



15 Stimmtipps fürs Telefon

So werden Ihre Telefonate erfolgreicher

Punkten Sie am Telefon und klingen Sie souverän und überzeugend. Ihrer Stimme kommt dabei eine ganz besondere Bedeutung zu – ist sie doch das einzige, was Ihre Gesprächspartner von Ihnen wahrnehmen können. Mit diesem Stimmtipp erhöhen Sie Ihre Wirkung am Telefon – ganz einfach und praxisnah! Viel Spaß damit! Ihre Barbara Blagusz

1

ATMEN

Atmen Sie ruhig und bewusst 3 tiefe Atemzüge langsam ein und aus. Das können Sie als gute Pausenübung auch immer zwischen den Telefonaten tun.

2

2 x KLINGELN LASSEN

Lassen Sie es zwei Mal klingeln, bevor Sie den Hörer abheben. Stellen Sie sich mental auf das kommende Gespräch ein.

3

SITZPOSITION VERÄNDERN

Richten Sie sich bewusst in Ihrer Sitzposition auf; stellen Sie beide Beine auf den Boden; wippen Sie von einer Sitzhälfte auf die andere sowie auch im Becken vor und zurück.

4

SCHULTERN ENTSPANNEN

Rollen Sie Ihre Schultern nach hinten und ziehen Sie dann nach hinten unten zusammen. Dann heben Sie die Schultern an und lassen Sie bewusst nach unten fallen, um Spannungen zu lösen.

5

EIN LÄCHELN HILFT

Schauen Sie kurz in einen Spiegel und nehmen Sie Ihren Gesichtsausdruck wahr. Lächeln Sie sich zu und bemerken Sie, wie sich die Spannung in Ihrem Gesicht positiv verändert

6

VORFREUDE MACHTS'S LEICHTER

Freuen Sie sich bewusst auf das Gespräch und nicken Sie Ihrem Anrufer in Gedanken wohlwollend lächelnd zu.

7

SUMMEN

Summen Sie dabei aktiv „mmmh!“ am besten in Ihrer Eigenton-Lage. (Wie Sie Ihre Eigentonlage feststellen, finden Sie in den Stimmtipps im Blog.

15 Stimmtipps fürs Telefon

So werden Ihre Telefonate erfolgreicher

8

AUF AUFNAHMEBEREITSCHAFT SCHALTEN

Nun erst heben Sie ab. Nehmen Sie bewusst den Klang der Stimme wahr, den Sie hören. Damit schalten Sie auf Aufnahmebereitschaft und sind bestens geSTIMMT für Ihr Gespräch.

9

DER ERSTE EINDRUCK ZÄHLT

Auch Ihr Gesprächspartner bildet sich einen ersten Eindruck von Ihnen. Viele Menschen starten ihre Telefonate mit einer überhöhten Stimmlage. Starten Sie daher ruhig einen Ton tiefer als normal – dies wirkt sicher und kompetent.

10

GRUßFORMEL

Melden Sie sich mit einem klar und verständlich formulierten Gruß. Das erlaubt dem Ohr des Anrufers, sich zu orientieren. Nennen Sie zuerst eine Grußformel und dann erst Ihren Vor- dann Nachnamen. Der Gruß am Anfang des Gesprächs wird erkannt, aber oft nicht genau gehört. So steigt jedoch die Wahrscheinlichkeit, dass Ihr Name gehört und verstanden wird. Bedenken Sie, dass Ihr Gesprächspartner diesen Namen nicht so oft hört wie Sie selbst. Sprechen Sie ihn daher klangvoll und deutlich aus. Dies erhöht weiter die Verständlichkeit.

11

BEWEGEN SCHAFFT DYNAMIK

Verändern Sie während des Telefonats bewusst die Körperhaltung und Ihr Gespräch wird dadurch lebendiger. Ihre Stimme reagiert auf jede kleinste Bewegung und dies überträgt sich unbewusst. Manche telefonieren am besten im stehen oder Gehen. Die erhöhte Körperspannung überträgt sich ebenfalls und wirkt dynamischer.

12

BLICKKONTAKT AM TELEFON Konzentrieren Sie sich auf Ihren Gesprächspartner. Am besten stellen Sie sich die Person bildlich vor. Dies hilft die Stimme zu fokussieren und Ihr Gesprächspartner fühlt sich noch mehr angesprochen.

13

MIKROFON AUF ABSTAND

Halten Sie das untere Ende des Telefons nicht allzu zu nahe an den Mund. Der Ausatem verursacht Störungen, und irritiert beim Zuhören.

14

WASSER TRINKEN

Beenden Sie jedes Telefonat auch mental. Bevor Sie ein neues Telefonat führen oder annehmen, kommen Sie kurz zur Ruhe. Trinken Sie bewusst einen Schluck Wasser, atmen Sie tief durch. Diese kleinen Rituale wirken wie ein Unterbrecher und erlaubt Ihnen wieder frei und bereit zu werden für den nächsten Gesprächspartner.

15

WAHL DES TELEFONS

Telefon, Einseitiges oder „beid-ohriges“ Headsets – das ist Geschmacksache. Probieren Sie alles aus und entscheiden Sie selbst, womit Sie sich am besten auf das Gespräch konzentrieren können. Welches Headset passt zu meinen Anforderungen? Gerne helfe ich Ihnen bei der Wahl mit meinen speziellen Empfehlungen. Kontaktieren Sie mich einfach unter blagusz@sozusagen.at