

## Basisseminar

### Kursbeschreibung

Im Gesundheitswesen hängt der Erfolg aller Bemühungen ganz wesentlich von der Kommunikation zwischen den Beteiligten ab. Die Art der Ansprache führt beim Patienten entweder zur motivierten Mitarbeit oder zu unnötigen Widerständen. Art und Umfang der Abstimmung im Team kann zu gutem und freudigem Miteinander führen – aber auch ebenso leicht zu Missverständnissen. Selbst wenn im täglichen Miteinander immer und ausschließlich das Richtige gemeint und gesagt wird, trägt das nur zu sieben Prozent zur erfolgreichen Kommunikation bei. Zu 55 Prozent bestimmt der körperliche Ausdruck und zu 38 Prozent die Stimmlage, was beim Gegenüber ankommt und wie es aufgenommen wird.

Ihre Stimme, Ihre innere und äußere Haltung, Ihr Atem, der Raum, den Sie sich körperlich und psychisch nehmen, all das prägt Ihre Ausstrahlung und Ihre Wirkung auf sich selbst und andere. In der wertschätzenden und vorurteilsfreien Atmosphäre dieses Seminars können Sie individuelle Haltungen und Muster erspüren, die sich auf Ihre Präsenz und die Selbst- und Fremdwahrnehmung auswirken. Sie werden erkennen, wo und wie Sie sich „klein machen“, und lernen, Ihre individuelle eigene Größe zu finden und zum Ausdruck zu bringen.

Sie erleben Gruppen- und Einzelarbeit, Achtsamkeits- und Entspannungsübungen. Sie lernen Ihre eigene Körpersprache wahrzunehmen und probieren deren Wirkung aus. Die Seminarleiterin führt Sie in einfach zu erlernende Übungen aus dem Schauspieltraining mit Mitteln der F.M.Alexander-Technik ein. Mit diesen Übungen können Sie im Alltag immer wieder zu Ihrer eigenen Kraft zurückkehren und (wieder) Selbst-bewusst auftreten, energievoll agieren. Am Ende des Seminars haben Sie gelernt, wie Sie ihre eigene Position finden und zielgerichtet kraftvoll vertreten können, ohne Ihr Gegenüber zu „überrollen“.

Das Seminar unterstützt Sie auch, den nächsten Wortbeitrag oder Vortrag bei Sitzung, Meeting oder Feier präserter, ruhiger und wirkungsvoller zu präsentieren. Ganz nebenbei erlernen Sie eine einfache Methode, mit der Sie im Alltag zentriert bleiben, zur Ruhe kommen und Kraft schöpfen können.

### Termin

11.11. - 12.11.2020 09:00 - 16:00 Uhr

### Veranstaltungsort

ZAB GmbH Haus 21  
Hermann-Simon-Straße 7  
33334 Gütersloh

### Zielgruppe

Mitarbeiter im Gesundheitswesen

### Teilnehmerzahl

maximal 12

### Kursleitung

Annette Brockgreitens  
Lehrerin der F. M. Alexander-Technik, Dozentin an der Hochschule für Musik in Detmold, Studium der Angewandten Theaterwissenschaften an der J-L-U Gießen (Diplom), Heilpraktikerin

### Anmeldeschluss

11.10.2020

### Information

Angela Prattke  
Durchwahl 0 52 41 | 708 23-70  
Zentrale 0 52 41 | 708 23-0  
prattke@zab-gesundheitsberufe.de

### Punkte

8



### Kosten

306,00 €  
inkl. Seminarunterlagen, Pausengetränke