

SPONTAN!

Ich biete im Jänner und Februar 2012
sämtliche workshops

-Improvisation: Sei kreativ! Sei
spontan! Lass Deiner Fantasie freien
Lauf!
sowie

-Atem- und Sprechtechnik

zu 45 € pro Schulstunde (jeweils 3 UE)
an.

Solltet ihr Euren Schülern oder Kollegen ein
Semesterende bzw. –beginnereignis schenken wollen:

Meldet Euch bitte!

Katrin

0676 400 54 20

www.katrin-reisinger.at

KATRIN REISINGER

Inhalte meiner Seminare im Überblick:

Atem- und Sprechtechnik

Empfohlene Teilnehmerzahl: 2-7

Dauer: 3 Einheiten

(je 2 Schulstunden/Einheit, wöchentlich oder alle 2 Wochen)

Einer gut gestimmten Stimme hört man spontan gerne zu. Wer dann auch noch in der Lage ist, ruhig, sicher und gut verständlich seine Anliegen/den Unterrichtsstoff vorzubringen, wird von seinen Zuhörern/Schülern Aufmerksamkeit, Anerkennung, Kompetenzzuweisung erfahren. Menschen, die beruflich so viel sprechen müssen wie Lehrer, sollten sich daher unbedingt ausführlich Ihrem INSTRUMENT, dem Körper, widmen.

Wir leben in einer Zeit, in der Rhetoriklehrgänge boomen. Viele Menschen suchen solche Kurse auf, um ihre Unsicherheiten und Ängste bei der freien Rede zu vermindern. Sie möchten lernen, offen und ohne Hemmungen zu sprechen, argumentieren und somit auch zu überzeugen.

Aber niemand verliert seine Ängste, Hemmungen und Schwierigkeiten, der mit seinem Körper nicht im Reinen ist. Wer sich nach wenigen Worten räuspern muss, nach längeren Gesprächen Ermüdungserscheinungen der Stimme spürt, zum Wasserglas greift, weil er hofft, ein Schluck könne die Stimme auffrischen, wird weder überzeugen, noch sich selber wohl in seiner Haut fühlen. Daher ist es sinnvoll, **erst die Stimme und Sprache auszubilden** und **dann erst** die anderen Fächer wie **Redeaufbau, Argumentation, Formulierung und Körpersprache** anzugehen.

Schwerpunkt der Ausbildung, die ich anbiete, ist die richtige Atmung in Verbindung mit dem Sprechen und die richtige Aussprache der hochdeutschen Sprache. Entspannungsübungen, bei denen die wohl tuende Zwerchfellatmung mühelos erlernt wird, sind ebenfalls Teil des Programms.

Genuss, innere Ruhe, bewusstes Wahrnehmen des Körpers, sich und seine Bedürfnisse spüren und diese auch zulassen! Wir erlauben uns, uns wichtig zu nehmen!

Improvisation

Das Kreativitätstraining

Empfohlene Teilnehmerzahl: 8-15

Dauer: 3-5 Stunden an einem Nachmittag

Improvisation ist die Kunst des Unerwarteten, Spontanen. Man kann durch Improvisation unheimlich viel lernen. Über sich selbst, verloren geglaubte Kreativität, Phantasien.... Und das alles mit dem Gefühl, dem Zustand, in dem man sich gerade befindet. Der IST-Zustand kann sogar verwendet werden, nützlich sein. Völlig ohne Druck, ohne originell sein zu wollen, werden Dinge ausprobiert, Szenen gespielt, Konzentrationsübungen spielerisch erarbeitet, wobei eines wichtig ist: Die Gruppe zählt. Das ZUSAMMEN führt zu den besten Erlebnissen und bringt sehr überraschende und zufriedenstellende Ergebnisse. Und Schwellenangst wird dadurch spielerisch überwunden!

Anhand kreativer Methoden wie
Aufmerksamkeits-/Konzentrationsübungen
Gruppendynamische Prozesse
Rollenspiel/Szenen
Körper- und Stimmarbeit

lernen wir uns selber, die anderen und die Gruppe im Ganzen kennen.

Im Zusammenhang mit der Peer-Mediation ist noch zu ergänzen:

Kreativität steigert die Fähigkeit, auch alternative Konfliktlösungsmöglichkeiten zu erkennen.

Die Theatermethoden sind wichtig für Rollenspiele - wichtigste Methode in der Mediation.

Die Teilnehmer haben ein Methodenpool - auf das sie zurückgreifen können.

Katrin Reisinger

Schauspielerin und Moderatorin

Arbeit an der Stimme mit Lehrern seit 2004

Impro-workshops für Lehrer seit 2006

Referentin des Lehrganges Peer-Mediation (PI Wien) seit 2007 (Improvisation-Das Kreativitätstraining)

Sprech- und Schauspielausbildung 1989-1994

(Diplom Konservatorium der Stadt Wien, Leitung Elfriede Ott)

Danach „Wanderjahre“ am Theater in ganz Österreich, diverse Fernsehrollen,

1999-2001 Moderatorin beim ORF

2002 Geburt meines Sohnes Niklas, 2007 Geburt meines Sohnes Florian

Seitdem ausschließlich als Sprecherin, Trainerin und Fernsehschauspielerin tätig

Ausschnitte Fernsehrollen:

http://www.youtube.com/watch?v=F61MgXhBBa0&feature=channel_video_title

Kostprobe einer Lesung:

<http://www.youtube.com/watch?v=qk6AQU5gIG0>

www.katrin-reisinger.at