

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt vom 16.11. – 20.11.2026 unter der Seminarnummer 835926 das Seminar „Stimme im Beruf – Lichtenberger® Methode“ durch.

Ich,

wohnhaft in,

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm mit Lernzielen, Seminarinhalten und zeitlichem Ablauf) finden Sie umseitig.

Das Seminar gilt als Bildungsurlaub der beruflichen Weiterbildung anerkannt in

- **NRW** (gemäß § 9, Abs. 1 AWbG und gemäß § 1, Abs. 3 AWbG, es liegt gemäß § 10 ff AWbG eine Einrichtungsanerkennung vor: Az.: 48.06-7348)
- **Saarland:** Es handelt sich um eine freistellungsfähige Bildungsveranstaltung gemäß § 6 des saarländischen Bildungsfreistellungsgesetzes (SBFG), in der aktuellen Form gültig seit 09.05.2024. Wir sind berechtigt, nach § 6 Abs. 7 Satz 1 SBFG, diese Bescheinigung für Beschäftigte aus dem Saarland auszustellen.
- **Baden-Württemberg:** Das Seminar wird nach den allgemeinen Anforderungen an Bildungsmaßnahmen nach § 6 Bildungszeitgesetz Baden-Württemberg (BzG BW) angeboten. Um zur Teilnahme daran Bildungszeit in Anspruch nehmen zu können, müssen noch personenbezogene Anforderungen an die Bildungsmaßnahme (Berufsbezug) und weitere Voraussetzungen nach dem BzG BW erfüllt sein. Informationen und das Formular zur Beantragung der Bildungszeit finden Sie unter www.bildungszeit-bw.de. Das Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. ist als Bildungseinrichtung nach dem BzG BW vom Regierungspräsidium Karlsruhe anerkannt (Aktenzeichen 12c11-6002-61).

Für Hamburg gilt: Nach dem Hamburgischen Bildungsurlaubsgesetz HmbBUG gilt eine Veranstaltung in Hamburg als anerkannt, wenn diese von der zuständigen Behörde oder in einem anderen Land der Bundesrepublik Deutschland nach den Bestimmungen dieses Gesetzes inhaltlich übereinstimmenden Kriterien anerkannt ist (§ 15 Abs. 1 HmbBUG).

Eine Anerkennung des Seminars in weiteren Bundesländern ist möglich, meistens gelten dafür Fristen von 10 – 12 Wochen vor Seminarbeginn.

Das Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. ist eine nach dem Weiterbildungsgesetz NRW anerkannte Einrichtung (Aktenzeichen IV C 2-21-8-1588/82).



(Unterschrift des Veranstalters)

(Unterschrift des/der Teilnehmenden)

SEMINARPROGRAMM

Thema: Stimme im Beruf – Lichtenberger® Methode
Ort: Haus Delecke, Möhnesee
Dozent: Jan Fischer
Termin: 16.11. – 20.11.2026

Montag

13.30 - 17.30 Uhr

Vorstellung der Seminarinhalte. Kennenlernen des beruflichen Kontextes der Teilnehmenden und ihrer Erwartungen an das Seminar.

Erste Sprechübungen, Wahrnehmungsschulung für klangliche und sprachliche Parameter

Modul Stimmklang

Parameter der Sprechstimme wie z.B. Tragfähigkeit, Modulation, Klarheit, Wärme und Resonanz
Selbsterfahrung und Stimulation dieser Parameter mit Gruppenübungen, Anwendung auf den berufsbezogenen Kontext

19.00 - 21.00 Uhr

Fortsetzung Modul Stimmklang

Dienstag

09.00 - 12.30 Uhr

Modul Kehlkopf.

Anatomische und physiologische Grundlagen zur Kehlkopffunktion

Beschreibung des funktionalen Ansatzes in der Stimmbildung

Rückbezüglichkeit und Resonanzerleben als wichtige Faktoren zur Stärkung der Selbstwirksamkeit und deren Auswirkungen auf das stimmliche und körperliche Selbsterleben und die Präsenz im Berufsalltag.

14.30 - 17.30 Uhr

Modul Körper und Atmung

Wahrnehmung des eigenen Atemerlebens

Anatomische Darstellung der Atemfunktion

Entwicklung von sensorischen Qualitäten während des Atemvorgangs

Erfahrung des Zusammenhangs zwischen Atemfluss und stimmlichen Qualitäten

Betrachtung der Körperhaltung und deren Einfluss auf die Stimmfunktion

Mittwoch

09.00 - 12.30 Uhr

Modul Ohr

Die Rolle des Ohres, bzw. des Hörens auf die Stimmgebung

Anatomische und physiologische Darstellung der Ohren und deren Verbindung zum Stimmapparat

Bedeutung der Hörkontrolle für die Stimme und deren Auswirkung auf Präsenz und

Kommunikationsfähigkeit

14.30 - 17.30 Uhr

Modul Artikulation

Bedeutung des Ansatzrohres für Klarheit und Tragfähigkeit in der Sprechstimme

Erweiterung des Resonanzerlebens in Richtung Nasen- Rachen- und Brustraum

Das Sprechstimmuster als Teil der Persönlichkeit. Stimulationen zur Erweiterung und

Flexibilisierung dieses Musters mit Folgen für die Authentizität im Sprechverhalten

Donnerstag

09.00 - 12.30 Uhr

Modul Sprechstimme im Beruf

Praxisbezogene Diskussion zur Elimination ungünstiger Bedingungen im Berufsalltag, z.B.

Raumakustik, Vorbereitung, Zeitdruck, Vortragsdauer, mentales Konzept u.a.

Möglichkeiten zur Prävention von Stimmschäden bzw. Sanierung und Pflege der Stimme

Erweiterung der Kommunikationskompetenz am Arbeitsplatz

14.30 - 17.30 Uhr

Modul Ressourcen

Betrachtung, Erleben und Imagination von Ressourcen, die zur Stärkung der Stimmfunktion zur Verfügung stehen

Erweiterung der Kommunikationskompetenz am Arbeitsplatz

Erleben besonderer Raumakustik in ihrer Wirkung auf die Stimme

Freitag

09.00 - 12.30 Uhr

Modul ‚Das Spiel der Stimme‘

Mit Elementen und Übungen des Improvisationstheaters werden Spontanität, Selbstbewusstsein,

Selbstsicherheit und Authentizität der Stimme gefördert

12.30 - 14.00 Uhr

Zusammenfassung und abschließende Reflexion des Seminars

Änderungen vorbehalten

Anmerkung: Es finden in jedem Unterrichtsblock eine Vermittlung, Anleitung und Reflexion der Seminarinhalte statt, so dass eine Weitergabe der Inhalte möglich ist. Die Seminarteilnehmenden erhalten Anregungen zur Anwendung für ihren jeweiligen beruflichen Kontext und werden darin unterstützt, einen Transfer in konkrete Arbeitssituationen zu leisten.

Die Seminarinhalte und Methoden stehen im beruflichen Kontext. Das Seminar umfasst mindestens 30 Zeitstunden Unterricht und erfüllt damit die gesetzlichen Vorgaben. Die vollständige Anwesenheit ist für die Erteilung der Teilnahmebescheinigung erforderlich. Programmänderungen vorbehalten. Der Sonntag dient der Anreise und ist nicht Bestandteil des Seminars im Sinne der Bildungszeit/ des Bildungsurlaubsgesetzes. Zeitliche Verschiebungen im Seminarablauf, beispielsweise durch die Essenszeiten im Veranstaltungshaus, sind möglich.

Erläuterungen zu den Programmpunkten: Auswertung, Reflexion und Transfer in konkrete Berufssituationen:

Es finden täglich Auswertungen, Reflexionen und Transfers in der Berufsalltag statt. Dabei werden, je nach Bedarf der Teilnehmenden, Erkenntnisse und Erfahrungen aus den Vorträgen und Übungen der Einzel-Klein- oder Plenumsarbeit in den konkreten Berufsalltag der TN übertragen und auf deren Anwendbarkeit hin überprüft. Die Themen orientieren sich an der Situation und der Berufsrealität der Teilnehmenden. Die Auswirkungen der Seminarthemen wie z.B. Arbeitsleistung, Handlungsfähigkeit, Präsenz, Kommunikation werden konkret auf den Berufsalltag der Teilnehmenden hin behandelt.

Seminarziele:

- Vermittlung, Anleitung und Reflexion der Seminarinhalte zur Weitergabe (empfohlen insbesondere für Arbeitnehmende aus gesundheitsfördernden, pädagogischen, therapeutischen, sozialen, medizinischen, beratenden Berufen und für Arbeitnehmende in leitender Position zur Weitergabe an ihre Mitarbeitenden)
- Gewährleistung des Transfers in konkrete Arbeitssituationen
- Sie erlernen Kompetenzen wie Sie aktiv zu Ihrer stimmlichen Leistungs- und Belastungsfähigkeit beitragen können.
- Ihre Stimme wird spürbar schwingungsreicher, Sie sprechen sonorer und tragfähiger, bei gleichzeitig weniger körperlichem Kraftaufwand und Druck in der Kehle. Der Sprachfluss und die Artikulation werden mühelos. Sie finden Ihre individuelle und natürliche Sprechstimmlage. Textinhalte werden verständlicher.
- Sie beugen Fehlbelastungen im Stimmgebrauch vor und lösen Stimmprobleme wie Heiserkeit, Räusperzwang, Kurzatmigkeit und das Gefühl vom „Kloß bzw. Frosch im Hals“ auf.
- Sie profitieren von dem positiven Einfluss auf Ihr Vegetatives Nervensystem. Sie lernen sich körperlich zu entspannen und Stressreaktionen zu reduzieren. Ihre Atmung wird ruhiger.
- Eine ausgebildete Stimme verleiht Ihnen Selbstsicherheit, Souveränität, Präsenz, Persönlichen Ausdruck, Authentizität und Überzeugungskraft im Beruf und Alltag.
- Die Seminarinhalte sind für den Transfer in konkrete Arbeitssituationen und für Multiplikatoren, die Sie im Rahmen Ihrer beruflichen Tätigkeit weitergeben können, geeignet.

Zielgruppe:

Personen, die beruflich eine flexible, belastbare und tragfähige Stimme benötigen. Die ihren individuellen Stimmklang weiterentwickeln und im persönlichen Ausdruck an Präsenz, Überzeugungskraft und Authentizität gewinnen möchten.

- PädagogInnen, TherapeutInnen, Theologinnen, ReferentInnen, DozentInnen, Trainer, MitarbeiterInnen der
- Kunst- und Theaterbranche, SekretärInnen, MitarbeiterInnen von Callcentern, Verkäuferinnen, MitarbeiterInnen in
- Behörden, bei Dienstleistern, Unternehmen, Handwerk.
- Personen in Führungspositionen,
- Personen aus allen Berufen mit Publikumsverkehr.