

Azubi Upgrade

II. Kongruente Kommunikation

Nonverbal - Work Sheet Nr. 3

Die Aufgabe in dieser Lektion ist rein nonverbaler Natur. Du benötigst dazu ein Smartphone und einen Raum, wo Du ungestört bist. Stell dir vor, Du schickst deinem Freund eine Videonachricht, weil Du sein Fahrrad ausleihen möchtest.

Es gibt sehr unterschiedliche Arten, wie Du ihm das mitteilen kannst: vorsichtig, selbstsicher, einschüchternd, überheblich etc.

Spiele mit allen Möglichkeiten Deiner körperlichen Ausdrucksformen und nimm mindestens zehn Varianten auf.

Erlaube Dir den Spaß dabei zu übertreiben.

Schau sie Dir aufmerksam an und notiere jeweils, wie sie auf Dich wirken.