

Stimme und Persönlichkeit

STIMMENTFALTUNG®: Der Name ihres Unternehmens steht für ihre Mission: Mag. Katrin Haugeneder begleitet Menschen dabei, ihre natürlichste Ressource, die Stimme, wieder zu entfalten, sichtbar und spürbar zu machen.

INTERVIEW: JUDITH HINTERSTEINER

Vor Ihrem Tätigkeitsbeginn als Expertin für Stimm-entfaltung, Stimmtrainerin und Autorin waren Sie als Mittelschulprofessorin für Deutsch und Spanisch aktiv. Aus welchen Motiven heraus haben Sie sich für eine berufliche „Kursänderung“ entschieden?

Stimme hat mich von klein auf fasziniert, Stimmtraining ist mein Element. Der größte Gewinn meines Unternehmertums ist meine persönliche Freiheit wie auch das Privileg, Eigenverantwortung leben zu dürfen. Darüber hinaus bin ich sehr gerne in der Erwachsenenbildung tätig.

Wo sehen Sie den Zusammenhang zwischen Stimme und Stimmung? Kann sich der Mensch „stimmen“?

In der Stimme zeigt sich unsere Stimmung. Diese Stimmung gilt es, dort zu lassen, wo sie hingehört. Unter Professionalität verstehe ich, sich durch gute Sprechtechnik auch gut einstellen zu können – auf den eigenen Stimmklang und den Gesprächspartner bzw. die Gesprächspartnerin. Fühle ich mich gerade gestresst, so

kann ich durch die bewusste Verbindung von Sprechen und Atem in die Ruhe kommen – und dadurch in eine ruhigere Stimmung.

Stichwort „Authentizität“: Kann Stimmtraining helfen, den Weg so zu sich selbst, zu seinem wahren Kern, zu finden?

Absolut ja. Genau das ist ja das Schöne an meiner Arbeit. Menschen zum Wesentlichen und in ihre Kraft zu begleiten.

Kann Stimmtraining auch die Qualität der Kommunikation erhöhen?

Selbstverständlich tut es das. Eine Stimme kann Vertrauen wecken oder distanzieren. Das erleben wir täglich, und vieles davon läuft unbewusst ab. Wenn jemand bei-



FOTO: NICOLE WAGENER/MOMENTS

spielsweise distanziert wirkt, dies aber nicht bewirken möchte, so liegt das an der Art des Sprechens und dem Stimmklang – und das ist eine Gewohnheit.

Praktisch gefragt: Welche Personengruppen gehören zu Ihren Kunden? Unternehmerinnen und Unternehmer,

Themenwechsel: „Und je freier man atmet, je mehr lebt man“, war sich der große deutsche Journalist, Dichter und Apotheker Theodor Fontane sicher. Gehen Sie mit ihm d'accord? Danke für das schöne Zitat! Absolut. Durch unsere Emotion verändert sich der Atem. Durch Muster, Einschränkungen etc. verändert sich der Kör-

Prof. Dr. Horst Coblenzer, dem Mitbegründer der AAP (Atemrhythmisch Angepasste Phonation), war für mich nachhaltig beeindruckend. Sehr aktuell inspiriert mich ein Psychologe: der emeritierte Prof. Mag. Dr. Alfons Reiter, der sich auf Kunsttherapie und Spiritualität fokussiert hat. Weiters schätze ich die Künstlerin Mag. Maria Meusburger-Schäfer, als Kollege den Landtagsabgeordneten und Rhetorik-Trainer Wolfgang Stanek. Natürlich reiht sich hier auch mein Mann ein: Wir haben zusammen die Stimmtrainer-Ausbildung absolviert.

Die Stimme welches Menschen berührt Sie tief?

In meiner Jugend und immer noch: Plácido Domingo. Zuletzt: Jonas Kaufmann auf der Seebühne in Mörbisch mit seinen Operetten-Zugaben. Und nicht zu vergessen die großartige Stimme der Mercedes Sosa. ●

” **Das Schöne an meiner Arbeit? Menschen zum Wesentlichen und in ihre Kraft zu begleiten.**

Führungskräfte; Ärzte und Ärztinnen, Juristen, Techniker, die in ihrem Gebiet hochspezialisiert sind und ihr Wissen „plötzlich“ präsentieren müssen; Vortragende; Menschen, die an/mit ihrer Stimme wachsen möchten – und solche, die intuitiv spüren, dass ihnen durch das tägliche Funktionieren müssen ihre Lebendigkeit abhandenkommt.

Was kommt auf mich zu, wenn ich bei Ihnen ein Einzeltraining buche?

Ich hole Sie dort ab, wo Sie stehen und zeige Ihnen die Grundlagen für eine „schöne“ Sprechstimme. Daraus ergibt sich dann Ihr individuelles Thema. Viele sprechen beispielsweise zu schnell und sind dadurch zunächst einfach nur nicht gut verständlich. Wer deutlich spricht, riskiert, verstanden zu werden. Dahinter steht aber auch das Thema „Pause“ – im Sprechen und im Leben. Hier spielt der Atem eine entscheidende Rolle. Denn aus der Sprechpause ergibt sich die Inspiration – im zweifachen Sinn.

per. Denken Sie typischerweise an Nackenverspannungen. Löse ich diese, so fühle ich mich wieder freier. Ist der Atem freier – und das geschieht unter anderem durch Raum und Zeit –, so fühle ich Offenheit, Weite etc. und habe Zeit und Raum, mich wieder auf das einzulassen, was JETZT ist, wie zum Beispiel Begegnung, Schönheit, Staunen usw.

Welchen Studien geben Sie sich persönlich gerade hin?

Ich befinde mich im Masterstudium zur Kunsttherapeutin. Ich wollte wieder etwas für meine Inspiration tun.

Welche für Sie bedeutenden Persönlichkeiten schätzen Sie als wertvolle Wegbegleiter?

Inspiriert haben mich – und tun es noch heute: Autor und Berater Pater Dr. Anselm Grün sowie der spirituelle Lehrer David Steindl-Rast – auch wenn die Begegnung mit ihm nur sehr kurz war. Auch das Treffen mit

Biografisches

Geburtstag und Geburtsort:

19. Januar 1967 in Linz

Privates: verheiratet

Hobbys: Kunst, Musik, Literatur, Mörbisch am See, Begegnungen, Natur, Stille

Studium der Germanistik und Hispanik an der Universität Wien; dreijährige Ausbildung zur AAP-Atem- und Stimmtrainerin; Lehrgänge: Kreativer Tanz, Personale Pädagogik, Train the Trainer; Ausbildung zur Lachtrainerin; Autorin des Buches „Stimme spüren!“ und der DVD „Stimme macht Stimmung“. Aktuell: Masterstudium zur Kunsttherapeutin. www.stimmentfaltung.at