

 Psychologie und Psychotherapie

ody Reading – Körper lesen und verstehen

Körperhaltung, Bewegungsmuster und Ausdruck können wertvolle Hinweise darauf geben, wie Menschen sich zeigen, reagieren und mit ihrer Umwelt in Kontakt treten. Das Seminar „Professionelles Body Reading: Körpersprache lesen und verstehen“ vermittelt einen körperorientierten Wahrnehmungs- und Reflexionsansatz, mit dem nonverbale Signale bewusster beobachtet und eingeordnet werden können.

Sie lernen, den eigenen Körper sowie Ausdruck, Haltung und Bewegung anderer Menschen differenzierter wahrzunehmen. Im Mittelpunkt stehen die Schulung der Wahrnehmung, die Reflexion individueller Muster sowie ein sensiblerer Umgang mit körperlichen, emotionalen und mentalen Prozessen.

Körperliche Signale können in vielen Situationen aufschlussreich sein. Das Seminar lädt dazu ein, diesen Zugang achtsam, differenziert und professionell zu nutzen.

Die praktischen Anwendungsgebiete von Body Reading reichen von der Physiotherapie, über die therapeutische Beratung, Coaching, bis hin zum persönlichen Umgang im Alltag.

Für Fach- und Führungskräfte sowie HR-Verantwortliche bietet Body Reading eine wertvolle Grundlage für eine professionelle Gesprächsführung. Wer nonverbale Signale frühzeitig erkennt, kann gezielter auf sein Gegenüber eingehen, Konflikte deeskalieren und Missverständnisse vermeiden. Gleichzeitig stärken Sie Ihre Empathie und fördern eine klare, zielgerichtete Kommunikation im Team.

Inhalt:

- Grundlagen zu Körperwahrnehmung und Selbstreflexion
- Grundlagen der nonverbalen Kommunikation
- Body Reading: Grundlagen und Methoden
- Technik des Spiegels: Körperhaltung, Mimik, Gestik und Kommunikation
- Beobachtung von Gelenkstellungen, Muskelspannungen und der Wirbelsäulenform
- Praktische Übungen

Das Seminar richtet sich an Therapeuten/innen, Coaches, Berater/innen, Fach- und Führungskräfte sowie HR-Verantwortliche, die ihre Beobachtungskompetenz und ihr Verständnis für nonverbale Ausdrucksformen und Kommunikation professionalisieren möchten.

Termine

Fr, 27.11.2026

10:00–18:00 Uhr

Sa, 28.11.2026

10:00–18:00 Uhr

Preis

560,00 CHF

Schule

Paracelsus Schule Zürich

Grünhaldenstrasse 6

8050 Zürich

Tel. +41 43 960 2000

Seminarnummer

SSH7092271126

Anmeldemöglichkeiten

- ☑ Bei jeder Akademie
- ☑ Per Fax: 0261-952 52 33
- ☑ Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 25.06.2026

Dozent

Marco Gerhards

Jg. 1973. Marco Gerhards ist staatlich anerkannter Sport- und Gymnastiklehrer und hat ein abgeschlossenes Magisterstudium in biologischer Anthropologie, neuerer Geschichte und Medizingeschichte. Er arbeitet selbstständig als Körpertherapeut und Dozent in der Erwachsenenbildung mit den Schwerpunkten Körper- und Atemarbeit, Mentaltraining und Kommunikation. Die Vereinigung von Wissenschaft und ganzheitlichem Naturverständnis ist sein Kerngebiet.