

15110-26-01-W

Stimmwerft - Stimme, Stress und Gesprächsführung

Termin/e

Plätze verfügbar: 08.12.2026, 09:00 - 16:00 Uhr

WebSeminar

Teilnahmeentgelt

260 EUR

Mit der Anmeldung erwerben Sie eine Teilnahmelizenz. Die Teilnahme am WebSeminar ist der namentlich genannten und angemeldeten Person gestattet.

Dozierende/r

Sven Munderloh



Inhalt

- theoretische Einführung "wie funktioniert Stimme"
- Atemtechniken
- Zusammenhang von Körper und Stimme^
- Artikulation - unsere Sprechwerkzeuge
- Gestik, Mimik, Körpersprache
- modulations- und tragfähige Stimme
- Stress und Stimme
- Stimmhygiene und Prävention
- Körperwahrnehmung



Nutzen

Höhe und Lautstärke unserer Stimme sowie der Sprechrhythmus entscheiden darüber, ob das, was wir sagen, die gewünschte Wirkung erzielt. Das erreichen wir mit einer klaren, sympathischen Stimme, die unserer Persönlichkeit entspricht.

Da wir unsere Stimme über Stunden ohne viele Pausen nutzen, gehören Tipps für einen schonenden Umgang mit unserer Stimme ebenso zu unseren Seminarinhalten, wie einfache und gezielte Ton- und Sprechübungen.

Stimmtrainings für Menschen, die täglich mehrere Stunden Auskünfte geben müssen, oder in Call-Center arbeiten, helfen die stimmliche Gesundheit der Mitarbeitenden zu fördern. Ca. 66 % aller Krankmeldungen sind in diesen Arbeitsbereichen auf Atemwegserkrankungen zurückzuführen.

In unserem Seminar widmen wir uns neben dem harmonischen Zusammenspiel von Atmung und Artikulation auch der Körperhaltung, Gestik und Mimik sowie Rahmenbedingungen der Arbeitsumgebung und dem Thema Stress.

Wir führen viele leichte Übungen durch, die so angeleitet werden, dass Sie auch leicht im Alltag umzusetzen sind.

Abgerundet wird das Seminar durch Tipps zu einer proaktiven und deeskalierenden Gesprächsführung.



Zielgruppe

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit Führungs-, Personal- und/oder Organisationsverantwortung, Gesundheitsmanager/-innen, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus Personalentwicklung, Arbeitsschutz und/oder Arbeitssicherheit und an der Thematik interessierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter



Arbeitsmittel und Methodik

diverse



Hinweise

Die Veranstaltung wird als WebSeminar mit der Software BigBlueButton durchgeführt. Das Seminar ist urheberrechtlich geschützt. Die angemeldete Person verpflichtet sich, keine visuellen, akustischen oder sonstige Aufnahmen des WebSeminars vorzunehmen. Zuwiderhandlungen können urheberrechtlich, datenschutzrechtlich und strafrechtlich verfolgt werden.

Die Teilnahme ist browserbasiert möglich und Sie benötigen dafür eine stabile, leistungsfähige Internetverbindung sowie einen Computer oder ein Notebook mit Lautsprecher (Tonausgabe) sowie Mikrofon und auch eine Kamera. Es sollte sichergestellt sein, dass Sie einen aktuellen Browser (empfohlen: Google Chrome) benutzen können und von Seiten Ihrer IT Firewalls den Zugang nicht blockieren.

Ca. eine Woche vor der Veranstaltung erhalten Sie weitergehende Informationen zur Teilnahme an dem WebSeminar.



Anmeldung

Sie können sich bis zu zwei Werktagen vor der Veranstaltung zu dem WebSeminar anmelden, solange die Höchstteilnehmerzahl nicht erreicht ist. Sieben Tage vor der Veranstaltung wird darüber entschieden, ob das WebSeminar stattfinden wird. Eine kostenfreie Abmeldung ist danach nicht mehr möglich.



Kontakt

Frau Melanie Teuchert

Telefon: 0511 1609-2820

E-Mail: melanie.teuchert@nsi-hsvn.de