

PRÄSENT UND VERBUNDEN

ATEM UND STIMME ALS
RESSOURCEN



Zweitätiges Erfahrungsseminar

Neuro-Regulating-Voice®

23. / 24. APRIL 2027

LINZ

PRÄSENT BLEIBEN

Präsenz ist eine zentrale Quelle der Neuen Autorität: mit sich selbst verbunden und sich seiner selbst bewusst zu sein, um gerade in emotional herausfordernden Situationen handlungsfähig zu bleiben. Unter Stress werden Atem und Stimme enger, der Muskeltonus steigt und der Kontakt zu uns selbst und zum Gegenüber kann verloren gehen.

● PRÄSENZ UNTER STRESS

Eigene Körper- und Stresssignale früher erkennen und verstehen, wie sich Zustände des autonomen Nervensystems im Körper und im Stimmklang zeigen.

● ATEM, STIMME UND RESONANZ

Atemgeschehen, Selbstwahrnehmung und Resonanzarbeit als unmittelbar verfügbare körperliche Ressourcen erleben.

● SELBST- UND CO-REGULATION

Mit konkreten Strategien Aktivierung und Schutzreaktionen regulieren, handlungsfähig bleiben und wertschätzenden Kontakt ermöglichen.

DAS NEHMEN SIE MIT

Eine differenziertere Wahrnehmung eigener Stresssignale, konkrete Atem-, Stimm- und Resonanzübungen sowie mehr Präsenz und Handlungsfähigkeit unter Druck.

AUF EINEN BLICK

DATUM

23. und 24. April 2027

FORMAT

Zweitätiges Erfahrungsseminar

ORT

Institut für Neue Autorität
Hauptplatz 4
4020 Linz

SCHWERPUNKTE

Atem · Stimme · Resonanz
Interozeption · Nervensystem

METHODEN

Körper-, Atem- und Resonanzübungen
Wahrnehmung und Imagination
Kleingruppen, Plenum, Wissensimpulse

KURSGEBÜHR

408,00 €

ANMELDUNG

Direkt beim Institut
für Neue Autorität

neueautoritaet.at

URSULA SCRIBANO

Dipl. Schauspielerin · Jodlerin · Stimmtrainerin

Entwicklerin von Neuro-Regulating-Voice® - resonanzbasierter Stimmarbeit zur Nervensystem-Regulation. Langjährige Bühnen- und Lehrerfahrung, Kristin-Linklater-Stimmarbeit, Neue Autorität und Embodiment.

stimmeerleben.de