

Workshop für Lektoren und Lektorinnen

der



am Samstag, dem 26. Oktober 2019, von 10:00 bis 18:00

im Goethe-Institut Seoul, Veranstaltungssaal

Stimm- und Sprechbildung

Leiterin: Ulrike Trebesius-Bensch

Kennst du das? Jemand betritt einen Raum und hat automatisch die volle Aufmerksamkeit. Im Gegensatz dazu sind manche Menschen da und gleichzeitig doch nicht da, weil sie sich unsichtbar machen.

Genau so kann es auch mit der Stimme sein. Manchen Menschen hörst du gern zu – anderen nicht. Was bedeutet es, stimmlich präsent zu sein – und wie kann man das erreichen? Hier kommt die gute Nachricht: es braucht nur ein wenig Übung, um es zu lernen.

Im Kurs geht es darum, die Verbindung zwischen Körper und Stimme zu stärken und bewusst zu nutzen. In zahlreichen Übungen trainieren wir die Wahrnehmung und du lernst, deine Stimme zu fühlen und sie freier klingen zu lassen. Wir bringen die Atmung und die Stimme in Einklang, und arbeiten daran, deine relevanten Resonanzräume besser auszunutzen, so dass du am Ende erweiterte stimmliche Ausdrucksmöglichkeiten hast. Diese kannst du gezielt einsetzen, um deine Wirkung auf andere zu verändern und in der Kommunikation präsenter aufzutreten.

Ziele:

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer

- sind sensibilisiert für die Wirkung der eigenen Stimme
- verfügen über ein kleines Inventar an Stimm- und Sprechübungen
- können ihre physiologisch günstige Stimmlage finden
- verstehen den Zusammenhang zwischen Körper und Stimme
- wissen, welches Verhalten gut / schlecht für die Stimme ist und was im Akutfall zu tun ist.

Inhalte:

Zahlreiche Übungen in entspannter Atmosphäre

- Körperwahrnehmung und -lockerung
- Atemübungen
- Stimmübungen: Lockerheit, Resonanz, Verbindung zur Kraftstimme
- Sprechübungen: Deutlichkeit, Geläufigkeit
- Übungen zu präsentem und zielgerichtetem Sprechen
- Reflexion des eigenen stimmlichen Verhaltens
- Was tun im Akutfall?

Bitte mitbringen:

- bewegungsfreundliche Kleidung, die nicht einengt
- warme Socken schaden nicht
- eine Decke / Yogamatte o.ä.

Anmeldung: bis zum **12.10.** per E-Mail unter kontakt@lvk-info.org

Bereits **ab 9:30** Uhr gibt es die Möglichkeit, sich bei Kaffee und kleinen Erfrischungen mit Frau Trebesius-Bensch und anderen Workshop-Teilnehmern auszutauschen.

Ein **Unkostenbeitrag** i.H.v. **20.000 KRW**, in dem das Mittagessen enthalten ist, wird zu Beginn des Seminars von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern eingesammelt.

Bitte beachten Sie, dass die Teilnehmerzahl auf 20 Personen begrenzt ist, daher ist eine frühzeitige Anmeldung zu empfehlen.



Veranstaltungsort:
Goethe-Institut Seoul
(Veranstaltungssaal)

Kontakt:
kontakt@lvk-info.org

Stimm- und Sprechbildung (Workshop)

am 26. Oktober 2019

ab 09:30	<i>Kaffee-Empfang und Anmeldung</i>	
10:00	<i>Begrüßung</i>	Iris Brose (Hongik Universität)
	Einleitung »Workshop«	Ulrike Trebesius- Bensch (Stimm- und Sprechtrainerin)
	Modul »Stimme und Atmung«	
11:30	<i>Kaffeepause</i>	
11.45	Modul »Resonanzräume«	
13.00	<i>Gemeinsames Mittagessen</i>	
14:00	Modul »Stimme und Kraft«	
16:00	<i>Kaffeepause</i>	
16:15	Modul »Stimme und Entspannung«	
ab 18:00	<i>Gemeinsames Abendessen</i>	

Mit freundlicher Unterstützung des Ortslektorenprogramms
des

