

Trainer präsentierte Tipps und Tricks bei einer Veranstaltung des Marketing-Clubs

Die Stimme bestimmt Verkaufserfolg



*Nicht sprachlos sein:
Jeder kann seine Aus-
druckskraft durch
Training steigern.
(Foto: Fotolia)*

„Die Stimme ist der Business-Faktor Nummer eins, denn sie transportiert die Botschaft“: Davon ist Anno Lauten, seit über 16 Jahren „Stimmtrainer aus Leidenschaft“, überzeugt. Denn wie etwas gesagt wird, welche Emotionen beim Kunden ausgelöst werden, das entscheidet auch darüber, wie der Inhalt ankommt.

Als ausgebildeter und praktizierender Sänger weiß Anno Lauten, welches Potenzial in jeder Stimme steckt und wie dieses entsprechend der Situation zum Tragen kommen kann. Den Mitgliedern des Marketing-Clubs Nordhessen gab Lauten in seinem Vortrag in der Kasseler Unibuchhandlung Tipps und Tricks mit auf den Weg, um mittels überzeugender Stimme das eigene Produkt zu verkaufen.

Innere Haltung

„Authentisch kommt nur rüber, wer von sich selbst und seinem Produkt überzeugt ist“, sagt Lauten. Daher empfiehlt er, sich in einem ersten Schritt über die eigene innere Haltung, seine eigenen Stärken und die seines Produkts bewusst zu werden. Denn die Stimme verrate, „wie ernst wir es meinen“. Emotionen schwingen unterschwellig beim Sprechen mit. Daher signalisiere eine volle und klare Stimme Selbstsicherheit und Seriosität. Und diese kann man durchaus trainieren, so der Trainer: „50 bis 100 Muskeln sind an der Produktion unserer Stimme beteiligt.“ Um ausdrucksstark zu sprechen, muss die ganze Muskulatur koordiniert eingesetzt werden.

Aus dem Bauch atmen

Dies betreffe besonders das Atmen, eine entscheidende Voraussetzung für kraftvolles Sprechen. Lauten bemerkt, dass die meisten

Menschen zu flach atmen. Statt aus dem Unterleib holen sie aus dem Brustbereich den Atem. Eine gute Übung sei: „Lange bewusst ausatmen, die ganze Luft aus der Lunge drücken – dann entspannt und locker den Atem einfließen lassen.“ Durch An- und Entspannen können auch Blockaden auf anderen Ebenen gelöst und Energien freigesetzt werden, so Lauten: „Die Verdauung und der Blutkreislauf werden angeregt, Hochdruck und Tiefdruck ausgeglichen oder Denkprozesse ins Fließen gebracht.“

Gähnen entspannt

Ein besonders gutes Mittel für eine entspannte Stimme sieht Lauten im Gähnen. Dies sei die beste Methode, um einen Hustenreiz oder Frosch im Hals zu lösen. Räuspern dagegen schaffe „einen Räusperzwang: Es wird noch mehr Schleim produziert und so verschlimmert sich das Problem.“ Auch die Vorstellung zu gähnen, kann schon helfen. Eine weitere Alternative sei Husten oder „Hm“ zu summen.

Pausen nutzen

Um gerade bei längerem Sprechen Akzente zu setzen, rät der Coach zum Einsatz von Pausen: „Pausen rahmen die gesagten Worte ein und bringen sie damit besonders zur Geltung.“ Eine zusätzliche Funktion haben sie in Stresssituationen. Gerade die ganz kleinen Pausen,

wie am Satzende oder Themenübergang, könne der Sprecher dafür nutzen. Denn sie bieten die Chance, „bewusst in Kontakt zu sich selber zu kommen und sich in seinem Körper wohlzufühlen“.

Auf Haltung achten

Darum empfiehlt Lauten auch auf eine aufrechte Haltung zu achten: Brustbein nach vorne oben, Füße hüftbreit und Knie mit Spiel. Eine gute Körperspannung sei wichtig für Funktion und Präsenz, so der Coach, dürfe aber auch nicht zu verkrampft und kontrolliert sein. Die Anspannung komme sonst wieder über die Stimme zum Ausdruck.

Abwechslungsreiche Dynamik

Soll das Interesse des Kunden nicht nur geweckt, sondern er auch für das Produkt begeistert werden, beschreibt Anno Lauten Techniken für einen lebendigen Vortrag. So ist die Tonstärke von der Ausdruckskraft abhängig. Die Position von Kiefer, Kehlkopf und Zunge sind entscheidend. „Daher erhöht allein das stärkere Öffnen des Mundes beim Sprechen das Klangvolumen“, demonstriert Lauten eindrucksvoll. Auch das Sprechtempo sollte dynamisch, also variationsreich gestaltet werden.

Fazit: Stimme oft unterschätzt

Deutlich machte Lautens Vortrag, dass die Wirkung der Stimme für den eigenen Erfolg unterschätzt wird. Jeder kann seine Ausdruckskraft durch Training steigern. Durch die bewusste Körperwahrnehmung, den Atem und vor allem die eigene Stimmung kann Einfluss auf die Stimme ausgeübt werden. Darum plädiert Lauten dafür, Kinder als Vorbild zu nehmen, um die Stimme lebendig und mitreißend zu machen. „Singen, summen, stöhnen, seufzen Sie“, fordert er. „Diese spontanen Gemütsregungen bauen Spannungen ab, vitalisieren und sorgen damit auch für eine sichere und starke Stimme.“ *Silvia Köhlert (Artikel/Foto)* ■



„Singen, summen, stöhnen, seufzen Sie“: Anno Lauten.