

## Die gute Telefonstimme

Stimm- und Sprechtraining für Menschen mit häufigen Telefonkontakten.

Die Stimme ist unser wichtigstes Instrument im Telefonkontakt. Sympathie oder Antipathie, Kompetenz oder Inkompetenz wirken über die Stimme. Man hört es Ihrer Stimme an, mit welcher inneren Grundeinstellung Sie telefonieren, ob Sie genervt, entspannt oder begeistert sind. Eine wohlklingende Stimme ist ein Türöffner!

Die gute Stimme klingt klar und kräftig, die Sprechweise ist deutlich und die Stimmlage entspricht im Idealfall der „voll klingenden mittleren“ Stimmlage. Sprechen am Telefon unterscheidet sich vom Sprechen im persönlichen Kontakt oder vor einer Kamera. Der optimale Einsatz Ihrer stimmlichen Fähigkeiten ist am Telefon besonders wichtig.

### Ihr Nutzen

- Sie lernen die Basics für eine gute Stimme im Allgemeinen und erfahren, welche Facetten des Stimmgebrauchs für das Sprechen am Telefon besonders wichtig sind
- Sie üben die Techniken des optimalen Sprechauftritts im Präsenztraining in der Gruppe
- Sie machen Übungen zu den Themen deutliche Aussprache, Betonung und Atempausen, Wahrnehmung und Entspannung, Sprechatmung und Atem-Stimmkopplung
- Sie lernen, mit den Besonderheiten des Sprechens am Telefon umzugehen
- Sie erhalten Ihr persönliches Paket mit individuell auf Sie abgestimmten praktischen Übungen für Ihren Telefon-Alltag

### Blended Learning Konzept

Diese Weiterbildung bietet Ihnen durch eine Mischung aus zwei Live Online Trainings, einem Präsenztag und Transfer-Telefonaten mit der Trainerin ein nachhaltiges kleines Trainingsprogramm, um ihre „gute Stimme“ zu finden und gesund zu erhalten.

#### Die gute Telefonstimme - Stimmtraining

Wie Sie am Telefon überzeugen und ihre Stimme gesund erhalten.



## **Inhalte**

### **Live-Online-Training (1 Std.)**

- Kennenlernen und Erwartungen
- Funktion von Atmung, Sprechen und Stimme
- Erste Übungen

### **Präsenztag (10 - 18 Uhr)**

- Deutlich Sprechen
- Betonung und Atempausen
- Wahrnehmung und Entspannung
- Sprechatmung und Atem-Stimmkopplung
- Besonderheiten des Sprechens am Telefon
- Die Stimme gesund und kräftig erhalten
- Kernbotschaften knackig formulieren
- Positive Sprache
- Übungen für einen überzeugenden Sprechauftritt

### **Transfer-Telefonate**

1:1 Telefonate zwischen Trainerin und Teilnehmenden  
Telefonate der Teilnehmenden untereinander (Buddy-Prinzip)

### **Live-Online-Training (1 Std.)**

Lessons learned: Was habe ich erreicht und worauf will ich in Zukunft achten? Welche Übungen nehme ich mit in meinen Berufsalltag?

### **Zielgruppe**

Alle Personen, die im Beruf häufig Telefonkontakte haben

### **Methoden**

Ein wenig Theorie des Sprechens und viele Übungen zu Haltung, Atmung, Aussprache und Stimme. Gruppenarbeit. Individuelle Beratung durch die Trainerin. Jeder Teilnehmende erhält ein persönliches Paket an Übungen für seinen Telefon-Alltag.

### **Hinweise**

Max. Teilnehmerzahl: 8 Personen

Dauer: 1 Tag

Termine Aktuelle Termine und Preise entnehmen Sie bitte unserer Internetseite:  
[Die gute Telefonstimme](#)

Seminarkennziffer C46