

Erfolgsfaktor Stimme: wie deine Videos einen tollen Stimmklang bekommen - VK004

Die Stimmklang spielt eine wichtige Rolle in deinen Videos, denn:

- > damit formulierst du deine Message
- > du transportierst deine Gefühle
- > und löst damit bei deinen Zusehern bestimmte Gefühle aus

Du kennst das sicher selbst von Vorträgen, aus Seminaren etc., dass es angenehm und langweilig sein kann, jemandem zuzuhören.

Manche Stimmen nehmen uns regelrecht gefangen, andere Stimmen stören uns und unsere Aufmerksamkeit schwindet schnell.

Das passiert z.B. bei Leuten, die nuscheln, die viele „ääähms“ benutzen und Sprechpausen machen, die hektisch sprechen, oder zu hoch.

Sorge dafür, dass deine Zuhörer dir gerne zuhören.

Ich zeige dir, mit welchen 3 Übungen du einen tollen Stimmklang bekommst.

1. Starte mit deinem Atem

Dein Atem trägt deinen Ton. Und oft beobachte ich bei Menschen, die unzufrieden mit ihrer Stimme sind, dass sie nicht auf ihren Atem achten. Sie vergessen es, richtig einzuatmen, überlassen es dem Zufall.

Die Folge ist, dass der Ton instabil wird, die Stimme zu dünn klingt, oder wir mitten in der Phrase unterbrechen müssen, um Luft zu holen.

Lege deine Hand auf den Bauch (leicht oberhalb deines Bauchnabels) und atme dort hin. Lasse den Atem so eine Weile kreisen und bringe ihn tief.

So aktivierst du am besten deine Atemstütze.

Was ist das?

Die Atemstütze ist das kontrollierte Führen deines Luftstroms durch deine Einatemmuskulatur = dein Zwerchfell und deine Zwischenrippenmuskulatur).

Übe es, an den tiefen Atem zu denken und spreche deinen Videotext in Ruhe durch, immer mit einem tiefen Atem vor den Phrasen.

Du wirst schnell merken: deine Stimme klingt stabiler, voller und präsenter.

2. Kurzes Warm-Up

Wärme deine Stimme auf, bevor du dein Video aufnimmst.

Das ist vor allem morgens hilfreich, wenn die Stimme noch nicht ganz da ist.

Hier kannst du leicht summen und mit den Lippen trillern.

Idealerweise tust du morgens beim Duschen entspannt einen Song singen, das wärmt deine Stimme ganz spielerisch auf und der Wasserdampf tut ihr gut.

3. Aktiviere deine Aussprache

Du willst deine Message klar und deutlich rüberbringen, möchtest präsent und selbstbewusst sprechen. Deine Stimme soll nach vorne in den Raum gebracht werden und nicht nuschelig im Mund stecken bleiben.

Spreche ein paar Mal die harten Konsonanten hintereinander „p“, „t“, „k“.

Setze aktiv deine Zunge, deine Lippen ein und öffne den Kiefer.

Du kannst diese Konsonanten mit Vokalen verbinden, wie „pa“, „to“, „ku“ und auch weichere Konsonanten nutzen, wie „da“, „gi“, „fu“.... Hier kannst du ganz kreativ sein.

Hast du meinen Podcast schon abonniert?

Auf iTunes, Spotify, Stitcher und Soundcloud kannst du ihn abonnieren und verpasst keine Folge.

Wenn dir mein Podcast gefällt, dann freue ich mich sehr über deine Bewertung.