



SPRECHTRAINING MODUL III

auftrittskompetenz – AUTHENTISCH UND SOUVERÄN

samstag, 19. okt. 2024

Bilder sind stärker als Worte. Studien belegen, dass sich Zuhörer*innen nach einer Rede zu 60% an nonverbale Details erinnern und nur zu 10% an den Inhalt. Darum richten wir unser Augenmerk im 3. Modul auf das Visuelle.

Körpersprache wie **Bewegung, Haltung, Gestik** und **Mimik** bilden im besten Fall eine stimmige Einheit mit dem Inhalt einer Rede und unterstützen so das Gesagte auf der visuellen Ebene.

Auch **Gegenstände** und **Bilder** (Dias, Flipchart, Powerpoint etc.) helfen dem Publikum, einer Rede besser zu folgen und den Inhalt zu verstehen. Und selbst über eine **bildhafte Sprache** haben wir die Möglichkeit, Filme in den Köpfen des Publikums lebendig werden zu lassen. Andererseits lenken unpassende **Kleidung, Hintergründe** oder **Folien** vom Inhalt ab.

Wenn in einer Rede alle **drei Wirkungsebenen** (Stimme, Inhalt und nonverbale Kommunikation) eine Einheit bilden, wird die sprechende Person als **authentisch** und **kompetent** wahrgenommen. Senden dagegen die Körpersprache oder die Stimme eine andere Botschaft aus, dann kann auch der Inhalt einer Rede nicht überzeugen. In diesem Sinn dient dieses dritte Modul auch der **Vertiefung** von Modul I und II.

Nervosität kann uns bei einem Auftritt – trotz guter Vorbereitung – einen Strich durch die Rechnung machen. Ein wichtiger Anker bei Nervosität ist unser **Atem**. Wir lernen Atemübungen und andere Möglichkeiten kennen, die uns im Stress helfen, souverän und im Fluss zu bleiben. Die Kursgruppe ist ein idealer Ort, um das im geschützten Rahmen zu üben.

Kurszeit: 9.15 – 18 Uhr (90 Min. Mittagspause)

Kursort: Atelier 114 im Progr Bern, Speichergasse 4, 3011 Bern

Kursgrösse: 5 – 8 Teilnehmende

Kurspreis: Fr. 210.-

Leitung: Barbara Gertsch-Enz, diplomierte Integrative Stimmtrainerin IST, CAS im Bereich „Rhetorik und Moderation“ (MAZ Luzern)

Anmeldung: info@stimmklang.ch / www.stimmklang.ch