

## Erfolgsfaktor Stimme

### KURZBESCHREIBUNG

Mit einer resilienten Stimme sind Sie allen Anforderungen in jeder Sprech- und Kommunikationssituation des journalistischen Alltags gewachsen: Sie können mühelos lange, laut, authentisch und lebendig sprechen. Die Techniken und Strategien dafür lernen Sie in diesem Seminar, zum Beispiel die richtige Atemtechnik zu nutzen oder den schonenden Einsatz der Stimme, um Heiserkeit oder gar einem Stimm-Burnout vorzubeugen.

### IHR NUTZEN

Sie lernen, wie Sie mit Ihrer Stimme jede Sprech- und Kommunikationssituation im journalistischen Alltag meistern. Sie bekommen Techniken an die Hand, die auch langfristig ihre Wirkung entfalten.

### SCHWERPUNKT

Techniken und Strategien, damit Ihre Stimme immer sitzt und das tut, was Sie brauchen und von ihr wollen.

### ZIELGRUPPE

Mitarbeiter\*innen aus allen Programmbereichen und Print

### THEMEN

Ihr Körper als Haus der Stimme: Entspannung und den richtigen Tonus schaffen

Stimmige Balance im Atem finden: Nie wieder atemlos oder Schnappatmung

Das Fundament Ihrer Stimme bauen: freie, authentische Stimmgebung

Mühelos lange und laut sprechen: Ihre natürlichen Stimm-Verstärker als Quelle der Stimmkraft aktivieren

Artikulation und Sprechtechnik: Wichtige Ressource gegen Stimmanstrengung einsetzen lernen

Lebendig sprechen: Durch die Impuls-Technik mit Leichtigkeit zu stimmigem Sprechausdruck

Lebendig sprechen: Melodie und Betonung inhaltsadäquat entstehen lassen

Pausen: Funktion, Wert und richtigen Einsatz üben

Anwendung an mitgebrachtem Sprechmaterial und in Beispielsituationen

Einführung in die iMotion-Methode: Menschen mit Sprache bewegen

### LEHRMETHODEN

Analyse, Input, praktische Übungen und Feedback

### TERMINE

**07.10.2024 (10:00 Uhr)** bis

**08.10.2024 (17:00 Uhr)**

Präsenz | Hannover

ARD.ZDF medienakademie

Preis: 800,- € p.P.

Seminarleitung: Jenny Ulbricht, Marc Dohmeyer

### INHALTLICH VERANTWORTLICH

Tobias Geißner

E-Mail: [t.geissner@ard-zdf-](mailto:t.geissner@ard-zdf-medienakademie.de)

[medienakademie.de](mailto:t.geissner@ard-zdf-medienakademie.de)

Telefon: +49 911 9619-520

### KUNDENSERVICE

Leila Schug

E-Mail: [kundenservice@ard-zdf-](mailto:kundenservice@ard-zdf-medienakademie.de)

[medienakademie.de](mailto:kundenservice@ard-zdf-medienakademie.de)

Telefon: 0049 911 9619-262

### SEMINARNUMMER

51 422