We Challenge People to Think, to Feel, to Act.

The Power of Voice

Πιστεύετε ότι η φωνή σας δεν αντιπροσωπεύει το ποιος πραγματικά είστε;

Συχνά σας ζητάνε να μιλήσετε πιο δυνατά ή πιο καθαρά; Πιστεύετε ότι η φωνή σας μερικές φορές γίνεται μονότονη; Θέλετε να έχετε μια πιο δυναμική φωνή που να εμπνέει εμπιστοσύνη;

Σε έναν κόσμο όπου η επιτυχία εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τις δεξιότητες επικοινωνίας, είναι ζωτικής σημασίας να έχετε μια φωνή που να σας συνδέει με τους άλλους, να τους κάνει να θέλουν να σας ακούσουν και να σας βοηθά να τους επηρεάσετε.

Η προσέγγισή μας βασίζεται στην επιστήμη, χρησιμοποιούμε κιναισθητικές πρακτικές, εικόνες που εστιάζουν στο σώμα και mindfulness

Όταν γεννιόμαστε, οι φωνές μας είναι ισχυρές, ελεύθερες και συνδέονται με τα συναισθήματά μας. Με τα χρόνια και καθώς προσαρμοζόμαστε στα κοινωνικά πρότυπα και τις προσδοκίες των άλλων, συσσωρεύουμε πάνω μας νοητικές και σωματικές παρεμποδίσεις που καθιστούν τη φωνή λιγότερο ευέλικτη και λιγότερο χρωματιστή. Τα σφιγμένα σαγόνια, η ρηχή αναπνοή, η κακή στάση του σώματος και ο στενός λαιμός είναι μόνο μερικά παραδείγματα μπλοκαρίσματος που εμποδίζουν τη φωνή να λειτουργεί αποτελεσματικά.

Το εργαστήρι φωνητικής σας βοηθά να βρείτε την αυθεντική φωνή σας και να τη χρησιμοποιείτε με δυναμικό και εκφραστικό τρόπο.

Στη εργαστήριο φωνητικής θα εργαστείτε με ασκήσεις για να χαλαρώσετε και να ευθυγραμμίσετε το σώμα σας για να δημιουργήσετε τις κατάλληλες συνθήκες για να κυκλοφορήσει η φωνή ελεύθερα. Καθώς η φωνή τροφοδοτείται από τον αέρα, θα δουλέψετε με την αναπνοή για να την φέρετε στο κέντρο του σώματός σας. Θα ασκηθείτε επίσης στην ανακάλυψη των φυσικών ηχείων του σώματος στο θώρακα και στο κεφάλι σας για να δώσετε έναν μεγαλύτερο και πλουσιότερο ήχο στη φωνή σας. Επιπλέον, θα μάθετε να ενεργοποιείτε τη φωνή σας συνδέοντας την με την πρόθεση σας και το σκοπό της ομιλίας σας. Όλα αυτά γίνονται μέσω σωματικών και νοητικών ασκήσεων, μερικές φορές χρησιμοποιώντας απλούς ήχους και μερικές φορές χρησιμοποιώντας ένα σύντομο κείμενο ή φράση.

Περιμένουμε από εσάς να είστε ενεργοί, να ακούτε το σώμα σας, να πειραματιστείτε, να είστε δυνατοί και να διασκεδάσετε!

Στο τέλος της εκπαίδευσης, θα έχετε βελτιώσει σημαντικά την ικανότητά σας να εκφράζετε αξιόπιστα, να εντυπωσιάζετε και να επηρεάζετε τους ανθρώπους κάθε φορά που μιλάτε.

pPp

Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού.

ΤΟ ΟΦΕΛΟΣ

Σε αυτό το διαδραστικό, σωματικό και ζωντανό εργαστήριο, θα δούμε δύο διαφορετικές πτυχές της φωνής:

- Πώς να αποκτήσετε έναν εξαιρετικό ήχο από το "όργανο" σας - τη φωνή
- Πώς να παίξετε αυτό το όργανο για να κάνετε τους ανθρώπους να θέλουν να σας ακούσουν.

Θα διερευνήσουμε τη σχέση μεταξύ μυαλού, σώματος και φωνής και θα ασκήσουμε διάφορες τεχνικές που θα σας κάνουν πιο δυναμικό ομιλητή. Θα λάβετε προσωπική ανατροφοδότηση και συμβουλές για χρήση στην καθημερινότητά σας.

Κατά τη διάρκεια αυτού του εργαστηρίου θα μάθετε:

- Να προβάλετε μια ισχυρή, δυνατή φωνή με έναν υγιή τρόπο.
- Να συνδέσετε τη φωνή σας με το σώμα σας και την αναπνοή σας.
- Να προσδιορίσετε τις δυσάρεστες συνήθειες ομιλίας και πώς να τις αντικαταστήσετε με καλές πρακτικές.
- Να χρησιμοποιήσετε περισσότερο τη φωνητική σας έκταση και να είστε περισσότερο εκφραστικοί.
- Να ενεργοποιήσετε τη φωνή σας μέσω της κίνησης και της άρθρωσης.
- Να αξιοποιήσετε τους φυσικούς ενισχυτές (ηχεία) που υπάρχουν στο σώμα σας για να αποκτήσετε έναν πλουσιότερο, πιο ευχάριστο ήχο.
- Να γίνετε πιο δυναμικός ομιλητής, παίζοντας με τα χαρακτηριστικά της φωνής όπως την ταχύτητα, την ένταση και τις παύσεις.
- Να Εναρμονίσετε τη φωνή και τη γλώσσα του σώματος με το μήνυμά σας.
- Να κάνετε γρήγορη προθέρμανση της φωνής και του σώματος πριν από μια παρουσίαση.

Ο κόσμος χρειάζεται τη φωνή σας. Ελευθερώστε την!

Η ΔΟΜΗ ΤΟΥ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟΥ

Το Σεμινάριο περιλαμβάνει τις εξής ενότητες :

1) Η φωνή σας: Ταυτότητα και αντίκτυπος
   - Οι τύποι πληροφοριών που μεταδίδει η φωνή σας.
   - Πώς η φωνή μας είναι μέρος της ταυτότητάς σας.
   - Πώς αναπτύσσουμε φωνητικές στρατηγικές και γιατί μπορεί να χρειάζονται ενημέρωση.
   - Ακρόαση, προβληματισμός και συζήτηση.
2) Οι φυσιολογικές αρχές για μια δυνατή και υγιή φωνή
   - Ευθυγράμμιση και χαλάρωση του σώματός σας.
   - Χρήση της αναπνοής για να τροφοδοτήσετε τη φωνή.
   - Χρήση των ηχείων που διαθέτει το σώμα μας.
   - Προσδιορίστε τις δικές σας χρήσιμες και μη βοηθητικές φωνητικές συνήθειες.
   - Ασκήσεις και ανατροφοδότηση.
3) Ενεργοποίηση της φωνής σας
   - Τεχνικές για την ενίσχυση της φωνής.
   - Χειρονομίες, άρθρωση, αγκίστρωση στο σώμα.
   - Ρύθμιση της φωνητικής σας ενέργειας στην κατάσταση.
   - Εξερεύνηση διαφορετικές ποιότητες φωνής.
   - Ασκήσεις και ανατροφοδότηση.
4) Δυναμισμός στην φωνή
   - Διαμόρφωση της φωνής με την ένταση, την ταχύτητα, τις παύσεις και τον τονισμό.
   - Χρήση μιας γλώσσας καθαρής και συνοπτικής.
   - Αποφυγή αδύναμου λεξιλογίου και των εεε, ααα, κλπ.
   - Ασκήσεις και ανατροφοδότηση.
   - Εφαρμογή σε δικό σας θέμα με ανατροφοδότηση.

ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ

- Η φωνητική εκπαίδευση είναι για όποιον απαιτείται να επικοινωνεί με επιτυχία, αλλά που αισθάνεται ότι μία ή περισσότερες πτυχές της φωνής του τον εμποδίζουν στην πλήρη επίτευξη του στόχου του.
- Άτομα από ένα ευρύ φάσμα επαγγελμάτων έχουν λάβει εκπαίδευση φωνής, συμπεριλαμβανομένων στελεχών, πολιτικών, δικηγόρων, προσωπικού πωλήσεων, συμβούλων, ιατρών, ακαδημαϊκών και προσωπικού τηλεφωνικού κέντρου.

ΠΕΡΑΙΤΕΡΩ ΛΕΠΤΟΜΕΡΕΙΕΣ

- Το Coach Lab αποτελείται από τέσσερις ενότητες, που μπορούν να πραγματοποιηθούν ανεξάρτητα η μια από την άλλη, σύμφωνα με τις ανάγκες προγραμματισμού του πελάτη.
- Η διαδικασία εκπαίδευσης περιλαμβάνει παρουσίαση τεχνικών, ασκήσεις, παιχνίδια αυτοσχεδιασμών και την χρήση Video.
- Ο αριθμός των συμμετεχόντων μπορεί να κυμαίνεται από 3 έως 5 ώστε να μεγιστοποιηθούν οι ευκαιρίες για προσωπικό coaching.
- Η διάρκεια του εργαστηρίου είναι 2 ημέρες.

www.ppplearn.com
E-mail: info@ppplearn.com

Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού
Κιλκίς 14, Τ.Θ. 820, Διώνη 19009 , Τηλ: 210-8034617, Fax: 210-8032460