

## **Ausschreibung des Bildungsurlaubs der VHS Rhein-Erft**

**Kursnummer 251-8602**

### **Erfolgsfaktor Stimme: Stimm- und Sprechtraining für den Beruf – Bildungsurlaub**

#### **Zielgruppe**

#### **Voraussetzung**

Interesse und Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit.

#### **Seminarziel**

Reflektion der Bedeutung einer sicheren und tragfähigen Stimme für den beruflichen Erfolg aber auch eine positive Durchsetzungsfähigkeit im alltäglichen Bereich.

Transfer des Gelernten in den Berufs- / und Lebensalltag

#### **Anmeldebedingungen**

Sie können eine Anmeldung kostenlos stornieren:

- schriftlich bis 21 Tage vor Veranstaltungsbeginn ohne Angabe von Gründen
- bei fristgerechter Ablehnung des Arbeitgebers nach dem AWbG NRW. Darüber müssen Sie die VHS unverzüglich informieren.

#### **Dauer**

3 Tage, Anzahl der Unterrichtsstunden: 18

#### **Unterrichtsstätte**

VHS-Haus, An der Synagoge 2, B 0.02 (Saal), 50321 Brühl

## Unterrichtszeiten und Stoffplan

<b>Mittwoch, 20.08.2025 10:00-15:15 Uhr</b>	<b>6,00 UStd, 45 Min. Pause</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorstellungsrunde, Staturerhebung, Profilerkundung</li> <li>• ein interaktiver Kurz-Vortrag: Strategische Merkmale der Stimme und der Sprache in der modernen Kommunikation</li> <li>• Persönlichkeitsebenen in der Kommunikation. Der Einsatz der Stimme im Berufsalltag</li> <li>• Ausgabe der Unterrichtsmaterialien und praktischer Einstieg in das Training</li> <li>• Zwerchfell: Stimmstütze zuständig für die Durchsetzungskraft, Unterkieferlockerung zum Beheben des Nuschelns, Aussprache-Übungen zum deutlichen Sprechen</li> <li>• Praktische Übungen zu einem leistungsorientiertes Stimm-Sprach-und Kommunikationstraining. Unterkiefer flexibilisieren. Stimmhygiene.</li> </ul>	
<b>Donnerstag, 21.08.2025 10:00-15:15 Uhr</b>	<b>6,00 UStd, 45 Min. Pause</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erarbeitung der CIF-Formel zur Optimierung der Kommunikation.</li> <li>• CIF-Formel, (Covince, Information, Friendliness), die Bedeutung der professionellen Freundlichkeit (in der Stimme) in der Dienstleistungsgesellschaft, in der Welt der Digitalmeetings, Präsentationen, Workshops und Smalltalks als Tagesgeschäft</li> <li>• alle Teilnehmenden präsentieren Video- und Mikrophonaufnahmen</li> <li>• die Trainerin korrigiert. Video- und Mikrophonaufnahmen nach der Korrektur• Vergleichsanalyse, Kontrolle der optimalen Ergebnisse</li> <li>• Trainieren der ausgewählten Kommunikationsformen, Transfer des Gelernten vom Tag 1 in den Berufsalltag.</li> </ul>	
<b>Freitag, 22.08.2025 10:00- 15:15 Uhr</b>	<b>6,00 UStd, 45 Min. Pause</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intonation als Mittel gegen den Monotonismus</li> <li>• Dynamik und angemessene Lautstärke im Beruf je nach Kontext</li> <li>• Tempo – spreche ich zu schnell oder zu langsam?</li> <li>• Betonung</li> <li>• Training der mitgebrachten Präsentationen aus dem beruflichen Kontext etc. • Videoaufnahmen</li> <li>• Fragen und ihre Strategien in der Kommunikation</li> <li>• Umgang mit Heiserkeit, Lampenfieber</li> <li>• Aufmerksamkeit der Zuhörenden (zurück)gewinnen und auch beibehalten...</li> </ul>	

## Mitteilung für den Arbeitgeber über die Teilnahme an einer Bildungsmaßnahme nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (§ 5 Abs. 1 AWbG)

Die Bildungsveranstaltung ist nach § 9 AWbG anerkannt.

Die VHS Rhein-Erft ist nach DIN EN ISO 9001 2015 zertifiziert und von der Bezirksregierung Köln als Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung nach § 10 ff AWbG anerkannt.

---

Ich,

Vorname, Name: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

Wohnort: \_\_\_\_\_

teile Ihnen mit, dass ich beabsichtige, an folgender Bildungsveranstaltung der Volkshochschule Rhein-Erft teilzunehmen:

### **Erfolgsfaktor Stimme: Stimm- und Sprechtraining für den Beruf – Bildungsurlaub (251-8602)**

Zeitraum: vom 20.08.2025 bis zum 22.08.2025

Kursdauer: 3 Termine

Unterrichtseinheiten: 0,00 (à 45 min)

Kursort: 50321 Brühl, VHS-Haus, An der Synagoge 2

### **Weitere Informationen:**

Meetings, Teams-Besprechungen, Präsentationen, Diskussionen in Präsenz oder online: die berufliche Kommunikation hat sich definitiv verändert. Wir müssen über live-, aber auch über digitale Sprechfähigkeiten verfügen. Welche Herausforderungen werden an die Stimme und an die Sprache gestellt? Wie spricht man in Präsenz vor Menschen und wie virtuell am Mikrofon? Wie atmet man richtig? Wie vermeidet man Heiserkeit und Müdigkeit? Kann ich mich digital genauso gut wie in Präsenz durchsetzen und überzeugen? Dieser kompakte und intensive Bildungsurlaub bietet einen fundierten Einstieg in die Stimmarbeit speziell für Berufsbereiche, in denen eine qualifizierte Sprechstimme sowohl live wie digital unabdingbar ist.

---

Ort, Datum

---

Unterschrift