

Stimmtraining

Unsere Stimme ist vielfältig, wandelbar und dennoch einmalig. Sie ist das Hauptwerkzeug unserer Kommunikation und bestimmt, wie wir wahrgenommen werden. Können wir mit ihr überzeugen, ist sie der Schlüssel zum Erfolg. Insbesondere in Leistungssituationen (Präsentationen, Vorträge, Kongresse, Konflikt- und Stress-situationen) werden sehr hohe Anforderungen an die Stimme gestellt – beispielsweise an Lautstärke, Verständlichkeit, Modulation, Tragfähigkeit und Durchsetzungsvermögen. Das Stimmtraining vermittelt Kenntnisse und Techniken zur Optimierung der eigenen Stimme und zur Prävention von Stimmstörungen.

Inhalt

Im körperbasierten Stimmtraining nach Schlaffhorst-Andersen lernen Sie Ihre eigene Stimme auf eine neue Art kennen und lernen, wie Sie sie in Leistungssituationen einsetzen können. Auf Grundlage einer Wahrnehmungsschulung mit individueller Schwerpunktsetzung werden Entwicklungspotenziale und Ressourcen aufgezeigt. Lernziel ist, die eigene Stimme der Situation angepasst, effektiv und authentisch einzusetzen sowie ausdauernd, tragfähig erklingen zu lassen, mit ihr zu überzeugen und die eigene Begeisterung auf Rezipienten zu übertragen.

Methoden

- Individuelle Stimmanalyse: Ressourcen und Potenziale der eigenen Stimme erkennen
- Körperbasiertes Stimmtraining: Wechselwirkungen zu Haltung und Bewegung, Atemschulung, Artikulationsschulung sowie Stimm- und Sprechtechniken
- Gestaltungsparameter nach Ingrid Amon
- Transfervortrag mit Lernkontrolle

WANN

12.10.2020 09:00 - 17:00 Uhr

13.10.2020 09:00 - 17:00 Uhr

[ANMELDUNG](#)