



„Stimmig führen“

Ein Seminar für Führungskräfte, die ihre Präsenz, ihr Selbstbewusstsein und ihre Führungsqualität stärken wollen.

Inhalte:

Sich authentisch zur Sprache bringen

Diverse wissenschaftliche Studien zeigen auf, dass bis zu 85 % unseres Erfolgs von Körperausdruck und Stimme bestimmt werden. Unauthentischer Ausdruck wird über Anstrengung sichtbar und stresst alle an der Kommunikation Beteiligten. Authentische Kommunikation hingegen erhöht die Effektivität und erleichtert den Flow im Unternehmen.

Die Stimme folgt dem Körper

Ist der Körper steif und eng, wird auch die Stimme fest und dünn. Ist er offen und in seiner natürlichen Präsenz, kann auch die Stimme offen schwingen und ihren natürlichen, authentischen Klang entwickeln. Geben wir aber nur vor, präsent und locker zu sein, wird die Dissonanz durch Stimme und Körpersprache offensichtlich.

Führen mit Leichtigkeit

Gezielte Stimm-, Atem- und Körperübungen lösen Verspannungen auf. Das dadurch vergrößerte körperliche und stimmliche Volumen erhöht die charismatische Wirkung. Das kreative Potenzial weitet sich. Eine enorme Kraft entsteht, die es ermöglicht, Menschen mit Leichtigkeit zu führen und Essenzielles in Bewegung zu bringen.

Trainerinnen:

Michaela Suchomel, Heilpraktikerin, Systemische Beraterin
Viviane Jovanov, Schauspielerin

Termine

Fr. 30. September in Lengerich
Fr. 11. November in Lengerich



**Michaela
Suchomel**



**Viviana Jova-
nov**