

# Ihre Stimme entscheidet

## Intensivtraining für optimale Wirksamkeit

### ZIELE & NUTZEN

Wirksamer zu sprechen heißt, dass Ihre Atmung auch unter Zeitdruck ruhig fließt und Ihre Stimme klar und sicher klingt. Lautstärke, Melodieführung und Tempo sollen stimmig zum Inhalt sein. Als Schulungsleiter brauchen Sie ein stimmliches Repertoire, um mit der Variation Ihrer Stimme die Ohren Ihrer Zuhörer immer wieder zu erreichen. Die Stimme ist der Sympathieträger Nr. 1. Sie gibt den Ausschlag dafür, ob Ihr Gegenüber das Gesagte annimmt. Wie wir etwas sagen, bestimmt, was davon ankommt. Schon lange wissen wir aus verschiedenen Untersuchungen der Sprechwirkungsforschung, dass die Stimme entscheidender für die Glaubwürdigkeit einer Person ist als der Inhalt des Gesagten.

Als Vielsprecher ist es wichtig, dass Sie Ihre Stimme pflegen, damit sie auch über einen längeren Zeitraum belastungsfähig ist. Sie werden überrascht sein, wie Sie mit kleinen Mitteln Ihre Stimmqualität verbessern und Ihre Wirkung multiplizieren.

### METHODEN

Videoanalysen, Live-Übungen mit intensivem Einzel-Feedback, Impulse durch die Trainerin, Erarbeitung im Plenum, Diskussion, praktische Übungen, Einzel- und Gruppenarbeit; Vertrag mit sich selbst: konkrete Umsetzungsschritte.

### IHRE EXPERTIN



**Anja Oser**, Geschäftsführerin  
PARLA GmbH & Co. KG

→ Nähere Informationen zu unseren Experten finden Sie auf unserer Webseite unter [www.parla.de/experten](http://www.parla.de/experten)



### INHALTE

- Welche Faktoren Ihren Stimmklang beeinflussen und wie Sie sich optimal auf sprechintensive Tage vorbereiten können.
- Wie Sie von Anfang an gewinnen – Sympathisch und freundlich klingen
- Sprechersche Mittel gezielt einsetzen und durch Ausdruck beeindrucken
- Welche Übungen Ihre Stimme trainieren helfen und wie Sie sie schonend einsetzen
- Ihre Morgen-Sprech-Gymnastik – Kurzprogramm auch für unterwegs
- Der Stimme Kraft verleihen
- Mit Haltung, Mimik und Artikulation die Verständlichkeit erhöhen
- Durch Betonung und Pausen Ihre Botschaften punktgenau platzieren
- Wenn es heiß hergeht – Was Sie tun können, um bei Stress und Anspannung über den Atem zu entspannen und auch unter Druck den richtigen Ton zu treffen
- Feedback und Tipps für Ihre Schulungssituationen

### TERMIN:

<b>DATUM:</b>	05. + 06. März 2020
<b>ORT:</b>	Hotel im Raum Heidelberg
<b>DAUER:</b>	1. Tag 10-18 Uhr, 2. Tag 09-17 Uhr
<b>TN-ZAHL:</b>	max. 8 Teilnehmende
<b>INVESTITION:</b>	1.190 EUR zzgl. MwSt.
<b>ZIELGRUPPE:</b>	Fachreferenten und Schulungsleiter