



Starke Stimmen – starker Ausdruck

Lebendig, kraftvoll und präsent wirken



Seit 1994 eine feste
Größe in Stuttgart

[Termine, Anmeldung, Weiterlesen](#)

Kraftvolle Stimmen als Schlüssel zum Erfolg

Wer viel spricht, ist rhetorisch, vor allem aber stimmlich sehr gefordert. Sprechen in der Öffentlichkeit oder vor Gruppen ist oft mit Redestress, Aufregung oder Angst verbunden. Lampenfieber, Atemnot, Heiserkeit sind oft die Folge.

Mehr Präsenz in allen Gesprächssituationen

Ist Ihre Stimme zu schwach oder werden Sie schnell heiser? Fühlen Sie sich manchmal unsicher oder gehemmt? Sprechen Sie zu schnell, monoton oder unverständlich? Wissen Sie nicht, wie Sie Ihre Hände richtig einsetzen sollen? Dann ist das Seminar „Starke Stimmen – starker Ausdruck“ der ideale Einstieg in die Welt wirkungsvoller rhetorischer Kommunikation für Sie.

Im Seminar wird zunächst an einer klangvollen Stimme, klarer Artikulation sowie abwechslungsreichem Sprechen mit gezielten Akzenten und Pausen gearbeitet. Das sind die auditiven Grundlagen der Rhetorik.

Gleichzeitig spielen Ihre körpersprachlichen Signale eine zentrale Rolle für Ihren kommunikativen Erfolg, denn Ihr Körper spricht immer ein Wörtchen mit. Der gezielte Einsatz nonverbaler Kommunikation wird mit Fokus auf Haltung, Mimik und Gestik trainiert. Diese Fähigkeiten sind entscheidend für Ihre Wirkung.

Ganz gleich, ob Sie Vorträge halten, Präsentationen durchführen oder an Gesprächen und Verhandlungen teilnehmen – die Basis für erfolgreiches Sprechen vor und in Gruppen wird hier vermittelt. Sie erweitern Ihre Ausdrucksmöglichkeiten, stärken die Wirkung Ihrer Worte und lernen, überzeugend aufzutreten.

Zielgruppe (m/w/d)

Das Seminar richtet sich an Personen, die beruflich oder privat stimmlich gefordert sind, wie Professoren, Lehrer, Führungskräfte, Juristen, Coaches, Schauspieler und Moderatoren.

Inhalte, Ziele und Nutzen

- Die Inhalte umfassen ökonomische Atmung, optimale Haltung, kraftvolle Stimme, verständliche Artikulation, auditive und visuelle Merkmale, Emotionen und Intention sowie Prophylaxe und Umgang mit Redestress.
- Die Teilnehmer lernen, ihre Stimme durch richtige Atmung und Sprechtechnik zu einem wirkungsvollen Werkzeug zu machen, ihre Selbstsicherheit zu optimieren und ihre kommunikativen Fähigkeiten zu verbessern, um souveräner und kompetenter aufzutreten.
- Ziel bei diesem Seminar ist nicht „Schönsprechen“. Es geht vielmehr um die Fähigkeit, auch in sprechintensiven Situationen so zu sprechen, dass es nicht zu Heiserkeit oder gar zu Stimmstörungen kommt.

Zwei Tage voller intensiver Impulse

1. Ökonomische Atmung

- Erlernen Sie die Grundlagen der Phonationsatmung für eine gesunde und belastbare Stimme.
- Vermeiden Sie typische Atemfehler und steigern Sie Ihre stimmlichen Leistungen gezielt.

2. Optimale Haltung

- Eine aufrechte und eutone Haltung unterstützt Atmung und Stimmkraft nachhaltig.
- Mit souveräner Körperpräsenz wirken Sie überzeugend und selbstbewusst.

3. Kraftvolle Stimme

- Ihre Stimme ist Ihre hörbare Visitenkarte – nutzen Sie sie wirkungsvoll.
- Nutzen Sie Resonanz und Klangfarben statt Lautstärke für einen nachhaltigen Eindruck.

4. Verständliche Artikulation

- Durch prägnante und deutliche Artikulation wird Ihre Botschaft klar und verständlich vermittelt.
- Vermeiden Sie Nuscheln und übertriebenes Artikulieren – so fördern Sie aktives Zuhören.

5. Auditive Merkmale

- Abwechslungsreiches Sprechen wirkt vital und kompetent.
- Einsatz von Dynamik, Rhythmus und Pausen für mehr Wirkung.
- Reden und Präsentationen sprachlich interessant gestalten.

6. Visuelle Merkmale

- Sympathisch wirken durch eine authentische Körpersprache.
- Einklang von Worten und Körpersprache.
- Die richtige Gestik verstärkt Ihre Stimmwirkung und setzt Akzente.

7. Emotionen und Intention

- Überzeugungskraft durch positive Emotionen: Begeisterung und Freude am Thema übertragen sich auf Ihr Publikum.

8. Prophylaxe und Redestress

- Richtiges Stimmmanagement hilft, Ihre Stimme auch bei längeren Einsätzen gesund zu erhalten.
- Bewältigung von Redestress und Lampenfieber: Mental-, Entspannungs- und Atemtechniken helfen, Nervosität zu reduzieren und souverän aufzutreten.

Ergänzungen

Dieses Seminar bieten wir auch für spezielle Berufsgruppen mit zielgerichteten Inhalten an. So können wir gezielt auf die Anforderungen und Herausforderungen verschiedener Berufsfelder eingehen und individuell abgestimmte Schwerpunkte setzen.

Sprechen Sie uns gerne an, wenn Sie ein maßgeschneidertes Angebot für Ihre Branche wünschen!

Weitere Angebote

- Redestress und Lampenfieber: Techniken zur Bewältigung von Redeangst und Lampenfieber
- Bewusst atmen—gesünder leben: Ein praktisches Training für mehr Gesundheit, Gelassenheit und Leistung
- AAP® - Grundlagen der Atemrhythmisch Angepassten Phonation: AAP ist eine wissenschaftlich begründete Vorgehensweise auf und heute Bestandteil jeder Ausbildung rund ums Sprechen.



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

[Mehr über uns](#)

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 Cardiofitness, Mental- und Neurotrainer
- Manager „Betriebliches Gesundheitsmanagement“
- Systemischer Coach, systemischer Organisationsberater
- Demografieberater, Mediator, Redenschreiber

Als erfahrener Senior Consultant und Vertriebstrainer verfügt er über umfassende Praxis in der Leitung von Management-Trainings und Coachings.

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

Johann Scheidner ist Mitglied im Verband der Redenschreiber deutscher Sprache (VRdS) und im Bundesverband Steinbeis-Mediationsforum für Wirtschaftsmediation e.V.