

Ihre Stimme sagt so viel wie Ihre Worte!

Wie Sie dafür sorgen, dass Sie gut klingen

» Die Vorbereitung hat sich gelohnt: Sie haben das beste Referat des Semesters zusammengestellt, so viel ist sicher. Die Beispiele hat vor Ihnen noch kein Kommilitone verwendet, Ihre Quellenrecherche wird sogar den Dozenten beeindrucken, und das alles haben Sie auch noch in eine richtig spannende Form gegossen, damit Ihren Zuhörern nicht langweilig wird.

Endlich ist es so weit: Voller Enthusiasmus treten Sie vor die Seminargruppe und legen los. Doch schon nach den ersten Sätzen merken Sie, dass Ihnen nicht die erwartete Begeisterung entgegenschlägt. Irgendwie scheint der Funke nicht so recht überzuspringen. Woran kann das bloß liegen?

Oft ist der Grund ganz schlicht, dass wir das wirkungsvollste Instrument der Überzeugung vernachlässigen, das uns zur Verfügung steht: die menschliche Stimme und das Gestaltungsmittel Sprechweise.

Widmen Sie Ihrer Stimme und Ihrer Aussprache ein wenig Zeit, und alle Ihre Referate und Präsentationen der Zukunft werden davon profitieren – mündliche Prüfungen eingeschlossen! Es geht dabei auch gar nicht darum, eine „perfekte“ Stimme zu erreichen. Es geht darum, mit einfachen Mitteln wirkungsvolle Effekte zu erzielen.

Eine selbstbewusst klingende Stimme erzeugen

Wünschen Sie sich manchmal, Ihre „Präsentationsstimme“ wäre so entspannt wie Ihre „Plauderstimme“? Dann denken Sie instinktiv genau richtig! Wenn Sie gut vorbereitet sind – Ihre

wichtigsten Punkte im Kopf und Ihre Gedächtnisstützen auf dem Papier haben – dann sollten Sie versuchen, sich Ihre Rede als eine Konversation mit dem Publikum vorzustellen (auch wenn diese Konversation zugegebenermaßen eher einseitig ausfällt).

Ihr Publikum ist keine graue, feindliche Masse, sondern eine Gruppe von Kommilitonen, die alle im selben Boot sitzen. Also sprechen Sie nicht mit ihnen, als ob Sie nicht wüssten, wenn Sie vor sich haben. Sprechen Sie vor Publikum stets so, wie Sie zu einem Freund oder Kollegen sprechen würden. Das muss auch in keiner Weise einem fachlich ausgereiften Vortrag widersprechen.

Sprechen Sie laut genug

Vor allem als Studienanfänger sind viele junge Menschen das Sprechen vor Publikum noch nicht so recht gewöhnt. Die Schüchternheit drückt sich dann oft darin aus, dass sie viel zu leise sprechen. Beziehen Sie die Zuhörer einfach ein, um sicherzugehen: Richten Sie eine Frage an die Seminargruppe, um sich zu versichern, dass Sie auch in den hinteren Reihen gehört werden.

Wenn Ihre Zuhörer Sie nur mit größter Anstrengung verstehen können, werden sie über kurz oder lang auf Durchgang schalten – egal, wie interessant oder prüfungsrelevant das Thema Ihrer Präsentation ist.

Sobald Sie vor mehr als 30 Leuten sprechen, sollten Sie möglichst ein Mikrofon verwenden. Die Technik ist in größeren Seminarräumen oder Hörsälen in der Regel vorhanden – nutzen Sie sie.

Sprechen Sie nicht zu schnell

Die Aufregung bei einem Referat führt oft dazu, dass selbst ruhige Menschen durch Ihren Vortrag jagen, dass es kracht. Diese Schnelligkeit kann tückisch sein: Sie verhaspeln sich viel schneller und verlieren auch viel leichter den Faden, als wenn Sie sich Zeit lassen. Damit tun Sie nicht nur sich selbst, sondern auch Ihren Zuhörern keinen Gefallen: Anspruchsvolle wissenschaftliche Inhalte profitieren nicht gerade davon, wenn man hindurch hetzt wie auf der Flucht. Erinnern Sie sich einmal: Wie klingen die Referate, die Ihnen selbst wirklich weiterhelfen? Zuerst und vor allem ist es leicht, ihnen zu folgen.

Sprechen Sie deshalb bewusst langsam und halten Sie sich die Möglichkeit offen, ein Erhöhen der Sprachgeschwindigkeit für dramatische Zwecke zu nutzen – zum Beispiel, wenn Sie gerade auf die zentrale Erkenntnis zusteuern, die Sie dann um des Kontrasts willen besonders langsam und deutlich vortragen.

Vermeiden Sie „Ähs“ und andere Füllwörter

Vielleicht sind Sie ein „Äh“-Sager, vielleicht gehören Sie zur „Also“-Gruppe. Egal, was Ihr bevorzugtes Füllwort ist: Finden Sie es (zum Beispiel durch einen Probelauf vor Freunden) heraus und verzichten Sie in Ihrem Referat darauf, so gut es geht.

Füllwörter sind lautes Nachdenken und hinterlassen bei den Zuhörern (einschließlich des Profs) den Eindruck, Sie hätten sich nicht gut vorbereitet. Lassen Sie sie weg. Denken Sie lieber im Stillen nach, wenn Sie kurz den Faden verloren haben. Jedes Füllwort strapaziert die Geduld Ihrer Zuhörer, bis am Ende nichts mehr davon übrig ist.

Sie werden es üben müssen, denn die meisten von uns verwenden Füllwörter unbewusst und müssen sich umgewöhnen. Aber ich ermuntere Sie: Üben Sie es! Es hat großen Einfluss auf Ihre Wirkung beim Reden.

Schweigen ist Gold

Das Schweigen ist genauso Teil Ihrer Rede wie die gesprochenen Worte. Und oft ist der Platz, den Sie zwischen Ihren Gedanken lassen, genauso aussagekräftig wie die Gedanken an sich. Die Sprechpause ist ein äußerst wirkungsvolles und gleichzeitig massiv unterschätztes stilistisches Mittel.

Sie kennen das aus eigener Erfahrung mit den Referaten anderer: Bei einem Fachvortrag prasseln jede Menge neue Informationen auf die Zuhörenden ein. Nutzen Sie Sprechpausen, um Ihrem Publikum die Möglichkeit zu geben, das eben Gesagte kurz setzen zu lassen. Und nicht nur das erreichen Sie mit einer gut gesetzten Pause; sie erhöht auch den Effekt Ihrer Worte und hält die Spannung aufrecht.

Bis Sie gelernt haben, Ihre Sprechpausen ganz natürlich einzusetzen, empfehle ich Ihnen, einen Atemzyklus als zeit-

liche Richtlinie zu nehmen. Atmen Sie also einmal ruhig ein und wieder aus, bevor Sie weitersprechen; das ergibt für die Zuhörer eine angenehme, natürliche Pause.

Ein guter Vortrag zeichnet sich nicht nur dadurch aus, was Sie sagen, sondern auch, wie Sie es sagen. Das gilt für ein Referat an der Uni genauso wie für eine spannende TED-Präsentation. Nutzen Sie nicht nur die inhaltlichen und technischen Möglichkeiten, sondern auch das Gestaltungsmittel, das Ihnen angeboren ist: Lernen Sie, mit Ihrer Stimme und Ihrer Sprechweise zu variieren. Sie werden sehen: Mit jedem Referat werden Sie besser darin. ■

Kommen Sie gut an!
Ihr René Borbonus

René Borbonus ist ein gefragter Referent und gilt als einer der besten Rhetoriker deutscher Sprache. Als Vortragsredner, Trainer und Buchautor vermittelt er Theorie und Praxis erfolgreicher Kommunikation. Mehr Infos unter www.rene-borbonus.de

