

**„Klingen Sie schon, wie Sie wollen! –
Der bewusste Einsatz von Atmung, Stimme und Körpersprache in der
Mediation“**



Zielgruppe:

Mediatorinnen und Mediatoren, die sich mit der Wirkung und dem Einfluss ihrer Stimme, inneren Haltung, Atmung und Körpersprache auseinandersetzen und sie in ihrer Arbeit einsetzen möchten.

Ziele und Inhalte:

Unsere Stimme gehört untrennbar zu unserem Erscheinungsbild. Sie steht in unmittelbarem Zusammenhang mit unserer Persönlichkeit. Unsere Stimme ist der hörbare Ausdruck unserer inneren Haltung und Befindlichkeit. Angst, Wut, Überraschung, Freude vermittelt sie ebenso, wie Momente der Zuwendung und Abwendung, der Anerkennung und Verachtung.

In einem Gespräch schätzen wir die Stimme unseres Gegenübers nach wenigen Sekunden ein. Wir bewerten, ob und wie dieser bei uns ankommt. Unsere Ausstrahlung und der Eindruck, den wir auf unser Gegenüber machen, hängen zu 55 Prozent von unserem körpersprachlichen Ausdruck und zu 38 Prozent von unserer Stimme ab.

Wie maßgebend der erste Eindruck, der Klang der Stimme und die innere Haltung für den Erfolg einer Mediation sind, ist Mediatorinnen und Mediatoren oftmals nicht bewusst. Für den Aufbau einer konstruktiven Beziehung und die Akzeptanz als kompetenter Vermittler innerhalb eines Konfliktes, spielen die grundlegenden Bestandteile der Kommunikation – Stimme, Körpersprache, Sprache – und deren bewusster Einsatz in der Mediation eine entscheidende Rolle.

Für die eigene Selbstempathie und Seelenhygiene ist es für Mediatorinnen und Mediatoren hilfreich über Methoden zu verfügen, mit deren Hilfe sie sich in emotional aufgeladenen Situationen selber erden und schnell neue Kraft und Energie tanken.

Mein Seminar umfasst die Bewusstwerdung der eigenen Stimme, die Beobachtungs- und Wahrnehmungsfähigkeit der eigenen Befindlichkeiten und die der Medianden ebenso, wie die körperlichen Ausdrucksformen sowie den Einfluss von Stimme, Atmung und Körpersprache auf Emotionen. Ziel des Seminars ist es, dass Mediatorinnen und Mediatoren sich der Zusammenhänge von innerer Haltung, Körpersprache und Stimme bewusst werden und Veränderungen durch körpersprachliche Interventionen bewirken können.

Dieses Seminar ist auch als Vortrag oder Workshop buchbar.



Susanne Görlitz

Systemische Beraterin, Psychologische Beraterin (VFP), Burnout- und Stresspräventionsberaterin, Stimm- und Kommunikationstrainerin, Zertifizierte Mediatorin, Wirtschaftsmediatorin.

Mehr als 15 Jahre Erfahrung als Unternehmerin in zwei eigenen Dienstleistungsunternehmen, mehrere Jahre Führungstätigkeit im Bereich Personalentwicklung und Personalauswahl, klassische Sängerin, Schauspielerin

Teilnehmer: 5 bis 12 Personen

Dauer:

Online: 2 x 3,5 h/ Kosten: 840,00 €
(zzgl. MwSt., 974,40 €

Präsenz: 2 x 5,0 h/
Kosten: 1.200,00 € (zzgl. MwSt.;
1.392,00 €

Informationen bei:



Susanne Görlitz

Zur Vorburg 12
02058 – 49 40 433
0170 – 49 40 433
Stimm-Ich@t-online.de
www.goerlitz-stimmich.de