TERMINE
30.06.2027

ZEIT
09:00-16:15 Uhr
8 Unterrichtsstunden

ORT
Diakonische Akademie
für Fort- und Weiterbildung e.V.
im Haus der Diakonie
Paulsenstr. 55-56
12163 Berlin

ZIELGRUPPE
Pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtugen

REFERENTINNEN
Sophie Wassmund, Trainerin für Kommunikation und Stimme

ANSPRECHPARTNER/IN
Claudia Siegel
Tel.: 030 82097-117
E-Mail: berlin@diakademie.de

KOSTEN
185,00 Euro für Mitglieder
250,00 Euro für Nichtmitglieder

VETK- Mitglider zahlen eine Kursgbühr in Höhe von 230 Euro.

BERUFL. WEITERBILDUNG

Nie mehr heiser! Belastbare Stimme im Berufsalltag

Die Stimme ist DAS Werkzeug der sozialen Fachkäfte: Mit ihr sorgen Sie für Struktur, vermitteln Inhalte, führen anstrengende Gespräche, klären Konflikte und sprechen sich mit Mitarbeitenden ab. Es gibt keinen Tag, an dem die Stimme nicht gefordert wird. Schnell kann sich da eine Heiserkeit einstellen. Oder eine Unsicherheit über den eigenen Klang. Was können Sie da tun? Dieser Kurs liefert Ihnen überraschende Einblicke und nützliche Übungen: Wie entsteht Stimme - und was haben die Rückenmuskeln damit zu tun? Was können Sie konkret tun, um Ihre Stimme auf die Belastungen des Berufsalltags vorzubereiten? Wie können Sie erreichen, dass Ihre Stimme souverän klingt? Danach werden Sie Ihre Stimme lieben - und Ihre Stimme Sie.

Lernergebnisse:
- Die Teilnehmenden wissen, wie sie auf gesunde Weise lange und laut sprechen können.
- Die Teilnehmenden können sich in Belastungssituationen selbst helfen, um nicht heiser zu werden.
- Die Teilnehmenden kennen ihre individuelle Stimmlage und können ihren Stimmklang gezielt verändern.
- Die Teilnehmenden stärken ihre Selbstsicherheit in Hinblick auf schwierige Gespräche.
- Die Teilnehmenden reflektieren ihre gewonnenen Erkenntnisse und lernen voneinander.

Inhaltliche Schwerpunkte

- Grundlagen der gesunden Stimmproduktion: Wie entsteht Stimme, was hält sie gesund, was macht sie krank?
- Muskeln und Atmung richtig einsetzen
- Eigene Tonlage und Stimmklang finden
- Praktische Übungen für mehr Belastbarkeit, Resonanz und Varianz
- Entspannter spielen, lehren und besprechen

Zugangsvoraussetzung

Offenheit für Übungen mit der Stimme, dem Atem und dem Körper. Bereitschaft, sich selbst zu reflektieren und wertschätzendes Feedback zu geben.

Hinweise

Wir empfehlen das Tragen von bequemer Kleidung.

Hier geht es direkt zur Kursanmeldung ›