



Job-Redakteurin  
Svenja Lassen  
verrät Tipps,  
Tricks & die Trends  
des Monats

SIE SUCHEN EINEN  
JOB? LÖSEN SIE  
EINE KETTEN-  
REAKTION AUS  
UND SENDEN SIE  
IHR KURZPROFIL  
AN ZEHN KON-  
TAKTE MIT DER  
BITTE, DAS AUCH  
ZU TUN. WEITERE  
UNGEWÖHNLICHE  
STRATEGIEN IN:  
**DIE GUERRILLA  
BEWERBUNG,**  
17,99 EURO,  
CAMPUS VERLAG



# inside

BUSINESS

## Alle mal herhören, bitte!

**REDEN MIT NACHDRUCK** Wer im Business etwas zu sagen hat, muss sich regelmäßig Gehör verschaffen. Stimmexperte Paul Johannes Baumgartner gibt Tipps für fünf Situationen:

- **Vor Präsentationen:** Widmen Sie sich zehn Minuten vorher nur noch Ihrer Atmung, das beruhigt und senkt die Stimme.
- **In Diskussionen:** Nutzen Sie höhere Töne für Sympathie, tiefere für Kompetenz. Achten Sie auf Pausen und starke Gestik, denn Körperhaltung unterstreicht Ihre Aussage.
- **Am Telefon:** Stehen Sie auf, um gut atmen zu können.
- **Bei Heiserkeit:** Nie flüstern, das belastet die Stimme. Lieber leise und wenig sprechen. Nicht räuspern, bloß leicht husten.
- **Im Dauereinsatz:** Viel trinken, etwa zwei bis drei Liter täglich, am besten lauwarmes Wasser ganz ohne Kohlensäure.

Infos und Seminare: [www.pauljohannesbaumgartner.de](http://www.pauljohannesbaumgartner.de)

**IHRE  
BUSINESS-  
FRAGE**

Ich habe mich gerade selbstständig gemacht und möchte morgens um acht am Rechner sitzen. Meistens wird es später. Was kann ich tun?

Wer schreibt Ihnen denn vor, morgens so pünktlich zu starten? Und warum glauben Sie, dass das wichtig ist? Sie haben sich doch wahrscheinlich auch deswegen beruflich auf eigene Beine gestellt, weil Sie selbst entscheiden wollen, wie Sie arbeiten möchten. Dazu gehört auch die Zeiteinteilung! Vielleicht sind Sie gar kein Morgenmensch und zu anderen Tageszeiten viel produktiver. Nur wenn Sie Termine oder Kunden haben, die ausschließlich morgens erreichbar sind, müssen Sie diese Zeiten einhalten. Ansonsten machen Sie sich nicht mehr Stress als nötig.

Sie haben eine Frage?  
Schreiben Sie an [businessfrage@cosmopolitan.de](mailto:businessfrage@cosmopolitan.de)

### DARAUF TIPPEN WIR!

Mit dieser Tasche liefert US-Designer Jeremy Scott den Beweis, dass nicht jede Tastatur trist sein muss: Auf der „Keyboard Travel Bag“ von Longchamp leuchten die Buchstaben in allen Farben des Regenbogens (vorne gelb-rot, hinten blau-grün). Ein wahrer Hingucker zwischen all den 08/15-Trolleys am Check-in. Wir finden: Endlich mal ein Beitrag zum Thema „Mobiler Arbeitsplatz“, der sich sehen lassen kann. Über [www.colette.fr](http://www.colette.fr), ca. 210 Euro

