

Annalena Schmidt

Trainerin/Coach/Schauspielerin/Sprecherin



annalena.schmidt@plan-a-consulting.de

Als Atem-, Stimm- und Sprechtrainerin lautet mein Credo: Was gesagt wird, ist wichtig - wie es gesagt wird, entscheidet über den Erfolg!

Arbeitsschwerpunkte:

Seit 1980 tätig als Schauspielerin (Bühne, TV, Spielfilm) und Sprecherin (Lesungen)

Seit 1996 tätig als Trainerin/Coach in den Bereichen: Stimm-, Sprech- und Medientraining sowohl für Profisprecher und -moderatoren als auch für Führungskräfte in Unternehmen

Ausdruck und Persönlichkeit als Erfolgsfaktor in der Kommunikation: Atem, Stimme, Aussprache, Körpersprache, Intention und Emotion

Der persönliche Auftritt im Gespräch, in der Rede, in Präsentation, Moderation und vor der Kamera: klar, präsent, lebendig, natürlich und mediengerecht

Umgang mit Lampenfieber auf der Bühne, vor der Kamera

Studium

Lehramt/Kunst und Deutsch, Referendariat (1. und 2. Staatsexamen)

Schauspiel, Hochschule für Musik und Theater, Hannover (Diplom)

Berufliche Stationen/Rollen

Seit 1980 Schauspielerin, Sprecherin

1988-1990 Schauspiellehrerin/Rollenstudium (Schule für Schauspiel, Hamburg)

1998-2010 Dozentin für Sprecherziehung (Henri-Nannen-Journalistenschule, Hamburg)

Seit 1996 Inhaberin von AS-Sprech- und Medientraining, Hamburg (Trainerin, Coach)

Aus- und Weiterbildungen

Method Acting (John Costopoulos, N.Y.)

Psychodrama (Zert.)

AAP-Trainerausbildung (**A**temrhythmisch **A**ngepasste **P**honation nach Coblenzer/Muhar (Zert.)

Kommunikationspsychologie/Friedemann Schulz-von-Thun (Zert. Vorlesungsreihe)

Weiterbildungskurse Schlaffhorst-Andersen, Linklater, Funktionales Stimmtraining

Besonderes Interesse

Lesungen sind meine Leidenschaft, die niemals Leiden schafft! Außerdem finde ich Jodeln cool und es macht mich glücklich – mein Ziel: das Jodeldiplom!

Und sonst noch über mich

Ich schöpfe als Trainerin und Coach aus einem umfangreichen Wissens-, Methoden- und praktischen Erfahrungsschatz als Lehrerin, Schauspielerin, AAP-Trainerin, aus dem Psychodrama und der Kommunikationspsychologie. So finde ich für jeden meiner Klienten und Klientinnen immer einen individuellen Lösungsansatz – Standard gibt es bei mir nicht! Dabei arbeite ich mit großer

Achtsamkeit und persönlicher Wertschätzung und mit einer guten Portion Humor – Lachen ist übrigens eine wunderbare Zwerchfellübung!