

## Online-Seminar: Souveräne Stimme in Telefon- und Videokonferenzen

Nicht erst seit der Corona-Pandemie müssen wir immer mehr über Telefon- und/oder Videokonferenzen mit anderen kommunizieren. Das gilt für Gespräche mit Kunden und den eigenen Kollegen genauso, wie für Videomeetings mit vielen internen oder auch externen Teilnehmern. Vielen fehlt es dabei an Erfahrungen, wie auch unter diesen verschärften Bedingungen die eigenen Stärken gewinnend eingesetzt werden können.

In diesem Online-Seminar trainieren Sie, wie ein überzeugender Auftritt auch online gelingen kann. Ein Schwerpunkt liegt dabei auch auf den stimmlichen Möglichkeiten. Sie lernen anhand praktischer Übungen das Zusammenspiel von Körperspannung, Atmung und Artikulation kennen und erfahren, wie es sich auf den Stimmklang auswirkt. Dabei wird vor allem eine resonanzreichere und ausdrucksvollere Sprechstimme angestrebt, um so mit einer optimierten Sprechtechnik die Zuhörer besser erreichen zu können.

Per Live-Training und Eigenarbeit erhalten Sie wichtiges Hintergrundwissen zum Einsatz der Sprechstimme und des Sprechausdrucks. In vielen praktischen Übungen können Sie unter Anleitung des Referenten verschiedene Methoden selbstständig ausprobieren und trainieren. Sie erhalten dabei reihum per Video und Audio individuelle Rückmeldungen vom Dozenten.

### Inhalte

#### Vorbereitungsaufgabe

Erstellung eines Kurzvideos, welches dem Trainer vor Beginn des Online-Trainings zur Verfügung gestellt wird.

#### Online-Training 3 Stunden – Teil 1

- Meine Wirkung im Video auf andere: Abgleich Selbst-/Fremdbild
- Auch online gilt: Der erste Eindruck entscheidet - der letzte Eindruck bleibt
- Wie wirke ich auf andere? Der richtige Blick in die Kamera, überzeugende Gestik, innere und äußere Standfestigkeit vor der Kamera
- Grundlagen einer ausdrucksvollen Sprechstimme

#### Transferaufgabe

Nach dem ersten Online-Trainingsteil erhält jeder Teilnehmende eine individuelle Transferaufgabe.

#### Online-Training 3 Stunden - Teil 2

- Den Zusammenhang von Körperspannung, Atmung und Artikulation praktisch erleben
- Sprechstimme und Sprechausdruck optimieren
- Praktische Übungen

### Zielgruppe

Alle, die ihren Stimmklang optimieren möchten.

### Methoden

Stimmtraining, Einzelübungen mit direktem Video- und Audio-Feedback