

Persönlichkeitstraining für Ausdruck, Präsenz und Selbstvertrauen.

Beratung und Training im Bereich:

„Auftreten, Ausstrahlung, und kommunikative Kompetenzen: sprachlicher Ausdruck, Stimme und Körpersprache“

Wie entwickle ich meine persönlichen Anlagen und Stärken in „Körper, Geist und Stimme?“

Mit effektiven Mitteln und meiner Erfahrung aus Theater, Film und Fernsehen trainieren Sie, mit Ihren Anlagen und Stärken und mit der Akzeptanz und dem Bewusstsein der eigenen Schwächen Alltags- und Berufssituationen.

„Sicheres Auftreten“, „Überzeugungskraft“, „Durchsetzungsvermögen“ und „Teamfähigkeit“, sind die Ziele.

Es wird gearbeitet an

- **Vertrauen und Authentizität**
- **Synchronität in der Körpersprache (aus den eigenen Ressourcen)**
- **Balance / Ankerung / Atmung**
- **stimmlichem und sprachlichem Ausdruck**
- **aktivem Zuhören**
- **partnerschaftlicher Interaktion**

„Der schlafende Löwe will geweckt werden.“



Dozent : Kai Helm
