

Gesundheit

Leistungsfähigkeit

Selbstentfaltung

Modul 1:

Die überlastete Stimme

Zweitageskurs

Der Stimmtherapeut kann davon ausgehen, dass in den häufigsten Fällen, in denen ein Mensch als Patient die stimmtherapeutische Hilfe sucht, die vorhandenen Strategien nicht ausreichen, eine Gesamtbalance aufrecht zu erhalten.

Auf dem Weg werden bekannte Muster, die sich irgendwann einmal als günstig gezeigt haben derart überstrapaziert, dass letztlich die unerwünschten Begleiterscheinungen überwiegen. So führt der Weg immer tiefer in eine Sackgasse in der unbewegliche Druck- und Spannungszustände im Vordergrund stehen.

Auf der Suche nach einer befriedigenden Gesamtlösung ist daher die erste Therapeutische Intervention die der körperlichen, geistigen und psychischen Entlastung. Im Kurs werden einfache, hocheffiziente Übungen gezeigt, die über die Eigenwahrnehmung frei von richtig oder falsch die oben genannten Ziele erreichen. Diese sind auf der psychisch- mentalen Ebene Ansätze der Gesprächsführung und auf der stimmlich-körperlichen Ebene Weiterentwicklungen aus den Ansätzen des funktionalen Stimmtrainings (Atmung, Kehlkopf und Resonanz) und der Feldenkraismethode.

Den therapeutischen Bogen vervollständigen Übungen zur Wahrung des Erreichten.

Teilnehmer: max 12
Zeiten: Freitag 12.00-19.00
Samstag 9.00-16.30

Fortbildungspunkte: 16
Preis: Euro 240,00