

Samstagsseminar 22. März 2025, 09.30 – 15.30 Uhr

Frau Corinne Castelli, Dipl.-Schauspielerin, BA Pädagogik der Frühen Kindheit, ausgebildet in der Lichtenberger Methode® für angewandte Stimmphysiologie und Somatic Experiencing®

Die Wirkkraft der Stimme: Klang, Nervensystem und Verkörperung im therapeutischen Kontext

Für Menschen in therapeutischen Berufen kann die eigene Stimme als wertvolle Ressource zur Selbst- und Co-Regulation eingesetzt werden. Die Beschäftigung mit der eigenen Stimme verfeinert ausserdem die Körper- und Hörwahrnehmung.

Die menschliche Stimme ist eines unserer wichtigsten Kommunikationsmittel und offenbart unseren inneren Zustand. Sie transportiert Emotionen wie Freude, Wut oder Trauer und beeinflusst, wie wir auf andere wirken. Dauerstress, Ängste und traumatische Erfahrungen können die Beweglichkeit und Vitalität von Körper und Stimme erheblich einschränken. Dadurch geht die Fähigkeit zu freiem, unbeschwertem Ausdruck oft verloren.

Der Kehlkopf, unser Stimmorgan, reagiert besonders sensibel auf Stress, was sich in einem gepressten, monotonen oder hauchigen Klang äussern kann. Der Zustand des autonomen Nervensystems spiegelt sich direkt im Stimmausdruck wider und kann umgekehrt von diesem beeinflusst werden.

Das Tagesseminar wird folgende Themen theoretisch und praktisch behandeln:

- Verbindung von Stimme und Nervensystem (Polyvagale Theorie)
- Bedeutung des Hörens für Sicherheit und Verbindung
- Stimmklang und Schwingung in der Selbst- und Co-Regulation
- Die Stimme als Brücke zwischen innerer und äusserer Welt

Corinne Castelli, Bern, ist diplomierte Schauspielerin mit mehrjähriger Bühnenerfahrung in Italien. Sie studierte Pädagogik der Frühen Kindheit (B.A.) in Berlin und ist ausgebildet in der Lichtenberger Methode® für angewandte Stimmphysiologie, Body-Mind Centering®, Haptic Gamma Embodiment und Somatic Experiencing®. Seit 2009 widmet sie sich der Erforschung der multidimensionalen Wirkung der Stimme sowie der Vermittlung von Techniken zur Regulation des Nervensystems durch Stimme und Embodiment.

Ort: Bewegungsfreiraum, Hallerstrasse 31, 3012 Bern

Organisatorisches: Das Seminar wird mit maximal 7 Teilnehmenden stattfinden. Bitte warme Socken mitbringen. Bequeme Kleidung ist von Vorteil.

Mittagspause: in Absprache mit der Gruppe (ca. 1.5 Stunden); Selbstverpflegung oder Gastronomie im Quartier.

Kosten: für PSB-Mitglieder Fr. 180.–, für Nicht-PSB-Mitglieder Fr. 250.–

Anmeldung bis 8. März 2025 beim Sekretariat des PSB Hildegard Urwyler, T 079 813 03 10 oder sekretariat@psychoanalyse-bern.ch

Für die Anmeldung werden folgende Angaben benötigt: Name und Vorname | Geb.-Datum | Telefon | Adresse | E-Mail | berufliche Tätigkeit | akadem. Titel

Nach der Anmeldung erhalten Sie eine schriftliche Anmeldebestätigung mit Einzahlungsschein.

Für die Teilnahme am Seminar ist der Besuch des ersten Seminars nicht Voraussetzung. Neue Teilnehmende sind willkommen!

Bis zum Anmeldeschluss ist eine schriftliche Abmeldung möglich. Bei einer Abmeldung nach diesem Datum erfolgt keine Kursgebührenrück-erstattung, es sei denn, der Kursplatz kann wieder belegt werden.