

Rhetorisch nachhaltig abspecken lernen

Start der Serie zum Buch „Rede-Diät“

Tatjana Lackner*

Gerade im Medienzeitalter nehmen Aussprache, Stimmkompetenz und professionelle Modulation der

freien Rede hohen Stellenwert ein. Sprache ist Ausdruck der Persönlichkeit! Den Weg zum professionellen Stimm- und Sprechtraining gehen

auch immer mehr Karriereorientierte. Aus gutem Grund! Sprache verbindet und stellt Nähe her. Sie kann aber auch ein trennendes Element zwischen Ländern und Milieus sein.

Jede Region hat sprachliche Eigenheiten. Es ist wichtig, sowohl die Herkunftssprache, den Dialekt zu beherrschen als auch gebundene Mediensprache zu pflegen. Lokalkolorit kann charmant sein, niemand soll im Firmenalltag reden wie ein Theaterschauspieler. Natürlichkeit ist oberstes Gebot.

Tiefe Stimmen vermitteln fast immer Kompetenz und Autorität. Monotonie, das Fehlen von Variationen in Tonhöhe und Lautstärke, empfinden viele Zuhörer nicht nur als unangenehm, sondern als unheimlich. Zu

leise, zu hoch, zu schnell, zu monoton – eine Kombination aus diesen Merkmalen kann dazu führen, dass sich jemand ein Leben lang überhört fühlt.

Klang und Emotion werden über Vokale transportiert – damit beginnt auch das professionelle Sprechtraining.

Durch die Vokale sind

Menschen

voneinander unterscheidbar. Ein gesprochenes *aaaa* sagt mehr als ein *chchchch*.

■ Überprüfen Sie, ob Sie den Mund beim Sprechen genügend weit öffnen – etwa beim Buchstaben A: Wie weit müssen Sie den Unterkiefer senken, damit die Stimme optimal klingt? Eine Daumenbreite oder sogar zwei Finger?

■ Sprache ist die Musik des Menschen. Setzen Sie bewusst eine Pause vor wesentlichen Worten!

■ Achten Sie darauf, am Satzende bewusst die Stimme zu senken.

*Tatjana Lackner & Nika Triebe: „Rede-Diät. So halten Sie Ihre Rhetorik schlank“, Residenz Verlag, ISBN 3-7017-3005-9

Nächste Woche: Wie Sie Killerphrasen kontern
www.sprechen.com

