

# Abtönungspartikel behindern Ihren Auftritt!



von Ralph Misske

## Teil 1

„Nicht so zaghaft, Leute!“

*Immer mehr Programme unterschiedlichster Anwendung (Word, Descript, Avid etc.) werben mit der Möglichkeit, Füllwörter automatisch eliminieren zu können: „Removing Filler Words is a must.“ schreibt das auf Lerntools spezialisierte Unternehmen Adsumo. Das ist sicher richtig.*

*Aber wäre es nicht besser, das Problem an der Wurzel zu packen und solche Modal- oder Abtönungspartikel gar nicht erst zu produzieren? Das wäre dann auch ein wesentlicher Faktor für sicheres Auftreten.*

*Mit diesem Artikel leite ich eine kleine Serie ein, die sich mit den Hintergründen dieses Phänomens beschäftigt und Wege aufzeigt, Abtönungen zu vermeiden.*

Was ist ein „Auftritt“?

Ein Auftritt ist eine Situation, in der die Aufmerksamkeit für eine gewisse Zeit auf mich gerichtet ist.

Mein Vorteil bei einem Auftritt ist, dass ich mehr weiß als mein Publikum.

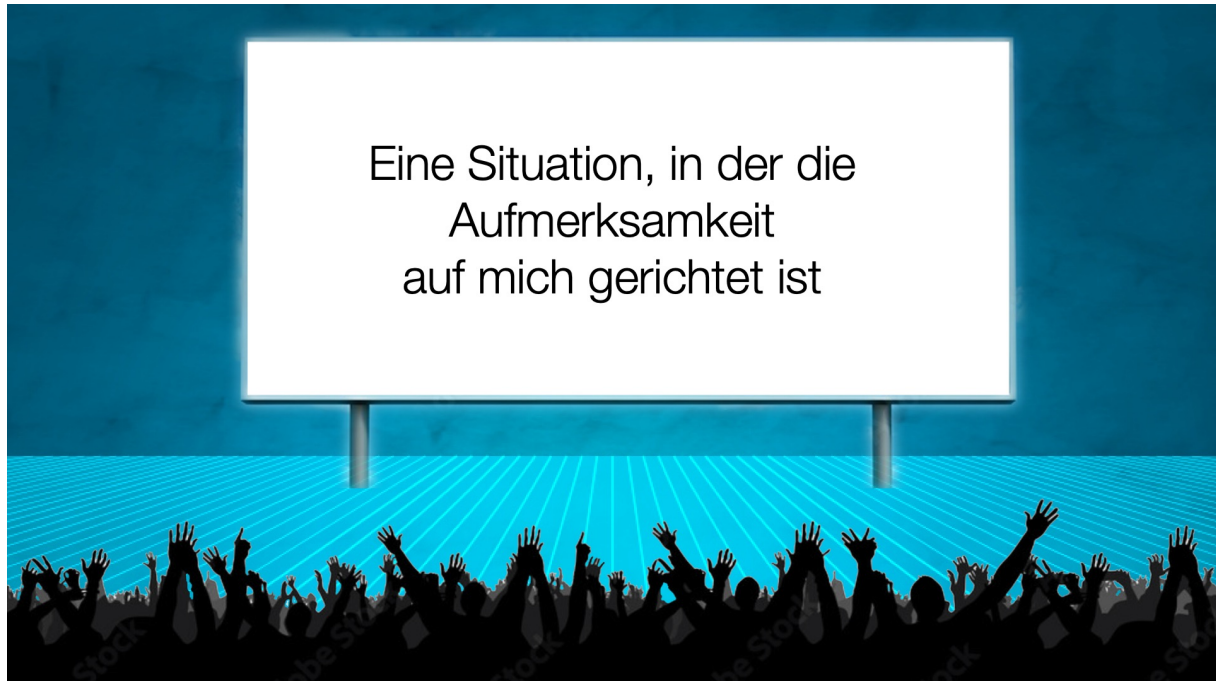
Zwar nur in dem Punkt, um den es bei meinem Auftritt geht, aber der ist hier entscheidend. Denn deshalb ist mein Publikum – und sind es jetzt hoffentlich auch Sie – neugierig und aufmerksam. Egal, ob ich eine Rede oder eine Präsentation halte oder ob ich Gast in einer Talkshow bin: All das, was ich sagen will, ist als Information an mein Publikum gedacht. Und dieses Publikum ist in den meisten Fällen auch daran interessiert: Deshalb ist es ja gekommen.

Daraus ergibt sich ein gewisser Status, den man den „Hochstatus“ nennt (nach Keith Johnstone, einem berühmten Schauspiel- und Improvisationslehrer). Dieser Hochstatus ist eine Verabredung auf Zeit, allgemein akzeptiert und moralisch nicht verwerflich.

Die Herausforderung ist, dass ich die Erwartung an diesen Status bedienen muss. Sonst kann ich meine Informationen nicht effizient weitergeben. (Informationen aus dem Tiefstatus heraus werden verdrängt oder schnell vergessen.) Ich werde also für die Zeit meines Auftritts die Führungsrolle übernehmen.

Und obwohl diese Führungsrolle bei einem Auftritt, wie gesagt, Teil der Verabredung ist, scheuen sich viele Menschen in dieser Situation, sie einzunehmen. Das ist verständlich – doch daran sollte und kann gearbeitet werden.

Ein gutes Auftrittstraining wird zu einem sicheren Auftreten führen.



In diesem Zusammenhang ist neuerdings und zunehmend ein seltsames Phänomen zu beobachten:

Bevor wir Angst oder Lampenfieber überhaupt realisieren, klar benennen und über ein effektives Auftrittstraining beherrschbar machen können, schleicht sich heimlich ein Verhalten in viele Auftritte, das auf den ersten Blick völlig normal und oft sogar souverän wirkt. Aber bei genauerem Hinsehen und vor allem Hinhören raubt es als eine Art Schmerzvermeidung jedem notwendig effektiven Dialog mit dem Publikum die Substanz.

Dieses Verhalten äußert sich hauptsächlich in der Sprache. Es versucht vorseilend, Konflikte zu umgehen. Es versucht, Fehler zu vereiteln, die noch gar nicht begangen wurden. Symptome dieses Verhaltens, sind eine besondere Art der Füllwörter: sogenannte Modal- oder besser Abtönungspartikel. Diese letztere Vokabel hat es als Ratebegriff sogar in Günther Jauchs Millionärs-Quiz geschafft. „Abtönung“ deswegen, weil hier eine Aussage, die eindeutig ist, über eine Formulierung, eben einen „Partikel“, unmittelbar relativiert wird.

Beispiel: „Ich erzähle Ihnen jetzt etwas aus meinem Leben!“

Um diesen Frontalangriff an die Geduld meiner Zuhörer abzutönen, wähle ich mit „Ich möchte Ihnen jetzt ein bisschen was aus meinem Leben erzählen“ eine Formulierung, die eine Art Weichzeichner über die Ankündigung legt.

Mit dem Modalverb „möchte“ und dem Adverb „bisschen“ haben ich hier schon zwei der hartnäckigsten Vertreter der Abtönungspartikel benannt, auf die ich an anderer Stelle in meiner kleinen Serie über dieses Thema noch eingehen werde.

Zunächst wende ich mich einem Adverb zu, das, hastig und verschliffen ausgesprochen, netterweise selbst die Ursache seiner Anwendung offenbart: Das unscheinbare Wörtchen: „Sozusagen“!

Schnell und weg-genuschelt bleibt da nämlich nur noch „so'zagen“ oder gar „Zagen“ übrig – und darum geht es hier in der Tat: Um Zaghaftigkeit, um Angst vor der vermeintlichen Konfrontation – oft garniert mit falsch verstandener Political Correctness!

Diese Vermeidungsstrategie verweigert auf eine nahezu perfide unterschwellige Weise den Hochstatus, den das Publikum erleben will.

Ständig stehen Menschen auf der Bühne, die „hier halt eben mal kurz etwas erzählen möchten“, anstatt konkret zu präsentieren, was ihr Gegenüber hören soll – und in den allermeisten Fällen auch hören will!

Eigentlich kündigt die Formulierung „sozusagen“ nur an, dass etwas anders ausgedrückt werden soll, als zu erwarten gewesen wäre. Oder anders als die Sprechenden es normalerweise ausdrücken würden. Der Duden bietet hier alternativ das schöne Wort „gleichsam“. Er ergänzt die Bedeutung aber auch um „ungefähr“ und (eleganter) „quasi“.

Wenn ich also sicher bin, dass ich einen bestimmten Sachverhalt oder einen Gedanken nicht genau ausdrücken will oder kann, dann wähle ich eine mehr oder weniger vergleichbare Formulierung. Sie wird also quasi (sic!) in Anführungszeichen gesetzt. Es handelt sich mithin um eine bewusste Entscheidung. Das ist schön und entspricht meinem Hochstatus als Referent oder überhaupt Auftretender.

Allerdings verkommt das Wort „sozusagen“ – nicht nur in seiner verschliffenen Form – derzeit zum Abtönungspartikel.

Ständig weigern sich Menschen, präzise zu formulieren, was sie meinen. Und selbst wenn sie meinen, was sie sagen, wird sicherheitshalber ein „so'zagen“ drangeklebt, um zu signalisieren, dass man jedenfalls unschuldig ist, falls irgendwas politisch inkorrekt sein sollte oder irgendwelche Gefühle verletzt werden könnten.

„Als Ihr Trainer möchte ich Ihren Auftritt sozusagen mit Ihnen proben. ... Wir machen sozusagen eine Mittagspause ... Ich darf mich jetzt sozusagen verabschieden“. Das ist wie Fahrstuhlmusik. Man hört Watte: Also quasi, irgendwie in die Kladde gesprochen, sozusagen eben halt nichts – außer so ... Zagen.

**so•za•gen**  
**/sozágen/**

Zaghafteigkeit ist nun aber nur in absoluten Sonderfällen ein probater Weg, Inhalte zu vermitteln. Die klare Aussage eines Menschen, der weiß, was er sagt, und dazu auch steht, ist eine der wesentlichsten Voraussetzungen für Aufmerksamkeit und Akzeptanz.

Dabei kann das bewusst gewählte und deutlich gesprochene „sozusagen“ – maßvoll eingesetzt – sogar ein gutes Mittel sein, diese Aufmerksamkeit zu steigern. Denn ich führe den Zuhörenden ja gleichzeitig mindestens zwei Möglichkeiten der Formulierung vor:

Einmal die von mir ausgesprochene und bewusst in „Sozusagen-Klammern“ gesetzte Variante. Und parallel provoziere ich die Vorstellungskraft meines Publikums, was denn die alternative Formulierung wäre, wenn man es „üblich“ oder „direkt“ oder einfach nur „anders“ sagen würde. Das kann rhetorisch interessant sein.

Abtönungspartikel sind nur interessant zum Abgewöhnen. Wie man sich mit einer Krankheit beschäftigt, die man loswerden will. Das sollte man aber unbedingt tun, um ein wirklich sicheres Auftreten zu erreichen.

Wie das gelingt, möchte ich in einer kleinen Artikel- und Podcast-Serie in mehreren Folgen vermitteln.

Also folgen Sie mir, und Sie werden erfahren, wie Sie sich der Krankheit „Abtönungspartikel“ entledigen und Sicherheit beim Reden bekommen und ausstrahlen.



Ralph Misske

[www.DerAuftrittstrainer.de](http://www.DerAuftrittstrainer.de)