# Haus Stimmlage



### Ihre Stimme – Das zentrale Ausdrucksmittel Ihrer Persönlichkeit

Menschen mit hohem Sprechanteil in Ihrer Arbeit sind darauf angewiesen, sich angemessen sprachlich und stimm-kräftig auszudrücken. Es braucht im Körper ein hohes Maß gesunder physiologischer Zusammenarbeit, damit die Stimme gut funktioniert. So ergänzen sich im optimalen Fall Atmung, Kehlkopf, Artikulationswerkzeuge, Körperhaltung und Gehör zu einem klangvollen, stimmlichen Ausdruck.

Ein maßgeschneidertes **Trainingsprogramm** 

Mein Ziel ist es, allen betroffenen Berufsgruppen rasch, bedürfnisgerecht, individuell und nachhaltig zu helfen. Hierfür habe ich ein maßgeschneidertes Trainingsprogramm entwickelt.

Mein Ansatz des Stimm- und Sprachtrainings basiert auf dem Prinzip eines Baukastens, in dem jedes Element autonom eingesetzt werden kann, aber auch im Zusammenspiel ein überzeugendes Gesamtergebnis erzielt.

#### Inhalt:

Einführung in die Stimm- und Sprachbildung

Modul 1: StichWort

- ◆ Zusammenhang Atmung, Haltung, Stimme und Artikulation
- ♦ Praktische Tipps zum eigenen Umgang mit Stimme und Sprache

Tenor: Theorie kurz & bündig – viel Übung!

Dauer / Teilnehmer: 2 Stunden und max. 8 Personen



#### Inhalt:

- ◆ Austausch über eigene Stimmerfahrungen
- Einführung in die Stimm- und Sprachbildung
- ◆ Zusammenhang Atmung, Haltung, Stimme und Artikulation
- ♦ Entspannungs- und Atemübungen
- ◆ Zusammenspiel von Körper und Stimme
- ◆ Informationen zur Stimmhvgiene
- Informationen zur Stimn

Modul 2: StimmFit

- Individuelle Stimmanalyse
- ◆ Praktische Tipps zum eigenen Umgang mit Stimme und Sprache

Tenor: Im Gespräch lernen – und noch mehr Praxis!

Dauer / Teilnehmer: 7 Stunden und max. 14 Personen

Methode: Multimediale Präsentation, Audiofeedback, Metaplan

und Übungen

## Inhalt:

- Austausch über eigene Stimmerfahrungen
   Finführung in die Stimmer und Songehöldungen
- Einführung in die Stimm- und Sprachbildung
- ◆ Zusammenhang Atmung, Haltung, Tonus, Stimme und Artikulation
- Entspannungs- und Atemübungen

Modul 3: **AusdrucksStark** 

- ◆ Zusammenspiel von Körper und Stimme
- ◆ Informationen zur Stimmhvgiene
- La disida alla Community gio
- Individuelle Stimmanalyse
- ♦ Praktische Tipps zum eigenen Umgang mit Stimme und Sprache
- ◆ Erlerntes in der Gruppe ausprobieren
- Nachbereitung: Individuelle Feedback-Sitzung im Haus StimmLage

Tenor: Mit Stimme ausdrücken – mit Persönlichkeit überzeugen!

Tenor: Mit Stimme ausdrücken – mit Persönlichkeit überzeugen!

Dauer / Teilnehmer: 10 Stunden (1 ½ Tage) und max. 14 Personen

Methode: Multimediale Präsentation, Audio- und Videofeedback,

Metaplan, Übungen und Einzelgespräche



Mein Name ist Cornelia Kowalewicz. Sprache und Stimme begleiten mich beruflich seit mehr als 25 Jahren.

#### Kontakt:

**Haus Stimmlage**Cornelia Kowalewicz

An den Boldwiesen 2 38442 Wolfsburg

**Telefon:** 05361 - 89 12 422 **Telefax:** 05361 - 89 12 423

**Internet:** www.haus-stimmlage.de **E-Mail:** mail@haus-stimmlage.de