

# 5 Stimmungsmache



## Wie Sie mit Ihrer Stimme Stimmung erzeugen

Sie können lächeln, wenn Ihnen nach Weinen zumute ist; Sie können gleichgültig bleiben, wenn Sie jemand provoziert. Doch sobald Sie das Wort ergreifen, nutzt alle Selbstbeherrschung nichts mehr. Ihre Stimme verrät Ihre Stimmung und bestimmt Ihre Wirkung.

Wissenschaftler haben festgestellt: Selbst wenn wir durch ein Lächeln „gute Miene zum bösen Spiel machen“ – unsere Stimme verrät unsere Gefühle. Sie kann nicht lügen.

Über ihr Aussehen machen sich die meisten Menschen viele Gedanken und geben viel Geld aus, um es zu verbessern. Sie wissen, wie wichtig ein attraktives Äußeres ist.

Doch all ihre Bemühungen sind umsonst, wenn ein wesentlicher Teil der eigenen Persönlichkeit dabei vernachlässigt wird: die Stimme. Wie sie klingt, wie sie auf andere wirkt – darüber denken wir nur selten nach, ja, wir wissen oftmals gar nicht, dass die Stimme mehr als alles andere unsere Visitenkarte ist.

- Haben wir eine sympathische Stimme?
- Klingt sie arrogant oder abweisend?
- Ist sie warm und sanft oder eher kühl und schnarrend?

Ist Ihnen das auch schon passiert: Sie treffen mit einem Menschen zusammen, den Sie noch nicht kennen. Sein Äußeres beeindruckt Sie. Dann macht er den Mund auf und redet. Sie könnten im Erdboden versinken. „Welch unangenehme Stimme!“

Man muss einen Menschen erst sprechen hören. Erst dann kann man sich ein vollständiges Bild von ihm machen. Die Stimme gehört zur Gesamtpersönlichkeit. Nicht umsonst sagt Sokrates: „Sprich – damit ich dich sehe.“



### Sieben Stimmfehler:

1. Die Artikulation ist nachlässig. Nuscheln oder das Verschlucken von Endsilben (Lebn statt Leben) erschweren das Verständnis.
2. Die Wörter werden gehaucht. Bei einer verhauchten Stimme hört man den Luftstrom heraus, dadurch klingt sie „überlüftet“ und heiser.
3. Das Stimmniveau ist zu gleichmäßig hoch, klingt piepsig. Menschen mit tieferer Stimme gewinnen leichter Sympathie.
4. Die Stimme ist zu leise. Diese „Klein-Mädchen-Stimme“ wird Ihnen als Gefühl der Unsicherheit ausgelegt. Auf Männer wirkt sie bei Damen allerdings oft sexy. Sie eignet sich also vielleicht, um den Traummann aufzureißen, nicht aber, um sich in einem Meeting kraftvoll Gehör zu verschaffen.
5. Die Sprechweise ist monoton. Die Stimme hebt und senkt sich nicht, hat keine Dynamik. Ursache dafür können Angst, Desinteresse oder Müdigkeit sein.
6. Die Stimme klingt pastoral und pathetisch. Ihre Rede wirkt auswendig gelernt, so, als ob Sie nicht hinter Ihren Worten stehen würden.
7. Die Stimme wird gequetscht, hat zu wenig Resonanz. Dahinter verbirgt sich oft Angst vor lautem Sprechen.



„Was das Ohr beleidigt, vermag nicht in die Seele des Menschen einzudringen.“  
 Quintilian, römischer Redelehrer