

A close-up portrait of Nicola Tiggeler, a woman with long, wavy, dark brown hair, smiling warmly at the camera. She is wearing a white top. The background is a soft, out-of-focus light color.

Anklang findet, wer im Einklang mit sich ist

Text: **Christoph Quarch**
Foto: **Michael Leis**

WER GEHÖRT WERDEN WILL, IST BEI NICOLA TIGGELER RICHTIG. DIE SCHAUSPIELERIN UNTERSTÜTZT FÜHRUNGSKRÄFTE DABEI, GLAUBWÜRDIG UND KRAFTVOLL IHRE STIMME ZU ERHEBEN.

Die Stimme ist ihr Beruf. Nicht nur als Schauspielerin, sondern ebenso als Gesangspädagogin und Stimmcoach. Bei Nicola Tiggeler ist richtig, wer in der Welt seine Stimme erheben möchte: Moderatoren und Redner, Politiker und Schauspielkollegen, Manager und Unternehmer. Frauen und Männer gleichermaßen nehmen die Dienste der 54-Jährigen in Anspruch, um sich besser Gehör zu verschaffen – gut gestimmt und stimmungsvoll.

»Mit der Stimme kann man führen, andere Menschen für sich und seine Ideen einnehmen«, nennt sie den Grund dafür, warum besonders Führungskräfte bei ihr vorsprechen. »Die Menschen spüren intuitiv, ob jemand mit eigener Stimme spricht oder nicht, denn die Stimme kann man nicht verstellen. Wenn die Stimme nicht stimmt, verliert man seine Glaubwürdigkeit.« Die Wenigsten jedoch wissen darum und reden einfach drauf los, wie ihnen der Schnabel gewachsen ist; oft mit dem Ergebnis, dass irgendwann die Stimme versagt, die Angst wächst und die Energie verpufft. Was eigentlich ein wunderbares Instrument für Führung und Verständigung ist, wird dann zur bleischweren Last.

Autorität, Souveränität, Authentizität

Deshalb beginnt die Arbeit für Nicola Tiggeler damit, das Bewusstsein für die Macht der Stimme zu wecken: zu vermitteln, wie wichtig es ist, den rechten Stand zu finden und von innen heraus seinen Worten eine stimmige Kontur zu geben, um so dem Gesagten Autorität, Souveränität und Authentizität zu verleihen. Gerade Menschen, die unter Nervosität leiden, könnten enorm davon profitieren, ihre Stimme professionell auszubilden, weiß sie aus Erfahrung.

»Die gute Nachricht ist: Man kann es lernen«, ist Nicola Tiggeler überzeugt: Es gibt Atemtechniken, Sprechübungen und vieles mehr, was sie ihren Klienten beibringt und was sie leicht anwenden können. »Es ist viel Handwerk dabei«, aber das Handwerk diene nur dazu, die eigene Persönlichkeit besser zur Sprache zu bringen, mit sich in Resonanz zu sein. »Stimmbildung ist deshalb immer auch Persönlichkeitsbildung«, erklärt sie, »man kann das eine nicht vom anderen trennen. Ich muss wissen, wer bin ich, wenn ich mit stimmiger Stimme sprechen will.« Nicht zufällig komme das Wort »Person« vom lateinischen per-sonare: durch-klingen. Denn Person im eigentlichen Sinne sei nur, wer sich selbst auf authentische und stimmige Weise zum Klingen bringt, im Einklang mit dem eigenen Selbst.

It's showtime!

»Bin ich mit mir Einklang, dann finde ich Anklang«, bringt sie den positiven Effekt ihres Stimmtrainings auf eine griffige Formel. Der Grund dafür liegt auf der Hand: »Finde ich meinen Eigenton und ist meine Rede auf die mir eigene Frequenz gestimmt, dann fühlt sich der Zuhörer wohl, dann geht er mit und schenkt mir Gehör.« Dann sind die nötigen Voraussetzungen für eine erfolgreiche Präsentation oder einen gelungenen Vortrag gegeben. Danach kann sie mit dem Feinschliff beginnen. Sollte es gewünscht sein, berät Nicola Tiggeler ihre Kunden auch vor wichtigen Auftritten. »Weil ich fast immer Laie bin, taue ich vorzüglich als Testperson«, lacht sie. Vor allem ach-

tet sie darauf, dass die Sätze nicht zu lang geraten, dass Pausen klug gesetzt werden, dass die Rede eine spannende Dramaturgie bekommt – alles Dinge, bei denen sie ihr schauspielerisches Know-How zum Einsatz bringen kann. Bis dahin, dass sie ihren Klienten vermittelt, wie genussvoll es sein kann, bei einer Präsentation in eine Rolle zu schlüpfen und sie konsequent zu spielen: »It's showtime!«

Im Dialog sein

Keineswegs will sie sich allerdings als Erfüllungsgehilfin für Eitelkeiten missverstanden wissen. Es geht ihr darum, Menschen die Chance zu geben, sich in der Welt zu zeigen; aber nicht im Sinne eines Ego-Trips, sondern im Dialog mit anderen. Gerade das mache die eigentliche Kunst der stimmigen Rede aus: sich immer neu einzustimmen auf die Zuhörer, anstatt sie gewaltsam zu überstimmen. »Geht dieses dialogische Moment verloren, wird die Stimme arrogant und abgehoben. Sie verliert ihre Kraft und der Schuss geht nach hinten los«, warnt sie.

So einleuchtend ist, was Nicola Tiggeler über ihre Arbeit zu sagen weiß, sie stößt doch auch auf Widerstände. Vor allem in der Business-Welt bekommt sie gelegentlich zu hören, das alles sei »zu esoterisch«. Man wolle effektive Methoden und Techniken, aber doch nicht ... atmen! Oder es spukt die Befürchtung umher, beim Stimmtraining habe man es mit getarnter Psychologie oder gar Therapie zu tun. Dem könne sie am besten beikommen, indem sie die handwerkliche Komponente ihrer Arbeit in den Vordergrund stellt: »Das hilft so manchem über die Schwelle«, hat sie inzwischen gelernt; »und bereut hat es noch keiner«.

Im Gegenteil. Einmal, erzählt sie, habe eine Dame sie um Hilfe gebeten, die als Vorstand einer Bank immer darunter litt, nicht wahrgenommen zu werden. Sie habe sich anfangs sehr schwer damit getan, ihre Persönlichkeit zur Sprache zu bringen, dann aber habe sie ihre Eigenschwingung gefunden. Heute hört man ihr zu. »Sie redet mit dem Brustton der Überzeugung«. //

Nicola Tiggeler //

Gerade mal vier Jahre alt war Nicola Tiggeler, als sie den Entschluss traf, Opernsängerin zu werden. Was sie dann auch – »mit der mir eigenen Konsequenz«, wie sie sagt – wahr machte: Mit acht Jahren sang sie ihre erste Rolle an der Staatsoper Hannover, später studierte sie Gesang an der Hochschule für Musik in Hamburg, wo sie 1986 mit der Diplom-Prüfung in Oper und Gesangspädagogik abschloss. Danach spielte, sang und tanzte sie sich in verschiedenen Häusern quer durch das Repertoire von Oper über Operette und Musical bis hin zum Schauspiel. Ihr Fernsehdebüt gab sie 1993 in der Krimiserie »Der Fahnder«. Zahllose Film- und TV-Auftritte folgten, darunter in mehr als 800 Folgen der Telenovela »Sturm der Liebe«.

www.stimmeundsprechen-muenchen.de

www.nicola-tiggeler.de

