



## Einladung zum Stimm-Seminar in Berlin mit Veronika Langguth

*„Nichts ist übertragbarer als der Ton“ Mira Alfassa, Philosophin*

### „Gewinnen Sie mit Ihrer Stimme!“

So stimmen Sie Ihre Gesprächspartner positiv ein

Sie lernen es nirgendwo, aber Sie brauchen es immer: gutes Sprechen. Was tun wir nicht alles für unser Aussehen, aber - für unsere Stimme? Dabei übermittelt nichts Ihre Befindlichkeit so genau wie Ihre Stimme, und zwar messbar! Der Klang Ihrer Stimme erzeugt in Ihrem Gegenüber ein „Stimm(ungs)bild“ – und das bereits in den ersten Minuten: Ist Vertrauen oder Vorsicht angesagt?

Täglich werden Sie von Ihren Mitmenschen danach beurteilt, **WIE** Sie sprechen. Und im menschlichen Miteinander kommt es vor allem auf die „Stimmung“ an. Viele Menschen glauben, dass ihr Stimmklang angeboren und lebenslang unabänderlich sei. Doch Stimmklang wird zum einen durch Imitation geprägt, zum anderen durch Erfahrungen, der Lebenseinstellung und momentane Befindlichkeiten. Das alles manifestiert sich in Ihrer Atembewegung und Körperhaltung, auch der „Haltung“ gegenüber etwas oder jemandem, und prägt somit Ihren typischen Stimmklang: Ihre Stimme ist der Spiegel Ihrer Persönlichkeit (per-sonare).

Beobachten Sie einmal Ihre Atembewegung und deren Einfluss auf Ihre Stimme! Sie werden feststellen, dass je nachdem, wie angespannt oder gelöst Sie leben, Atembewegung und Stimmklang geformt werden. Da die Atmung wie ein Seismograph auf Gedanken, Gefühle und Empfindungen reagiert, können Sie wiederum über Atem-, Körper- und Stimm-Übungen entscheidend auf körperliche Verspannungen, Ihr Gesamtbefinden, Ihren Stimmklang sowie Ihre Körpersprache positiv einwirken.

Ein mit Atem gut versorgter, unverkrampfter und durchlässiger Körper ermöglicht beim Sprechen eine bessere Schwingungsfähigkeit der Resonanzräume: die Parameter Lautstärke, Modulation, Artikulation und Tempo werden konstruktiv intensiviert. Sie erlangen ein gesteigertes Körperbewusstsein und damit werden auch Haltung, Gestik, Mimik und Blickkontakt verbessert. Sie (re-)agieren gelassener und ruhiger, Ihre Konzentrationsfähigkeit nimmt zu und Sie fühlen sich insgesamt vitaler und dynamischer.

Wenn Sie über Ihre Stimme und der aktiven Nutzung Ihrer Körpersprache an Ihrer Persönlichkeitsentwicklung arbeiten, fördern Sie insgesamt auch Ihre Ausstrahlung und Präsenz. Das alles zusammen hilft Ihnen, Ihre Gesprächspartner positiv einzustimmen - und damit auch Sympathien und Aufträge zu gewinnen.

### **Inhalte:**

- Individuelle Stimmanalyse und individuell ausgewählte Übungen
- Verbesserung der (bis zu 40 % - gegenüber dem Inhalt ) entscheidenden Parameter Tempo, Artikulation, Lautstärke und Modulation
- Mehr Gelassenheit, Ruhe und Konzentrationsfähigkeit sowie gesteigerte Vitalität und Dynamik
- Der konstruktive Gesprächs -Tonus: Meine Wirkung auf andere - die überzeugende Ausstrahlung
- Die "Körperbewusste Kommunikation nach Veronika Langguth®": im Dialog mit sich selbst und anderen bleiben
- Verbindung von Sprache und Körpersprache (er-)leben
- Emotionale Intelligenz: Empathie, das erfolgreiche Vermitteln von Überzeugungen und das souveräne Einsetzen von Emotionen

### **Ihr Nutzen aus diesem Seminar: Sie...**

- ✓ entfalten Ihr volles Stimm- und Sprechspektrum
- ✓ zeigen über Ihre Stimme Präsenz
- ✓ schärfen Ihr kommunikatives Ohr
- ✓ erlangen ein intensiviertes Körperbewusstsein mit stimmiger Haltung, Mimik und Gestik
- ✓ erfreuen sich und andere durch selbst-bewussteres Auftreten und Sprechen
- ✓ bewältigen Stress wie Ärger oder Lampenfieber und begeistern Ihre Zuhörer mit Ihrer persönlichen Ausstrahlung
- ✓ erzielen mehr Kommunikationserfolg durch „stimmige“ Gesprächsführung

### **Methodik:**

Der „Erfahrbare Atem nach Prof. Ilse Middendorf®“, Atem- Stimm- und Sprechübungen, Einzel- Partner- und Gruppenübungen für ausgewählte Kommunikationssituationen

### **Bitte mitbringen:**

lockere, nicht einengende Kleidung, in der Sie sich gut bewegen können, ein paar dicke (Woll-) Socken oder leichte Schuhe.

**Zeiten: 9.30 Uhr bis 13.00 Uhr sowie 14.30 Uhr bis 17.30 Uhr**

**Ort:** Ilse-Middendorf-Institut, Viktoria-Luise-Platz 9, 10777 Berlin-Schöneberg

**Seminargebühren:** € 148,-- + 19% MwSt. = €176,12 inkl. Pausengetränke und Snacks

## Veronika Langguth

ist Atemtherapeutin und Trainerin für Weiterbildungsseminare in Kommunikation und Persönlichkeitsentwicklung sowie Mediatorin und Autorin. Zusammen mit Helge Langguth gründete und leitete sie 12 Jahre das Ilse- Middendorf -Institut für Atemtherapie und Atemunterricht in Beersfelden/ Odw. Sie ist 1. Vorsitzende der Berufsvereinigung der AtemtherapeutInnen/pädagogInnen BEAM und gründete 2005 das Zentrum Atem für Körperbewusste Kommunikation und Persönlichkeitsentwicklung in Köln, heute Berlin.

**! Anmeldung: [Info@veronikalangguth.de](mailto:Info@veronikalangguth.de)**

Bitte leisten Sie zusammen mit der Anmeldung eine Anzahlung in Höhe von 30,- Euro auf folgendes Konto:

Bankverbindung **IBAN** DE05 3701 0050 0515 4525 00 | **BIC** PBNKDEFF370

**Übernachtung:** Unterkünfte in Institutsnähe ab € 20,-

### Verkehrsverbindungen:



### Öffentliche Verkehrsmittel:

Bus 146 und 185: bis Martin-Luther-Str./Ecke Motzstr.

U-Bahn-Linie 4: bis Viktorija-Luise-Platz

**Stadtplan** mit Fahrplanauskunft und Anzeige von Hotels, Restaurants u.a.

<http://www.berlin.de/stadtplan/>

Veronika Langguth

Zentrum für Körperbewusste Kommunikation  
und Persönlichkeitsentwicklung

Berner Str. 45 \* D-12205 Berlin

Tel: +49- (0)30- 84 72 27- 00 \* Fax -01

Mobil: +49- (0)172-2071444 (Bitte immer erst Festnetz - oder sms!)

[www.veronikalangguth.de](http://www.veronikalangguth.de)

[info@veronikalangguth.de](mailto:info@veronikalangguth.de)