



PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



Co-funded by the
European Union

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



Dieses Übungsbuch wurde im Rahmen des Projekts DUB-IN- Charting Future Directions on Social Skill Training for People with Psychosocial Disability entwickelt, das durch das Erasmus+ Programm der Europäischen Union finanziert wurde.

Projektpartner:

INTRAS FOUNDATION, Spanien

National and Kapodistrian University of Athens (NKUA), Griechenland

Society of Social Psychiatry P. Sakellaropoulos (EKP&PSY), Griechenland

pro mente OÖ, Österreich

Smashing Times, Irland

European Platform of Rehabilitation (EPR), Belgien

Projektreferenznummer: 2021-1-ES01-KA220-ADU-000033586

Die Unterstützung der Europäischen Kommission für die Erstellung dieser Veröffentlichung stellt keine Billigung des Inhalts dar, die lediglich die Ansichten der Autor:innen wiedergibt. Die Kommission ist nicht verantwortlich für die Nutzung der in diesem Lehrplan enthaltenen Informationen.

Jede Art der Vervielfältigung oder Verbreitung ist erlaubt, außer zu kommerziellen Zwecken, solange die Quelle gewürdigt und angegeben wird.

Publikationsjahr: 2023

© Dub-in Project

Autor:innen:

María Carracedo, Sonia García, María Ayuso and Sara Marcos (INTRAS FOUNDATION)

Michaela Antoniou, Yannis Charakopoulos (NKUA)

Arsenia Malakozi, Dina Topali, Valentini Bochtsou, Vasiliki Papadopoulou (SSPPS)

Fabiola Gattringer (pro mente OOE)

Freda Manweiler, Veronica Leaney (Smashing Times)

Alicia Gómez, Loredana Martinez (EPR)

In Zusammenarbeit mit:

Nuno Ramos (INTRAS FOUNDATION)

In Zusammenarbeit mit:

Nuno Ramos (INTRAS FOUNDATION)



Co-funded by the
European Union



PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten

INDEX

- WILLKOMMEN 4
- SESSION 1: EINE EINFÜHRUNG IN DIE SYNCHRONISATION5
- SESSION 2: FREIZEIT 16
- SESSION 4: TRANSAKTIONEN40
- SESSION 5: ARBEIT 51
- SESSION 6: FAMILIE UND FREUNDE..... 61

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



WILLKOMMEN

Willkommen zum DUB-IN-Training!

Dies ist ein Übungsbuch, das Sie während des gesamten DUB-IN-Training unterstützt. Hier finden Sie zusätzliche Erklärungen, Tipps, Beispiele und Bewertungsübungen, die Sie dabei unterstützen, den Sitzungen zu folgen, Ihr Wissen zu untermauern und die neu erworbenen Fähigkeiten zu üben.

Am besten Sie haben dieses Übungsbuch während des Trainings immer bei sich, füllen Sie die Übungen aus und besprechen Sie die Ergebnisse am Ende des Kurses mit Ihrem Trainer.

Viel Spaß und Erfolg beim Lernen!



SESSION 1: EINE EINFÜHRUNG IN DIE SYNCHRONISATION

Willkommen zu Session 1 unseres Dub-In Trainings!

Heute werden wir erkunden, wie das Synchronsprechen (die Synchronisation) die Kommunikation und die Emotionen fördert.

Wir beginnen mit einem lustigen Eisbrecher und lernen dann etwas über die kulturelle Bedeutung der Synchronisation und ihre emotionale Kraft. Sie werden auch praktische Erfahrungen mit Synchronisationswerkzeugen machen.

Unser heutiges Ziel ist es, den Grundstein für die kommenden Synchronisationssitzungen zu legen.

Fangen wir an!

SAG DEINEN NAMEN

Dieses Spiel ist eine lustige Möglichkeit, das Eis zu brechen und die Teilnehmer:innen miteinander vertraut zu machen. Es ist auch eine gute Möglichkeit, den stimmlichen Ausdruck und die Improvisationsfähigkeiten zu üben, die beim Synchronisieren nützlich sein werden.



War es einfach den Namen entsprechend der Emotion auf der Karte zu sagen?

War es einfach die Emotionen bei den anderen Teilnehmer:innen zu erkennen?

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



Notizen und Kommentare:

EINFÜHRUNG IN DEN DUB-IN-KURS

Mit dieser Einführung werden Sie verstehen:

- Wie die Synchronisation die Originalstimmen in Filmen ersetzt und welche kulturellen und emotionalen Auswirkungen sie hat.
- Übersetzung und Lippensynchronisation.
- Die Geschichte der Synchronisation vom Stummfilm bis zu modernen APPs.
- Die Rolle der Synchronisation bei der Verbesserung der Kommunikation.



Aktivität:

Erinnern Sie sich an die wichtigsten Unterschiede zwischen Synchronisation und Voice-over?



PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten

Wie wurde die Synchronisation zu einem wichtigen Instrument der nationalen Identität?



Notizen und Kommentare:

SIEHE POWER POINT PRÄSENTATION 1 (PPT1): EINFÜHRUNG IN DIE SYNCHRONISATION



PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



SZENEN SYNCHRONISIEREN

Sehen Sie sich dieses kurze Video aufmerksam an. Achten Sie auf Stimmcharakteristika, Lippensynchronität und den Ausdruck von Emotionen.

Diese Aktivität wird Ihr kulturelles Bewusstsein, Ihre linguistischen Analysefähigkeiten und Ihr Verständnis für die Komplexität der Synchronisation in verschiedenen Sprachen und Kulturen verbessern.



Achten Sie auf Stimmmerkmale wie Tonfall, Tonhöhe, Tempo und Betonung. Wie verändern sich diese Aspekte zwischen verschiedenen Sprachen?

Bewerten Sie, wie gut die Synchronisation mit den Lippenbewegungen der Schauspieler:innen übereinstimmt. Sieht die Lippensynchronisation in jeder Sprache natürlich aus, oder gibt es deutliche Unterschiede?

Beurteilen Sie, wie gut die Emotionen und Gefühle des Originaldialogs in den einzelnen Synchronfassungen wiedergegeben werden. Gibt es Sprachen, die die beabsichtigten Emotionen besser zu vermitteln scheinen als andere?



Notizen und Kommentare:

DIE BEDEUTUNG DER STIMME

Nach diesem Abschnitt werden Sie verstehen:

Die künstlerische, kulturelle und pädagogische Bedeutung der Stimme im Kontext von Synchronisation, Kino und Kommunikation.

Die Fähigkeit der Stimme, Emotionen zu vermitteln und kulturelle Verbindungen zu schaffen.



Aktivität:

Wie trägt die Stimme zur kulturellen Besonderheit der Synchronisation bei? Nennen Sie Beispiele dafür, wie Synchronsprecher:innen ihre Stimmen einsetzen können, um Figuren mit den kulturellen Bezügen des Publikums zu verbinden, und erklären Sie, warum dies wichtig ist, um eine ansprechende interkulturelle Erfahrung mit synchronisiertem Material zu schaffen.



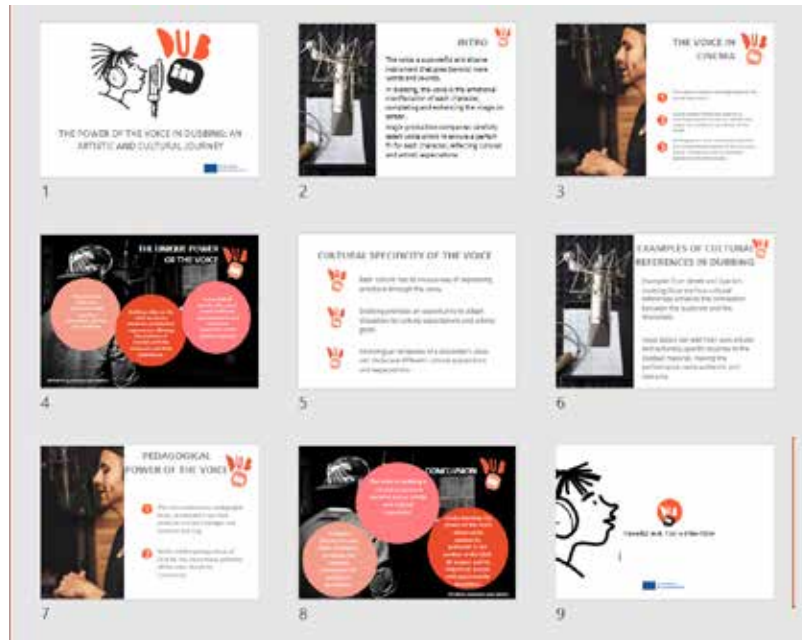
Notizen und Kommentare:

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



SEE PPT2: THE POWER OF THE VOICE



LERNERGEBNISSE

Nach diesem Abschnitt werden Sie verstehen:

Die Komplexität und die Unterschiede in der Art und Weise, wie Menschen mit psychosozialen Behinderungen ihre Stimme einsetzen, und die Hauptziele des DUB-IN-Projekts bei der Bewältigung dieser Herausforderungen.



Aktivität:

Welche Faktoren beeinflussen die Modulation, den Klang, die Lautstärke und die Geschwindigkeit der Stimme?



Vor welchen Herausforderungen stehen Menschen mit psychosozialen Beeinträchtigungen, wenn es darum geht, Gefühle auszudrücken und eine kohärente Kommunikation aufrechtzuerhalten?



Notizen und Kommentare:

READ LEARNING OUTCOMES:

1. Lernen Sie sich selbst kennen: Erfahren Sie, wie sich Ihre Gefühle und Emotionen auf Ihre Stimme und Ihre Ausdrucksweise auswirken können. Verstehen Sie Ihre Stärken und Herausforderungen besser.

2.Sprechen Sie mit Selbstvertrauen: Üben Sie, Ihre Stimme auf unterschiedliche Weise einzusetzen- z. B. durch Anpassung von Tonfall, Lautstärke und Geschwindigkeit-, um Ihre Gefühle und Ideen effektiver auszudrücken.

3.Mit anderen in Kontakt treten: Entdecken Sie, wie Sie die Mimik und die sozialen Signale anderer Menschen verstehen und darauf reagieren können, damit Sie besser mit Freund:innen und Lehrer:innen/Trainer:innen kommunizieren können.

4. Mit Emotionen umgehen: Lernen Sie hilfreiche Strategien zur Bewältigung von Stress, Ängsten und Emotionen, damit diese Ihre Stimme und Ihren Ausdruck nicht zu sehr beeinträchtigen.

5.Setz dich für dich selbst ein: Gewinnen Sie den Mut und die Fähigkeit, Ihre Bedürfnisse mitzuteilen und um Unterstützung zu bitten, wenn Sie sie brauchen. Seien Sie Teil eines positiven und einladenden Lernumfelds.

6. Seien Sie in der Kommunikation flexibel: Üben Sie sich darin, die Art und Weise, wie Sie kommunizieren, an Ihren Gesprächspartner:innen und die jeweilige Situation anzupassen.

7.Bleiben Sie klar und ruhig: Lernen Sie Techniken, um Ihre Botschaft kohärent und klar zu

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



halten, auch wenn Sie nervös oder unsicher sind.

8. Drücken Sie sich voll und ganz aus: Lernen Sie verschiedene Möglichkeiten kennen, wie Sie Ihre Gefühle durch Ihre Stimme, Ihre Mimik und Ihre Körpersprache ausdrücken können.

9. Seien Sie stark und positiv: Entwickeln Sie Resilienz, um Herausforderungen im Zusammenhang mit Ihren psychosozialen Behinderungen zu meistern. Sehen Sie Rückschläge als Chance, zu wachsen und sich zu verbessern.

SYNCHRONISATIONSTECHNIKEN

Nach diesem Abschnitt werden Sie verstehen:

Die Feinheiten der Synchronisation, die Bedeutung einer präzisen sprachlichen Übersetzung, die Synchronisation zur Darbietung und das übergeordnete Ziel, die gesamte Leistung der Schauspieler:innen auf dem Bildschirm abzubilden.



Welches sind die beiden wichtigsten Phasen des Synchronisationsprozesses?

Können Sie ein Beispiel dafür geben, wie die Unterschiede im Timing zwischen den Sprachen bei der Synchronisation zu Problemen führen können?



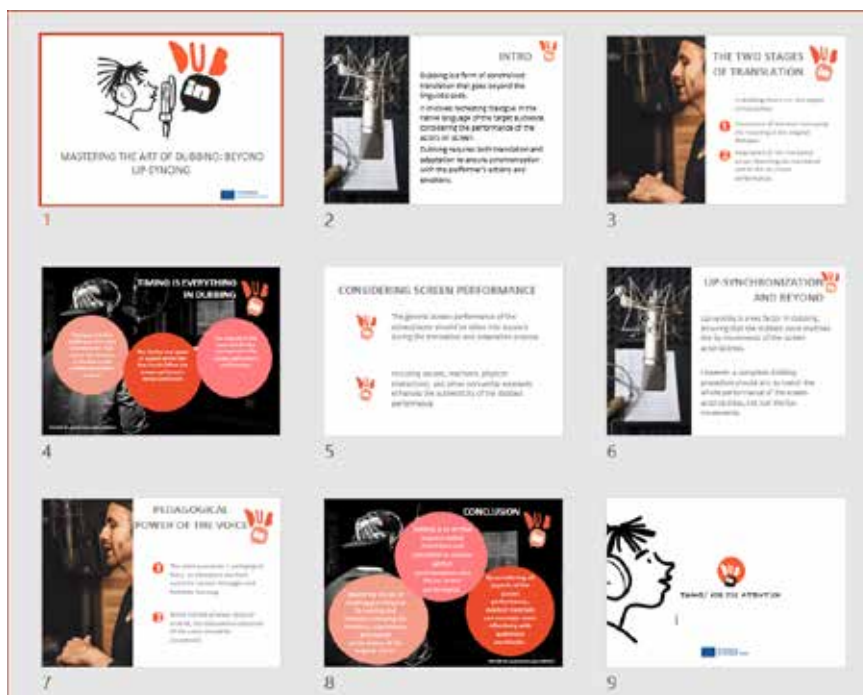
PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



Notizen und Kommentare:

SIEHE POWER POINT PRÄSENTATION (PPT3): DIE KUNST DER SYNCHRONISATION BEHERRSCHEN



SCHAUSPIELERISCHE QUALITÄTEN ERFORDERLICH

Nach diesem Abschnitt werden Sie verstehen:

Die vielfältigen Fähigkeiten und Eigenschaften, die für eine effektive Synchronisation erforderlich sind, wobei die Bedeutung von technischer Präzision und emotionaler Authentizität hervorgehoben wird.

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



Aktivität:

Warum ist es für Synchronsprecher:innen so wichtig, sich in die Emotionen der Figur hineinzusetzen, um eine überzeugende Leistung zu erbringen?



Notizen und Kommentare:

FÜR DIE SYNCHRONISATION ERFORDERLICHE SCHAUSPIELERISCHE QUALITÄTEN

- 1.** Stimmliche Fähigkeiten: Synchronsprecher:innen sollten in der Lage sein, Tonfall, Tonhöhe und Klang so zu verändern, dass sie mit der Stimme des:r Originalschauspielers:in übereinstimmen und die gleichen Gefühle wie in der Originalvorstellung vermitteln.
- 2.** Emotionale Verfügbarkeit: Die Sprecher:innen sollten die Gefühle und Gründe der Figur verstehen und nachvollziehen können.
- 3.** Anpassungsfähigkeit: Synchronsprecher:innen müssen ihre Leistung an die Handlungen und Emotionen des:r Originalschauspielers:in auf dem Bildschirm anpassen. Sie sollten in der gleichen Geschwindigkeit und im gleichen Rhythmus wie die Figur sprechen.
- 4.** Technik: Synchronsprecher:innen müssen sicherstellen, dass ihre Stimme zu den Mundbewegungen der Figur passt, wenn diese spricht.
- 5.** Künstlerische Anpassung: Synchronsprecher:innen können der Figur auch ihre eigene künstlerische Note verleihen. Das macht die Darstellung einzigartig und ausdrucksstark. Außerdem wird die Figur dadurch lebendig.



6. Ausbildung und Erfahrung

DAS EQUIPMENT UND DIE DUB-IN-APP

Machen Sie sich mit dem Mikrofon und der DUB-IN-App vertraut.



Aktivität:

Finden Sie, dass beides (das Mikrofon und die DUB-IN-App) einfach zu bedienen ist?



Notizen und Kommentare:



SESSION 2: FREIZEIT

Willkommen zum zweiten DUB-IN-Training!

Hier werden wir die Geheimnisse des Synchronisierens lüften und uns auf Rhythmus und soziale Fähigkeiten konzentrieren. Entdecken Sie, wie die Synchronisation Worte zum Leben erweckt und lernen Sie etwas über effektive Kommunikation, Einfühlungsvermögen und Selbstvertrauen.

Freuen Sie sich auf diese zweite Synchronisationssitzung!

TIERE IMITIEREN/SYNCHRONISIEREN

Dieses Spiel ist eine lustige Möglichkeit, das Eis zu brechen und sich mit der ganzen Gruppe vertraut zu machen. Es ist auch eine gute Möglichkeit, den stimmlichen Ausdruck und die Improvisationsfähigkeiten zu üben, die beim Synchronisieren nützlich sein werden.



Welches Tier haben Sie gewählt und warum? Wie klang das Tier im Vergleich zu den Geräuschen der anderen Teilnehmer:innen?





DIE LINIE

Das Ziel ist es, uns bewusst zu machen, dass wir in unserer Freizeit oft mit Menschen in unserer Umgebung sprechen und interagieren müssen.

Zu wissen, wie man im Kontakt mit anderen agiert und reagiert, stärkt uns und gibt uns das Gefühl, kompetent und sicher zu sein, um verschiedene Aktivitäten und persönliche Projekte zu planen.



Aktivität:

Gibt es etwas, das Sie in Ihrer Freizeit gerne tun würden, aber nicht (mehr) tun?

Haben Sie das Gefühl, dass Sie Ihre Freizeit (im Vergleich zu Ihren Freunden oder Kolleg:innen) gestalten können?



Notizen und Kommentare:



EINFÜHRUNG – SOZIAL FÄHIGKEITEN

Diese Aktivität wurde entwickelt, um sich auf das Synchronisieren zu konzentrieren, aber auch um verschiedene soziale Fähigkeiten auf spielerische und interaktive Weise zu erkunden und zu verstehen.

Wir empfehlen Ihnen, Ihre Stimme zu benutzen, um zu zeigen:

Aufregung: Eine Stimme voller Begeisterung und Vorfreude.

Zögernder Tonfall: Eine Stimme, die Unsicherheit oder Unentschlossenheit ausdrückt.

Aktives Zuhören: Eine Stimme, die Aufmerksamkeit und Interesse für das Gespräch zeigt.

Einfühlungsvermögen: Eine Stimme, die Verständnis und Mitgefühl für die Gefühle anderer zeigt.

Rücksichtnahme: Eine Stimme, die Nachdenklichkeit und Rücksichtnahme auf die Gefühle und Bedürfnisse anderer widerspiegelt.

Durchsetzungsvermögen: Eine selbstbewusste und selbstsichere Stimme, die Meinungen und Bedürfnisse klar zum Ausdruck bringt.

Dankbarer Tonfall: Eine Stimme, die Wertschätzung und Dankbarkeit ausdrückt.



Welche soziale Kompetenz ist leichter zu zeigen? Welche ist die komplizierteste?

Welche soziale Kompetenz setzen Sie Ihrer Meinung nach in Ihrem Alltag am häufigsten ein?



Notizen und Kommentare:

Sehen Sie sich die Dialoge für diese Aktivität und die Power Point Präsentation 'Selbstbewusstes Auftreten' an.

Dialog:

Emma und Ryan sind Freunde, die sich schwertun, gemeinsame Aktivitäten für die Wochenenden zu finden.

Emma und Ryan sind Freunde, die sich schwertun, gemeinsame Aktivitäten für die Wochenenden zu finden.

Emma: (**aufgeregter Tonfall**) Hey, Ryan! Ich habe mir überlegt, was wir dieses Wochenende machen könnten. Wie wäre es mit wandern gehen? Ich habe gehört, dass es in der Nähe einen schönen Wanderweg gibt.

Ryan: (**zögerlicher Tonfall**) Eigentlich, Emma, bin ich kein großer Fan vom Wandern. Ich bevorzuge entspannere Aktivitäten wie einen Museumsbesuch oder einen Kinobesuch.

Emma: (**hört aktiv zu**) Ich verstehe dich, Ryan. Ich liebe Wandern, aber ich verstehe, dass das nicht jedermanns Sache ist. Vielleicht können wir einen Kompromiss finden, der unseren beiden Interessen entspricht?

Ryan: (**aufgeschlossen**) Sicher, Emma. Ich bin offen für Vorschläge. Was schwebt dir denn vor?

Emma: (**einfühlsam**) Wie wäre es, wenn wir den Vormittag mit Wandern verbringen und am Nachmittag ein Museum besuchen oder ins Kino gehen? Auf diese Weise können wir beide Aktivitäten genießen.

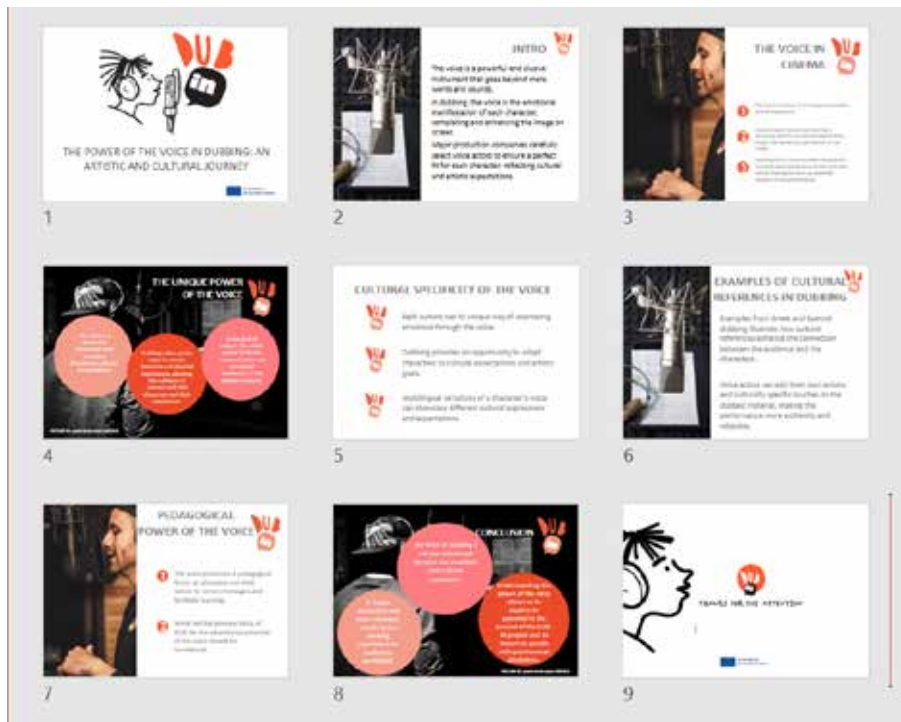
Ryan: (**rücksichtsvoll**) Das klingt nach einem guten Plan, Emma. Ich weiß es zu schätzen, dass du einen Mittelweg gefunden hast. Lass es uns tun!

Emma: (**selbstbewusst**) Großartig! Ich schaue mir morgens Wanderwege an, und du kannst das Museum oder den Film aussuchen, in den wir am Nachmittag gehen.

Ryan: (**dankbar**) Danke, Emma. Ich bin froh, dass wir eine Lösung finden konnten, die für uns beide funktioniert.

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



SYNCHRONISIERE ES RICHTIG!

Bei dieser Aktivität geht es um Improvisation und Kreativität, die wichtige Werkzeuge beim Synchronisieren sind, aber auch im Alltag angewendet werden können.



Verwenden Sie diese Vorlage, um Ihre Dialoge vorzubereiten:

SKRIPT 1.

- Hauptperson:
- Person 1:
- HP:
- P1:
- HP:
- P1.



PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten

- HP:
- P1:

SKRIPT 2.

- Hauptperson:
- Person 1:
- HP:
- P1:
- HP:
- P1:
- HP:

SKRIPT 3.

- Hauptperson:
- Person 1:
- HP:
- P1:
- HP:
- P1:
- HP:
- P1:
- HP:

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



Notizen und Kommentare:

ROLLENSPIEL

Diese Übung gibt Ihnen die Möglichkeit, über schwierige Situationen im Zusammenhang mit den vorgegebenen Szenarien nachzudenken.



Aktivität:

Was sollten oder könnten Sie sagen, um in diesen Situationen ein gutes Gefühl zu haben? Welche Formulierungen wären nützlich?



Notizen und Kommentare:



DISKUSSION

Nach dieser Übung werden Sie die verschiedenen Szenarien verstehen, in denen wir uns oft wiederfinden können. Erkennen Sie, ob es etwas Belastendes gibt, und identifizieren Sie die Schwierigkeiten in jeder Situation.



Aktivität:

Mit welchem Szenario konnten Sie sich in Anbetracht Ihrer bisherigen Erfahrungen am ehesten identifizieren?

Warum ist es für Sie wichtig, mit Menschen, die Sie schätzen, in Kontakt zu bleiben?



Notizen und Kommentare:

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



SYNCHRONSPRECHEN DER SKRIPTE

Diese Aktivität zeigt, wie wichtig der Rhythmus ist.

Verstehen Sie die Bedeutung der Pausen und des Atems, achten Sie darauf, wo die Pausen stattfinden und wie alles zusammenhängt, wenn Sie die Stimmung und das Gefühl jeder Zeile festlegen.



Wie kann der Rhythmus wichtig sein und die Botschaft, die Sie vermitteln wollen, verändern?



Sehen Sie sich die Dialoge dieser Szenen an:



video 1



video 2



video3



TIPPS, wie Sie den Rhythmus erkennen können:

- **Rhythmus erkennen:** Konzentrieren Sie sich darauf, den Rhythmus der einzelnen Zeilen zu verstehen. Sie können dies ohne Sprache tun, indem Sie Beats, Kauderwelsch oder einfache Klänge verwenden. Der Rhythmus gibt der Zeile nicht nur ein Gefühl für das Tempo, sondern ist auch mit dem Zweck jedes Satzes verbunden.
- **Relevanz der Pause:** Achten Sie auf die Pausen innerhalb jeder Zeile. Achten Sie darauf, wo die Schauspieler:innen innehalten oder kurze Pausen machen. Achten Sie auch auf ihr Atemmuster. Diese Pausen sind mit dem Zweck des Satzes verbunden und beeinflussen die Gesamtstimmung und das Gefühl, das vermittelt wird.
- **Fühlen der Intonation:** Achten Sie genau auf die Intonation und die allgemeine Stimmung, die in jeder Zeile zum Ausdruck kommt. Dadurch erhalten Sie Einblicke in die Emotionen und Gefühle hinter den Worten, was den Dialog authentischer und fesselnder macht.

SKRIPT 1. *“Fragen Sie in öffentlichen Verkehrsmitteln, ob der Platz neben Ihnen frei ist“.*

Das folgende Gespräch wird vorgeschlagen:

- Hauptperson: Hallo, guten Morgen.
- Person 1: Guten Morgen.
- HP: Entschuldigung, ist der Platz hier noch frei?
- P1: Ja, natürlich.
- HP: Kann ich mich setzen?
- P1: Ja, bitte!
- HP: Danke. Das ist sehr nett von Ihnen.
- P1: Bitte sehr.

SKRIPT 2. *“Bei einem Konzert versperrt Ihnen eine Person die Sicht. Wie kann man mit dieser Person sprechen?“.*

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



Das folgende Gespräch wird vorgeschlagen:

- Hauptperson: Hallo. Entschuldigung, ich kann die Bühne nicht gut sehen.
- Person 1: Ähm... bitte, was?
- HP: Ich kann die Bühne leider nicht gut sehen. Kann ich mich vielleicht nach vorne setzen?
- P1: Ja, ja, natürlich...kein Problem, setzen Sie sich zu mir.
- HP: Danke.
- P1: Viel Vergnügen.
- HP: Oh, danke, nett.

SKRIPT 3. *“Ihre alten Freunde aus der Schule, zu denen Sie den Kontakt verloren haben, als Ihre psychische Krankheit begann, kontaktieren Sie und bitten Sie, an einem Klassentreffen teilzunehmen. Sie zögern, aber schließlich beschließen Sie, dass Sie den Kontakt zu ihnen wiederherstellen wollen, und gehen zu diesem Essen.”*

Das folgende Gespräch wird vorgeschlagen:

- Hauptperson: Hallo
- Person 1: Hi, lange nichts gehört, wie geht es dir? Wir organisieren ein Klassentreffen. Könntest du kommen?
- HP: Hi, ja, ist eine lange Zeit her. Danke sehr für die Einladung, aber ich weiß nicht ob ich kommen kann...
- P1: Ach bitte, komm schon. Es ist schon so lang her, dass wir uns gesehen haben und es wäre toll wenn du kommst.
- HP: Ich weiß nicht...
- P1: Es wird lustig, die Gelegenheit wieder in Kontakt zu kommen und Spaß zu haben.
- HP: OK, du hast mich überzeugt, ich sollte kommen können. Freu mich euch alle wiederzusehen.
- P1: Toll! Bis bald, I melde mich bald mit Datum und Uhrzeit bei dir.
- HP: Perfekt, danke für den Anruf.



PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten

FEEDBACK



Notizen und Kommentare:



SESSION 3: AUSBILDUNG

Willkommen zu dieser dritten Sitzung des Synchronisationskurses!

Heute werden wir uns auf die Anpassung von Text und das Verständnis von Pausen konzentrieren.

Auf dem Programm stehen schauspielerische Aktivitäten und Rollenspiele zum Thema Synchronisation.

Machen Sie sich bereit, Fähigkeiten für eine erfolgreiche Synchronisation und effektive Kommunikation zu üben.

Viel Spaß bei der Sitzung!

SPIEGEL

Verbesserung der Kommunikation und des Verständnisses zwischen den Teilnehmer:innen und Entwicklung von Empathie füreinander.



Wie haben Sie sich gefühlt, als Sie und Ihr:e Übungspartner:in bei dieser Aktivität erfolgreich waren? Und wie haben Sie sich gefühlt, wenn Sie nicht in der Lage waren, sich gegenseitig erfolgreich zu spiegeln?





DOLMETSCHER:IN

Dieses Spiel ist eine großartige Möglichkeit, um die Fähigkeiten des Dolmetschens zu entwickeln und gleichzeitig die Grundlagen des Synchronisationsprozesses kennen zu lernen.

Eine Person beginnt, eine Geschichte zu erzählen, während der:die andere dolmetschen und übersetzen muss, was die erste Person sagen will.



Aktivität:

Wie haben Sie sich als Sprecher gefühlt, wenn Ihr:e Übungspartner:in Ihr Geplapper erfolgreich gedeutet hat? Gab es auch Momente der Frustration?



Notizen und Kommentare:

DIE LINIE

Das Ziel ist es, uns bewusst zu machen, dass wir oft mit den Menschen um uns herum sprechen und interagieren müssen, während wir den Unterricht besuchen oder eine andere Tätigkeit ausüben.

Zu wissen, wie man agiert und reagiert, wenn man mit anderen in Kontakt tritt, stärkt uns und gibt uns das Gefühl, kompetent und sicher zu sein, um verschiedene Aktivitäten und persönliche Projekte zu planen.

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



Aktivität:

Hat sich die gesamte Gruppe etwa gleich platziert oder gab es unterschiedliche Antworten entlang der Linie?

Notizen und Kommentare:

EINFÜHRUNG – SOZIALE FÄHIGKEITEN

Auf spielerische und interaktive Weise lernen Sie verschiedene soziale Fähigkeiten kennen und verstehen, während Sie sich auf den Synchronisationsprozess konzentrieren.

Aktivität:

Denken Sie an eine schwierige Situation, der Sie in der Vergangenheit begegnet sind. Wie hätten Ihnen die in der Aktivität dargestellten sozialen Fähigkeiten helfen können?



Notizen und Kommentare:

Sehen Sie sich den Dialog der Aktivität an:

Schauplatz: Emma und Liam sind Klassenkameraden, die an einem Gruppenprojekt für ihr Ausbildungsprogramm arbeiten.

Emma: (enthusiastischer Ton) Hey, Liam! Lass uns besprechen, wie wir die Projektaufgaben aufteilen können. Ich denke, es ist wichtig, dass jeder gleich viel beiträgt.

Liam: (besorgter Tonfall) Ich verstehe, Emma, aber einige Aufgaben erfordern besondere Fähigkeiten. Vielleicht ist nicht jeder damit vertraut.

Emma: (hört aktiv zu) Ich verstehe, was du meinst, Liam. Können Sie mir Beispiele für Aufgaben nennen, die Ihrer Meinung nach für bestimmte Teammitglieder eine Herausforderung darstellen könnten?

Liam: (in erklärendem Tonfall) Sicher, zum Beispiel könnte der Codierungsteil für einige schwierig sein, da nicht jeder über Programmiererfahrung verfügt.

Emma: (einfühlsamer Ton) Jetzt verstehe ich. Wir sollten die Stärken von jedem berücksichtigen. Wie wäre es, wenn wir eine Teambesprechung abhalten, um die individuellen Fähigkeiten und Vorlieben zu ermitteln, und dann die Aufgaben entsprechend zuweisen?

Liam: (nachdenklicher Tonfall) Das ist eine faire Lösung, Emma. Sie stellt sicher, dass die Aufgaben entsprechend den Fähigkeiten verteilt werden.

Emma: (selbstbewusster Ton) Ausgezeichnet! Lassen Sie uns einen Zeitplan für die Diskussion aufstellen und eine offene Kommunikation fördern, damit jeder einen effektiven Beitrag leisten kann.

Liam: (dankbarer Tonfall) Danke, dass Sie meinen Standpunkt berücksichtigt haben, Emma. Ich schätze Ihre Bereitschaft, einen gemeinsamen Ansatz zu finden.

SYNCHRONISIERE ES RICHTIG!

Bei dieser Aktivität geht es um Improvisation und Kreativität, die wichtige Werkzeuge beim Synchronisieren sind und auch im täglichen Leben angewendet werden können.

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



Aktivität:

Verwenden Sie diese Vorlage zur Vorbereitung Ihrer Dialoge:

SKRIPT 1.

- Lehrer:in:
- Hauptperson:
- L:
- HP:
- L:
- HP:
- L:

SKRIPT 2.

- Hauptperson
- Person 1:
- HP:
- P1:
- HP:
- P1:
- HP:



SKRIPT 3.

- Hauptperson:
- Person 1:
- HP:
- P1:
- HP:
- P1:
- HP:



Notizen und Kommentare:

ROLLENSPIEL

Erkunden Sie Kommunikationsstrategien, die zu Missverständnissen und Misserfolgen in Interaktionen führen können, und durch effektive Kommunikation Lösungen dafür zu finden.



Aktivität:

Are there any personal experiences related to misunderstanding communication from your past?

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



Notizen und Kommentare:

ROLLENSPIEL

Erkunden Sie Kommunikationsstrategien, die zu Missverständnissen und Misserfolgen in Interaktionen führen können, und durch effektive Kommunikation Lösungen dafür zu finden.



Aktivität:

Gibt es in Ihrer Vergangenheit persönliche Erfahrungen mit missverstandener Kommunikation?



Notizen und Kommentare:



DISKUSSION

Diskutieren Sie die verschiedenen Szenarien, in denen wir uns oft wiederfinden können. Erkennen Sie, ob es etwas Belastendes gibt und identifizieren Sie die Schwierigkeiten der Situation.



Aktivität:

Welche Themen ergaben sich aus dem Gespräch?

Gab es bestimmte Zeilen oder Momente, die Ihnen besonders aufgefallen sind? Warum?



Notizen und Kommentare:

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



SYNCHRONSPRECHEN DER SKRIPTE

Diese Aktivität zeigt die Bedeutung der Anpassung.

Das Ziel ist es, die Dauer und Geschwindigkeit jeder Zeile zu verstehen und zu erkennen.

Verstehen Sie die Bedeutung von Pausen und Atem, achten Sie darauf, wo die Pausen stattfinden und wie alles zusammenhängt, wenn Sie die Stimmung und das Gefühl jeder Zeile bestimmen.



Wie können ein anderer Tonfall, eine andere Geschwindigkeit und eine andere Intonation die Botschaft verändern, die Sie vermitteln wollen?

Wie haben Sie sich gefühlt, als Sie das Endergebnis gehört haben? Waren Sie mit den vorgenommenen Verbesserungen zufrieden?





Sehen Sie sich die Dialoge der Aktivität an:



video 4



video 5



video 6

SKRIPT 1. *“Geben Sie einige Informationen über sich selbst, indem Sie die Standard-Einleitungssätze für Vorstellungsrunden verwenden (Name, Herkunft, Alter, frühere Schule oder Arbeit, Hobbys, warum besuchen Sie den Kurs)”.*

Lehrerin: Herzlich willkommen zum aktuellen Grundlagenkurs. Mein Name ist Margarita Trauner, und ich bin die Kursleitung und werde Physik unterrichten. Stellen Sie sich bitte kurz vor?

Hauptperson: Ja, natürlich. Mein Name ist Michaela und ich bin 25 Jahre alt und habe entschlossen den Kurs zu besuchen um die Pflichtschule abzuschließen

Lehrerin: Freut mich sehr, Michaela! Von wo kommen Sie?

HP: Ich bin aus Traun. Aber, ich wohne in Linz seit 2010.

Teacher: Oh großartig! Arbeiten Sie? Irgendwelche Hobbies?

HP: Ich arbeite in einem Sozialunternehmen seit 2019. Ich repariere gerne Computer und das ist auch mein großes Hobby. Ich möchte eine HTL besuchen und das dann beruflich machen.

Lehrerin: Danke, sehr gut Michaela!

SKRIPT 2. *“Asking someone after class if you can compare notes, because it was so fast today and you are unsure if you wrote down everything correctly”.*

Principal Character: Hi Odysseus!

Hauptperson: Hi Oliver!

Person 1: Hi Margarita!

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



HP: Ich müsste dich um einen Gefallen bitten... I'd like to ask you for a favour...

PI: Sicher, was gibt's?

HP: In Mathematik war ich heute etwas verwirrt und ich glaube meine Mitschrift ist falsch und ich würde gerne deine Mitschrift mal ansehen bitte...

PI: Natürlich, gerne, hier schau! Die Einheit war toll heute. Wir kriegen das schon hin...

HP: Du bist ein Lebensretter, dankeschön!

SKRIPT 3. *“Den Lehrer bitten, etwas, das man nicht verstanden hat, auf einfachere Weise zu erklären”.*

Hauptperson: Entschuldigung, ich hätte eine Frage an Sie...

Person 1: Ja, bitte, setzen Sie sich. Bitte?

HP: I glaube, ich habe nicht alles im Unterricht vorher verstanden.

PI: Soll ich es kurz wiederholen?

HP: Ja, bitte. Es würde mir helfen, wenn Sie es anders erklären könnten.

PI: O.K., Ich werde versuchen es einfacher zur erklären, etwas langsamer. Ja?

HP: Ja, vielen Dank!



Tipps für die Verwendung der Anpassung in diesen Szenarien:

- 7. Emotionen beobachten:** Beobachten Sie die Originalschauspieler:innen genau- ihre Mimik und Körpersprache. So können Sie die Gefühle genau einfangen.
- 8. Geschwindigkeit imitieren:** Wenn Sie sprechen, versuchen Sie, in der gleichen Geschwindigkeit zu sprechen und ähnliche Pausen zu machen wie der Originaldialog. So bleiben Ihre Worte mit den Bewegungen der Schauspieler:innen synchron.
- 9. Richtigen Tonfall verwenden:** Passen Sie Ihren Tonfall an die Emotionen der Originalszene an. Wenn sie glücklich klingen, klingen Sie auch glücklich!
- 10. Bleiben Sie synchron:** Denken Sie daran: Wenn die Personen im Video sprechen, sprechen auch Sie. Passen Sie sich ihrem Tonfall, ihrer Stimmung und ihrer Körpersprache an, um einen überzeugenden Auftritt hinzulegen.
- 11. Markiere Pausen und Atemzüge:** Verwenden Sie in Ihrem Skript Symbole für Pausen und Atemzüge. Verwenden Sie zum Beispiel / für eine Pause und ^ für einen Atemzug.
- 12. Überblick über die Szene behalten:** Achten Sie darauf, wo die Person im Video zu sprechen beginnt. Das hilft Ihnen, zum richtigen Zeitpunkt zu sprechen.
- 13. Stimmung diskutieren:** Sprechen Sie über die Gefühle in der Szene. Wenn jemand ängstlich ist und schnell spricht, markieren Sie dies in Ihrem Skript. Das verleiht Ihrer Synchronisation mehr Realismus.

FEEDBACK



Notizen und Kommentare:



SESSION 4: TRANSAKTIONEN

Willkommen zu unserem neuen DUB-IN-Workshop!

In diesem Workshop geht es darum, Ihre Kommunikationsfähigkeiten zu verbessern und die Stimmmodulation und den Tonfall in realen Interaktionen zu erkunden.

Mit spannenden Aktivitäten lernen Sie die Mechanismen des Synchronisierens und wichtige soziale Fähigkeiten wie aktives Zuhören, Einfühlungsvermögen und Durchsetzungsvermögen.

Schlüpfen Sie in die Rolle der Charaktere und genießen Sie diese fesselnde Veranstaltung!

SYNCHRONISATION DER STILLE

Dieses Spiel war eine großartige Möglichkeit, sich mit nonverbalen Mitteln auszudrücken und Interpretationsfähigkeiten zu üben.



War es einfach, die Emotion nur anhand des Ausdrucks und der Körperhaltung zu erkennen? Welche Emotionen haben Sie erkannt?





DIE LINIE

Ziel ist es, sich bewusst zu machen, dass wir aufgrund transaktionaler Bedürfnisse häufig mit Fremden sprechen müssen.

Zu wissen, wie man bei transaktionalen Interaktionen agiert und reagiert, stärkt uns und gibt uns das Gefühl, kompetent und sicher zu sein.



Aktivität:

Wie beurteilen Sie Ihre Platzierung im Vergleich zu Ihren Kolleg:innen?

Was sind die größten Herausforderungen für Sie, wenn Sie mit Fremden sprechen müssen?



Notizen und Kommentare:



SOZIALE FÄHIGKEITEN - EINFÜHRUNG

Diese Aktivität wurde entwickelt, um sich auf das Synchronisieren zu konzentrieren, aber auch um verschiedene soziale Fähigkeiten auf spielerische und interaktive Weise zu erkunden und zu verstehen.

Wir empfehlen Ihnen, Ihre Stimme zu benutzen, um zu zeigen:

Aufregung: Eine Stimme voller Begeisterung und Vorfreude.

Zögernder Tonfall: Eine Stimme, die Unsicherheit oder Unentschlossenheit ausdrückt.

Aktives Zuhören: Eine Stimme, die Aufmerksamkeit und Engagement für das Gespräch zeigt.

Einfühlungsvermögen: Eine Stimme, die Verständnis und Mitgefühl für die Gefühle anderer zeigt.

Rücksichtnahme: Eine Stimme, die Nachdenklichkeit und Rücksichtnahme auf die Gefühle und Bedürfnisse anderer widerspiegelt.

Durchsetzungsvermögen: Eine selbstbewusste und selbstsichere Stimme, die Meinungen und Bedürfnisse klar zum Ausdruck bringt.

Dankbarer Tonfall: Eine Stimme, die Wertschätzung und Dankbarkeit ausdrückt.



Gab es in der letzten Woche Situationen, in denen Sie die im Skript dargestellten sozialen Fähigkeiten hätten anwenden können?

Denken Sie darüber nach, wie wichtig gegenseitiger Respekt und die Bereitschaft, unterschiedliche Perspektiven in sozialen Interaktionen zu berücksichtigen, sind. Glauben Sie, dass dieses Wissen in zukünftigen Situationen hilfreich sein könnte? Inwiefern?



Notizen und Kommentare:

Sehen Sie sich die Dialoge an:

Script: "Choosing a Gift"

Die Szene: Emma und Lisa sind Freundinnen und kaufen ein Geburtstagsgeschenk für ihren gemeinsamen Freund.

Emma: (enthusiastischer Ton) Hey, Lisa! Lass uns das perfekte Geburtstagsgeschenk für Sarah finden. Ich glaube, sie würde sich über ein Schmuckstück freuen.

Lisa: (nachdenklicher Ton) Ich verstehe deine Idee, Emma, aber ich weiß, dass Sarah eher praktische Geschenke als Accessoires bevorzugt.

Emma: (hört aktiv zu) Ich verstehe, was du meinst, Lisa. Kannst du mir ein paar Beispiele für praktische Geschenke nennen, von denen du glaubst, dass sie Sarah gefallen könnten?

Lisa: (erklärender Tonfall) Sicher, ich weiß zum Beispiel, dass sie sich einen neuen Mixer für ihre Küche oder einen Reiserucksack für ihre bevorstehende Reise gewünscht hat.

Emma: (einfühlsamer Ton) Ich verstehe jetzt. Es ist wichtig, Sarahs Vorlieben zu berücksichtigen. Wie wäre es, wenn wir eine Liste mit praktischen Geschenkideen erstellen und dann gemeinsam entscheiden?

Lisa: (nachdenklicher Tonfall) Das klingt nach einem fairen Ansatz, Emma. So können wir sicherstellen, dass wir etwas auswählen, das Sarahs Interessen und Bedürfnissen entspricht.

Emma: (selbstbewusster Ton) Großartig! Nehmen wir uns etwas Zeit für ein Brainstorming und recherchieren wir verschiedene praktische Geschenkoptionen. Wir können unsere Ergebnisse austauschen und gemeinsam eine Entscheidung treffen.

Lisa: (dankbarer Tonfall) Danke, dass du offen für meine Sichtweise bist, Emma. Ich weiß deine Bereitschaft zu schätzen, ein Geschenk zu finden, das Sarah wirklich zu schätzen weiß.

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



SYNCHRONISIERE ES RICHTIG!

Bei dieser Aktivität geht es um Improvisation und Kreativität, die wichtige Werkzeuge beim Synchronisieren sind und auch im Alltag angewendet werden können.



Verwenden Sie diese Vorlage zur Vorbereitung Ihrer Dialoge:

SKRIPT 1.

- P1:
- HP:
- P1:
- HP:
- P1:
- HP:
- P1:

SCRIPT 2.

- HP:
- P1:
- HP:
- P1:
- HP:
- P1:
- HP:

SCRIPT 3.

- P1:
- HP:
- P1:
- HP:



- P1:
- HP:
- P1:



Notizen und Kommentare:

ROLEPLAY

Erkunde Kommunikationsstrategien, die zu Missverständnissen und Misserfolgen in Interaktionen führen können, und Suche nach Lösungen für diese Probleme durch effektive Kommunikation.



Aktivität:

Haben Sie das Gefühl, dass Sie in der Vergangenheit eine stressige Situation hätten deeskalieren können?



Notizen und Kommentare:

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



DISKUSSION

Diskutieren Sie die verschiedenen Szenarien, in denen wir uns oft wiederfinden können. Erkennen Sie, ob es etwas Belastendes gibt und identifizieren Sie die Schwierigkeiten der Situation.



Aktivität:

Welche Themen ergaben sich aus dem Gespräch?

Gab es bestimmte Zeilen oder Momente, die Ihnen besonders aufgefallen sind? Warum?



Notizen und Kommentare:



SYNCHRONSPRECHEN DER SKRIPTE

Diese Aktivität konzentriert sich auf die Bedeutung von Tonfall und Intonation.

Das Ziel ist es, zu verstehen, dass der Ton ohne den Gebrauch von Sprache erkannt werden kann.

Verstehen Sie die Bedeutung der Intonation jedes einzelnen Wortes, das die Schauspieler betonen, und achten Sie darauf, wo die Pausen entstehen und wie alles miteinander verbunden ist, um die Stimmung und das Gefühl jeder Zeile zu bestimmen.



Aktivität:

Wie haben Sie Ihre Sprache angepasst, um die Gefühle der Figuren und die gewünschten Ergebnisse in jedem Szenario zu erreichen?

Wie können Sie in Ihrem Leben durch den Tonfall und die Intonation Ihrer Gespräche die Art und Weise verändern, wie Sie von anderen Menschen wahrgenommen werden?



Notizen und Kommentare:

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



Sehen Sie sich die Originaldialoge an:



video 7



video 8



video 9

SKRIPT 1. In einem Bekleidungsgeschäft suchen Sie nach einem Angestellten, um zu fragen, ob es das Teil in einer anderen Größe oder Farbe gibt.

Nachfragen, Klärung, Verlangsamung...

Person: Entschuldigen Sie, ich brauche Hilfe.

Angestellte: Ja, wie kann ich Ihnen helfen.

Person: Haben Sie diesen Pullover auch in einer anderen Farbe?

Angestellte: Ich muss erst im System nachsehen. Aber ich glaube, wir haben ihn in grün, blau, rot und orange. Welche Größe brauchen Sie? Wir sollten alle Größen noch im Lager haben. Es gibt auch eine gestreifte Version- in grün-rot oder...

Person: *Gestik mit den Händen, um anzuhalten/langsamer zu werden* Entschuldigung. Bitte. Geben Sie mir einen Moment. Das war zu schnell. Ich will ihn nicht in Rot haben. Was waren bitte noch einmal die Farben?

Angestellte: Wir haben ihn in grün, blau, orange und als gestreifte Version.

Person: Ich würd gern den grünen probieren, bitte. Ich brauche Größe M.

Angestellte: Ich hole ihn für Sie.

Person: Ich danke Ihnen.

SKRIPT 2. An der Kasse im Supermarkt. Wie man mit der Kassiererin und den anderen Leuten in der Schlange spricht und sie wissen lässt, dass es einen stresst und man sich unter Druck gesetzt fühlt. Ziel sollte es sein, die Situation zu verlangsamen, wenn Sie anfangen, sich ängstlich und unter Druck zu fühlen, um wieder in eine angenehme Zone zu gelangen.



Person: *zur Kassiererin* Es tut mir leid. Das ist stressig für mich. Bitte beeilen Sie sich nicht so sehr.

Kassiererin: *nickt, verlangsamt das Registrieren der Waren*

Person: *dreht sich zu der Person hinter sich um* Es tut mir leid. Das ist sehr stressig für mich. Ich brauche vielleicht eine Minute länger. *dreht sich zurück zur Kassiererin*

Kassiererin: Das macht 23,50.

Person: Okay, geben Sie mir eine Sekunde, um mein Geld zu holen. *zu den Leuten hinter mir* Nur noch einen Moment. Ich danke Ihnen.

SKRIPT 3. Man kommt zu einem neuen Empfang in Ihrer Arztpraxis- oder einer neuen Arztpraxis.

Person: Guten Morgen. Ich habe einen Termin, Herr Trauner, um neun.

Rezeptionist: Guten Morgen. Ich brauche Ihre Sozialversicherungsnummer.

Person: Tut mir leid. Das ist sehr stressig für mich. Ich war schon eine Weile nicht mehr hier und kenne Sie noch nicht. Ich bin Herr Trauner, wie ist Ihr Name?

Rezeptionist: Ich bin Frau Moser. Ich arbeite hier seit zwei Monate.

Person: *nickt* Schön, Sie kennenzulernen. Tut mir leid. Das ist immer sehr stressig für mich.

Rezeptionist: Schon in Ordnung. Bitte nehmen Sie Platz. Es könnte eine Weile dauern. Wir rufen Sie, wenn der Arzt Zeit für Sie hat.

Person: Ich danke Ihnen.

Tipps zur Betonung von Tonfall und Intonation:

- 1.** Zuhören und lernen: Achten Sie darauf, wie die Schauspieler:innen den Klang bestimmter Wörter betonen und verändern, wenn sie sprechen. Lassen Sie uns darüber reden, wie sie das machen!
- 2.** Die Lautstärke ist wichtig: Überlegen Sie, wie die Veränderung der Lautstärke eines Wortes dessen Klang verändern kann. Wie wirkt sich die Lautstärke auf das Gefühl dessen aus, was gesagt wird?
- 3.** Der Kontext: Denken Sie daran, dass Tonfall und Intonation je nach Kontext stark variieren können, so dass das Üben mit einer Reihe von Emotionen und Situationen Ihre Synchronisierungsfähigkeiten verbessern wird.

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



FEEDBACK



Notizen und Kommentare:



SESSION 5: ARBEIT

Willkommen zu unserer neuen DUB-IN-Sitzung!

Heute dreht sich alles um die Modulation der Stimme und den Tonfall, allerdings im Kontext der Interaktion am Arbeitsplatz.

Machen Sie sich bereit, verschiedene Emotionen im Job zu erleben, in Rollen zu schlüpfen und Ihre Synchronisationsfähigkeiten zu verfeinern.

Sie werden ein Profi darin sein, Ihren Text mit der perfekten Emotion und dem perfekten Tonfall vorzutragen.

Viel Spaß bei der Sitzung!

SOUNDEFFEKTE

Aufwärmen der Stimme für die Synchronisationssitzung und Förderung von Kreativität, Zusammenarbeit und aktivem Zuhören.



Was war Ihre Rolle in dieser Aktivität?

Wie hat Ihnen Ihr Soundeffekt gefallen?

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



Notizen und Kommentare:

DIE LINIE

Das Ziel ist es, sich bewusst zu machen, dass wir am Arbeitsplatz häufig mit Fremden sprechen müssen.

Zu wissen, wie man bei transaktionalen Interaktionen agiert und reagiert, stärkt uns und gibt uns das Gefühl von Kompetenz und Sicherheit.



Aktivität:

Wie haben Sie sich während der Aktivität gefühlt, wenn Sie die Antworten mit denen Ihrer Kollegen vergleichen?



Notizen und Kommentare:



ARBEITSKARTEN ZUORDNEN

Dieses Spiel dient der interaktiven Einführung in das Thema Arbeit und der Erkundung verschiedener beruflicher Dialoge, die gespielt werden können.



Aktivität:

Glauben Sie, dass Menschen aus verschiedenen Berufen auf unterschiedliche Weise sprechen?



Notizen und Kommentare:

SYNCHRONISIER ES RICHTIG!

Bei dieser Aufgabe sind Improvisation und Kreativität gefragt.

Sie müssen sich Zeilen ausdenken, die zu der Szene und den Figuren auf dem Bildschirm passen.

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



Aktivität:

Verwenden Sie diese Vorlage zur Vorbereitung Ihrer Dialoge:

SKRIPT 1. . “Der 1. Arbeitstag. Sie stellen sich den Kolleg:innen vor”.

Kollege 1:

Kollegin 2:

Hauptperson:

K1:

HP:

K2:

HP:

K1:

K2:

K1:

HP:

K2:

HP:

SKRIPT 2. “ Eine:n Kolleg:in um Hilfe/Rat fragen “.

Hauptperson:

Kollegin 1:

HP:

K1:

HP:

K1:



HP:

K1:

SKRIPT 3. “ Sprechen Sie mit Ihrem:r Chef:in über eine:n andere:n Mitarbeiter:in, der:die Sie beleidigt hat, und teilen Sie ihm:r mit, dass Sie sich in diesem Arbeitsumfeld nicht wohl fühlen “.

Hauptperson:

Vorgesetzte:r:

HP:

V:

HP:

V:

HP:

V:



Notizen und Kommentare:

ROLLENSPIEL

Erkunde Kommunikationsstrategien, die zu Missverständnissen und Misserfolgen in Interaktionen führen können, und Suche nach Lösungen für diese Probleme durch effektive Kommunikation.

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



Aktivität:

Hatten Sie in der Vergangenheit eine schwierige Situation im Zusammenhang mit Ihrer Arbeit, von der Sie sich wünschten, dass Sie sie anders gelöst hätte? Was würden Sie heute anders machen?

Notizen und Kommentare:

DISKUSSION

Diskutieren Sie die verschiedenen Szenarien, in denen wir uns oft wiederfinden können. Erkennen Sie, ob es etwas Belastendes gibt und identifizieren Sie die Schwierigkeiten der Situation.

Aktivität:

Wie fühlen Sie sich im Allgemeinen, wenn Sie sich einer fremden Person vorstellen müssen?



Notizen und Kommentare:

SYNCHRONSPRECHEN DER SKRIPTE

Diese Übung zeigt, wie wichtig die Tonhöhe der Stimme ist.

Das Ziel ist es, die Dauer und Geschwindigkeit jeder Zeile zu verstehen und zu erkennen.

Verstehen Sie die Bedeutung von Pausen und Atem, achten Sie darauf, wo die Pausen stattfinden und wie alles zusammenhängt, wenn Sie die Stimmung und das Gefühl jeder Zeile bestimmen.



Aktivität:

Wie haben Sie sich gefühlt, als Sie das Endergebnis gehört haben? Waren Sie mit den vorgenommenen Verbesserungen zufrieden?



Notizen und Kommentare:

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



Die Bedeutung der Pausen in Bezug auf den Ton der Stimme innerhalb jeder Zeile, d.h. wo hören die Schauspieler:innen auf zu sprechen, wo machen sie kurze Pausen. Der Atem. Dies hängt auch mit dem Ziel eines jeden Satzes zusammen, definiert aber auch die Stimmung und das Gefühl hinter jeder Zeile.

See original dialogues:



video 10



video 11



video 12

SKRIPT 1. *“Der 1. Arbeitstag. Sie stellen sich den Kolleg:innen vor”.*

Kollege 1: Hehe...

Kollegin 2: Ja, war sehr gut, sehr gut...

Hauptperson: Guten Morgen, ich bin Maria. Ich habe heute in der Buchhaltung angefangen.

K1: Willkommen! Ich bin Marko. Nett, dich kennenzulernen.

HP: Freut mich auch, hallo.

K2: Freut mich sehr, ich bin Margot. Woher kommst du?

HP: Ich komme aus Berlin, bin aber nach dem Abschluss Studiums nach Linz gezogen.

K1: Das ist großartig! Ich komme aus Prag.

K2: Ich also... ich bin auch aus Linz.

K1: Hehe, du wirst hier viele Nationalitäten finden.

HP: Wow, das ist toll. In meinem vorherigen Büro waren wir alle aus Linz. Ich bin so gespannt darauf, den Rest des Teams kennenzulernen.

K2: Das ist großartig. Wenn du irgendetwas brauchst, sag es uns einfach.

HP: Danke schön!



SKRIPT 2. *“Eine:n Kolleg:in um Hilfe/Rat fragen”.*

Hauptperson: Hi Anna, ähm... Entschuldige... Ich weiß nicht genau wie das Programm funktioniert. Könntest du mir bitte helfen?

Kollegin: Ja, sicher. Kein Problem. Worum geht es?

HP: Ich hab früher mit einem anderen Programm gearbeitet und weiß jetzt nicht wo hier was ist.

K1: Ah, schon klar. Ich erklär dir, wie das funktioniert.

HP: Danke!

K1: Ich schick dir auch noch ein E-Mail mit dem Handbuch dafür. Wenn du andere Fragen hast, dann melde dich einfach.

HP: Oh...herzlichen Dank, Maria.

K1: Gern geschehen, tschüss!

SKRIPT 3. *“ Sprechen Sie mit Ihrem:r Chef:in über eine:n andere:n Mitarbeiter:in, der:die Sie beleidigt hat, und teilen Sie ihm:r mit, dass Sie sich in diesem Arbeitsumfeld nicht wohl fühlen”.*

Hauptperson: ähm... Entschuldigung. Kann ich Sie bitte etwas fragen?

Vorgesetzte:r: Ja, natürlich.

HP: Also, es gibt da ein Problem, das ich gerne mit Ihnen besprechen möchte.

VG: Bitte, sagen Sie mir, worum es geht?

HP: Einige meiner Kollegen beschimpfen mich und reden mich sehr abwertend an. Ich fühle mich hier sehr unwohl.

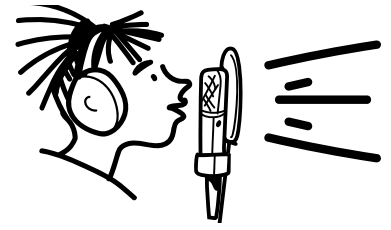
VG: Das tut mir sehr leid! Ich werde mich darum kümmern und Maßnahmen setzen, dass das nicht weiter passiert.

HP: Ich danke Ihnen.

VG: Es tut mir wirklich leid.

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



FEEDBACK



Notizen und Kommentare:



SESSION 6: FAMILIE UND FREUNDE

Willkommen zum Finale unseres DUB-IN-Kurses!

Sie haben sich mit Stimmmodulation, Emotionen und Kommunikation im wirklichen Leben beschäftigt. Heute schließen wir mit ansprechenden Aktivitäten ab, die Ihr Verständnis von Tonfall, Emotionen und Lippensynchronität verbessern.

Rüsten Sie sich mit effektiven Kommunikationswerkzeugen aus und gehen Sie selbstbewusst in jede Interaktion!

Stürzen Sie sich in die Szenarien und genießen Sie es, die Kunst des Synchronisierens zu meistern!

DIALOG-KETTE

Wärmen Sie sich für die Synchronisierungssitzung auf, während Sie mit Ihren Kolleg:innen auf kreative und unterhaltsame Weise zusammenarbeiten.



Sind Sie mit Ihrem Dialog zufrieden?



PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



DIE LINIE

Ziel ist es, über unsere Beziehungen zu Familienmitgliedern, Freund:innen und/oder Mitbewohner:innen und die Regelmäßigkeit unserer Interaktionen mit ihnen nachzudenken.



Aktivität:

What are your thoughts on the frequency of your interactions with family members in comparison to your colleagues?



Notizen und Kommentare:

SYNCHRONISATION VON GESPRÄCHEN MIT FAMILIE UND MITBEWOHNER:INNEN UND REFLEXION

Nutzen Sie Ihre Vorstellungskraft, um jeder Figur, die Sie darstellen, eine eigene Stimme zu geben und die Kommunikationsstile, Beziehungen und verschiedenen Dynamiken, die in Familien und Wohngemeinschaften existieren, zu verstärken.



Aktivität:

Was sind die Unterschiede zwischen Familienmitgliedern, Freund:innen und Mitbewohner:innen?

Erinnern Sie irgendeiner der Dialoge/Szenarien an Ihre eigene Familie/Wohngemeinschaften? Auf welche Weise?



Notizen und Kommentare:

SEHEN SIE SICH DIE TYPISCHEN KONVERSATIONEN AN:

Szenario 1: Familienessen

Charaktere: Mutter, Vater, Sohn, Tochter

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



Dialogue:

Mutter: "Das Abendessen ist fertig! Bitte kommt alle an den Tisch."

Vater: "Ich bin gerade mit der Arbeit fertig. Ich werde in ein paar Minuten da sein."

Sohn: "Bekomme ich noch einen Nachtisch, wenn ich mein ganzes Gemüse aufesse?"

Tochter: "Ich bin nicht hungrig. Kann ich später essen?"

Szenario 2: Aufgaben der Mitbewohner:innen

Charaktere: Mitbewohner:in 1, Mitbewohner:in 2

Dialog:

Mitbewohner:in 1: «Hey, hast du den Müll schon rausgebracht?»

Mitbewohner:in 2: «Nein, ich dachte, du wärst diese Woche dran.»

Mitbewohner:in 1: «Ich habe es letztes Mal gemacht. Jetzt bist du dran.»

Mitbewohner:in 2: «Gut, dann mache ich es. Aber du bist mir was schuldig!»

Szenario 3: Geschwisterkonflikt

Charaktere: Bruder, Schwester

Dialog:

Bruder: "Du hast meine Kopfhörer genommen, ohne zu fragen! Gib sie mir zurück!"

Schwester: "Ich habe sie nur für eine Weile ausgeliehen. Du hast mich sie nie benutzen lassen."

Bruder: "Sie gehören mir, und du hättest fragen sollen. Das ist nicht fair!"

Schwester: "Du bist immer so besitzergreifend. Ich gebe sie dir zurück, aber nur, wenn du aufhörst, so überzureagieren."



SYNCHRONISIERE ES RICHTIG!

Bei dieser Aufgabe sind Improvisation und Kreativität gefragt.

Ihr müsst euch einen Text ausdenken, der zur Szene und den Figuren auf dem Bildschirm passt.



Verwenden Sie diese Vorlage, um Ihre Dialoge vorzubereiten:

SKRIPT 1. “Gespräche mit Mitbewohner:in, der:die nie Hausarbeiten erledigt”:

Hauptperson:

Mitbewohner:in:

Hauptperson:

Mitbewohner:in:

Hauptperson:

Mitbewohner:in:

Hauptperson:

Mitbewohner:in:

Hauptperson:

Mitbewohner:in:

Hauptperson:

Mitbewohner:in:

SKRIPT 2. For script 2: “ Mitbewohner:innen sollen sich Hausarbeiten aufteilen. Einer mag Kochen gar nicht”

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



Mitbewohner:in:

Margarita:

Mitbewohner:in:

Margarita:

Mitbewohner:in:

Margarita:

Mitbewohner:in:

Margarita:

SKRIPT 3. “ Sie haben sich in letzter Zeit nicht wohl gefühlt und wollen nicht um Hilfe bitten. Als Ihre Mutter Sie sieht, besteht sie darauf, eine psychiatrische Fachkraft aufzusuchen “

AA:

Mutter:

A:

Mutter:

A:

Mutter:

A:

Mutter:

A:

Mutter:

A:

Mutter:

A:

Mutter:

A:

A:



Notizen und Kommentare:

ROLLENSPIEL

Bilden Sie Gruppen und erhalten Sie Ihr Skript.

In der ersten Übung werden Sie überlegen, wie der Dialog zu einem Missverständnis führen könnte.

In der zweiten Übung arbeiten Sie an einem erfolgreichen Drehbuch.



Aktivität:

Fällt es Ihnen leicht oder schwer, in unangenehme Situationen mit Familienmitgliedern zu geraten?



Notizen und Kommentare:

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



DISKUSSION

Diskutieren Sie die verschiedenen Szenarien, in denen wir uns oft wiederfinden können. Erkennen Sie, ob es etwas Belastendes gibt und identifizieren Sie die Schwierigkeiten der Situation.



Aktivität:

Welche Themen ergaben sich aus dem Gespräch?

Gab es bestimmte Zeilen oder Momente, die Ihnen besonders aufgefallen sind? Warum?



Notizen und Kommentare:



SYNCHRONSPRECHEN DER SKRIPTE

Diese Aktivität zeigt die Bedeutung der Lippsynchronisation.

Verstehen Sie die Bedeutung der Pausen und des Atems, achten Sie darauf, wo die Pausen stattfinden und wie alles zusammenhängt, wenn Sie die Stimmung und das Gefühl jeder Zeile festlegen.



Wie schwer fällt Ihnen die Lippsynchronisation mit der Szene?

Wie haben Sie sich gefühlt, als Sie das Endergebnis gehört haben? Waren Sie mit den vorgenommenen Verbesserungen zufrieden?



PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



TIPPS:

1. Es ist wichtig, Pausen und Atemzüge zu markieren.
2. Finden Sie den Rhythmus des Satzes und synchronisieren Sie ihn mit dem Dialog.
3. Kombinieren Sie alle Techniken, die Sie gelernt haben, um den Dialog vorzutragen.

See original dialogues



Video 13



Video 14



Video 15

SKRIPT 1. "Gespräche mit Mitbewohner:in, der:die nie Hausarbeiten erledigt":

Hauptperson: Hi! Hast du Zeit für ein Gespräch?

Mitbewohner: in: Ja, sicher, worüber möchtest du reden?

HP: Es geht um die Haushaltsaufgaben. Ich fühle mich, als würde ich das alles alleine machen. Also Geschirr spülen und das alles eben. Neben meiner Arbeit wird das etwas viel.

MB: Aber ich mache doch auch etwas, oder nicht?

HP: Ja, aber ich empfinde, dass ich mehr mache und ich würde gerne gemeinsam einen Plan machen um das aufzuteilen.

MB: Ja, ok, bitte. Machen wir das.

HP: Super, danke. Hast du morgen Nachmittag um 7 Zeit, damit wir einen Zeitplan machen?

MB: Ja, ja, Ich bin da.

HP: oh, Gut.

MP: Gut.

HP: Bis morgen!

MB: Fantastisch!



SKRIPT 2. *“Mitbewohner:innen sollen sich Hausarbeiten aufteilen. Einer mag Kochen gar nicht,”*

Mitbewohner: in Margarete, wir müssen uns den Haushalt in der Woche aufteilen. Ich schaff das nicht alleine.

Hauptperson: Können wir gerne, aber können wir über die Arbeiten reden und uns das aufteilen?

MB: Naja, im Moment kommt es mir vor ich mache alles alleine... Und du kochst nie!

HP: Ok, ein paar Sachen mache ich gar nicht gern – aber andere machen mir schon Spaß. Vielleicht können wir das gut aufteilen.

MP: Ok, aber ich will nicht das alles an mir hängen bleibt.

HP: Ok, gut, also du weißt ich mag kochen gar nicht, aber ich könnte nach dem Essen den Abwasch machen?

MP: Ja, das ist gut. Aber dann sehen wir uns die anderen Sachen noch an und teilen sie auf.

HP: Ja, natürlich. Gerne. Kein Problem, aber kochen tu ich wirklich gar nicht gerne.

SKRIPT 3. *“Sie haben sich in letzter Zeit nicht wohl gefühlt und wollen nicht um Hilfe bitten. Als Ihre Mutter Sie sieht, besteht sie darauf, eine psychiatrische Fachkraft aufzusuchen “*

Hauptperson: Hi Papa/Mama, schön dich zu sehen!

Vater:Mutter: Hallo! Wie geht's? Du hast dich lange nicht gemeldet.

HP: Ja, mit der Arbeit und den Freunden war ich so beschäftigt.

VM: Ich weiß, Schatz, du siehst müde aus!

HP: Naja, wie gesagt, ich bin in letzter Zeit so beschäftigt.

VM: Schon klar, ja! Es ist nur, du solltest mehr auf die Acht geben.

HP: Was meinst du damit?

VM: Dein Gewand ist nicht gewaschen und du siehst eben sehr ausgelaugt aus.

HP: Ja, ich bin müde, aber...

VM: Ja, ja...aber solltest du vielleicht zum Arzt oder den netten Sozialarbeiter von früher mal kontaktieren?

HP: Ich glaube nicht, dass mir das hilft.

VM: Ja, aber solange wir es nicht versuchen, wissen wir es nicht. Ich kann dich gern begleiten.

PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



HP: Ok! Klingt gut. Kannst du anrufen und fragen, ob sie da ist?

VM: Ja, sicher! Und ich komme auch gerne mit dir mit!

HP: Danke dir.

FEEDBACK



Notizen und Kommentare:



PROGRAMM ZUM ÜBEN (ÜBUNGSBUCH)

Ein Leitfaden für Synchronisation und zum
Training sozialer Fertigkeiten



**Co-funded by the
European Union**