

Stimme und Präsenz – Ausdrucksstark im Beruf

Bildungsurlaub

Mit einer lebendigen und authentischen Stimme und einer ausdrucksstarken Präsenz können wir begeistern und überzeugen. Egal, ob wir einen Vortrag halten, mit einem Kollegen oder Mitarbeiter sprechen oder mit einem Kunden telefonieren, die Stimme und unser Auftreten entscheidet stark mit, ob wir sympathisch wahrgenommen werden und unser Anliegen ernst genommen wird.

Wir können uns darin schulen, unser gesamtes Stimm- und Ausdruckspotential auszuschöpfen. Für unseren Berufskontext profitieren wir davon erheblich. Überall dort, wo wir mit Menschen im Kontakt sind, ist ein stimmiger und souveräner Auftritt von großer Bedeutung. Ein bewusster Umgang mit Stimme - und auch Körpersprache - vermittelt Authentizität und Überzeugungskraft.

Dieses Seminar lädt Sie dazu ein, sich stimmlich zu erweitern und zu erforschen und herauszufinden, wie Sie die gewonnene Sicherheit Ihrer Stimme lebendig und authentisch in Ihren (beruflichen) Alltag integrieren können.

Durch spezielle Atemschulung und eine Erweiterung der Reflexionsmöglichkeit auch in angespannten Situationen können Sie lernen, ihre gewohnte Aufttrittsweise zu verbessern. Bewusste Atmung, eine deutliche Aussprache und eine ausdrucksvolle Stimme tragen dazu bei, anderen Menschen positiv und überzeugend zu begegnen.

In dem Seminar wird mit dem ganzen Körper als Instrument des Klanges und der Präsenz gearbeitet. Sie können Ihre eigenen Verhaltensmuster in Bezug auf Stimme und Präsenz wahrnehmen und verändern.

Methode

Mit Arbeitsweisen aus der Atemarbeit erhält Ihre Gestik Spannkraft und Ihre Körperhaltung Ausdrucksstärke. Klang, Volumen, Varianz der Stimme, Qualität und Lautstärke können Sie durch den funktionellen Einsatz der beteiligten Körperteile verbessern. Überflüssige und anstrengende Gewohnheiten korrigieren Sie. Ihre Präsenz, Konzentrationsfähigkeit und Kreativität steigern sich. Gelassenheit und Zentrierung stärken Ihren persönlichen Ausdruck.

In den theoretischen Einheiten werden Ihnen interessante Forschungsergebnisse rund um den Stimm- und Sprachapparat und daraus resultierende praktische Methoden vorgestellt. Sie erlernen Techniken, die Sie für Textverständlichkeit und überzeugendes, selbstsicheres Auftreten nutzen können.

Seminarnummer:	821122
Termin:	13.02. – 18.02.2022
Dauer:	So. 18.00 Uhr – Fr. 14.00 Uhr
Ort:	Bernried am Starnberger See
Preis:	765,00 € inkl. Ü/VP im DZ 865,00 € für Einrichtungen / Firmen EZ-Zuschlag: 85,00 € insgesamt
Dozentin:	Hella Prockat Dipl. Gesangspädagogin, Atemtherapeutin® Studium: Hochschule für Musik, Dresden, Capital University Columbus/Ohio (USA), Ilse Middendorf Institut Berlin Tätigkeit: Inhaberin der Praxis für Atem und Stimme Berlin, Dozentin an Musikakademien, Institutionen, Musikschule Berlin Homepage der Dozentin: www.atemundstimme.de
Teilnehmendenzahl:	10 – 16
Leistungen:	Durchführung des Seminars, Übernachtung, Verpflegung, seminarbegleitende Unterlagen, Versicherung. Nicht im Preis enthalten ist die Anreise.

Die Dozentin
Hella Prockat



Seminarziele

Die Teilnehmenden sollen Beispiele aus ihrem Auftreten und den Problematiken in ihrer Berufswelt so analysieren, dass sie ihre Potenziale, Entwicklungs- und Veränderungsmöglichkeiten erkennen. Sie erhalten Werkzeuge, die Inhalte direkt auf ihre Arbeitssituationen anzuwenden und so zu handeln, dass ihre beruflichen Intentionen zum Ziel kommen.

Das bedeutet:

- Reflexion und Analyse des eigenen Auftretens im beruflichen Kontext
- Innovative Umsetzung alternativer Impulse zum effektiven Erreichen angestrebter Ziele
- Werkzeuge für eine ausdrucksstarke Stimme und Präsentation
- Authentizität in der Kommunikation



Übernachtung/Verpflegung

Das Seminar findet im Bildungshaus St. Martin Bernried (www.bildungshaus-bernried.de) statt. Das Bildungshaus ist dem Kloster der Missions-Benediktinerinnen von Tutzing angegliedert und liegt idyllisch direkt am Starberger See und am Bernrieder Park. Sie sind im Doppelzimmer oder Einzelzimmer mit Dusche/WC (EZ-Zuschlag: 17,00 € pro Nacht) untergebracht. Sie werden im Kloster versorgt. Nicht im Preis enthalten sind Pausengetränke (Kaffee, Tee u.ä.).

Es besteht die Möglichkeit, direkt beim Kloster ein Einzelzimmer mit Seeblick zu reservieren (solange vorhanden). Bitte nehmen Sie dazu direkt Kontakt auf mit dem Kloster Bernried (Tel. 08158 255-0, zentrale@bildungshaus-bernried.de). Den Mehrpreis von 10,00 € pro Nacht zahlen Sie bitte direkt beim Kloster.

Seminarzeiten

Im Seminarpreis inbegriffen ist ein Abendessen um 18.00 Uhr am Anreisetag. Im Anschluss ist eine Auftaktrunde gemeinsam mit der Dozentin um 19.30 Uhr im Seminarraum geplant. Das Seminar endet am Freitag gegen 14.00 Uhr. Für Teilnehmende, die eine spätere Abreise eingeplant haben, stehen im Haus um 14:00 Uhr Kaffee und Kuchen bereit.

Anreise

Bernried liegt ca. 50 km südlich von München und ist gut per PKW und Bahn erreichbar. Von Köln kalkulieren Sie mit der Bahn ca. sechs Stunden bis Bernried (über München-Pasing). Günstige Zugverbindungen finden Sie ab 6 Monate vor Reisebeginn unter www.bahn.de. Der Bahnhof liegt ca. 10 Minuten zu Fuß vom Kloster entfernt. Bitte nutzen Sie unseren Fahrgemeinschaft-Service.

Weitere Informationen über Anfahrtsbeschreibung, Fahrgemeinschaftslisten etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn. Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittsversicherung.

Bitte beachten Sie unseren Fahrgemeinschaft-Service.

Bildungsurlaub

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung und gilt in verschiedenen Bundesländern als Bildungsurlaub/Bildungszeit anerkannt bzw. anerkennungsfähig. Bitte beachten Sie dazu unsere „Mitteilung für den Arbeitgeber“. Wenn Sie aus Hessen kommen, kann der Arbeitgeber ein Programm einfordern, in dem 20% gesellschaftspolitischer Anteil ausgewiesen sind. Auf Anfrage lassen wir Ihnen dieses Programm zukommen. Zur Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub bei Ihrem Arbeitgeber reichen Sie die „Mitteilung für den Arbeitgeber“ ein. Bei Problemen bei der Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub wenden Sie sich bitte an uns. Sie können auch an diesem Seminar teilnehmen, wenn Sie Ihren Tarifurlaub in Anspruch nehmen.

Ergänzend zum Seminarprogramm besteht gegebenenfalls die Möglichkeit, ein individuelles Coaching zu vereinbaren. Die dafür zusätzlich entstehenden Kosten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Sicherheit

Eine Haftpflichtversicherung schützt Sie und uns im Schadensfall gegenüber Dritten.

Sonstiges

Weitere Informationen zum Seminar, Fahrgemeinschaftsliste, etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn. Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung.

