

27.04.2026 14:30 Uhr - 29.04.2026 12:30 Uhr

## **Stimmt der Auftritt?**

### **Ausgangssituation**

Die Fähigkeit, überzeugend aufzutreten, mit einer präsenten Körpersprache zu kommunizieren und die Stimme klar und charismatisch zu nutzen, ist Grundlage für Führungskräfte, Lehrer\_innen, Dozent:innen und Menschen in Organisationen der Caritas, die regelmäßig in Teams und vor Gruppen sprechen. In diesem Seminar bekommen die Teilnehmenden die Möglichkeit, ihren eigenen Auftritt zu beleuchten, zu schärfen und ihr eigenes Potenzial zu erkennen und zu erweitern. Körpersprache und Stimme spielen hierbei eine zentrale Rolle.

### **Zielsetzung und Lernansatz**

Mittels kreativer Exploration und gecoachter Prozesse werden die Teilnehmenden an eine wirksame Körpersprache herangeführt und entdecken ihren Körper, ihren Stand, ihre Bewegung als wirksames Mittel, um Präsenz zu erzeugen und „Eindruck zu machen“. Mit Übungen entlehnt aus dem Theater, dem Gesang und dem Tanz bekommen die Teilnehmenden Feedback zur eigenen Körpersprache und lernen, was einen erfolgreichen Auftritt ausmacht, wie die Stimme einzusetzen ist und was Präsenz ausmacht. Durch Improvisation und spontane Handlungen wird der eigene Handlungsspielraum erarbeitet und erweitert.

### **Arbeitsformen**

In diesem Seminar arbeiten wir vor allem mit Übungen und Improvisationsprozessen, um das eigene Potenzial erfahrbar zu machen und „locker zu werden“. Dabei nutzen wir die Intelligenz und das Erinnerungsvermögen des Körpers, um Auftritt und Stimme zu erweitern.

Gestik und Mimik sowie die Atmung und die eigene „Erdung“ als stabiler Stand sind hierbei wichtige Elemente, die neben der natürlichen Körperbewegung zu einem erfolgreichen Auftritt beitragen. Des Weiteren bedienen wir uns unterschiedlicher Elemente der Musik (Rhythmik, musikalische Muster, chorische Elemente) sowie des Theaters (szenische Erarbeitung, Körperbewusstsein, Präsenz), um die eigene Wirkung des Auftritts in unterschiedlichen Kontexten und Systemen zu schulen. Kopf, Herz und Bauch dürfen in diesen Prozessen mitdenken und damit einen neuen Weg ermöglichen, der eher intuitiv, körperbasiert und ganzheitlich ist als logisch, rational, und technisch. Die Ernte und das Zusammenbinden der Erfahrungen in alltagsrelevante, berufsrelevante Erkenntnisse erfolgt über Diskussionen und moderierte Reflexionen. Zum Abschluss binden wir Erkenntnisse, Erfahrungen und Prozesse in einer Abschlusspräsentation zusammen. Diese dient zur Verinnerlichung des Gelernten und kann, muss aber nicht, vor Publikum stattfinden.

### **Anmeldung und Zulassung**

Bitte melden Sie sich mit dem Online-Formular an. Die Vergabe der Teilnahmeplätze erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldungen.

Wird die Mindestteilnehmendenzahl nicht erreicht, behält sich die Akademieleitung vor, die Veranstaltung abzusagen.

### **Termin**

Beginn: Montag, 27. April 2026, 14:30 Uhr mit einem Begrüßungskaffee

Ende: Mittwoch, 29. April 2026, 12:30 Uhr mit anschließendem Mittagessen

### **Kosten und Zahlungsmodalitäten**

Teilnahmegebühr: 730,00 €

Übernachtung mit Frühstück: 141,00 € für die Dauer der Veranstaltung

Verpflegung: 133,00 € für die Dauer der Veranstaltung (2 Tagessätze)

**Gesamtkosten: 1.004,00 €**

Die Tagungspauschale (Mittagessen, Tagungsgetränke, Kaffeepausen, Abendessen, etc.) ist mit der Anmeldung obligatorisch gebucht.

Im genannten Übernachtungspreis ist die Übernachtungssteuer der Stadt Freiburg bereits enthalten.

Die Preise richten sich nach der gültigen Preisliste des Tagungshauses, eine Preiserhöhung ist daher möglich.

Die Teilnahmegebühr sowie die Kosten für Unterkunft und Verpflegung werden vor Beginn der Veranstaltung durch die Fortbildungs-Akademie in Rechnung gestellt.

Für Ihre Teilnahme gibt es verschiedene Fördermöglichkeiten. Mehr dazu finden Sie auf unserer Homepage [www.caritas-akademie.de](http://www.caritas-akademie.de). Bitte beachten Sie, dass eine von Ihnen beantragte Förderung zunächst mit der Teilnahmegebühr verrechnet wird. Sollte diese Förderung nicht bewilligt werden, wird Ihnen der Differenzbetrag zur vollen Teilnahmegebühr nachträglich in Rechnung gestellt!

### **Zielgruppe:**

Fach- und Führungskräfte, die ihr Instrument "Stimme" und damit auch ihren Körper bewusster und wirkungsvoller bei den verschiedenen Anlässen einbringen und nutzen wollen.

### **Termin:**

27.04.2026 14:30 Uhr - 29.04.2026 12:30 Uhr

**Kosten:**

730,00 € zzgl. Kosten für Verpflegung und ggf. Unterkunft

**Veranstaltungsort:**

Caritas Tagungszentrum

Wintererstraße 17-19

79104 Freiburg

[www.caritas-akademie.de/tagungszentrum](http://www.caritas-akademie.de/tagungszentrum)

(Kunstorientierte Beraterin (M.A. in Expressive Arts Therapy/Coaching, B.A. in Psychologie).)

**Ansprechpartner:innen:**

Anna Graaf ([anna.graaf@caritas.de](mailto:anna.graaf@caritas.de), +49 (761) 200 1717)

Elisabeth Götz ([elisabeth.goetz@caritas.de](mailto:elisabeth.goetz@caritas.de), +0761 (200) 1705)

**Veranstalter:**

Fortbildungs-Akademie des Deutschen Caritasverbandes e.V.

**Veranstaltungsnummer:**

S26041

---

Diese Veranstaltung entspricht den Leitlinien für Qualität in der Fort- und Weiterbildung der verbandlichen Caritas.

---

Fortbildungs-Akademie des Deutschen Caritasverbandes  
Wintererstr. 17-19, 79104 Freiburg, [www.caritas-akademie.de](http://www.caritas-akademie.de)  
Tel.: (0761) 200-1700, Mail: [akademie@caritas.de](mailto:akademie@caritas.de)

