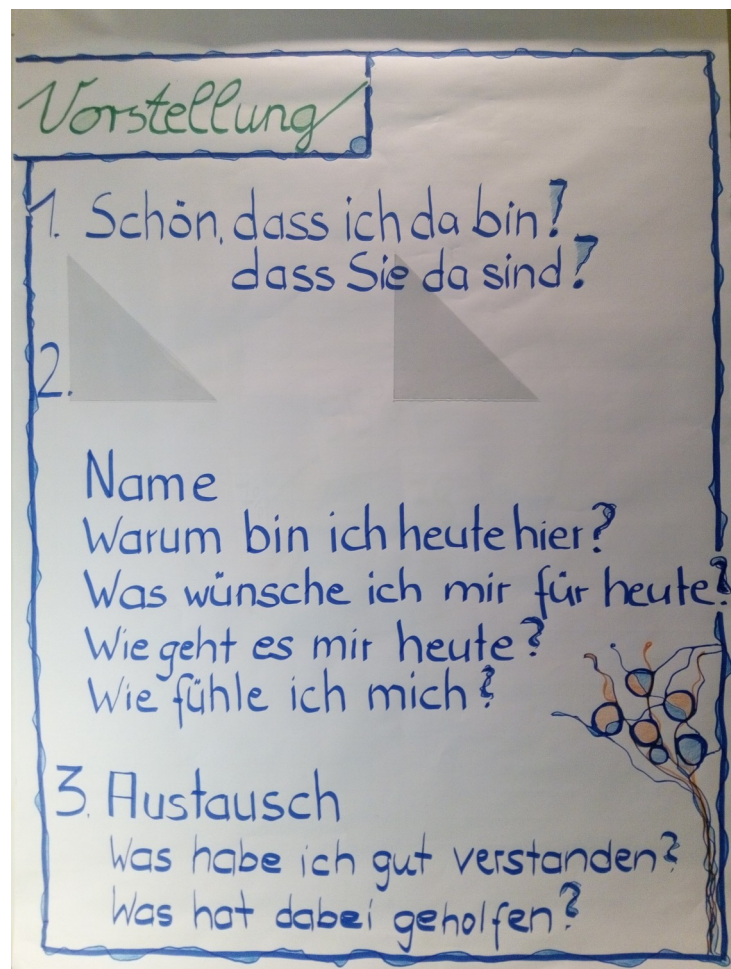
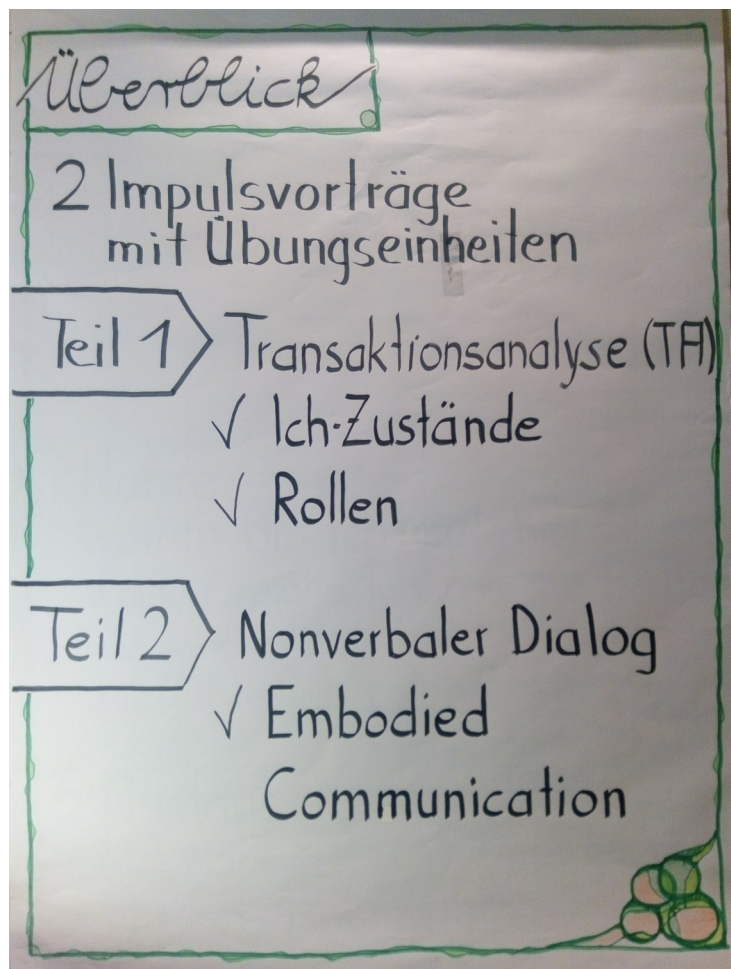
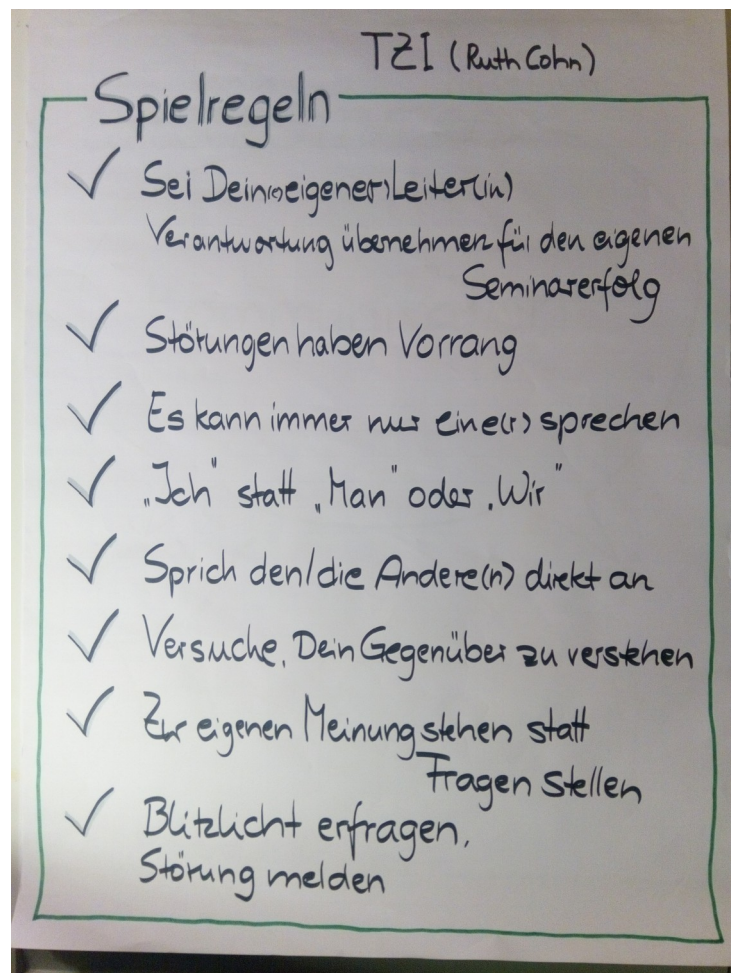
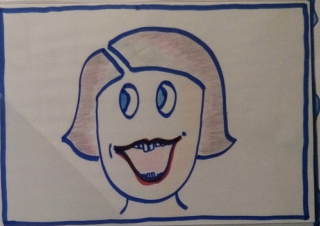




Vorstellung

- 

- Name

Warum bin ich heute hier?

Was wünsche ich mir für heute?

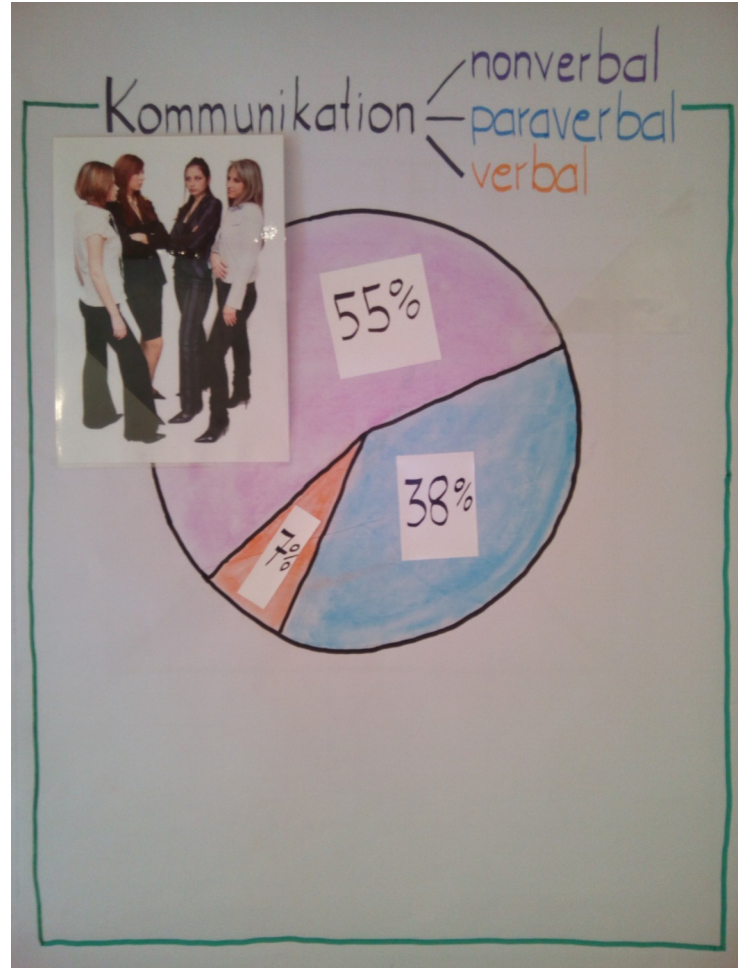
Wie geht es mir heute?

Wie fühle ich mich?


- Austausch

Was habe ich gut verstanden?

Was hat dabei geholfen?

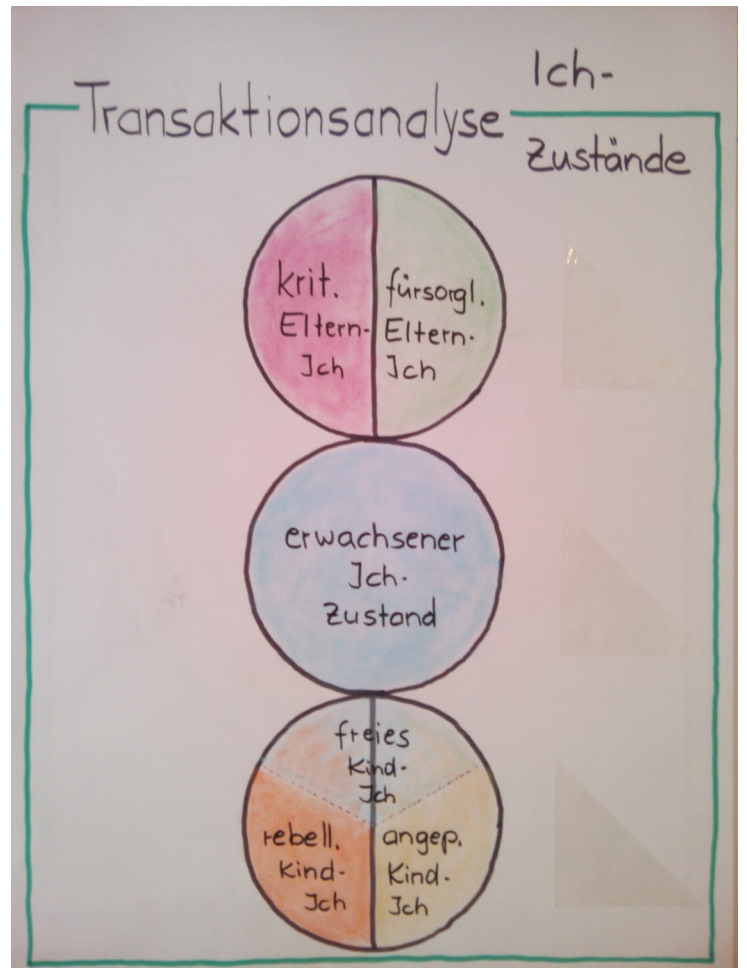


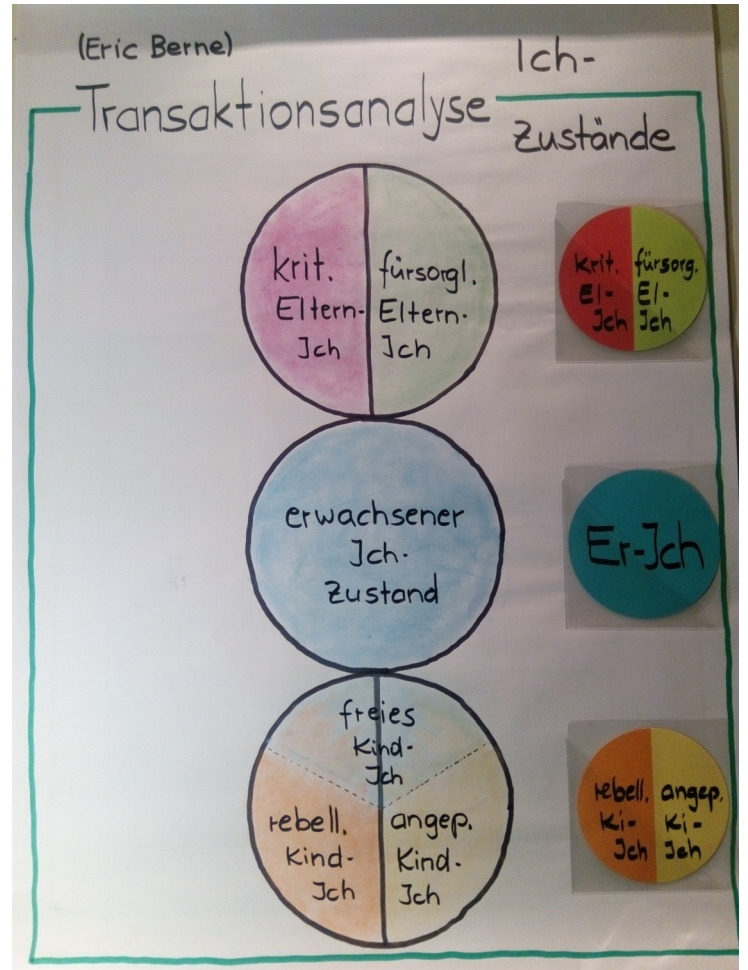
4 Seiten einer Nachricht

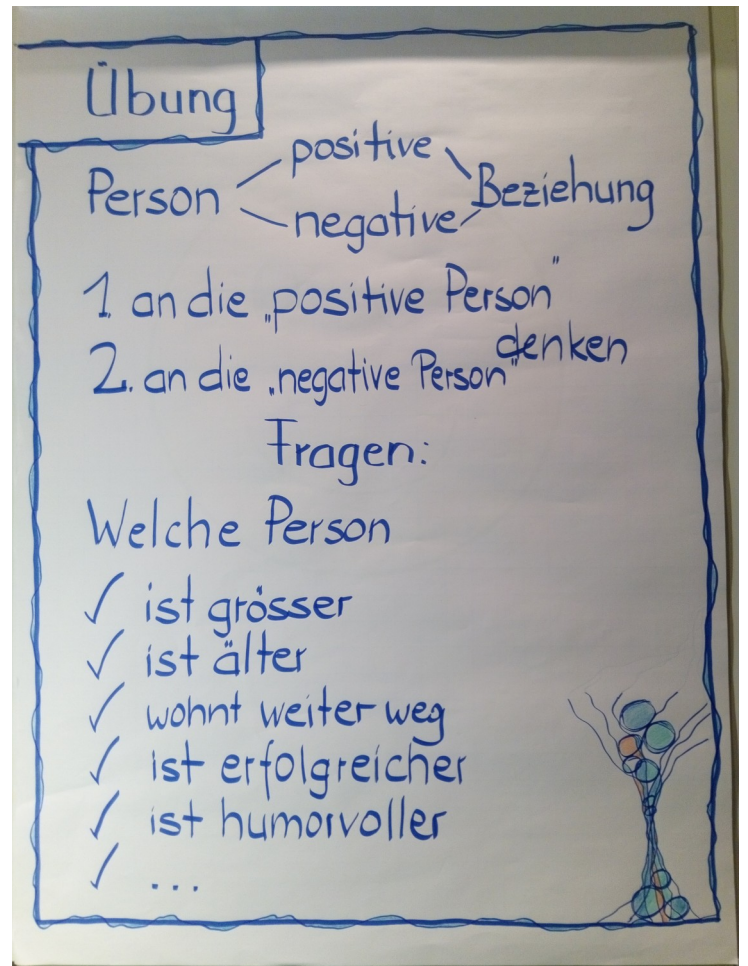
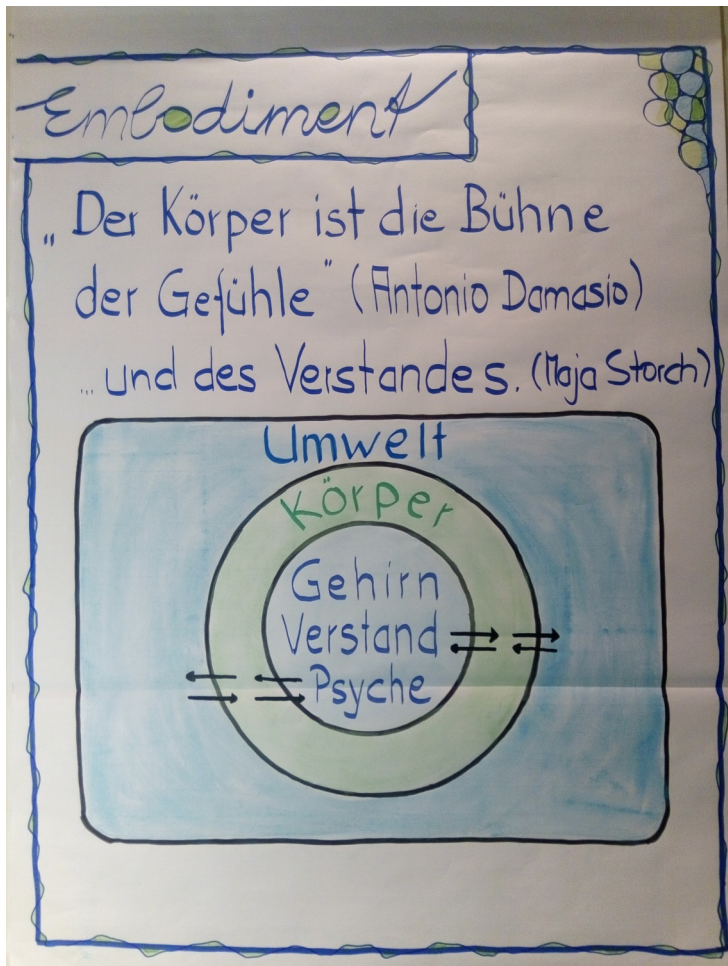
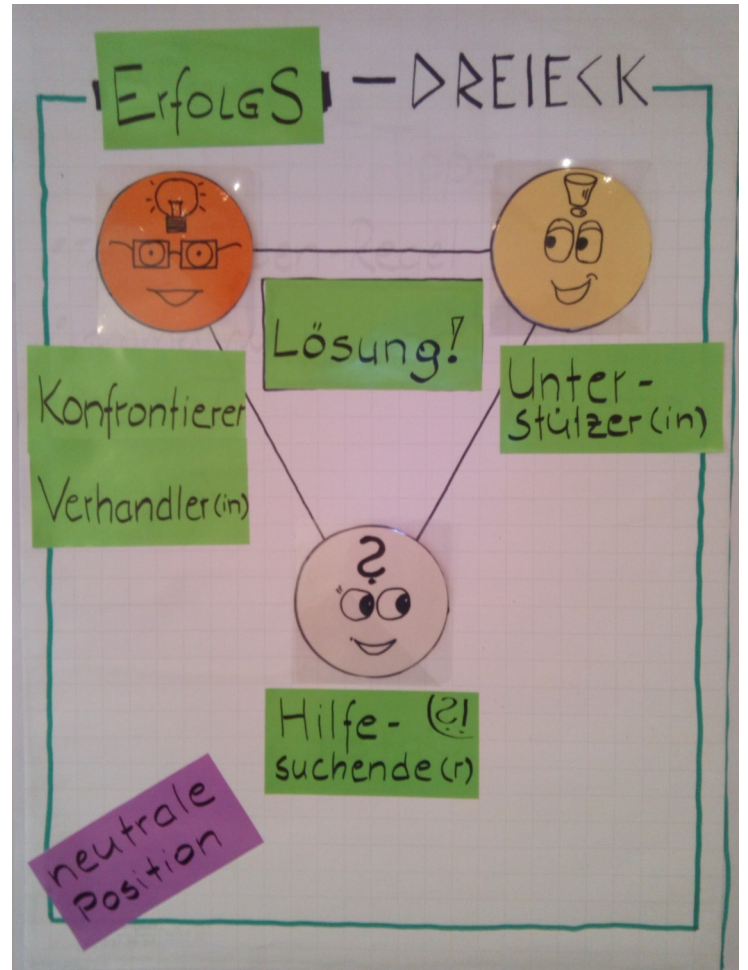
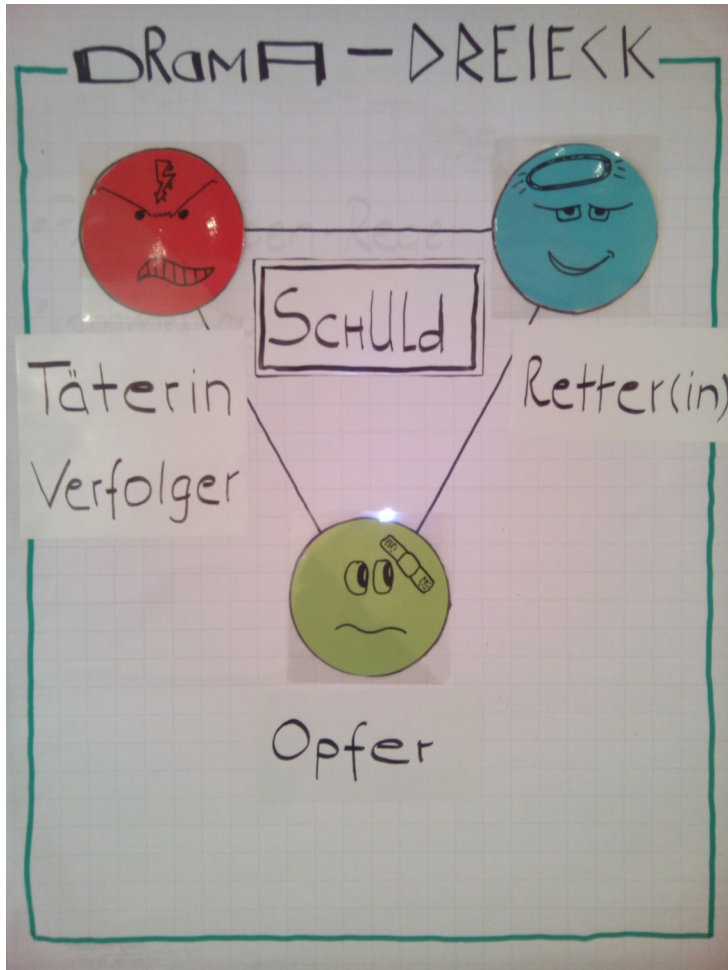
TALK-Modell

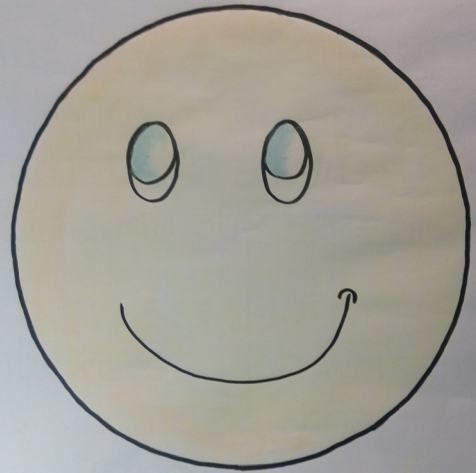
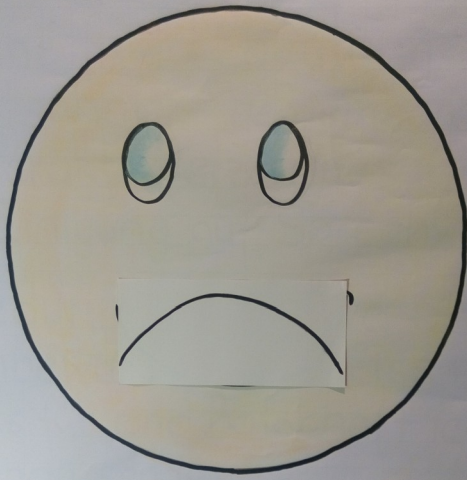


Die Botschaft ist das Machwerk des Empfängers









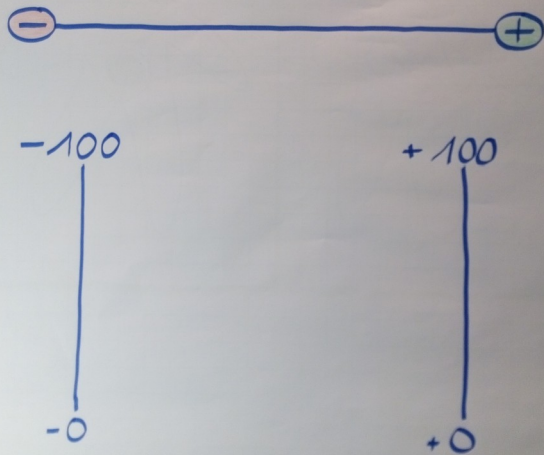
Embodied Communication

1. Keine fixe Bedeutung einer Botschaft → gemeinsames interaktiv erzeugtes Gefühl → Einigung auf Sprechweise
2. Bedürfnisse, Motive: oft unbewusst → ich weiss nicht...
 - was für eine Botschaft ich genau sende
 - wann der Empfänger sie versteht
3. Der Körper erzeugt die Bedeutung
4. Interaktionen werden beeinflusst:
 - körperl. Synchronie-Prozesse
 - Aufforderungscharakter der Umwelt

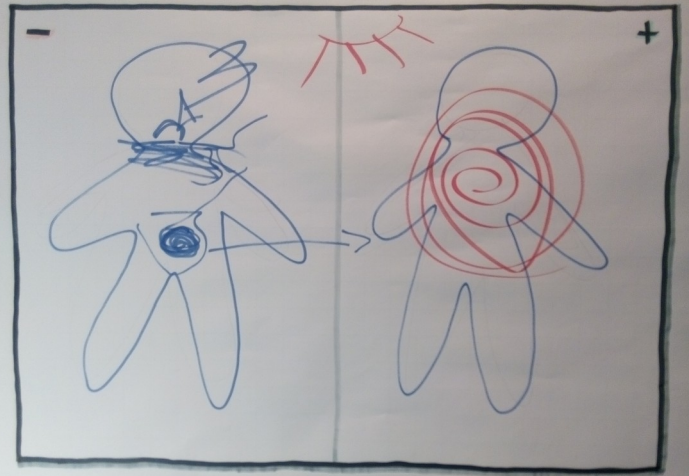
- Kommunikation ist verkörpert
- (non-)verbale Synchronisation von Menschen, die ein System bilden ... in einer Umwelt
- entsteht spontan (unbewusst) und planvoll → durch Geist, der in einen Körper eingebettet ist
- Rückkopplungen: Geist ↔ Körper
- Spiegelneurone
- Körperwahrnehmung
 - ↳ was fühle ich? → wie bewerte ich das?
 - ↳ was fühlt mein Gegenüber?
- Ziel: Emotionen erkennen
Affekte regulieren
Synchronie herstellen
Wohlbefinden erhalten

Somatische Marker

Affektbilanz



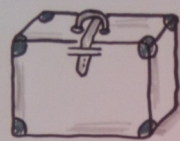
Meine „Somatischen Marker“



Erkenntnisse ^{Ideen} Tipps

- 72-Stunden-Regel
- immer nur 1 Thema

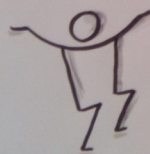
Abschluss-Blitzlicht



Das nehme
ich mit...



Das lasse
ich hier...



Mein nächster
Schritt...