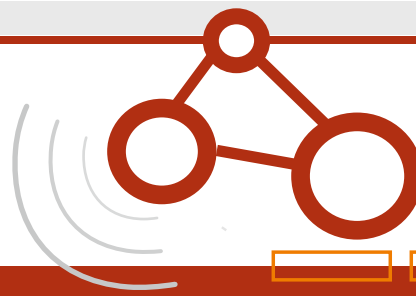


meinen hören
sagen verstehen



Eva Mayer
Atempädagogin
Moderatorin
Trainerin

Lebendiges Sprechen

Inhaltsbeschreibung:

Die Teilnehmer bekommen wichtige Grundlagen des lebendiges Sprechens vermittelt. Im Seminar werden Fragen geklärt, wie: Spreche ich zu schnell, zu langsam, zu laut, zu leise? Wirke ich zu monoton oder zu hektisch? Artikuliere ich deutlich genug oder zu deutlich? Außerdem wird trainiert, wie vorbereitete Manuskripte ansprechend und natürlich präsentiert werden können. Sie erlernen Atemübungen (Erfahrbarer Atem nach Prof. Ilse Middendorf), mit deren Hilfe sie sich eine verlässliche Atmung erarbeiten können.

Lernziel:

Nach dem Training können die Teilnehmer ihre Stimme wirkungsvoller einsetzen. Sie sind fähig, beim Sprechen sowohl ihre Persönlichkeit zum Ausdruck zu bringen, als auch ihre Inhalte ansprechend zu vermitteln. Zudem sind sie in der Lage, hörverständlich zu formulieren. Es fällt ihnen leichter, mit den Zuhörern Kontakt aufzunehmen und sie emotional anzusprechen.

Übungen:

- Mit der eigenen Stimme vertrauter werden und die Stimme besser nutzen
- Saubere Artikulation - ohne gekünstelt zu wirken
- Sprechmelodie, Sprechgeschwindigkeit und Lautstärke optimieren
- Vertrauen in den eigenen Atem
- Pausentechnik und andere dramaturgische Techniken
- Haltung - Körperhaltung und mentale Haltung
- Stimme und Stimmung im Einklang mit dem Gesagten

Methoden:

Kurzvortrag, Diskussion, Sprech- und Gestaltungsübungen, Mikrofonaufnahmen mit nachfolgender Analyse

Trainerin:

Eva Mayer

Kontakt:

an@eva-mayer.de

