

Überzeugend sprechen in Podcasts und Videos

Jutta Talley

Überzeugend sprechen in Podcasts und Videos

So gelingt der verbale Auftritt von
CEOs, Fach- und Führungskräften



Springer Gabler

Jutta Talley
Hannover, Deutschland

ISBN 978-3-658-41996-7 ISBN 978-3-658-41997-4 (eBook)
<https://doi.org/10.1007/978-3-658-41997-4>

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© Der/die Herausgeber bzw. der/die Autor(en), exklusiv lizenziert an Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH, ein Teil von Springer Nature 2023

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von allgemein beschreibenden Bezeichnungen, Marken, Unternehmensnamen etc. in diesem Werk bedeutet nicht, dass diese frei durch jedermann benutzt werden dürfen. Die Berechtigung zur Benutzung unterliegt, auch ohne gesonderten Hinweis hierzu, den Regeln des Markenrechts. Die Rechte des jeweiligen Zeicheninhabers sind zu beachten.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen. Der Verlag bleibt im Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutionsadressen neutral.

Planung/Lektorat: Imke Sander
Springer Gabler ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH und ist ein Teil von Springer Nature.
Die Anschrift der Gesellschaft ist: Abraham-Lincoln-Str. 46, 65189 Wiesbaden, Germany

Geleitwort

Warum sind Podcasts eigentlich so erfolgreich? Und warum bleibt Wissen so gut hängen, wenn es erzählt und in gesprochener Sprache vermittelt wird? Der menschliche Geist ist seit jeher ein großartiger Geschichtenerzähler und -zuhörer. Unsere Fähigkeit, Geschichten zu erzählen und zuzuhören, hat uns im Laufe der Geschichte ermöglicht, Wissen, Kultur und Emotionen über Generationen hinweg weiterzugeben.

Podcasts sind quasi das perfekte Format für diese menschliche Neigung. Anders als Radio sind sie frei von zeitlichen Grenzen und standardisierten Strukturen. Sie bieten Raum fürs Erzählen, bisweilen stundenlang – so lange, wie eine Geschichte eben braucht. Hinzu kommt, dass in einer Zeit, in der visuelle Medien enorm präsent sind und täglich um unsere Aufmerksamkeit buhlen, Podcasts einen Ort der Ruhe und des Verweilens bieten – ganz ohne Ablenkung.

Gutes Sprechen ist für Podcasts von entscheidender Bedeutung, weil die Zuhörenden in der Regel keine visuellen Reize haben, auf die sie sich konzentrieren können. Die Stimme des Sprechenden und die Art, wie er oder sie spricht, sind die einzigen Faktoren, die das Publikum bei der Stange halten. Eine klare, ausdrucksstarke und engagierte Stimme

kann den Unterschied zwischen einem fesselnden Podcast, der die Zuhörenden in den Bann zieht, und einem langweiligen, schnell vergessenen Vortrag ausmachen.

Das ist umso wichtiger, weil der Podcastmarkt mittlerweile extrem gewachsen ist. In der Frühzeit des Podcasting, 2005, als Apple das Abonnieren von Podcasts radikal vereinfachte und so die ersten Formate entstanden, waren Podcasts noch eine Nische – die Zeit der sogenannten Laber-Podcasts. Ausdrucksstarke Stimmen waren zu dieser Zeit eher nebensächlich. Heute gibt es so viele und unterschiedliche Formate, dass Podcastmacher und -macherinnen schon genau überlegen müssen, was sie ihrem Publikum bieten können. Eine angemessene Audioqualität sowie professionelle Sprecherinnen und Sprecher sind Grundvoraussetzung eines jeden Formats.

Doch was macht gutes Sprechen in Podcasts aus? Klarheit der Aussprache, Betonung, Modulation: die Klaviatur der menschlichen Stimme gut zu beherrschen, um die Geschichten und Gespräche in den Podcasts gut zu transportieren, ist entscheidend. Wie ich spreche und etwas sage, macht einen entscheidenden Unterschied für das Gesagte aus: Meine ich etwas ironisch? Mache ich einen Witz? Hebe ich die Stimme, um zu übertreiben oder meine ich das Gesagte wirklich ernst? Oder auch Pausen zu machen, Pausen zuzulassen, richtig atmen – all das hat Einfluss auf den Inhalt.

Dieses und vieles mehr habe ich im Laufe meiner eigenen Podcastkarriere erst lernen müssen. Dabei war viel Learning-by-Doing im Spiel, was sich heute aber niemand mehr leisten kann – die Konkurrenz ist mittlerweile einfach zu groß. All diese Techniken des Sprechens sind aber wichtig, um den Geschichten den richtigen Rahmen zu geben. Wenn ich mir heute meine ersten Podcasts aus dem Jahr 2009 anhöre, dann verstehe ich das viel besser als damals.

Jutta Talley schafft es, in diesem Buch alle wichtigen Aspekte dazu sehr gut auf den Punkt zu bringen. Ihr gelingt es, sowohl die so wichtigen Themen Stimme und Sprechen, Atmung, Konzeption, aber auch Interaktion und schlussendlich mentale Strategien unter

einen Hut zu bringen. Dafür: Hut ab! Zudem ist es wunderbar lesbar und praxisnah geschrieben und ich möchte dieses Buch daher uneingeschränkt empfehlen.

Hannover
im April 2023

Luca Caracciolo
Chefredakteur der deutschen
Ausgabe der *Technology Review*
sowie von *Mac & i* und *c't Fotografie*.

Vorwort

April 2023. Die Sicht ist schlecht, die Luft ist voller vom Boden aufwirbelnder Wassernebel. Ich sehe gerade mal die Rücklichter des Autos vor mir. Dicke Tropfen prasseln vom Himmel auf die Scheibe. Den Scheibenwischer meines Autos lässt das kalt, in perfekt angepasstem Tempo wischt er seit zwei Stunden unermüdlich. Das Auto tänzelt über die Kasseler Berge und ich sitze angestrengt hinter dem Steuer. Es liegen drei weitere Autostunden vor mir – mindestens. Ich seufze. Auch mit Pausen ist das keine schöne Aussicht. Jemand sagte mal, sie liebe es im Regen Auto zu fahren, ich glaube, sie meinte einen milden Sommerregen.

Meine beiden Begleiter sind meine Teenager-Söhne. Der eine sitzt auf der Rückbank und hört „Die drei ???“, der andere Musik auf dem Beifahrersitz. Er reagiert prompt und bietet mir an, mir einen Podcast anzumachen. Ich stimme erleichtert zu und schon erklingt auf einem Ohr ein Interview, es startet langsam. Ich bitte meinen Sohn, mir einen anderen Podcast anzumachen: Zwei Leute reden miteinander, es geht um ein Nischenthema, die Sprecherin lispelt. Ich höre so etwas sofort, wie Profis aus der Kieferorthopädie, die egal mit wem sie sprechen, mit einem Blick das Gebiss der anderen beurteilen können,

aber mich stört das Lispeln nicht, denn die beiden – die Frau und der Mann im Podcast – die interessieren mich, sie werfen sich die Bälle zu, spontan und echt. Und das Thema fängt an, mich mehr und mehr zu fesseln. Ich höre ein paar Folgen. Mit Pausen. Und komme erstaunlich entspannt an. Dem Regen trotzen mit Podcasts? Ja, so fahre ich auch gern im Regen.

Ein Buch schreiben, das ist auch ein bisschen, wie eine längere Reise anzutreten. Ich mache das zum ersten Mal und habe die Etappen von der ersten Idee bis zur Veröffentlichung sehr unterschiedlich – als schön und anstrengend – erlebt. Eins kann ich sagen: Ich bin sehr dankbar! Dankbar für meine Klientinnen und Klienten, ohne die ich nicht so intensiv mit dem Thema „Sprechen im Podcast und Video“ zu tun gehabt hätte und ohne die ich vieles nicht hätte lernen können. Dankbar für die Hochschule Hannover, die mich mit der Lehre „Sprechen am Mikrofon“ beauftragt hat. Und dankbar für meine wunderbaren Unterstützerinnen und Unterstützer: ganz besonders mein Lebenspartner Dr. Ingo Bergner. Er ist für mich Sparringspartner vom Konzept bis zum kritischen Gegenlesen des Ergebnisses gewesen. Ich danke dir! Zwei, die indirekt mit dem Buch zu tun haben, gehören dazu: meine beiden Söhne. Ihr seid toll! Auch bei meinem Verlag Springer Gabler, der von Anfang an die Idee unterstützt hat, und meiner Lektorin Imke Sander möchte ich mich bedanken.

Und dann gab es eine Reihe von Menschen, darunter auch meine Freundinnen und Freunde, die mich ermutigt haben, ein solches Projekt anzugehen und zu bewältigen. Marcus Erberich hat nicht nur einen inhaltlichen Beitrag geleistet, sondern mich mit seiner Leidenschaft für das Schreiben inspiriert. Ich danke dir für unseren Austausch. Dr. Andreas Kohne hat mir als erfahrener Autor Lifehacks zum Fachbuchschreiben mit auf den Weg gegeben, die mir das Leben leichter gemacht haben. Ich danke dir! Ich danke Nike Andersen, Anna Fuchs und Dagmar Karrasch für unseren Austausch und das kritische und wohlwollende Gegenlesen. Philipp Eins und Markus Tirok haben jeder einen inhaltlichen Beitrag geleistet, dafür bedanke ich mich. Achim

Barczok, Anne Deny, Anna Fuchs, Mona Leitmeier und Christian Riedel danke ich für die wertvollen Einblicke, die ihr in den Interviews zu euren Erfahrungen mit Audio- und Videoformaten gewährt. Gregor Duda, dir danke ich für deine Ideen und deinen technischen Support. Und herzlichen Dank, Luca Caracciolo, für dein Geleitwort.

Ihnen als Lesende wünsche ich eine spannende und inspirierende Reise durch das Buch und wünsche Ihnen für Ihre nächste Situation am Mikrofon gutes Gelingen und Leichtigkeit!

Hannover
im Juni 2023

Jutta Talley

PS: In dem Buch finden sich immer wieder Hörbeispiele, die Sie unter dem jeweils angegebenen Link oder dem QR-Code abrufen können.

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1
1.1	Alle machen Podcasts und Videos	2
1.2	Podcast und Video in der Unternehmenskommunikation	4
1.3	Professionalisierung – da, wo sie Sinn macht	6
1.4	Struktur und Ziel des Buches	9
2	Stimme und Sprechen	11
2.1	Sprechsituation	12
2.2	Innere Sprecheinstellung	15
2.3	Subtext	17
2.4	Entspannte Stimme	19
2.5	Stimmfarbe	25
2.6	Stand und Aufrichtung	28
2.7	Die eigene Stimme verstehen	30
2.8	Lautstärke	33
2.9	Deutliche Aussprache	36
2.10	Sprechtempo	45
2.11	Atemtechnik	49

2.12	Auf den Punkt sprechen	56
2.13	Sprechmelodie	58
2.14	Akzentuierung	63
2.15	Die wichtigsten Regeln für das Sprechen	64
2.16	Aufwärmprogramm für die Sprechstimme	67
2.17	Frauenstimme – Männerstimme	69
2.18	Stimmgesundheit	72
3	Technik und Präsenz	77
3.1	Sprechen am Mikrofon	77
3.2	Sprechen in der Aufnahme	80
3.3	Audio versus Video	82
3.4	Präsenz	86
3.5	Mimik und Gestik	89
4	Gliederung und Qualität	93
4.1	Struktur und Aufbau	93
4.2	Konzeption	98
4.3	Qualität sichern durch Feedback	101
5	Zusammen podcasten	105
5.1	CEO-Perspektive	105
5.2	Perspektive des Unternehmens	108
5.3	Als Team podcasten	111
6	Sprache und Text	115
6.1	Hörverstehen	115
6.2	Sprechdenken	116
6.3	Schreiben fürs Sprechen	119
6.4	Immer fürs Sprechen schreiben	122
6.5	Visualisierung von Text	125
6.6	Flattersatz	128
6.7	Treppentext	130

6.8	Stichwortkonzept	134
6.9	Mindmap	136
6.10	Prompter	139
6.11	Einen guten Einstieg finden	140
6.12	Sprache und Erzählstil	144
6.13	Sprachmuster verändern	150
6.14	Gendern	153
7	Im Interview	159
7.1	Gesprächswirkung	160
7.2	An das Publikum denken	163
7.3	Gäste beruhigen	167
7.4	Atmosphäre im Interview	169
7.5	Zuhören und paraphrasieren	171
7.6	Gute Fragen stellen	173
7.7	Vorgespräch	180
7.8	Zu Gast im Interview	182
7.9	Aktiv als Guest	187
8	Mentale Strategien	189
8.1	Aufregung und Lampenfieber	189
8.2	Identität: Warum ich?	203
8.3	Rollenwelten	205
8.4	Ambivalenzen	209
8.5	Inneres Team	213
8.6	Systeme	217
8.7	Mentale Vorbereitung	221
8.8	Authentizität	223
Zum Schluss		229
Literatur		231

Über die Autorin



©Angelika Zwick

Jutta Talley ist staatl. gepr. Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin und systemische Supervisorin (zertifiziert durch die Systemische Gesellschaft). Ihr Spezialgebiet ist die verbale Kommunikation.

Geboren und aufgewachsen ist sie in Berlin und kam für ihren Beruf nach Hannover. Dort sammelte sie zunächst Erfahrungen als Stimmenterapeutin und widmete sich dann ganz der Erwachsenenbildung mit Coachings für berufliche Kommunikation und Sprechtrainings für

Leute aus dem Radio und Fernsehbereich, beispielsweise für „mediacampus“ im Auftrag der Niedersächsische Landesmedienanstalt (NLM). Dabei faszinierte sie, unter welchen inneren und äußeren Bedingungen Menschen sicher und präsent auftreten können, ohne ihre Authentizität zu verlieren.

Durch langjährige systemische Weiterbildungen vertiefte sie ihr Wissen über Kommunikation und gab dieses weiter – als Lehrbeauftragte für systemische Beratung an der Hochschule für angewandte Wissenschaft und Kunst.

Inspiriert durch Ihre vielfältigen Erfahrungen im Einzelcoaching entwickelte Jutta Talley 2018 das Podcast-Training „Finde deine Frequenz“. Mit ihrer gleichnamigen Podcast-Analyse bietet sie seit 2019 ein strukturiertes Feedback-Tool an. Als Trainerin und Coach unterstützt sie Menschen in Unternehmen und gemeinnützige Organisationen aller Hierarchieebenen dabei, ihre stimmliche und sprachliche Ausdrucks-kraft authentisch und überzeugend zu entwickeln.

Seit 2020 ist sie als Lehrbeauftragte für das Sprechen am Mikrofon an der Hochschule Hannover tätig und vermittelt dort im Studiengang für Journalismus Handwerkzeug für die Berufspraxis.