

Flora Pulina

Schauspielerin - Regisseurin - Sprecherin



Rhetorik und Sprecherziehung

Als ausgebildete Schauspielerin gebe ich mein Wissen zu den Themen Rhetorik und Sprecherziehung in speziellen Kursen weiter. So unterrichte ich seit einigen Jahren Menschen jeden Alters u.a. in den Bereichen: Präsenz, Schlagfertigkeit, Durchsetzungsvermögen, Charisma und Stimmhygiene.

Die Module meiner Kurse sind:

- Körperliche Aufrichtung: Atmung - Haltung - Stimme
- Tipps für eine positive Ausstrahlung vor Publikum und eine starke Präsenz
- Die Stimme bewusst einsetzen - Modulation und Klang erlernen
- Nervosität und Blackouts vermeiden - Wie gehe ich stark und selbstbewusst in den Vortrag?
- Psychosomatik und Stimme - Wie beeinflusst die Psyche meine Art zu sprechen?
- Artikulation und Sprache
- Schlagfertigkeit, Witz und Humor erlernen, um gezielt und klug zu kontern
- Atem-Meditationen für eine tiefe Bauchatmung und für mehr Gelassenheit

Ein wichtiger Bestandteil der Kurse ist zudem das souveräne und selbstbewusste Sprechen vor großen Menschen-Gruppen und der Umgang mit schwierigen Gesprächs-Situationen.