

## Stimmtraining für Introvertierte

### *Seminarangebot – Eine Intensivschulung zur Entdeckung Ihres persönlichen Stimmpotentials*

**Wir leben in einer lauten Welt, in der extrovertierte Charaktere den Ton bestimmen. Doch mehr als ein Drittel aller Menschen ist introvertiert. Ihre Stimme ist leise nach außen, aber kraftvoll in Gedanken und Ideen. Lernen Sie, wie Sie sich Ihrem Wesen entsprechend Gehör verschaffen.**

Besonders in der IT - Branche arbeiten viele introvertierte Persönlichkeiten, denen ein dominantes Auftreten widerspricht. Ihre Kunst ist es, Großes zu bewegen ohne es kundzutun. Dennoch versteckt sich in jedem introvertiertem Charakter eine eigene Lautstärke. Entdecken Sie diese!

Aufgrund individueller Stimmqualitäten bilden sich Zuhörer ein rasches Urteil über die Persönlichkeit und die Kompetenz des Sprechenden. Eine ausdrucksvolle, klare Stimme wirkt auf Ihre Zuhörer angenehm und vermittelt Kompetenz. Mittels gezielter Stimm-, Sprech- und Atemübungen kann jede Stimme zu einem kraftvollen Instrument ausgebildet werden.

Durch das Stimmtraining werden Sie selbstbewusster, lockerer und präsenter. Um Präsenz zu zeigen, ist keineswegs ein Verbiegen der eigenen Persönlichkeitsstruktur notwendig. Jeder Mensch hat ein Recht auf seine individuelle Wesensart – mag diese auch noch so dezent und zurückgezogen sein. Entscheidend ist, wie Sie Ihr eigenes Stimmpotential nutzen und mit Ihrer Stimme überzeugen lernen.

Wenn die persönliche Sprechweise, Atmung, Intonation und Körpersprache harmonieren, werden Sie stets ein optimales Ergebnis erzielen.

In diesem Training erkennen und erfahren Sie die eigenen Sprech- und Ausdrucksmuster und erhalten eine professionelle Einführung in die Sprech- und Stimmtechnik unter gezieltem Einsatz Ihres ganzen Körpers. Lernen Sie Ihr eigenes Potential, Ihren Körper als Klangraum kennen und entwickeln Sie Entfaltungsräume, die Sie kompetent und souverän wirken lassen.

Ich helfe Ihnen, Ihre Stimme zur vollen Entfaltung zu bringen und optimal einzusetzen. Sie erlernen den sinnvollen und wirksamen Umgang mit Ihren eigenen Sprech- und Ausdrucksmustern.

Das Stimmtraining für Introvertierte beinhaltet drei Schwerpunkte:

1. Wissensvermittlung
2. Trainieren von Fertigkeiten
3. Anwendung des Gelernten auf Fälle der eigenen Berufspraxis

#### **Inhalte**

- » Einführung in die Sprech- und Stimmtechnik
- » Sprech- und Stimmqualität beurteilen lernen
- » Den eigenen Ausdruck beurteilen lernen
- » Präsenz im Raum
- » Fitnesstraining für das Zwerchfell
- » Authentische Körpersprache
- » Erschließen der eigenen Resonanz- und Klangräume
- » mit dem ganzen Körper sprechen
- » wie faszinieren Sie Ihre Zuhörer?
- » Übungseinheiten für Zuhause

#### **Zielgruppe**

Menschen, die sich vor der Kommunikation im täglichen Berufsfeld und im Privatleben scheuen und sich einen selbstbewussten Umgang mit der eigenen Sprache wünschen.

#### **Dozent**

Matthias Kirbs