

# Stimmtraining

– live.de

*Anno Lauten*

## Stimmtraining-live

Praxiskurs für berufliche Kommunikation

### Zielgruppe

Für alle Menschen, die an ihre Stimme hohe Anforderungen stellen in puncto Sicherheit, Zuverlässigkeit, Wirkungsgrad, Tragfähigkeit, Effizienz und Sprachgestaltung und die ihre kommunikativen Fähigkeiten optimieren und verfeinern wollen.

### Sie lernen in diesem Kurs

- Physiologie des Systems Stimme
- Kennen lernen der eigenen Stimme
- Steigerung der Ausdruckskraft
- Gezieltes Einsetzen der Stimme
- Verbesserung des Wirkungsgrades
- Erhöhung der Textverständlichkeit
- Steigerung der Überzeugungskraft
- Dynamisches Sprechen
- Selbstbewusstes Auftreten vor einer Gruppe
- Mit Sicherheit locker präsentieren
- Körpersprache, Mimik & Gestik
- Umgang mit Lampenfieber und Atemkontrolle
- Sprechtechnik
- Interpretation und Improvisation
- Mit Stimme und Ausdruck begeistern
- Gekonnter Stimmeinsatz in Vortrag & Präsentation
- Kontakt zum Gesprächspartner/Auditorium aufbauen und halten
- Antworten auf Ihre individuellen Fragen

Mittels allgemeiner Atem-, Modulations-, Lautstärke- und Ausdrucksübungen wird der Umgang und der gezielte Einsatz der Stimme trainiert. In Form von Rollenspielen oder angeleiteten Übungen werden Monologe, Verkaufs-/Beratungsgespräche, Präsentationen, Vorträge und Moderationen trainiert.

Anhand konkreter Texte und Vorträge aus der Praxis werden die Themen wirkungsvoller Stimmeinsatz, selbstbewusstes Auftreten und Führung in der Präsentation erarbeitet. Ungünstige Verhaltensmuster, Hemmungen, Haltungsfehler und Mängel in der Artikulation werden einfühlsam analysiert und Verbesserungen im Gruppenprozess herbeigeführt.

> Bringen Sie gerne Text- bzw. Sprechbeispiele aus Ihrem Berufsalltag mit. Wir werden in der Gruppe Fallbeispiele erproben und Lösungsansätze für individuelle Probleme finden.

## Methoden

- Selbsteinschätzung
- Praktische Körperübungen
- Praktische Stimm- und Sprechübungen
- Praktische Vortrags- und Präsentationssituation
- Professionelles, wertschätzendes Feedback durch Trainer und Teilnehmer
- Fremdeinschätzung

## Zusatznutzen

- **Gesundheit:** Stärkung der Abwehrkräfte, Abmilderung von Krankheiten
- **Leistungsfähigkeit:** Durch Steigerung der eigenen Durchlässigkeit und Aktivierung Ihres Kraftzentrums deutliche Verbesserung körperlich-sportlicher und geistiger Spannkraft und Leistungsfähigkeit
- **Selbstbewusstsein:** Entfaltung der Persönlichkeit durch die Auseinandersetzung mit sich selbst. Gewinn an Gelassenheit

## Offener, fortlaufender Kurs

- mittwochs 20 bis 21:30 Uhr (außer in den Schulferien NRW)
- Teilnahme/Einstieg jederzeit möglich, Anmeldung erforderlich
- 10er-Paket € 299,-
- Schnupper-Teilnahme € 15,-
- Stimm-Werkstatt, Köln-Rodenkirchen
- Leitung: Anno Lauten

Unsere Bildungs-/Unterrichtsleistungen sind gemäß § 4 Nr. 21 a) bb) Umsatzsteuergesetz UStG) von der Umsatzsteuer befreit.

***Ein starker Auftritt hinterlässt einen tiefen Eindruck!***