



RAUS MIT DER SPRACHE!

TRAINING FÜR STIMME,
SPRECHEN UND KÖRPERSPRACHE

Liebe Leser, Kunden, Freunde, Teilnehmer und Interessierte,*Innen

Ich hoffe von Herzen, Ihr seid alle gesund und auch meist munter!!

Es hat etwas gedauert seit meinem letzten Newsletter - Grund: Ich hatte glücklicherweise einfach sehr viel zu tun, sogar europaweit, - juchhu!

und nun...

Wie Ihr Euch vorstellen könnt, habe ich ganz plötzlich sehr viel Zeit „geschenkt“ bekommen. Zuerst ein Schock für mich und die meisten - jetzt bekannten - Solo-Selbstständigen. Fast alle Aufträge für die nächsten 3 Monate wurden plötzlich abgesagt.

Mannomann...

Diese Zeit ist für uns alle eine echte Herausforderung, - gesellschaftlich, finanziell und auch emotional.

Gefühle wie Hilflosigkeit, Wut und moralische "Durchhänger" zu spüren, ist in dieser Zeit absolut normal, finde ich - und natürlich geht es mir ab und zu genauso. Stabil und positiv zu bleiben sollte dennoch für uns das Ziel sein, auch wenn´s nicht immer einfach ist.

Die Frage ist aber möglichst nicht: Was geht jetzt nicht mehr? - sondern: Was können wir jetzt machen? Ich bin sicher, mittlerweile habt Ihr da alle schon eigene Methoden und Ideen entwickelt.

Meine 3 neuen Entdeckungen: Meditieren üben, Wandern und Backen - das wollte ich immer schon mal lernen...

Auf jeden Fall irgendetwas, was man sonst noch nie gemacht hat!!!

Denn das Lernen neuer Dinge, die man sich selber aussucht und auf die man neugierig ist - ist inspirierend und macht happy - und das ist im Moment super wichtig!

Wie wäre es mit Singen!?

Ein wissenschaftlich erwiesener Glücklichermacher und unglaublich gut für Eure Lungen!

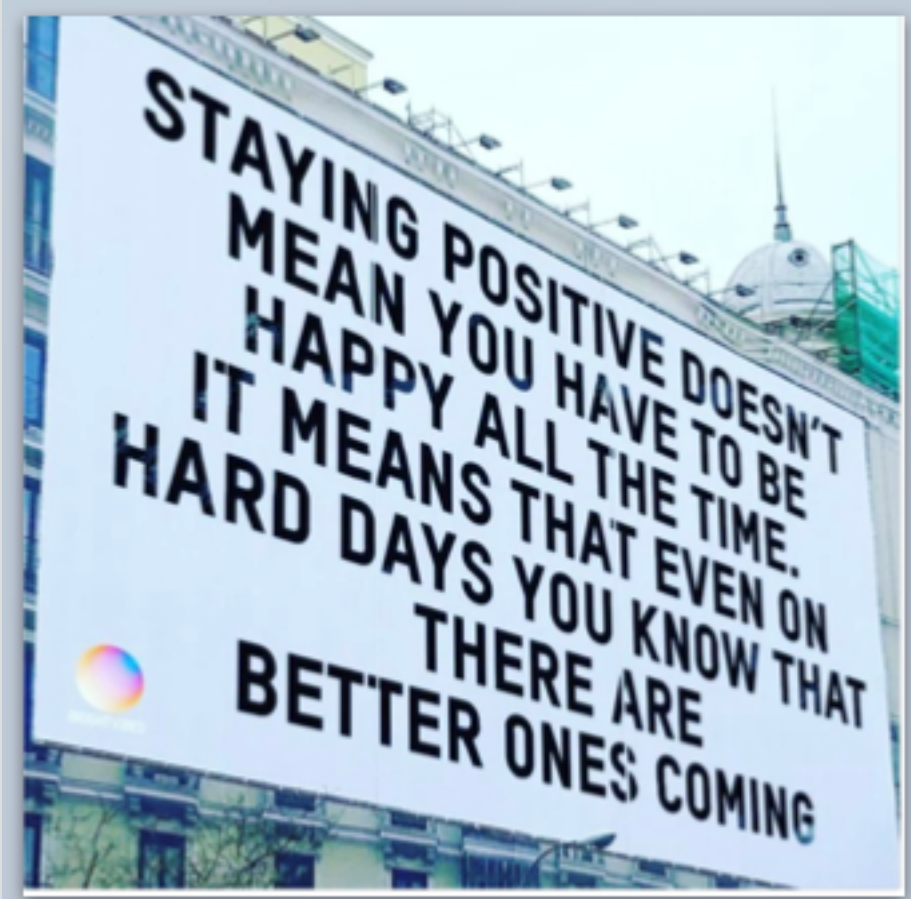
... vor allem wenn Ihr Euch auch noch dazu bewegt - und übrigens: Ein schiefer Ton ist auch ein Ton!

Raus damit! Viel Spaß / Have fun! z.B. hier:

<https://www.youtube.com/watch?v=axAtWjn3MfI>

<https://www.youtube.com/watch?v=umd5GQTCdpl>

<https://www.youtube.com/watch?v=nMQ1fOEucLk>



Raus mit der Sprache! goes online:

In einer Zeit des „SocialDistancing“ ist das mit dem direkten Coaching schwierig.

Das ist ansonsten ja mein tägliches Brot und ich vermisse es natürlich über alle Maßen. Aber jammern hilft ja leider nix!. Veränderung – das Thema was sonst meine Coachees bei mir suchen und woran ich mit ihnen arbeite – gilt nun auch für mich.

Daher bringe ich jetzt meine Inhalte auch virtuell an den Mensch, - per Zoom, Skype und Co..

Natürlich kann ein Web-Coaching– zumindest bei meinen Themen – einen Live-Workshop nicht eins zu eins ersetzen, aber es bietet auch Vorteile. Z.B. Entfernungen spielen keine Rolle mehr und Termine sind leichter zu finden.

ALSO: Jetzt ist die Zeit für Videochat - und auch damit sind Einzel- oder Gruppencoachings möglich.

Was ist also aus meinen Angeboten - Einzel- oder Gruppe - online trainierbar?

- Coaching / Klärung für alle, die durch unsere Situation "gebeutelt" sind und Gefühle und Gedanken sortieren möchten
- Web-Meetings / -Schulungen > wie wirke ich via Kamera souverän und zugewandt
- Analyse von gesprochenen oder gefilmten Beiträgen, bevor sie online gestellt werden, / FB und Tipps/ ... manchmal sind es Kleinigkeiten, die Euch professionell und charismatisch wirken lassen (Blickwinkel, Tempo, Klangmodulation, Körpersprache)
- Performance-Fragen (Tipps und Tricks zu allen nonverbalen Ausdrucksmöglichkeiten)
- Professionell sprechen / lebendige und doch natürliche Modulation / Artikulation / Sprechtechnik / z.B. für Podcasts und Co.
- Atemtechnik / Stimmpflege und Stimmenspannung
- Individuelle Tipps zum Abbau von Sprechangst
- Bewerbungsgespräche
- ...

...und für wen z.B.?

- Manager / Führungskräfte / Team-,Projektleiter
- Bewerber
- Moderatoren
- Podcaster

- YouTuber
- Erzähler / Poetryslammer
- Trainer
- Pressesprecher
- ...

Mehr zu meinen Angeboten auf meiner Webseite: www.rausmitdersprache.com

Ich wünsche allen viel Geduld, stählerne Nerven, Inspiration wenn Ihr sie braucht - und vor allem: Gesundheit!

Ihre / Eure

Katharina Padleschat

P.S. Ich wollte Euch während der "Datenschutzwelle" damals, nicht auch noch anmailen und nerven. Wer den NL nicht mehr haben möchte – bitte einfach eine kurze E-Mail mit „Adresse löschen“, Danke

Raus mit der Sprache!
Katharina Padleschat - Training für Stimme, Sprechen und Körpersprache
Drakestr.33
40545 Düsseldorf

Mobil: 0172/2137406
info@rausmitdersprache.com
www.rausmitdersprache.com

RAUS MIT DER SPRACHE!

Wenn Sie keinen Newsletter mehr erhalten möchten, dann bitte einfach kurz per E-Mail Bescheid geben.