

# Soft Skills – Schlüsselqualifikationsbereich: Freie Rede – Rhetorik und Präsentationstechniken/ Stimmbildung – Im Brustton der Überzeugung

Stefan Keller, M.A., Bonn\*



„Rede, damit ich Dich sehe.“ (Sokrates)

Kommunikation basiert auf diesem schon in der Antike formulierten Prinzip der Wahrnehmung. Bevor das von uns Gesagte aber „gesehen“ oder gar verstanden wird, müssen einige Voraussetzungen erfüllt sein:

- eine publikumswirksame Präsenz
- eine gute und nachvollziehbare Argumentation
- sprachliches und stimmliches Durchsetzungsvermögen

\* Der Autor ist Dozent der Schlüsselkompetenzseminare „Freie Rede – Rhetorik und Präsentationstechniken“ sowie „Stimmbildung – Im Brustton der Überzeugung“ am Fachbereich Rechtswissenschaft der Universität Bonn. Er ist freiberuflicher Rhetorik- und Kommunikationstrainer sowie Gründer und Inhaber des Instituts für Sprechpraxis und Rhetorik (isr): [www.isr-rhetorik.de](http://www.isr-rhetorik.de).

Häufig entstehen Kommunikations- und Präsentationsprobleme durch ein mangelndes Zusammenspiel dieser Ebenen: Uns fehlen die Worte, wir kämpfen gegen uns selbst und mit unserer (An-)Spannung, daher klingt die Stimme unsicher – ein Teufelskreis beginnt.

Aus diesem Grund arbeiten wir im Rahmen des Schlüsselqualifikationsbereichs an ganz verschiedenen Aspekten rhetorischer, sprachlicher und stimmlicher Kommunikation, die ein gemeinsames Ziel verfolgen: Ich bin das erste Argument meiner Präsentation und meines Auftretens! Diese Aspekte werden in zwei thematisch unterteilten Schlüsselkompetenzveranstaltungen zusammengeführt.

## A. Kurs 1: Freie Rede – Rhetorik und Präsentationstechniken

In dieser anderthalbtägigen Blockveranstaltung, die meist an einem Wochenende durchgeführt wird, werden inhaltlich zwei große Themenschwerpunkte bearbeitet. Worauf kann bzw. worauf sollte ich im Rahmen einer mündlichen Präsentation jedwelcher Art alles achten? Wie wirke ich dabei auf mich selbst und wie wirke ich auf die anderen?

Erstens: Welche nonverbalen und verbalen Wirkungskriterien stehen hierbei im Vordergrund und wie beeinflussen diese – unabhängig vom Inhalt des Gesagten – mein Auftreten und mein Erscheinungsbild nach außen? Wie nehme ich eine aufrechte und gespannte Körperhaltung ein, um bereits über eine physische Anspannung eine Spannung für das von mir Gesagte aufzubauen? Wie integriere ich mein Publikum bereits über das Aufnehmen des Blickkontakts in meinen Vortrag? Und wie kann ich die Wichtigkeit des von mir Gesagten durch Gesten oder Gesichtsausdruck unterstreichen und damit mein Anliegen verdeutlichen? Wie gehe ich mit Sprechtempo und Pausensetzung um, damit meine Gliederung und Vorgehensweise für meine Zuhörer nachvollziehbar ist? Habe ich dabei eine deutliche und für alle vernehmbare Aussprache? Trägt mein Atembogen, um den von mir über die inhaltliche Struktur entworfenen *Sprechtext* zu transportieren? Und nicht zuletzt: Der Ton macht die Musik! Wie artikuliere bzw. variiere ich über die Stimm- und Tonlage meine Präsentation, um meinen Inhalt lebhaft und abwechslungsreich zu gestalten?

Den zweiten Themenschwerpunkt bildet die Argumentative Rhetorik. Wie kann ich mir in der Vorbereitung auf eine mündliche Präsentation so behelfen, dass ich über die Gliederung einen stringenten und jederzeit nachvollziehbaren Argumentationsaufbau entwickle, der nicht nur mir Orientierung bietet, sondern in erster Linie auch meinen Zuhörern?

Das Konzept des Redeverlaufs mit dem dazugehörigen umgekehrten Denkplan in der Vorbereitung (die sog. Zielsatz-Methode) dient hier als Grundlage und mündet letztlich im Redemodell des klassischen *Rhetorischen Fünfsatzes* mit all seinen Varianten. Ziel ist es, über die Fragestellung eine Zielsetzung zu erarbeiten, die es mir ermöglicht, meine Schlussfolgerungen bzw. Kernbotschaften zu definieren. Worauf möchte ich eigentlich hinaus und wie kann ich dies in möglichst kurzen und griffigen Kernsätzen (der sog. Take-Home-Satz) formulieren?

Dies steht am Anfang meiner Überlegungen (Einarbeitung ins Thema und Basiswissen vorausgesetzt). Erst im Anschluss stellt sich die Aufgabe, welche potentiellen Gliederungspunkte in Frage kommen, mit welchen Behelfsmöglichkeiten und rhetorischen Stilmitteln aus ihnen ein schlagkräftiges Argument wird und in welcher Reihenfolge sie einen Sinn ergeben, um den inhaltlichen Aufbau meiner Präsentation argumentativ zu steigern oder seriös gegeneinander abzuwägen. Wenn ich mir also meiner Vorgehensweise und meiner Kernbotschaften gewiss bin, kann ich mir am Ende meiner Vorbereitung einen umso eindringlicheren Einstieg (den sog. Aufhänger) überlegen, der von Anfang an die Aufmerksamkeit des Publikums auf mein Thema und meine Anliegen lenkt.

Jede/r Teilnehmende muss zu beiden Schwerpunkten eine praktische Übung in Form eines mehrminütigen Kurzauftritts halten, welches mit Video aufgenommen wird und in einem sogenannten Feedback mündet, in dem die Kursteilnehmenden bei der Wiedergabe mit Beobachtungsparametern arbeiten und sich diese gegenseitig mitteilen. Hierbei müssen einige Feedbackregeln eingehalten werden, um persönlichen Übergriffen vorzubeugen und damit eine Akzeptanz beim jeweiligen „Betroffenen“ zu erreichen.

Dieses Feedback ist vom Umfang her ein zentraler Bestandteil der Veranstaltung und hier tritt im Regelfall, Stichwort *Eigenbeobachtung – Fremdbeobachtung*, das Aha-Erlebnis für jeden Teilnehmenden auf: Wie nehme ich mich wahr und wie nehmen mich die anderen wahr? Wo liegen gegebenenfalls meine Stärken und wo meine Schwächen? Wie kann ich meine Stärken zukünftig deutlicher herausstreichen und meine Schwächen reduzieren oder lernen mit ihnen umzugehen? Wenn jede/r Teilnehmende am Ende der Veranstaltung zwei oder drei Punkte für sich beansprucht, an denen er oder sie bei künftigen Vorträgen ansetzen möchte, wäre unserer Meinung nach schon viel gewonnen.

## Literatur:

- Gast, Wolfgang (2015, 5. bearb. Aufl.): Juristische Rhetorik. C.F. Müller-Verlag, Heidelberg.
- Haft, Fritjof (2009, 8. Aufl.): Juristische Rhetorik. Karl-Alber-Verlag, Freiburg im Breisgau.
- Walter, Tonio (2017, 2. Aufl.): Kleine Rhetorikschule für Juristen. C.H. Beck-Verlag, München.
- Walter, Tonio (2020, 1. Aufl.): Rhetorik für Juristen: Recht reden. Nomos Verlag, Baden-Baden.

## B. Kurs 2: Stimmbildung – Im Brustton der Überzeugung

Frank Sinatra hat es ebenso getan wie die Münsteraner Tatortkommissare Axel Prahl und Jan Josef Liefers oder gar die ehemalige britische Premierministerin Margaret Thatcher. Und nicht zuletzt *die* Sprecherstimme, die uns in vergangenen Kindertagen in Hörbüchern oder Märchenfilmen vertrauensvoll „an die Hand“ nahm und uns durch versunkene Sümpfe, dunkle Wälder und endlose Weiten geleitete.

Eine warme, resonanzreiche Stimme wird von uns meist als vertrauenserweckend empfunden und trägt durch den Raum. Sie erleichtert das Zuhören und trägt zum Spannungsaufbau des Gesagten bei. Häufig wird eine solche Stimme mit einer eher etwas tieferen Stimme gleichgesetzt, die Autorität und Souveränität ausstrahlt. Die Stimme ist also ein entscheidender Erfolgsfaktor bei Referaten, Vorträgen oder Plädoyers... ganz unabhängig von den vorzutragenden Inhalten.

Nur: Den richtigen Ton zu treffen ist gar nicht so einfach!

In diesem nachmittäglichen, vierstündigen „Crashkurs“ nähern wir uns dem Thema Stimme an. Oder genauer: Der in uns allen vorhandenen mittleren Sprechstimmlage. Hier geht es vor allem darum, ein Gefühl dafür zu entwickeln: Wie hört sich meine Stimme an, wie für mich, wie für andere? Wie lange trägt meine Stimme? Und insbesondere: Wie kann ich meine eigene mittlere Sprechstimmlage finden? Diese ist jedem von uns von Geburt an mitgegeben und liegt jeweils – wobei auch Alter, Geschlecht oder Physiognomie eine Rolle spielen können – in einem etwas anderen Frequenzbereich.

Daher gibt es Stimmbildungsübungen, die helfen können, diese individuell aufzufinden und damit den geringsten Arbeitsaufwand beim Sprechen zu erreichen. Gerade auch über einen längeren Zeitraum in einem gegebenenfalls großen oder überfüllten Raum. Praktische Stimmbildungsübungen werden grundsätzlich in drei Teilbereiche unterschieden:

- Körperhaltung/Körperempfinden: das Auffinden der eigenen Sprechkörperhaltung

- Atem und Atemtechnik: das bewusste Atmen und Kennenlernen des eigenen Atembogens
- Stimmbildung und Stimmlockerung

Wie gesagt: Ziel ist das Auffinden der eigenen mittleren Sprechstimmlage. Wir atmen grundsätzlich aus dem Bauchbereich heraus und dieser Luftstrom sollte – etwas prosaisch ausgedrückt – ungehindert durch uns durchströmen können. Häufig bilden wir jedoch Eng- oder Verschlussstellen im Brustbereich oder an den Stimmbändern, so dass wir über den Atem nicht mehr zur Resonanzbildung gelangen und unsere Stimme fast zwangsläufig eine bestimmte Charakteristik annimmt. Wir pressen oder „knödeln“. Diese Stimmeigenschaften können zwar situativ eingesetzt werden, wirken auf uns als Zuhörer über einen längeren Zeitraum aber eher aufdringlich oder gar negativ.

Um diesem allgegenwärtigen Phänomen entgegenzuwirken, versuchen wir uns in dieser Veranstaltung der etwas tieferen, mittleren Sprechstimmlage anzunähern, indem wir speziell im dritten Teilbereich mit Resonanzübungen arbeiten. Diese werden mit zunehmender Dauer des Kurses individuell eingeübt und auch mehrmals wiederholt, um den gewünschten Effekt zu erzielen.

Das kann durchaus etwas skurril anmuten – man muss sich manchmal ein bisschen überwinden. Auch wenn dieser oben beschriebene Effekt zunächst nach kurzer Zeit wieder verpufft, kann ein Stimmtraining sehr effizient und erfolgreich sein. Man muss jedoch an der eigenen Stimme auf der Langstrecke weiterarbeiten, indem man dauerhaft kurze Stimmbildungseinheiten durchführt. Hierfür gibt es in dieser Veranstaltung Hilfestellungen und weiterführende Übungen, um sich individuell einen eigenen Stimmlehrpfad für Zuhause zusammenzustellen.

Ziel ist ein ermüdungsfreies Sprechen sowie eine klare und deutliche Aussprache, die mit dem eigenen „Brustton der Überzeugung“ durch den Raum trägt. Diesen *individuellen Eigenton* zu finden und weiterzuentwickeln ist Sinn und Zweck dieses Stimmbildungskurses.

### Literatur:

- Ehrlich, Karoline (2011, 1. Aufl.), Stimmbildung und Sprecherziehung: Ein Lehr- und Übungsbuch. UTB GmbH, Stuttgart.
- Hoos de Jokisch, Barbara (2020, 1. Aufl.): Die sieben Grundelemente der Stimmbildung. Breitkopf&Härtel Verlag, Leipzig.
- Pabst-Weinschenk, Marita (2000, 1. Aufl.): Die Sprechwerkstatt: Sprech- und Stimmbildung in der Schule. Westermann Verlag, Braunschweig.
- Pezenburg, Michael (2015, 3. überarb. und erw. Aufl.): Stimmbildung: Wissenschaftliche Grundlagen – Didaktik – Methodik. Wißner-Verlag, Augsburg.