Stimmtraining – Keynotes

Paula Müller-Laupert

In diesem Dokument finden sich inhaltliche Vorschläge für interaktive Vorträge.

Diese dienen als Orientierung und können an die spezifischen Bedürfnisse der jeweiligen Zielgruppe angepasst werden.

Alle Inhalte:

Vortrag 1:

Starke Stimme, starke Wirkung: Das Geheimnis erfolgreicher Kommunikation

Zielgruppe: Alle, die regelmäßig vortragen oder präsentieren und auf ein überzeugendes Auftreten angewiesen sind.

Nutzen: Praktische Methoden für gesteigerte Stimmkraft und Ausdrucksstärke.

Über den Vortrag:

Unsere Stimme ist eines der mächtigsten Werkzeuge, die wir besitzen – sie transportiert nicht nur Informationen, sondern auch unsere Haltung, unsere Intention und unsere Persönlichkeit. Erfahren und erleben Sie in diesem interaktiven Vortrag, wie Sie Ihre Stimme gezielt stärken, um souverän, kraftvoll und überzeugend aufzutreten. Lernen Sie, wie Sie Ihre Stimmkraft entfalten und Ihre Außenwirkung zielgerichtet steuern. Dabei stehen praxisnahe Tipps und Techniken im Fokus, die Sie sofort umsetzen können.

Vortrag 2:

Mut zur Bühne: Mit Stimme und Präsenz sichtbar werden

Zielgruppe: Alle, die lernen möchten, selbstbewusst Raum einzunehmen – ob im Kund*innenkontakt, bei Vorträgen oder in Teammeetings.

Nutzen: Effektive Techniken für stimmliche Präsenz und Klarheit für die Anwendung im Berufsalltag.

Über den Vortrag:

Wie schaffen es manche Menschen, mit nur wenigen Worten alle in ihren Bann zu ziehen? Was ist das Geheimnis hinter ihrer fesselnden Präsenz? In diesem interaktiven Vortrag zeige ich Ihnen, wie Sie Instrumente aus dem Stimmtraining nutzen, um selbstbewusst und mit Sprechfreude in den Mittelpunkt zu treten - für authentische, kraftvolle Auftritte, die Eindruck hinterlassen. Wir gehen der Frage nach, wie Sie sich wohl in Ihrer Haut fühlen können, auch wenn Sie körperlich, stimmlich sowie inhaltlich ungewohnt viel Raum einnehmen.

Vortrag 3:

Stimmkraft statt Stimmschmerz: Wege zu einer gesunden und belastbaren Stimme

Zielgruppe: Alle, die täglich viel sprechen oder regelmäßig größere Räume stimmlich füllen müssen.

Nutzen: Nachhaltige Lösungen für eine ausdauernde und beschwerdefreie Sprechweise.

Über den Vortrag:

Wer täglich viel spricht, kennt das Problem: Die Stimme ermüdet, klingt heiser oder das Sprechen wird nach einem Termin-Marathon gar schmerzhaft. Sie lernen in diesem interaktiven Vortrag, wie Sie Ihre Stimme schützen, pflegen und langfristig leistungsfähig halten. Mithilfe von effektiven Übungen und Techniken üben Sie, Stimmmüdigkeit zu verhindern und auch bei intensiver Nutzung Ihre Stimmkraft und Sprechfähigkeit zu bewahren – für stressfreie, kraftvolle Kommunikation in jeder Sprechsituation.

Vortrag 4:

Führung braucht Stimme: Souverän klingen, klar wirken

Zielgruppe: Führungskräfte, Teamleitungen und Menschen mit Verantwortung.

Nutzen: Stimmliche Werkzeuge für überzeugende Kommunikation im Führungsalltag.

Über den Vortrag:

Führung beginnt im Kopf – und entfaltet Wirkung durch die Stimme. Wie klingt Souveränität? Wie lässt sich eine klare, empathische Kommunikation auch unter Druck stimmlich umsetzen? In diesem interaktiven Vortrag geht es um die Stimme als Führungsinstrument: Sie lernen, wie stimmliche Präsenz, Klarheit und Ruhe Ihre Führungsrolle stärken – ohne laut zu werden. Für Meetings, Mitarbeitergespräche oder andere Formate, vielseitig einsetzbar.

Vortrag 5:

Klar und gelassen: Mit Stimme deeskalieren

Zielgruppe: Menschen in kommunikativen Belastungssituationen, zum Beispiel im Kundenkontakt.

Nutzen: Strategien zur stimmlichen Deeskalation und Stressreduktion im Gespräch.

Über den Vortrag:

Wenn es emotional wird, zeigt sich wahre Kommunikationsstärke. In diesem Vortrag geht es darum, wie Sie mit Ihrer Stimme bewusst deeskalierend wirken können – ruhig, klar, ansprechbar. Sie lernen, wie Ihre Sprechweise Spannungen entschärft, Gesprächspartner*innen erreicht und gleichzeitig Ihre eigene Belastung senkt. Besonders hilfreich für Situationen mit Konfliktpotenzial oder hoher Gesprächsdichte.

Vortrag 6:

Online-Präsenz: Wirken trotz Bildschirm

Zielgruppe: Alle, die viel in Videokonferenzen oder hybriden Formaten kommunizieren.

Nutzen: Mehr Wirkung und Nähe trotz digitaler Distanz.

Über den Vortrag:

Online sichtbar und spürbar zu sein, braucht mehr als eingeschaltete Kamera und klare Folien. In diesem interaktiven Vortrag geht es um stimmliche Präsenz im digitalen Raum: Wie klinge ich lebendig und verbindlich durch den Bildschirm? Wie halte ich Aufmerksamkeit und Nähe, auch wenn alle nebenher E-Mails checken? Sie lernen Methoden kennen, mit denen Sie Ihre Stimme gezielt einsetzen – für echte Präsenz in virtuellen Meetings.

Vortrag 7:

Die Stimme als Selbstfürsorge: Klangvoll durch den Arbeitsalltag

Zielgruppe: Alle, die ihre Stimme im Alltag pflegen und bewusster einsetzen möchten.

Nutzen: Achtsame Stimmnutzung zur Förderung von Wohlbefinden und Resilienz.

Über den Vortrag:

Unsere Stimme ist auch Spiegel unseres inneren Zustands – und kann umgekehrt unser Wohlbefinden stärken. In diesem Vortrag entdecken Sie, wie gezielte stimmliche Übungen nicht nur Ihre Ausdrucksfähigkeit fördern, sondern auch Stress abbauen, Ihre Atmung regulieren und Ihr Körpergefühl stärken. Ein inspirierender Impuls für mehr Gelassenheit, Selbstkontakt und stimmige Kommunikation.

Vortrag 8:

Sprechen mit Wirkung: In 60 Sekunden überzeugen

Zielgruppe: Alle, die oft spontan sprechen müssen – in Meetings, Pitches, Vorstellungsrunden.

Nutzen: Werkzeuge für prägnante, überzeugende Kurzstatements.

Über den Vortrag:

Ob Meeting, Pitch der eigenen Ideen oder digitale Vorstellungsrunde: Wer in kurzer Zeit viel Wirkung erzielen möchte, braucht eine klare stimmliche Linie. In diesem Vortrag lernen Sie, wie Stimme, Tempo, Pausen und Betonung Ihre Aussage stützen – und wie Sie auch unter Zeitdruck souverän auf den Punkt kommen. Für alle, die mit wenigen Worten viel erreichen wollen.

Vortrag 9:

Der erste Eindruck zählt – der letzte bleibt: Sprechwirkung bewusst gestalten

Zielgruppe: Menschen mit viel Außenkontakt, zum Beispiel Beratung, Recruiting.

Nutzen: Stimmliche Gestaltung von Einstieg und Abschluss in Gesprächen.

Über den Vortrag:

Die ersten Sekunden entscheiden – und der Abschluss bleibt im Kopf. In diesem Vortrag lernen Sie, wie Sie Stimme und Sprechgestaltung gezielt nutzen, um positive Gesprächsdynamiken zu erzeugen. Für mehr Klarheit, bewusste Wirkung und Verbindlichkeit in jedem Kontakt – von der Begrüßung bis zum „Danke für Ihre Zeit“.

Vortrag 10:

Souverän trotz Aufregung: Mit Stimme durch Stress-Situationen

Zielgruppe: Alle, die bei Nervosität oder Lampenfieber ins Stocken kommen.

Nutzen: Strategien zur Stimmstabilität unter Druck.

Über den Vortrag:

Ein Feedbackgespräch, eine Präsentation, ein Konfliktgespräch – und plötzlich ist die Stimme weg. In diesem interaktiven Vortrag geht es darum, wie Sie Ihre Stimme auch in Stressmomenten stabilisieren. Sie lernen Techniken aus dem Stimmtraining kennen, mit denen Sie trotz Nervosität klar, präsent und handlungsfähig bleiben.

Vortrag 11:

Sprechfreude statt Monotonie: Lebendig klingen im Berufsalltag

Zielgruppe: Alle, die das Gefühl haben, „zu monoton“ oder „zu sachlich“ zu sprechen.

Nutzen: Werkzeuge für mehr Lebendigkeit, Varianz und Energie im Sprechen.

Über den Vortrag:

Sachlich ist gut – doch lebendig ist oft besser. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie Stimme und Sprechmelodie so gestalten, dass Sie die Aufmerksamkeit Ihrer Zuhörer*innen aufrechterhalten und lenken. Mit kleinen Veränderungen in Betonung, Melodie und Stimmfarbe erreichen Sie große Wirkung – für mehr Sprechfreude und lebendige Kommunikation im Alltag.