



Grundgedanken der Stimmarbeit

Meine Arbeit konzentriert sich auf die Stimmfunktion, genauer gesagt, auf die Optimierung von physiologischen Abläufen zu Gunsten einer klanglichen Effizienz. Mit diesem Begriff beschreibt man eine Stimmqualität, die mit wenig körperlichem Aufwand entsteht. Dabei steht die Differenzierung und Stärkung einer wohlthuenden Beziehung zur eigenen Stimme im Vordergrund. Das passiert über das Erleben ihrer vielfältigen klanglichen Möglichkeiten.

Die anatomischen Voraussetzungen hierfür sind in jedem Menschen vorhanden und können durch einfache Stimulationen angeregt werden, z.B. mit einer Bewegung, einem Klang, einer Berührung oder einem Gedanken. Die Anregungen orientieren sich an dem klanglichen Resultat eines jeden Teilnehmers und dem jeweils empfundenen stimmlichen Freiheitsgrad. Je höher dieser Freiheitsgrad ist, desto selbstregulierender kann die Stimme arbeiten. Sie ist nicht mehr auf leistungssteuernde Handlung angewiesen, um eine Klangschwingung aufrecht zu erhalten.

Das Sprechen profitiert von diesem Stimmklang.

Ein solcher Klang hat dynamische Fähigkeiten (Lautstärkenzu-, abnahme und -beständigkeit) und modulierende Fähigkeiten (Freiheit von fixierter Tonhöhe). Er ist reich an Klangfarben und räumlicher Ausdehnung und in der Lage, die Atmung zu beruhigen.

Skizze des Seminarverlaufs

- Anpassung meines Angebots an die beruflich motivierten Erwartungshaltungen der Teilnehmer mit anschließendem Austausch und Annäherung an die eigene Beziehung zur Stimme,
- gemeinsame Körper-/Stimmwahrnehmung,
- Klangentwicklung: Einzelarbeit in Kleingruppen von 5 - 8 Personen (erfahrungsgemäß gewährleistet diese Gruppengröße eine Aufmerksamkeitsspanne, bei der die Teilnehmer ihre gegenseitige Entwicklung verfolgen und davon lernen können),
- Üben anhand von Textbeispielen. Das Ergebnis ist ein klangvoll gesprochener Text, der seine Authentizität durch eine Prosodie gewinnt, die von Stimme und Körper mühelos bereitgestellt wird.

Key-Facts

- Körperarbeit, Stimmwahrnehmung, Klangentwicklung, Sprechen, Einzelarbeit in Kleingruppen von 5 - 8 Personen, je 3 x 20 min. pro Teilnehmer in einem Seminarzeitraum von 2 Tagen.

Sollte es bei Ihrem Unternehmen Wünsche seitens potentieller Seminarteilnehmer geben, konkretisiere ich mein Angebot gerne entsprechend der beruflichen Anforderungsprofile.

Ich freue mich, wenn diese Art der Stimmarbeit Ihr Interesse weckt.
Für weitere Fragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Caroline Jahns
Jungstraße 23
60486 Frankfurt

Tel.: 0160 - 95 32 67 30
www.carolinejahns.de
konzerte@carolinejahns.de