

Stimmtraining – Starke Stimme, starke Wirkung

Thema

Ihre Stimme und Ihre körperliche Präsenz tragen zu einem wesentlichen Teil dazu bei, wie Sie von anderen wahrgenommen und gehört werden. Und, ob Sie es glauben oder nicht: Sie haben Einfluss darauf. Die Art, wie Sie betonen und artikulieren, ja selbst der Klang Ihrer Stimme, ist nicht angeboren. Er ist erlernbar und veränderbar!

Im Seminar zur Stimmbildung erfahren Sie, wie Sie mehr Ausdruck und Durchsetzungsvermögen in Ihre Stimme legen können, wie Sie Überanstrengungen vermeiden und mit einem positiven akustischen Eindruck punkten.

Inhalt

Die eigene Stimme besser verstehen:

- Stimme als ein veränderbares und trainierbares Organ verstehen
- Reflexion der eigenen Stimme
- Zusammenhang zwischen Stimme und Körper entdecken

Den Stimmklang erkunden:

- Atemübungen
- Die Stimme lösen
- Den individuellen Stimmklang finden

Die Stimme bewusst führen:

- Artikulationsübungen
- Betonungsübungen – Raus aus der Komfortzone!
- Die Stimme bewusst einsetzen
- Zielgerichtetes Sprechen
- Strategischer Einsatz stimmlicher Gestaltungsmittel

Methode

- Theoretische Grundlagen
- Reflexionen zur eigenen Stimme
- Praktische Atem-, Stimm- und Sprechübungen
- Sprechübungen an Texten
- Kleines Trainingskit für Unterwegs

Dauer

1 Tag