



Sprechtechnik

Sprechen heißt sich entscheiden. Dadurch wird der Ausdruck der Stimme beim Sprechen sicher. Die Atmung und die Körperhaltung passen sich ganz natürlich an. Wenn Sie denken und sprechen in Einklang bringen, entsteht Präsenz. Zeit spielt dabei keine Rolle. Setzen Sie Ihre Atmung bewusst ein, unterstützen Sie diesen Prozess.

Die Sprechtechnik ist ein Mittel um den Sprechausdruck gezielt einzusetzen. Wenn Sie Ihre Klangfarbe und die Modulation der Stimme richtig verwenden, steigern Sie Ihre Präsenzkraft und Ihr Durchsetzungsvermögen.

Eine richtige Atmung und die Sprechtechnik sind erlernbar. Dazu gibt es eine Auswahl von sehr vielen Übungen. Wenn Sie Ihre Atmung und Sprechtechnik trainieren wollen, ist es am Anfang empfehlenswert, dies mit einem Coach zu tun. Denn es dauert etwas, bis Sie ein Bewusstsein dafür entwickeln, alles miteinander zu koordinieren.

Die Sprech- und Atemtechnik unterstützt Ihre Körpersprache, steigert Ihre Präsenz und Ihr Wohlbefinden.

