

### Wirkungsvoll sprechen - Stimme schonen

Die Stimme ist ein wichtiges Arbeitsinstrument. Ihre Stimme hat großen Einfluss, ob und wie das Gesagte auf andere wirkt. Ihre Ausdruckskraft ist somit ein wichtiger Faktor für Ihren Erfolg.

Für Menschen, die in ihrem Beruf viel sprechen, ist es wichtig, Überlastungen zu vermeiden. Die richtige Sprechtechnik schont Ihre Stimme. Stimmbeschwerden und Stimmstörungen können durch ein professionelles Stimmtraining verhindert werden.

Insbesondere für Call-Center und Mitarbeiter mit viel telefonischem Kontakt ist ein Stimmtraining daher ein wichtiger Baustein.

In dem Seminar *Stimmtraining - Professioneller Einsatz der Stimme am Telefon* trainieren Sie wichtige Fähigkeiten des Stimmeinsatzes und entwickeln Ihre Sprech- und Stimmqualität.



Einsicht in Teilnehmerfeedbacks erhalten Sie hier: [www.proveco.de/feedback.html](http://www.proveco.de/feedback.html)

### Ziele des Trainings:

**Sie steigern** die Ausdruckskraft Ihrer Stimme.

**Sie wissen**, wie Sie Stimmstörungen und Stimmschädigungen vermeiden und in diesem Zusammenhang krankheitsbedingte Ausfälle reduzieren.

**Sie können** überzeugend sprechen und kommunizieren klar und deutlich.

**Sie können** Tonfall, Stimmlage und

Stimmkraft wirkungsvoll einsetzen.

**Sie trainieren** Ihre Sprech- und Stimmqualität und verbessern Ihre „hörbare Visitenkarte“.

**Sie erschließen** Ihre eigenen Resonanz- und Klangräume und steigern Ihre stimmliche Durchsetzungskraft.

**Sie wissen**, mit welchen Übungen Sie Ihre „Sprechwerkzeuge“ pflegen.

### Zielgruppe:

Die Zielgruppe dieses Trainings besteht aus

**Menschen**, die häufig und viel sprechen und deshalb auf einen professionellen Umgang mit ihrer Stimme angewiesen sind.

### Inhalte:

#### 1. Stimmführung am Telefon

- Atemtechnik und natürlicher Atemfluss
- Stimmpotential entwickeln und den Resonanzraum erspüren
- Klang und Eigenton annehmen
- Steigerung der Präsenz am Telefon
- Eigen- und Fremdwahrnehmung von individuellen Sprechmustern
- Zusammenwirken von Stimme und Haltung am Telefon

#### 2. Phonetik

- Sprechwerkzeuge z.B. Lippen, Zunge, Kiefer
- Konsonanten und Vokale
- Geläufigkeitsübungen
- Lautstand und ausdruckstarkes Artikulieren
- Flüssiges und prägnantes Sprechen

#### 3. Intonation

- Text und Leselehre
- Dynamik und Rhythmus
- Sinngruppe und Zahlen
- Modulation und Klangfarbe
- Inhalte zum Leben erwecken

#### 4. Gesunderhaltung der Stimmwerkzeuge

- Pflege der Stimme
- Übungen

**Dauer:** 2 Tage

**Teilnehmer:** max. 8 bzw. Einzelcoaching

**Ort:** PROVECO GmbH  
Poststraße 14-16, 20354 Hamburg

**Termine + Online-Anmeldung:**  
[www.proveco.de/seminare.html](http://www.proveco.de/seminare.html)

Termine für Einzelcoaching und firmeninterne Seminare nach Absprache

**Bildungsurlaub:** Beantragen wir gern für Sie im jeweiligen Bundesland

**Abschluss:**  
Teilnahmebestätigung

**Investition:**  
Offenes Seminar: 870,00 € pro Person inkl. Teilnehmerunterlagen, Seminargetränken, Fotoprotokoll, zzgl. der gesetzlichen Mehrwertsteuer. Einzelcoaching und firmeninterne Seminare auf Anfrage. Die Investition ist steuerlich absetzbar.

## Stimmtraining

Professioneller Einsatz der Stimme am Telefon

**Zu dem Seminar melde ich folgende Person(en) verbindlich an:**

Name, Vorname	Datum	Rechnungsanschrift (falls abweichend von Absenderdaten)

Wir haben Interesse an einem firmeninternen Inhouse-Seminar. Bitte nehmen Sie Kontakt zu uns auf:

**Absender:**

Name: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon/Fax: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Die Anmeldung zum Seminar ist verbindlich. Bitte warten Sie mit der Buchung von Hotel, Bahn, Flug etc., bis Sie von uns Ihre Teilnahmebestätigung erhalten haben.

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die AGB der PROVECO GmbH an. Diese kann ich unter [www.proveco.de/infocenter/unsere-agb](http://www.proveco.de/infocenter/unsere-agb) einsehen.

Datum \_\_\_\_\_

Stempel / Unterschrift \_\_\_\_\_

Per Post oder FAX an:

PROVECO GmbH  
Poststraße 14 - 16  
20354 Hamburg  
Fax-Nr. 040-53025388

Telefon: 040 - 53 02 53 90  
E-Mail: [info@proveco.de](mailto:info@proveco.de)  
[www.proveco.de](http://www.proveco.de)

Wie sind Sie auf PROVECO-Seminare aufmerksam geworden?

über GoogleSuche auf [proveco.de](http://proveco.de)  
 auf Empfehlung von \_\_\_\_\_

[seminarmarkt.de](http://seminarmarkt.de)  
 [trainer.de](http://trainer.de)  
 [seminarspiegel.de](http://seminarspiegel.de)  
 [salesjob.de /akademie](http://salesjob.de/akademie)  
 [seminarshop.de](http://seminarshop.de)  
 sonstige: \_\_\_\_\_