

PARLA®-Trainings

Erfolgsfaktor Stimme

Stimmlich fit und ausdrucksstark als Fachreferent/in

Ziele

Wirkungsvoller 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 Fachreferent/in 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.

Ihr Nutzen

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.

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
- Sprecherische Mittel gezielt einsetzen und durch Ausdruck beeindrucken
- Welche Übungen Ihre Stimme trainieren helfen und wie Sie sie schonend einsetzen
- Mit Bewegung und Atmung Ihre Stimme entspannen
- 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
- Mit Pausen statt „ähms“ Ruhe und Energie gewinnen und durch die richtige Sprechtechnik professioneller, überzeugter und selbstbewusster wirken
- 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

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

Trainerin

Anja Oser, Geschäftsführerin [PARLA GmbH & Co. KG](#)

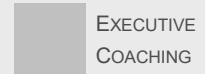
- geb. 1968, Wohnort: Heidelberg
- seit über 20 Jahren Expertin für erfolgreiches Sprechen, Führen und Selbstmanagement
- Sprecherzieherin/ Sprechwissenschaftlerin, DGSS; Sprachwissenschaftlerin Anglistik/ Romanistik
- Systemischer Coach, NLP Master, **wingwave**®-Coach, Integraler Businessberater, Unternehmensberaterin/ Organisationsentwicklerin nach Trigon und SySt
- Mitglied im Verband der Redenschreiber deutscher Sprache, VRdS, im Rhetorikforum, in der Vollversammlung der IHK RNK und stellvertretende Vorsitzende des Berufsverbands Sprechen, BVS



PARLA



PARLA
INTERNATIONAL



EXECUTIVE
COACHING

Datum

Nach Ihren Wünschen

Ort

Nach Ihren Wünschen

Dauer

2 Tage

Trainerin



Anja Oser

Teilnehmeranzahl

max. 8 Teilnehmer/innen

Investition

nach Vereinbarung

Zielgruppe

Referenten Ihrer Akademie