



Stimmtraining für Lehrende

Mit kraftvollen Stimmen überzeugen



Seit 1994 eine feste
Größe in Stuttgart

[Weiterlesen, Angebote](#)

Das pädagogische Arbeitsmittel ist eine gesunde Stimme

Professoren, Dozenten, Trainer und Lehrkräfte benötigen eine gesunde und leistungsfähige Stimme.

Wir bieten unsere Inhalte an:

- Als Inhouse-Seminar im Rahmen von 1- bis 2-tägigen Veranstaltungen
- Als Ergänzung zu einem pädagogischen Tag mit einer Dauer von 2 bis 4 Stunden
- Als Vortrag mit einer Länge von etwa 90 Minuten

Mehr Ausdauer beim Sprechen

Eine gesunde und kraftvolle Stimme erscheint für viele selbstverständlich. Doch durch die täglich erhöhten stimmlichen Anforderungen, häufig verursacht durch eine permanente Geräuschkulisse und eine schlechte Akustik sowie einem hohen Leistungsdruck, der tendenziell auf die Ausübung dieser Tätigkeit lastet, ist gerade diese Berufsgruppe von Heiserkeit und Stimmstörungen betroffen. Diese Belastung kann schlussendlich zur Berufsunfähigkeit führen.

Unser Programm „Stimmtraining für Lehrende“ ist ein präventives Konzept zur Stimmhygiene und hilft, Heiserkeit und Stimmstörungen zu vermeiden.

Schwerpunkte sind ein ökonomisches Atemtraining, ein funktionales Haltungstraining und ein effektives Stimm- und Artikulationstraining. Ebenso lernen Sie eine gekonnte Pausentechnik, finden das richtige Sprechtempo und können mit abwechslungsreichem Sprechen Monotonie und Langeweile vermeiden. Das ist die klingende Seite der Unterrichtspraxis.

Auch der körpersprachliche Ausdruck ist entscheidend für Ihren kommunikativen Erfolg. Daher vertiefen wir auch Ihre visuellen Ausdrucksmittel.

Zielgruppe (m/w/d)

Das Seminar richtet sich an Professoren, Lehrer, Dozenten und Trainer. Dieses Seminar bieten wir speziell auch für weibliche Lehrkräfte an.

Ziele und Nutzen

- Sie verbessern Ihr Stimmpotenzial
- Sie erleben, wie Sie Ihre Stimme durch die richtige Atmung und Sprechtechnik zu einem wirkungs- und eindrucksvollen Werkzeug im Berufsalltag machen können
- Sie lernen die Zusammenhänge von Stimme und Körpersprache kennen
- Durch einen richtigen Einsatz Ihrer Stimme optimieren Sie Ihre Selbstsicherheit und strahlen somit mehr Souveränität und Kompetenz in allen kommunikativen Situationen aus
- Sie lernen ein persönliches Übungskonzept zur Verbesserung Ihrer stimmlichen und kommunikativen Fähigkeiten kennen

Ziel bei diesem Seminar ist nicht „Schönsprechen“. Es geht vielmehr um die Fähigkeit, auch in sprechintensiven Situationen so zu reden, dass es nicht zu Heiserkeit oder gar zu Stimmstörungen kommt.

Zwei Tage voller intensiver Impulse

1. Ökonomische Atmung

- Wissenswerte Grundlagen der Sprechatmung
- Fehler bei der Atmung und wie Sie diese vermeiden
- Eine ökonomische Atmung fördert Ihre stimmlichen Leistungen

2. Optimale Haltung

- Ihre Haltung wirkt unmittelbar auf Atmung und Stimme
- Haltung und Persönlichkeit. Körperliche Präsenz zeigen
- Souverän auftreten - mehr Wirkung erzielen

3. Kraftvolle Stimme

- Ihre Stimme ist Ihre hörbare Visitenkarte
- Anstatt laut sollten Sie lieber resonanzreich sprechen
- Die Klangfarben Ihrer Stimme wirken unmittelbar auf Ihre Zuhörer

4. Verständliche Artikulation

- Artikulieren Sie prägnant, ohne zu übertreiben
- Nuscheln und Verschlucken sowie überspanntes Artikulieren strapaziert die Zuhörer
- Eine deutliche Artikulation fördert das Zuhören und Verstehen Ihrer Botschaft

5. Auditive Merkmale

- Abwechslungsreiches Sprechen wirkt vital und kompetent
- Durch Dynamik, Rhythmus und Pausen wirkungsvolle Akzente setzen

6. Visuelle Merkmale

- Ihr Körper redet immer ein Wörtchen mit. Worte und Körpersprache in Einklang bringen
- Eine natürliche Gestik unterstützt die Stimme

7. Emotionen und Intention

- Wie Sie mit einer guten Stimmung andere überzeugen
- Wirkung der Emotionen auf die verbale und nonverbale Kommunikation
- Intentionale Gestimmtheit und Zuhörerbezug

8. Prophylaxe und Redestress

- So können Sie Ihre Stimme bei Belastung schonen
- Stimmhygiene—Warm-up und Cool-down
- Was Sie konkret bei Heiserkeit tun können
- Umgang mit Redestress und Lampenfieber

Ergänzungen

- Auftritt und Wirkung verbessern: Einsatz von Stimme und Körpersprache als wirkungsvolle rhetorische Mittel für Reden, Vorträge, Präsentationen sowie verschiedenste Gesprächssituationen
- AAP® – Grundlagen der Atemrhythmisch Angepassten Phonation nach Coblenzer/Muhar
- Integration von Atem, Stimme und Bewegung für mehr Ausdruckskraft und Präsenz
- Bewusst atmen – gesünder leben. Ein Trainingskonzept für mehr Leistung und Gelassenheit für ein gesünderes Leben
- Individuelles Trainingsprogramm bei Redeangst und Lampenfieber

Logopädie

Bei einem entsprechenden Befund und Vorlage eines privatärztlichen Rezepts bieten wir Ihnen eine fachkundige logopädische Behandlung an..

[Weiterlesen, Angebote](#)



Odem

Bietet seit 1994 Seminare, Trainings und Coachings an. Wir trainieren und beraten mittelständische Unternehmen, Non-Profit-Organisationen sowie die öffentliche Verwaltung.

Fon: +49 (0)711. 54 09 66 01

E-Mail: info@odem-rhetorik.de

[Weiterlesen](#)

Regina Toth

Qualifikationen

- Atem-, Stimm- und Sprechtrainerin
- Logopädin in eigener Praxis
- Lehrlogopädin an der SRH-Fachschule für Logopädie in Stuttgart
- Vorsitzende des Gesamtbetriebsrat der SRH-Fachschulen
- Lehrbeauftragte für den Bereich Vortrags- und Präsentationstechniken sowie Moderation
- Zertifizierte AAP® Trainerin nach Coblenzer/Muhar
- Systemischer Coach
- Mentaltrainerin, zertifizierte HKT-Instruktorin (Heidelberger Kompetenztraining zur Entwicklung mentaler Stärke)

Ihre Arbeitsschwerpunkte sind:

- Atem- und Sprechtraining sowie Logopädie
- Fachseminare Atem-, Stimm- und Sprechpädagogik für AusbilderInnen
- Vortrags- und Präsentationstechniken
- Gesprächsführung und Moderation
- Coaching mit dem Schwerpunkt „Sinn- und werteorientiertes Coaching“ nach Viktor Frankl

Johann Scheidner

Qualifikationen

- Atem-, Stimm- und Sprechpädagoge, Rhetorik- und Kommunikationstrainer
- Körpertherapeut, Certified Rolfer®
- Personal Trainer mit Schwerpunkten in Kraft- und Kardiofitness, Mental- und Neurotrainer
- Manager „Betriebliches Gesundheitsmanagement“
- Systemischer Coach, systemischer Organisationsberater
- Demografieberater, Mediator, Redenschreiber

Seine Arbeitsschwerpunkte sind:

- Rhetorik und Kommunikation
- Konfliktmanagement und Mediation, Schwerpunkt Wirtschafts- und Organisationsmediation
- Change-, Projekt- und Prozessmanagement, Schwerpunkt Change-Kommunikation
- Durchführung von Führungskräftequalifizierungen
- Systemische Change- und Organisationsberatung

Mit seiner fundierten Expertise als Voice Coach kombiniert er verschiedene Methoden, um Klient*innen zu einer freien Atmung und einer authentischen Stimme zu begleiten.