

„Die Stimme als Türöffner“ 6-wöchiger Kurs



Müssen Sie beruflich viel oder lange reden?
Wünschen Sie sich, Ihr Stimmpotential zu erweitern?
Möchten Sie Ihre Stimme professionell einsetzen?

Bei jeder neuen Begegnung fällt anderen Menschen oft zuerst Ihre Stimme auf und trägt entscheidend dazu bei, wie und ob das Gesagte wirkt. Die Ausdruckskraft Ihrer Stimme ist somit ein Erfolgsfaktor. Stimmtraining fördert das Selbstbewusstsein; Sie werden präsenter, lockerer und souveräner. Ihre hörbare Visitenkarte lässt sich nach diesem Training erfolgreich einsetzen, egal in welcher Situation. Lernen Sie, wie Sie mittels Ihrer Stimme überzeugen können. Dieser Kurs bietet eine Einführung in die Stimm- und Sprechtechnik unter Einbeziehung der Körpersprache. Denn nur, wenn Ihre Intonation, Atmung, ganz eigene Sprechweise und Ihre Körpersprache miteinander im Einklang sind, wirken Sie präsent, überzeugend und kompetent.

Kursinhalte:

- Einführung in die Stimm- und Sprechtechnik
- Zwerchfellatmung für die Stimmbandschonung, stimmliche Resonanz, ruhiges Sprechtempo für eine selbstsichere, wohlklingende Stimme
- Modulation, Intonation, Artikulation
- Alternativen zum Lautstärkemachtkampf: wie Sie mit Ihrer Stimme andere in Bann ziehen können.
- Senkung der Stimmsprechlage
- Optimale Stimmpräsenz: das „Senden“ und „Empfangen“ von Inhalten
- Umgang mit Nervosität in der Stimme: Stressfaktoren beim Sprechen abbauen
- Bewusster Einsatz des aktivierenden und des vertrauenserweckenden Stimmusters für den gezielten Einsatz am Telefon, in meetings und Präsentationen
- Pacen und Leaden: Das Gegenüber stimmlich abholen und in ein anderes Stimmuster führen
- Rhetorische Stimmfilter und emotionale Keywords: -wie Atem und Stimme Auskunft über unsere Emotionen geben
- Auditives Kalibrieren: wie Sie die innere Haltung des Sprechers erkennen.
- Innerer Dialog und äußere Stimme
- Mithilfe des verbesserten Stimmpotenzials die eigene Kompetenz wirkungsvoll unterstreichen
- Was das Gehirn des Zuhörers braucht: Wirkungspausen, Spannungspausen, Spannungsbögen.
- Zielorientiertes Formulieren: davon reden, was wir wirklich wollen

Individueller Trainingsplan für das Stimm- und Sprechtraining zu Hause

Kursdauer: 6-wöchiger Kurs, insgesamt 12 Stunden, dienstags 18:30-20:30 Uhr

Kursbeginn: 29.5.2018

Kurstermine: ab 5.6. 2018, 6 Termine à 2 Stunden
12.6., 19.6., 26.6., 3.7., 10.7.2018, jeweils von 18.30 Uhr - 20.30 Uhr

Kursgebühr: 487,00 € inkl. USt. ([einmaliger Mai- Rabatt](#))

Kursleitung: Anna-Maria Kuricová, Schauspielerin, Trainerin, Systemischer Coach von Laut und deutlich und Antje Temler, Schauspielerin, Trainerin von der Präsenzwerkstatt

Kursort: Laut und deutlich Hamburg, Oberstrasse 61, 20144 Hamburg

Anmeldung: www.lautunddeutlich.info unter: „Kontakt und Anmeldung“ oder telefonisch unter: 040/53267090 und 0179/2354299