

Programmablauf

Meine Stimme – meine Sprache – mein Erfolgsfaktor

Zentrum für Weiterbildung der Universität Zürich

Zeit	Thema
08.30 - 09.00 Uhr	Empfang mit Kaffee und Gipfeli, Ausgabe der Seminarunterlagen
09.00 - 10.30 Uhr	Begrüssung, Wünsche und Erwartungen
	Sprache, Dialekt und Hochsprache (theoretischer Input); Was bedeutet mündliche Auftrittskompetenz? 1. Übungseinheit zu «Mündliche Auftrittskompetenz» Was möchten die TN lernen – individuelle Tagesziele festlegen
	Kaffee- und Kommunikationspause
10:45 - 12:00 Uhr	Modell «Rhetorik» mit 3 Übungseinheiten
	1) Bewusstsein schaffen für bereits vorhandene Stärken «Diamanten», auf die es sich lohnt aufzubauen; 2) Konzentration auf Klang, Stimme und Tonmelodie; 3) Haltung, Blick und Gestik
12.00 - 13.00 Uhr	Gemeinsames Mittagessen
Nachmittag	Stimme und Sprache in Stresssituationen; Was bedeutet Stress? Woher kommt der Stress? Lampenfieber - und was ist dagegen zu tun; Atmung und Durchsetzungskraft
	Übung in und vor der Gruppe. Persönlichkeit im Vordergrund.
	Kaffee- und Kommunikationspause
	Der spricht, der führt. Was sind persönliche Führungskompetenzen, die zum Erfolg führen? Wie sind Stimme und Sprache an das Publikum anzupassen? Das Spiel mit der Stimme. Die Melodie - schräge Töne, wohlklingende Töne. Der Zuhörer entscheidet mit. Eine Beziehungsaufgabe?
	Individuelle Übungsaufgaben für das Seminar «danach» formulieren. Vertrauen und Mut gewinnen lernen.
16.30 Uhr -	Seminarschluss

Programmänderungen aus dringendem Anlass behält sich der Veranstalter vor.

Veranstaltungsort

Zentrum für Weiterbildung der Universität Zürich
Schaffhauserstrasse 228
8057 Zürich
www.zwb.uzh.ch

Individualverkehr

Das Zentrum für Weiterbildung verfügt über ein eigenes Parkhaus. Weitere Parkgelegenheiten in unmittelbarer Nähe.

Öffentlicher Verkehr

Tram Nr. 10 oder 14 ab Zürich HB oder Zürich Oerlikon bis zu den Haltestellen Hirschwiesenstrasse oder Berninaplatz. Erreichbar ab Zürich HB innerhalb von 15 Min.

