

# Körpersprache und Stimme

## Sympathie ausstrahlen – gut ankommen

Kommunikative Kompetenz ist heute im Berufsleben gefragter denn je, wobei insbesondere nonverbale Aspekte eine große Rolle spielen. Denn sie entscheiden darüber, ob das, was wir sagen, vom Gegenüber auch verstanden wird. Je passgenauer Körpersprache, Stimme und Inhalt des Gesagten sind, desto eher gelingt die Verständigung der Gesprächspartner untereinander. Die menschliche Stimme ist dabei das ausdrucksstärkste Mittel, das uns in der Kommunikation zur Verfügung steht. Der Klang unserer Stimme und die Art, wie wir sprechen, entscheiden zu einem großen Teil über Sympathie und Vertrauenswürdigkeit. Die Stimme ist somit unsere Visitenkarte. Für einen authentischen und überzeugenden Auftritt sind eine dynamische Stimme und vor allem eine körpersprachliche Gestaltungsweise erforderlich, die anspricht, bewegt und vielleicht sogar begeistert.



### Inhalte und Ziel

- Körpersprache bewusst wahrnehmen
- Gestik, Mimik und Körperhaltung
- Wie wirke ich und wie möchte ich wirken?
- Stimme, Atmung, Sprechweise gezielt einsetzen
- Wirkung von Emotionen auf Stimme/Körpersprache
- Körpersprache/Stimme als rhetorisches Mittel
- Kontaktaufnahme mit Gesprächspartnern
- Umgang mit Nervosität und Lampenfieber

### Methoden

- Theoretischer Input
- Stimm- und Sprechtraining
- Einzel-, Partner- und Gruppenübungen
- Feedback durch Trainer

### Trainer/in

Die Trainer/innen des Büro für Berufsstrategie verfügen über langjährige Trainings- und Beratungspraxis in den Bereichen Kommunikation Präsentation und Gesprächsführung.

### Zielgruppe

Das Seminar ist hilfreich für alle, die in der beruflichen Kommunikation die Wirkung ihrer eigenen Stimme und Körpersprache verbessern wollen, um überzeugender und erfolgreicher aufzutreten.