

# Die Stimme öffnet viele Türen

Ob für das Bewerbungsgespräch, bei der Diskussion mit Kollegen oder im beruflichen Telefonat: Mit dem richtigen Tonfall haben Sie Erfolg / Tipps von der Stimmklangtrainerin Jorinde Reznikoff

**D**er Ton ihrer Stimme macht die Musik, schafft Stimmigkeit, öffnet Türen – oder eben nicht“, so Stimmklangtrainerin Jorinde Reznikoff. Wohl die meisten sind sich dessen gar nicht bewusst: Zu einem positiven ersten Eindruck trägt zu zirka 50 Prozent die Stimme bei. Wie wichtig die Stimme ist, merken viele erst, wenn sie mit ihr Probleme haben: zum Beispiel wenn im Gespräch mit dem Vorgesetzten die Stimme versagt oder, worunter viele Frauen leiden, ihre Stimme nervös klingt. Ein Stimmtraining trägt entscheidend dazu bei, der Stimme mehr Klang zu geben.

Jorinde Reznikoff (50) gibt seit 20 Jahren Seminare auf diesem Gebiet. „Zu mir kommen vom Studenten vor einem Bewerbungsgespräch bis zum Unternehmensberater die verschiedensten Menschen“, so ihre Erfahrung. „Wichtig ist mir dabei auch der Spaß, dass die Leute nicht verkrampf



Medienberater Boris Scheffler nimmt seine erste Seminarstunde bei Jorinde Reznikoff: Sie erklärt ihm, wie wichtig eine gerade Körperhaltung ist, und dass die Hand auf der Brust die Stimme klangvoller wirken lässt.

sind.“ Eine Trainingseinheit dauert eine Stunde. Die Kunden lernen, wie ihr Körper von den Fußspitzen bis zum Scheitel schwingt. „Dazu stehen Sie mit beiden Fü-

Ben fest auf dem Boden, nehmen eine gerade Körperhaltung ein und summen leicht. Mit dem Ergebnis: Der ganze Körper vibriert. Schon diese einfache Übung bewirkt, dass die Stimme viel fester, ausdrucksvoller klingt“, so die Expertin. Zu ihrem Training gehören ferner viele Sprachübungen. Man lernt, langsamer zu sprechen, den eigenen Klang der Stimme beim Sprechen wahrzunehmen. Und man lernt auch, Pausen zu machen. Das bewirkt, dass man automatisch mit der Stimme runtergeht. Auch das gehört zum Trainingsprogramm von Jorinde Reznikoff: Sie lässt Texte singen. „Das macht nicht nur Spaß, sondern bewirkt auch, dass die Stimme kraftvoller wird.“

Die Erfolge ihres Stimmtrainings machen sich schnell bemerkbar: „Schon nach ein bis zwei Stunden Seminar berichten mir Kunden, dass sie von ihren Kollegen plötzlich ganz anders wahrgenommen werden – ein Erfolg ihrer ausdrucksvolleren Stimme.“ Auch nach den Seminarstunden rät Jorinde Reznikoff, in der Tagesablauf kleine Trainingseinheiten einzubauen. „Man kann zum Beispiel morgens in der U-Bahn in gerader Haltung leise vor sich hinsummen. So geht man den Tag entspannter an.“



Sie ist seit 20 Jahren Stimmklangtrainerin: Jorinde Reznikoff

**ELKE GREW**  
 > Zu empfehlen sind mindestens 1 bis 2 Seminarstunden. Die Stunde kostet ab 50 Euro, Tel. (0179) 745 53 46, [www.voice-style-inspiration.de](http://www.voice-style-inspiration.de)