

# 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****