

SyStconnect-Plus Veranstaltung

Körper und Stimmarbeit für Aufsteller*innen und Berater*innen

mit **Alexandra Schwendenwein**

Termin: 11. und 12. Juni 2021

Online dafür sicher: zur besseren Planbarkeit haben wir beschlossen den Termin online durchzuführen. Sobald es geht, bieten wir einen Präsenz-Tag zum Vertiefen an.



Ort: Online über Zoom

Dauer: 1 Tag

Zeiten: Erster Tag: 15:00 - 18:30 Uhr, zweiter Tag: 9:00 – 12:30 Uhr

Zur Person

Mag^a Alexandra Schwendenwein ist Expertin für Stimme und Sprechen, gelernte SchauspielerIn, zertifizierte systemische Beraterin (SySt[®]) und Afrikanistin. Seit über 25 Jahren ist sie als selbständiger Trainerin für Rundfunk und Fernsehen sowie in der Bühnenausbildung tätig. Sie gibt Seminare und Beratung im Business, für WissenschaftlerInnen, LehrerInnen, BeraterInnen u.v.a.m.

Alexandra Schwendenwein versteht Sprechen als körperlich-geistige Gesamtaktivität: Körperübungen fördern Stimmklang und persönliche Präsenz und aktivieren ganzheitlich. Inneres Erleben, Vorstellungsbilder und sinnlich-räumliches Denken setzen sich körperlich in Muskelspannung um und werden hörbar: wir gestalten den gemeinsamen Raum von Sprechenden und Hörenden.

Beschreibung

Stimm- und Körperbewusstsein befördert ganzheitliche Lösungsprozesse grundlegend: Einstellungen, Haltung, Vermengungen zeigen sich körperlich und werden im Tonfall laut. Genau wie Lösungszustände, Verbundenheit und Unterscheidung.

Über Stimme und Körpersprache wirken wir nicht nur auf andere, durch Stimmgebrauch und Haltung beeinflussen wir auch uns selbst.

In diesem Seminar lernen Sie die Grundlagen körpergerechter Atem- und Stimmführung kennen. Sie erfahren, wie Sie Ihre Stimme in lösungsfokussierten Beratungsgesprächen einsetzen und üben, genauer in Stimme und Körpersprache Ihrer KlientInnen zu lesen.

Inhalte

Alexandra Schwendenwein stellt Ihnen Tools und Aspekte der Körper- und Stimmarbeit zur Selbstentfaltung und Arbeit in der Beratung vor:

- 🌀 Grundübungen zur Stimmfaltung und Stimpflege
- 🌀 Atmung: Schlüssel zum Lösungszustand
- 🌀 Körperhaltung, Präsenz und Ausrichtung
- 🌀 Wertequadrat: Schwerkraft und Raum
- 🌀 Emotionen und Verortung: was uns bewegt
- 🌀 Sprechdynamik und Kommunikationsziel
- 🌀 Interventionen im Gespräch

Arbeitsweise

- Theoretische Inputs und Demonstrationen zum jeweiligen Aspekt.
- Übungen in der Gruppe, spielerisches Experimentieren.
- Arbeit mit individuellen Anliegen.

Seminarkosten - *First come first serve!*

- Preis für **SyStconnect**-Mitglieder: € 99,- (gilt für die ersten 8 Anmeldungen, danach Preis für Kooperationspartner)
- Preis für Kooperationspartner: € 149,- (gilt für die ersten 4 Anmeldungen, danach Normalpreis)
- Normalpreis: € 199,-

Maximal: 12 Personen

Anmelden: Bitte per E-Mail an Karin.Krausz(at)aon.at.

Teilnahmebedingungen

Das Seminar dient der Weiterbildung und ist keine Therapiegruppe. Mit Ihrer Anmeldung erklären Sie, dass Sie in der Lage sind, an den Veranstaltungen eigenverantwortlich teilzunehmen. Grundkenntnisse der SySt-Methode werden vorausgesetzt.

Bei Krankheit der ReferentInnen behält sich **SyStconnect** vor, den Termin abzusagen. Eventuell schon eingezahlte Teilnahmegebühren werden selbstverständlich schnellstmöglich erstattet. Alle weiteren individuellen Kosten der TeilnehmerInnen, wie Reisekosten, Hotelbuchungen, sonstige Ausgaben werden nicht erstattet.