



Wirtschaftsimpulse von Frauen in Forschung und Technologie

Veranstaltungsreihe

Im Fokus: Karriere

„Ins rechte Licht, nicht unter den Scheffel!“

*Adäquate Selbstdarstellung in Wort, Stimme und Auftreten
mit Mag.^a Alexandra Schwendenwein, allesstimme*

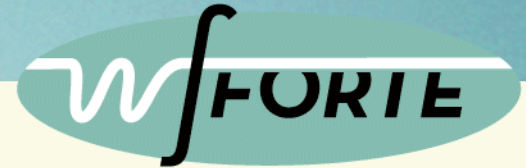
24. November 2010, 09.00 bis 16.00 Uhr
FFG, 1090 Wien, Sensengasse 1, Seminarraum, Erdgeschoss

Anmeldung: www.w-fforte.at

Um Ihre Anmeldung wird bis **19. November 2010 gebeten.**

Die Teilnahme ist kostenlos. Aufgrund einer begrenzten Teilnehmerinnenanzahl bitten wir um eine verbindliche Anmeldung. **Ihre Anmeldung ist nur durch eine schriftliche Bestätigung von unserer Kollegin Nicole Filacchione gültig.**

Kinderbetreuung: Wir bieten vor Ort eine kostenlose Betreuung von Kindern (0-12 Jahre) an. Wenn Sie diese in Anspruch nehmen wollen, bitten wir Sie um Anmeldung (unter Angabe von Anzahl und Alter der Kinder) bis **9. November 2010** per E-Mail an [nicole.filacchione\(at\)ffg.at](mailto:nicole.filacchione(at)ffg.at).



Wirtschaftsimpulse von Frauen in Forschung und Technologie

Ins rechte Licht, nicht unter den Scheffel!

- 09.00 – 09.10 **Begrüßung** (Eva Habres)
- 09.10 – 16.00 **Workshop** mit Alexandra Schwendenwein

Brillant:

Üben Sie sich in der Kunst Raum, Zeit und Aufmerksamkeit für sich zu beanspruchen!
Machen Sie Ihre Leistungen und Kompetenzen mit noch größerer Selbstverständlichkeit sichtbar!

Wortreich:

Machen Sie sich bewusst, wie Sprache wirkt!
Ist eine Juristin und „daneben“ noch Mediatorin?
Oder: Juristin und „darüberhinaus“ noch Mediatorin?
Oder: Juristin und „zudem“ noch Mediatorin.

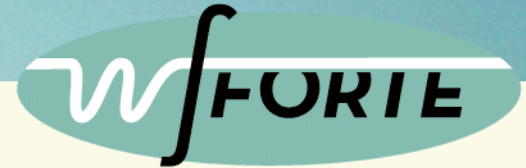
Stimmig:

Nehmen Sie sich Raum durch körpergerechten Stimmgebrauch und souveränes Auftreten!
Setzen Sie Ihre Stimme zielgenau ein!

Arbeitsweise:

Theoretische Erläuterung des jeweiligen Aspektes und dazu praktische Übungen, Arbeit mit Beispielen und Situationen, welche die Teilnehmerinnen einbringen. Körper und Stimmübungen.

- Ab 16.00 Uhr **Networking**



Wirtschaftsimpulse von Frauen in Forschung und Technologie

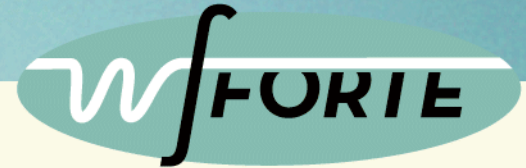
Programmdetails zu „Ins rechte Licht, nicht unter den Scheffel!“

- >> Wenn wir sprechen, tun wir etwas mit anderen.
Was und wie wir denken, bewegt nicht nur uns selbst, sondern über Stimme und Worte auch diejenigen, die uns hören.

- >> Stimme ist Kontaktorgan im wörtlichen Sinne. Via Schallwellen berühren wir andere, wenn wir sprechen. Jedes innere und äußere Erleben bildet sich im Körper in Muskelspannung ab, verändert so den Klangkörper und beeinflusst in hohem Maße die Wirkung des Sprechens.

- >> Alexandra Schwendenwein versteht Sprechen als körperlich-geistige Gesamtaktivität:
 - > Körperübungen fördern Stimmklang und persönliche Präsenz und aktivieren ganzheitlich.
 - > Inneres Erleben, Vorstellungsbilder und sinnlich-räumliches Denken setzen sich körperlich in Muskelspannung um und werden hörbar: wir gestalten den gemeinsamen Raum von Sprechenden und Hörenden.

**Stimme wirkt, wenn wir sprechen – ob bewusst oder unbewusst –
also, gestalten wir doch lieber bewusst!**



Wirtschaftsimpulse von Frauen in Forschung und Technologie

Mag.^a Alexandra Schwendenwein



- >> Trainerin für Atem und Stimme, Kommunikation und Präsentation
- >> Systemische Beraterin mit Schwerpunkt Systemische Strukturaufstellungen®
- >> Afrikanistin

Alexandra Schwendenwein lehrt und trainiert seit über 20 Jahren in den Bereichen Mediensprechen (ORF, Rai Sender Bozen, u.a.) – und Bühnenausbildung (Kunstuniversität Graz, Schauspielschule Krauss, u.a.). Sie gibt Seminare und Coachings für Wirtschaftstreibende, WissenschaftlerInnen, BeraterInnen, Frauenbeauftragte, SozialarbeiterInnen, LehrerInnen und viele andere mehr.

Qualifikationen:

- >> Schauspieldiplom , Konservatorium Prayner, Wien 4
- >> Stimm- und Sprechausbildung bei Professor Dr. Elisabeth Schrattenholzer
- >> Magistra phil. der Afrikanistik mit Englisch und Spanisch
- >> Zertifizierte Systemische Beraterin, 4 jährige Ausbildung SySt® Institut in München bei Dipl. Psych. Insa Sparrer und Prof. Dr. Matthias Varga von Kibéd
- >> Körperarbeit: Alexander Technik, Feldenkrais, Taiji, orientalischer Tanz

allesstimme by Alexandra Schwendenwein
Suchenwirtplatz 10/13, 1100 Wien
E-Mail: as@allesstimme.at
www.allesstimme.at



Wirtschaftsimpulse von Frauen in Forschung und Technologie

w-fORTE verbindet Wirtschaft mit Frauen in Forschung und Technologie.

>> Mit der Veranstaltungsreihe „**Im Fokus: Karriere**“ organisieren wir regelmäßig exklusive Workshops rund um das Thema Karriere und bieten Gelegenheit für individuelle Fragen mit ExpertInnen. Damit möchten wir unserer Zielgruppe einen persönlichen Zugang zu karriererelevantem Know-How bieten.

>> Das Programm w-fORTE des BMWFJ wendet sich an Gründerinnen, Unternehmerinnen und Managerinnen sowie Forscherinnen in technisch-naturwissenschaftlichen Bereichen und bietet vielfältige Unterstützungen, z.B. durch Fachveranstaltungen und einen Informationsservice im Internet, u.a. zu Förderungen, Wirtschaft, Forschung und Karriere.

>> Eine weitere Maßnahme ist das Impulsprogramm „**Laura Bassi Centres of Expertise**“. 2009/2010 haben acht Forschungszentren an der Schnittstelle von Wissenschaft und Wirtschaft ihre Arbeit aufgenommen. Diese europaweit einzigartige Impulsaktion setzt auf Chancengleichheit und eine neue Forschungskultur. Die wissenschaftliche Leitung liegt bei einer Frau. In den Zentren werden Forschungsprojekte, die Karrierewege und das Zukunftspotenzial aller Teammitglieder gefördert.

>> w-fORTE trägt mit seinen Maßnahmen auch zum Abbau von veralteten Rollenbildern in der Forschung bei, z.B. durch Öffentlichkeitsarbeit und Sichtbarmachen des wissenschaftlich-technologieintensiven Potenzials von Frauen. Durch die Vergabe von Studien werden neue Erkenntnisse gewonnen und der Community zugänglich gemacht.

>> www.w-forte.at