




Seminar-Titel:  
**Die Kunst der fördernden Begegnung - Atmosphäre gestalten und wirken**

	<b>Termin:</b>		<b>Ort:</b>		<b>Referent*innen:</b>
	Mi., 21.05. + Do., 22.05.2025 von 9 bis 17 Uhr		C3 – Centrum für Internationale Entwicklung, <a href="#">Sensengasse 3, 1090 Wien</a>		Zidek-Etzlstorfer, Ursula

Bevor der Inhalt einer Botschaft wirken kann, prägt die Person selbst die Atmosphäre einer Begegnung. Ähnlich wie auf der Bühne, wo nicht nur der Text, sondern die Art der Darbietung entscheidend ist, zählt in jeder Interaktion das Auftreten. Authentizität, Stil und Begeisterung beeinflussen maßgeblich, ob eine tiefgehende Wirkung erzielt wird. Besonders in Entwicklungs- und Veränderungsprozessen ist die passende Atmosphäre entscheidend. Dies erfordert nicht nur Vorbereitung, sondern auch die Fähigkeit, im Moment präsent zu bleiben und spontan zu reagieren. Wenn wir im Einklang mit uns selbst handeln, stehen Leichtigkeit und Intuition zur Verfügung, um andere wirksam zu unterstützen.

① Bitte tragen Sie bequeme Kleidung

### SEMINARINHALTE

- ▶ Persönliche Form, Verfassung und Haltung als unmittelbar wirksames Tool kennen und steuern lernen
  - ▶ Macht und Wirkung der mentalen und körperlichen Haltung - Wahrnehmung, Beobachtung, Reflexion
  - ▶ Prinzipien der Alexandertechnik und ihre Anwendung - kennenlernen, erleben, fördernde Atmosphäre gestalten
  - ▶ Sensibilisierung der Körperwahrnehmung – Körpersinn und Empathie
- Vorbereitet und bereit sein, Entdecken statt Erwarten

### SEMINARMETHODEN

- Theorie-Inputs und erlebnisorientiertes Erkunden der Prinzipien der Alexandertechnik
- Selbstreflexion, Gruppenarbeit und Austausch im Plenum
- Interaktive Themenbearbeitung und Diskussion von Praxisbeispielen
- Einbeziehung der Körperwahrnehmung, praxiserprobte Tipps zur Selbsthilfe für Beruf und Alltag (ohne sportliche Anforderung) und Entdeckungsfreude mitbringen

### SEMINARZIELE

- Eigene Haltung und Präsenz als wirkungsvolles Werkzeug einsetzen
- Atmosphäre bewusst gestalten, um fördernde Begegnungen zu ermöglichen
- Techniken der Selbststeuerung erlernen und in beruflichen Kontexten anwenden
- Körperwahrnehmung schärfen und Empathie fördern
- Stärkung von Authentizität und Intuition in zwischenmenschlichen Prozessen

### ZIELGRUPPEN

Menschen in fördernden/beratenden Berufen (Pädagog\*innen, Führungskräfte...)

**Information:** 01 4000-76906, [office@wig.or.at](mailto:office@wig.or.at), [www.wig.or.at](http://www.wig.or.at)

**Gesamt-Gebühr je 2-tägigem Seminar:** € 150,00

**Anmeldung:** <https://seminare.goeg.at/kr8av/>

## FGÖ-BILDUNGSNETZWERK IN WIEN