

Inhalt

**Vorwort: Wer gehört werden will,
muss Stimme zeigen (René Borbonus) 7**

Einführung und Überblick rund um das Stimm-Mobil® 9

Teil 1: Ihr persönliches Stimm-Mobil® in der Inspektion

Etappe 1:

Das Gehör – der Bordcomputer 20

Etappe 2:

Die Atmung – der Motor des Ganzen 25

Etappe 3:

Der Kehlkopf und die Stimmlippen –
das Getriebe und seine Feinheiten 32

Etappe 4:

Die Artikulation – gute Lenkung spart Stimmkraft 40

Etappe 5:

Das Gehirn – ohne den Sprechplan
des Fahrers geht gar nichts 52

Etappe 6:

Körperhaltung und Gestik –
die Karosserie ist »windschnittig« 60

Etappe 7:

Die Psyche – mit passendem Profil und
Reifendruck sicher auf kommunikativen Straßen 74

Etappe 8:

Das Testprogramm für die Stimme –
drei Basisübungen und Tipps zur Stimmpflege im Alltag **99**

Teil 2: Die Brücke von der Stimme zur Kommunikation

Etappe 9:

Das hilfreiche Bordwerkzeug im Kofferraum –
fünf sinnvolle Basiswerkzeuge in der Kommunikation **120**

Etappe 10:

Herausforderung Meetings –
Besprechungsleitung als Navigationssystem **147**

Etappe 11:

Rund um Präsentation und Gespräch –
auf den Punkt gebracht mit Vorbereitungsallrad und
pyramidalem Prinzip **169**

Etappe 12:

Fertig! Und wie geht es jetzt weiter? **186**

Die tägliche Stimme-Checkliste 191

Teil 3: Der Anhang

Danksagung 194

Die Autorin 195

Literatur 196