

Praxisseminar Körpersprache und Sprechkunst 2020

Anmeldefrist: 31. Oktober 2019

Einführungsveranstaltung: 16. März 2020

Seminardurchführung: 22. – 25. März 2020

Grundlagen des Auftretens und Sprechens vor Publikum

Ob im Gerichtssaal, bei einer Vertragsverhandlung oder einer firmeninternen Präsentation – im Arbeitsalltag werden Sie bei unzähligen Gelegenheiten einem kleineren oder grösseren Publikum Ihre Position darlegen. Dabei wollen Sie immer möglichst kompetent und souverän auftreten. Fachkompetenz wird vorausgesetzt, aber mit dem Wissen um die eigene Auftrittskompetenz wird sie auch sichtbar und hörbar.

Dieses Praxisseminar bietet Ihnen die grossartige Möglichkeit, Ihr eigenes Auftreten zu reflektieren und mittels praktischer Übungen zu entwickeln. Unser Training baut auf den Fundamenten der Rhetorik auf und verbindet sie mit Grundlagen des Schauspiels. Schritt für Schritt arbeiten wir praxisnah an Atemtechnik, Körpersprache, Stimme, Präsenz und innerer Haltung. Im Kurs wird viel geübt, viel gedacht und viel gelacht. Mitbringen müssen Sie hohes Interesse und natürlich die echte Bereitschaft, sich auf die Übungen auch wirklich einzulassen. Geleitet wird der Kurs von zwei ausgewiesenen Spezialistinnen: der Schauspielerin Silvia-Maria Jung und der Regisseurin Katharina Ramser.

Ziele

Ziel ist es, eigenes Auftreten zu reflektieren und mittels praktischer Übungen zu entwickeln.

Das Praxisseminar beinhaltet unter anderem:

- Grundlagen in Atem- und Sprechtechnik,
- Körpersprache, Haltung, Gestik und Mimik,
- Strategien für mehr Präsenz und Authentizität,
- Stärkung Ihrer inneren Haltung,
- Bewusstsein über das eigene Kommunikations-Repertoire.

Sie erfahren:

- wie Sie mit Stimme und Körper Ihre Botschaft verstärken,
- wie Sie das Herz und das Hirn des Publikums erobern,
- wie Sie aktuelle Erkenntnisse aus Neurologie und Psychologie nutzen können,
- welche Tricks Schauspieler anwenden,
- wie Sie mit Angst und Stress umgehen,
- wie Sie authentisch und wirkungsvoll auftreten,
- wie Sie Kompetenz sichtbar und hörbar machen können.

Durchführung

Das nächste Praxisseminar wird im Frühlingssemester 2020 durchgeführt und findet vom **Sonntag, 22. März 2020, bis Mittwoch, 25. März 2020**, an einem Seminarort ausserhalb von Freiburg statt. Zur Vorbereitung findet im Februar 2020 eine obligatorische **Einführungsveranstaltung** statt.

Kurskosten

Den Grossteil der Kurskosten (inkl. Unterkunft und Verpflegung) übernehmen freundlicherweise universitäre Stiftungen. Von den einzelnen Teilnehmern wird ein Unkostenbeitrag von **CHF 150.00** erhoben. Die Reisekosten sind selbst zu tragen.

Anmeldung

Das letzte Praxisseminar war ein grosser Erfolg. Um eine optimale Betreuung zu gewährleisten, ist die Zahl der TeilnehmerInnen auf 15 begrenzt. Die Auswahl treffen wir auf der Grundlage eines **Bewerbungsverfahrens**. Sollten Sie sich für das Praxisseminar interessieren, bitte wir Sie, uns Ihr Motivationsschreiben (max. eine A4-Seite, warum Sie an diesem Seminar teilnehmen möchten) samt Lebenslauf bis spätestens am **31. Oktober 2019** einzusenden. Richten Sie Ihre Unterlagen bitte in elektronischer Form (PDF-Format) an Frau Tanja Gauch, tanja.gauch@unifr.ch.

Examen

Für die aktive Teilnahme am Seminar und der Einführungsveranstaltung erhalten Sie 2 ECTS-Punkte. Eine Prüfung findet nicht statt.

Moodle-Dokumente

Das genaue Kursprogramm sowie weitere Unterlagen werden, sobald verfügbar, auf moodle2 aufgeschaltet.