

DAS BUCH ZUR  APP

INGRID AMON

MEINE STIMME MEIN ERFOLG

**DER KOMPAKTE RATGEBER
FÜR DIE WIRKUNGSVOLLSTE
STIMM- UND SPRECHTECHNIK
MIT 100 ÜBUNGEN, TIPPS
UND ANWENDUNGSBEISPIELEN**

fischer & gann

INGRID AMON
MEINE STIMME - MEIN ERFOLG

fischer & gann

INGRID AMON

***MEINE
STIMME MEIN
ERFOLG***

**DER KOMPAKTE RATGEBER FÜR DIE
WIRKUNGSVOLLSTE STIMM- UND
SPRECHTECHNIK**

MIT 100 ÜBUNGEN, TIPPS UND
ANWENDUNGSBEISPIELEN

fischer & gann

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

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt.
Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist unzulässig und strafbar.

© Verlag Fischer & Gann, Munderfing 2017
Umschlaggestaltung | Layout: Gesine Beran, Turin
Umschlagmotiv: shutterstock/Mmaxer

ISBN 978-3-903072-44-2
ISBN E-Book 978-3-903072-50-3

www.fischerundgann.com

INHALT

01 | OHNE STIMME IST ALLES NICHTS - EINE EINFÜHRUNG

Die richtige Motivation - wofür Stimmtraining gut ist

Der Ton macht die Musik - Stimmen bewusst wahrnehmen

Ich doch nicht! Vorurteile über Bord werfen

Hinhören statt Weghören - was macht eine (un)attraktive Stimme aus?

Reden lernt man nur, wenn man redet - Sie sind am Zug!

02 | WOZU IST DIE STIMME GUT? FUNKTIONEN UNTER DER LUPE

Get connected - Verbindung herstellen

Traktor und Ferrari - wer waren Ihre Vorbilder?

Inhalt braucht Performance - das Transportmittel Stimme

03 | DIE STIMME - DAS FREMDE ICH

Nur Mut - stellen Sie sich der Realität!

Das schwarze Loch in der Biografie - wie die Stimme sich entwickelt

Bin das wirklich ich? So hören Sie Ihre eigene Stimme

04 | SO WIRKT IHRE STIMME

Die wundersame Froschvermehrung - motorischer Mitvollzug

Der Eutonus – es wird spannend

Herzöffner Stimme – der Schlüsselreiz in der Kommunikation

Botschaften im Doppelpack – Text und Emotion

Die Stimme macht, was ich will – aber welche Intention habe ich?

Löwin oder Mäuserich – was der Stimmklang aus uns macht

05 | DAS WUNDERWERK STIMME – WAS IM KÖRPER VOR SICH GEHT

Die Fertigungshallen von Mutter Natur

Der Atem – zwischen Anspannung und Entspannung

Der Kehlkopf ist unser Tonstudio – die Quelle der Stimme

Artikulation – das Megafon im Mund

Ihr Körper – Lautsprecher für die Stimme

Ganz Ohr sein – warum wir uns hören müssen

Das Gehirn – der Unterschied zwischen Denken und Sprechen

06 | SCHALTFREUDIG UNTERWEGS – DIE SPRECHMELODISCHE GESTALTUNG

Dynamisches Sprechen – die 5 Grundelemente

Entwickeln Sie Ihre Stimme – mit Gefühl!

07 | EIN BUNTES BREVIER RUND UM DIE STIMME

Blasius – Der Stimmheilige

Chalzedon – der Stein der Redner

Gleichgewicht und Sprechvermögen – eine besondere Verbindung

Louise Hay – Positiv denken heißt positiv sprechen

Hören hilft merken – akustische Memory-Funktion

Mamma Mia – die Stimme der Mutter

Gut gebrüllt, Löwe – tierische Erkenntnisse

Klangvolle Erotik – die Stimme als Geschlechtsmerkmal

Stimmkräuterwein – ein Rezept von Hildegard von Bingen

Das Singen und das Glück ... und das nicht nur zur Weihnachtszeit

Sätze, die die Welt bewegen

08 | STIMM-MANAGEMENT LITERATURVERZEICHNIS

01|

OHNE STIMME IST ALLES NICHTS - EINE EINFÜHRUNG

DIE RICHTIGE MOTIVATION - WOFÜR STIMMTRAINING GUT IST

WIE VIELE WÖRTER TÄGLICH SPRECHEN SIE? Wir leben in einer kommunikativen Gesellschaft, und nur wenige von uns verbringen ihr Leben gänzlich schweigend. Und weil wir zum Sprechen die Stimme gebrauchen, ist es lohnend, sich einmal im Leben mit der Stimme zu befassen und dieses Buch zu lesen, und zwar ...

... zur Weiterbildung: Wir leben in einer modernen Wissensgesellschaft. Kenntnisse über einen Vorgang, der immerhin fast täglich in Ihrem Leben vorkommt, können da nicht schaden.

... weil es die Persönlichkeit bildet: »Gib einem Menschen eine andere Stimme - und du gibst ihm damit eine andere Persönlichkeit«, sagt Prof. Higgins in dem berühmten Musical *My Fair Lady*, in dem das ungebildete Blumenmädchen Eliza mit Sprechtraining seinen Gassendialekt verlieren und eine feine Dame der britischen Gesellschaft werden soll. Mit jedem neuen Ton, den Sie Ihrer Stimme entlocken, mit jeder Silbe, die Sie anders und neu artikulieren, bereichern Sie Ihre ganz persönliche Ausdrucksweise. Ein Stimmtraining fördert den lebendigen

Ausdruck Ihrer Persönlichkeit, Ihr Wachstum als Mensch. Die Fähigkeit, sich auszudrücken, beeinflusst ganz entscheidend die berufliche und persönliche Lebensbahn eines Menschen. Von der Karriere bis zur Partnerwahl. Setzen Sie Ihr Potenzial auch hörbar frei!

... der Gesundheit wegen: Da können Sie sogar Trendsetter und Vorreiter werden. Ökonomisch richtiges Sprechen ist ein äußerst hilfreicher Faktor des persönlichen Fitness- und Wellnessprogramms. Noch ist der Gesundheitsfaktor Stimme wissenschaftlich nicht genau dokumentiert. Was wir bereits wissen und viele Menschen fühlen und erfahren: Macht man es richtig, spricht ökonomisch, werden mehr als die Hälfte der 360 Körpermuskeln bewegt. Es leuchtet ein: Jedes Telefongespräch hat das Potenzial, zu Ihrer Gesundheit mitten im Alltag etwas beizutragen.

... aus rhetorischen Gründen: Die Kunst, andere Menschen von dem, was man sagt, zu überzeugen, hängt auch damit zusammen, wie man es sagt. Inhalt transportiert sich nicht von allein. Wie oft sind Sie bei einem Fachvortrag, in einem Meeting schon fast weggedöst? Nicht weil der Inhalt uninteressant war, sondern weil die Ausführungen ohne Schwung, monoton, ohne Dynamik, zu leise, zu undeutlich vorgetragen wurden?

... weil es der Selbsterkenntnis dient: Ist Ihnen bewusst, wie Ihre Stimme derzeit klingt? Ganz ehrlich? Oder erschrecken Sie beim Anhören einer Aufnahme, tun aber nichts, außer sich enttäuscht abzuwenden? Haben Sie schon viel für sich getan, aber noch nie für Ihre Stimme gesorgt?

... weil Sie sich von dieser Lektüre/vom Stimmtraining zu Recht noch ein paar weitere Vorteile für Ihr Leben erwarten und darauf neugierig sind.

Stimmtrainings sollen grundsätzlich die Präsenz, Autorität, Kompetenz und Überzeugungskraft der Teilnehmer individuell stärken. Die meisten Trainings haben die Stimmfunktion als theoretischen Hintergrund. Das Sprechen wird in Einzelkomponenten zerlegt, die Teilfunktionen werden geübt und wieder in den Gesamtvorgang eingegliedert. Vom Stimmlehrer darf man zu Recht eine persönliche Analyse dieser Funktionen und ihre Stärkung erwarten. Es geht also im Wesentlichen um Ihre Körperhaltung und Atmung, Artikulationsbewusstsein und -vermögen, Sprechpausen, Resonanz, Mimik, Gestik und Körpereinsatz.

UND JETZT SIE!

Ich freue mich darauf, Sie durch diesen Ratgeber zu begleiten! Und wann immer Sie mir bei einem Absatz innerlich zustimmen, empfehle ich Ihnen, gleich mit dem Experimentieren zu beginnen. Lassen Sie Ihre Zustimmung laut werden, und zwar mit dem zustimmenden Kommunikationslaut »Mhm«. Ein leise hörbares »Mmmmmmm« auf den Lippen erzeugt eine leichte Vibration, die Sie spüren können. Damit sensibilisieren Sie effizient die Bewusstheit für das »Ausgangstor der Stimme«. Klang dringt bekanntlich durch den Mund nach außen! Das »Mmmmmmm« entspannt den Kehlkopf, und außerdem ist es höchst alltagstauglich – achten Sie einmal drauf, wie oft Sie das »Mmmm« gebrauchen ...

Üben Sie jetzt schon beim Lesen, denn damit haben Sie den Entspannungslaut in der Kommunikation stets parat. Und so üben Sie weiter:

Verspeisen Sie genüsslich eine kleine Praline oder etwas Ähnliches.

Wer hätte gedacht, dass es sich dabei um eine Kehlkopfentspannungsübung und eine Resonanzübung handelt, hmhmhmhm? Ein geschätzter Kollege lässt sich in der Winterzeit als Werbemittel für seine Trainings kleine Schokotäfelchen herstellen. Darauf steht: Wetten, dass Sie gleich eine Stimmübung machen werden? »Hmhmhmhm«.

Wichtig ist das Spüren der Vibration. Im Stress unterdrücken wir leider oft die Vibration, indem wir das »Mmmm« nur noch mit Druck oder/und zu kurz rauslassen. Also probieren Sie es einige Male aus. Denken Sie an einen Lotto-Sechser, vier Wochen bezahlten Urlaub oder ähnlich Erfreuliches.

Beobachten Sie andere Menschen.

Oft wird Ihnen auffallen, dass der Mund beim Sprechen wenig geöffnet wird, undeutliches Sprechen meist die Folge ist. Klar: Wenn die Türe geschlossen ist, geht nichts hinaus und beim Hörer kommt entsprechend auch nichts an. Abgesehen davon ist es ein ungünstiges körpersprachliches Signal, mit unbewegter Mundregion zu sprechen. Wen wundert's, dass sich von unbewegten Gesichtern niemand bewegen lässt?

Sprechen Sie absichtlich mit fast geschlossenem Mund.

Probieren Sie selbst aus, welche Wirkung das hat.

DER TON MACHT DIE MUSIK - STIMMEN BEWUSST WAHRNEHMEN

IST DIE STIMME WIRKLICH SO WICHTIG? Sie zucken mit den Schultern? Oder stimmen Sie mir zu? Vielleicht haben Sie auch eine leise Ahnung, sind sich aber nicht sicher?

Ändern wir kurz den Blickwinkel. Wenn statt schöner Töne am Morgen nur Krächzlaute erschallen oder Sie temporär gar keine Stimme haben, dann herrscht rasch Klarheit darüber, wie wichtig die Stimme ist. Ihr Tagesplan ändert sich dramatisch, vor allem der berufliche, denn Sie müssen die Stimme in den meisten Fällen durch Schreiben ersetzen. Einfach ausfallen sollte das »Ding« dann doch nicht. Da fehlt etwas ...

Was also ist Ihre Stimme für Sie? In einschlägigen Büchern finden sich viele verschiedene Aspekte der menschlichen Stimme. Welche davon stoßen bei Ihnen auf Resonanz?

Die Stimme ...

- ... transportiert Emotionen;
- ... ist ein Instrument der Seele;
- ... ist ein intimes Kommunikationsmittel;
- ... ist ein Spiegel des Selbst;
- ... ist ein wunderbares Instrument;
- ... ist ein unbekanntes Wesen;
- ... ist ein vernachlässigtes Tool in der Kommunikation;
- ... ist ein individuelles Merkmal einer Person;
- ... ist ein Trägermedium für Inhalte;
- ... ist ein Hinweis auf die Seelenkraft;
- ... ist ein komplexes Phänomen;
- ... ist ein Ausdrucksmittel;

- ... ist ein Spezifikum der menschlichen Ausdrucksweise;
- ... ist eine Leistungsfunktion des menschlichen Körpers;
- ... ist physikalische Schallwellenerzeugung;
- ... ist ein wirkungsvolles Manipulationswerkzeug;
- ... ist ein Schlüsselreiz in der Kommunikation;
- ... wird von Kabarettisten gerne nachgeahmt.

UND JETZT SIE!

- ▶ Was fällt Ihnen noch dazu ein? Wie würden Sie die Stimme beschreiben oder definieren?
- ▶ Unbestritten ist Ihre Stimme ein Signal, etwas Hörbares, auf das Ihr Gegenüber positiv oder negativ reagiert. Umgekehrt gilt das natürlich auch für Stimmen, die an Ihre Ohren gelangen.
- ▶ Vermutlich haben Sie in den vergangenen zwölf Monaten irgendeine Stimme gehört, bei der Sie in wenigen Sekunden auf Abwehr geschaltet haben. Und sicher auch mindestens eine besonders »schöne«, eindruckliche Stimme, die Sie positiv gestimmt hat.

Entdecken Sie Ihre Lieblingsstimme(n)!

- ▶ Welche Sängerin, welcher Sänger hat für Sie momentan die angenehmste Stimme? Finden Sie Ihre drei Favoriten unter den Gesangsstimmen und schreiben Sie diese auf. Es könnte sein, dass Ihre Auswahl in die Richtung Ihrer eigenen Klangmöglichkeiten weist.
- ▶ Zu welchen Stimmen fühlen Sie sich hingezogen? Welche Stimmen hören Sie gerne: tiefe, rauchige, brummige, klare, feste, helle, leise, laute ...?

ICH DOCH NICHT! VORURTEILE ÜBER BORD WERFEN

ÜBERHOLTE VORSTELLUNGEN UND SELTSAME FANTASIEN über »gutes und schönes Sprechen« halten sich hartnäckig. Die Zahl der Menschen, die sich unter einem Stimmtraining nichts vorstellen können, ist nach wie vor groß. Und doch sind rund zehn Millionen Menschen im deutschsprachigen Raum als Vielsprecher im beruflichen Alltag auf ihre Stimme angewiesen. Die Sprechwirkungsforschung belegt mittlerweile die hohe Bedeutung des Wie in der Kommunikation. Ich halte es deshalb für nützlich, an dieser Stelle einige Vorurteile über Bord zu werfen. Welche der folgenden Aussagen könnte auch von Ihnen stammen?

Stimmtraining - das ist doch das mit dem Korken, oder?

Mit einem Korken im Mund Sprechübungen machen? Vergessen Sie das. Modernes Stimmtraining holt mit knackigen Übungen in 15 Minuten ein Maximum an Resonanz aus Ihnen heraus. Viele alltagstaugliche kleine Trainingsmaßnahmen festigen und kräftigen Ihre Stimme! Der Korken geht gerade mal als Retro-Übung durch.

Der Inhalt zählt - Hauptsache, ich weiß, was ich sagen will.

Ein Inhalt kann sich nicht selbst transportieren. Jedes Wort braucht den Klang, um beim Zuhörer anzukommen. In liebloser Verpackung hat der Inhalt wenig Chance, aufgenommen zu werden: Rotwein im Zahnputzbecher? Lenkt punktgenau alle Aufmerksamkeit auf den

Zahnputzbecher! Brummstimme, Dauerräuspern, angespannte Stimmgebung: Das irritiert die Zuhörer, langweilt, ermüdet, löst Ablehnung aus und lenkt zielsicher vom Inhalt ab.

Ich rede täglich, was soll ich da noch Sprechen lernen? Reden kann doch jeder.

Denken Sie kurz an Ihren Gehaltszettel. Wenn Sie Ihre Stimme nicht einsetzen könnten, hätten Sie dann dasselbe Gehalt? In derselben Höhe, für dieselbe Leistung? Ihre Stimme und Ihre Sprechweise sind vermutlich ganz unmittelbar mit Ihrer Erwerbsfähigkeit verbunden. Sie sind ein Voice Worker. Deshalb tun Sie gut daran, diese Fähigkeit zu pflegen, zu schützen, zu üben. Und Ihren eigenen Ausdruck so zu schulen, dass Ihre Botschaften schnell, sicher, eindeutig und erfolgreich »überkommen«.

Es gibt Wichtigeres als die Stimme.

»Mir ist egal, wie ich aussehe, ich seh's ja selber nicht.« Jemanden mit dieser Auffassung würden Sie für ziemlich naiv halten. Genauso agieren Sie, wenn Ihnen Ihre Sprechweise nicht wichtig ist. Obwohl wir uns selber nicht so sehen, wie andere uns sehen, stylen wir unser Äußeres zumeist so, dass es gut zu unserem beruflichen und privaten Leben passt. Wir holen ein Optimum aus uns heraus und sind sicher, dass es sich gut auf unsere Ausstrahlung und unser Selbstvertrauen auswirkt, wenn wir besser aussehen. Was glauben Sie, wie Sie Ihre Wirkung und Ihren Erfolg steigern, wenn Sie auch Ihre Stimme optimieren!

Die Stimme ist doch angeboren - was kann man da schon tun?

Sie haben vermutlich einmal eine negative Rückmeldung zu Ihrer Sprechweise bekommen. (Du klingst so aggressiv; du kannst nicht singen; du näselst; mach den Mund auf beim Sprechen ...) So eine Beleidigung sitzt tief. Möglicherweise stellen Sie sich Ihrer akustischen Wirklichkeit dann nicht mehr. Sie haben Angst davor, die eigene Stimme wirklich einmal zu hören. Schade, denn dann bleibt Ihr Potenzial leider ungenutzt. Geben Sie sich einen Ruck – das lässt sich ändern!

Ich bin auch ohne Stimmtraining erfolgreich.

Wenn das so ist, gehören Sie entweder der schreibenden Zunft an oder Sie unterschätzen Ihre Möglichkeiten. Erfolgreich »rüberkommen« bedeutet auch, durch eine dynamische Sprechweise Anklang und Gleichklang zu erreichen. Lassen Sie mich das am Beispiel Sprechgeschwindigkeit erklären: Ein langsam sprechender Mensch wird genau bei jenen ankommen, die gerne langsam hören. Den anderen kann sein Tempo leicht auf die Nerven gehen. Wer alle erreichen will, sollte oft das Sprechtempo wechseln, sogar innerhalb eines Satzes. Mit Tempodynamik erreicht man wesentlich mehr Zuhörerinnen und Zuhörer, nämlich die schnellen und die langsamen, weil man allen etwas bietet.

Ich habe doch keinen Sprachfehler!

Die Logopädie kümmert sich um Menschen, deren Stimme schon richtige Störungen aufweist: Schreiknötchen, Dauerheiserkeit, Räusperzwang etc. Stimmliche Fitness dagegen ist für alle gesund. Deswegen profitieren auch Sie von einem Stimmtrainer. Wer eine Stimme hat, setzt sie nicht automatisch effizient und ökonomisch ein. Jeder, der seine Stimme richtig einsetzt, atmet z. B. tiefer, versorgt viele Muskeln des Körpers mit Wohlfühlspannung und ist

wacher und konzentrierter bei allem, was er tut. Also:
Worauf warten Sie noch?

HINHÖREN STATT WEGHÖREN - WAS MACHT EINE (UN)ATTRAKTIVE STIMME AUS?

DIE MEISTEN KOLLEGINNEN UND KOLLEGEN, also Phoniater, Voice Coaches, Sprecherzieher, Logopäden, Gesangspädagogen, Stimmbildner, Schauspiellehrer, Kommunikationsforscher usw. sind sich einig: Die Menschen gehen mit ihren Stimmen nicht gut um. Sie benutzen sie meist täglich, jedoch zum Teil unphysiologisch. Sie halten Stimme für eine Eigenschaft, dabei ist sie eine Fähigkeit. Sie halten Stimme für Schicksal und nicht für ein wunderbares Instrument. Sie reden einfach nur und haben keine Vorstellung, was sie mit einer tollen Sprechweise alles bewegen könnten.

Mit anderen Worten: Die Stimme wird unterschätzt. Die Sprechenden könnten wesentlich mehr aus ihrem Organ herausholen. Nicht jeder muss Operngesang studieren, nicht alle müssen immer »richtig« sprechen. Aber je nach Absicht und Ziel könnte man so manche Stimme mit einem höchst individuell zugeschnittenen Training zu mehr Wirkung hin entwickeln.

Denn eins steht fest: Selbst ein völlig ungeübtes Ohr ist in der Lage, nach wenigen Sätzen eine geschulte von einer nicht geschulten Stimme zu unterscheiden und eine geschulte, ausgebaute Sprechweise im Alltag zu erkennen. Dem Charme eines Menschen, der gepflegt spricht, kann sich auch Otto Normalverbraucher nicht entziehen.

Einigkeit herrscht auch über die starke Zunahme der Berufe, in denen die Stimme wichtig ist. Bei vielen Berufsgruppen hängt das Einkommen direkt mit dem Gebrauch der Stimme zusammen. Ein Notar muss spontan

Sachverhalte kommunizieren, eine Physiotherapeutin ihre Methode verständlich erklären, ein Computerfachmann seine Software vorstellen, eine persönliche Assistentin schnell mal eine Präsentation aus dem Hut ziehen, ein Bademeister über Mikrofon deutliche Durchsagen machen usw.

Hinhören und wieder weghören

FEHLERHAFTER STIMMGEBRAUCH BEGEGNET UNS TÄGLICH und er schadet. Folgende Merkmale führen dazu, dass man nach dem ersten Hinhören bald wieder »weghört«:

- ▶ Geräuschvolle und mühsame Atmung: nach Luft schnappen; zu viele Wörter mit einem Atemzug (»Wetterfrosch-Effekt« - Die Wettermoderatoren im Fernsehen haben meist nur noch die Restzeit am Ende der Sendung für sich, dafür aber viele Informationen, die schon vorbereitet sind. Anstatt zu kürzen, versuchen sie es mit Schnellsprechen).
- ▶ Zu hohes oder zu tiefes Sprechen: Künstliche Freundlichkeit macht Stimmen oft hoch, besonders bedeutungsvolles Tiefsprechen lässt sie brummig klingen.
- ▶ Wird Lautstärke aus dem verspannten Kehlkopf gepresst, plärrt die Stimme.
- ▶ Knödelstimme: nach hinten verlagertes, halsiges Stimmklang (oft als »Jimmy Lässig-Sprech« bei Männern hörbar).
- ▶ Näseln: affektierte Sprechweise gekünstelter Vornehmheit.
- ▶ Durch Pressen wird die Stimmgebung hart und schroff (»Kommandoton«).
- ▶ Eine zu starke Behauchung hat, meist ungewollt, für die Situation oft einen unpassenden erotischen Unterton.
- ▶ Verschluckte Endsilben sabotieren das Verständnis. *Guten Abend* wird gerade noch als *Gunnammt*

gesprochen.

- ▶ Übertriebene Artikulation: dressiertes Schönsprechen (Oberlehrer- und Besserwisser-Sprechweise).
- ▶ Nachlässige Artikulation: Mundfaules Nuscheln in bekannter Till Schweiger-Manier ist nur vermeintlich cool (und als Markenzeichen wohl nur für einen Superstar ohne Folgen).
- ▶ »Stylish-Speak«: modeabhängiger Stimmeinsatz. Promis legen sich so etwas oft zu. Künstliche Pausen an seltsamen Stellen. »Hochundschnellundquietschig« als Markenzeichen – das geht nur mit Promistatus durch; rau und heiser macht nur die Synchronstimme von Bruce Willis markant.

Hinhören und dranbleiben

OFT WERDE ICH NACH STIMMLICHEN VORBILDERN GEFRAGT. Wo hört man heutzutage noch wirklich gut artikulierte (deutsche) Sprache? Ohne zu zögern antworte ich dann: in der Tagesschau und den Tagesthemen der ARD. Das Team rund um Chefsprecher Jan Hofer punktet mit – natürlich geschulter – klarer Präzision, unaufdringlicher Verstehbarkeit, melodischer Akzentuierung bei gleichzeitig unaufgeregter Sachlichkeit, bequemem Sprechtempo, exzellenter Pausenkultur, gut sitzenden Stimmlagen ... Die Damen und Herren können sich allesamt hören lassen. Man kriegt auch was mit, wenn man, wie ich manchmal, gar nicht hinschaut ...

In der österreichischen Öffentlichkeit ist der Chef der berühmten Albertina, Dr. Klaus Albrecht Schröder, für mich ein gutes Beispiel – ebenso wie Schauspieler Erich Schleyer, die über die Grenzen hinaus bekannte TV-Journalistin Ingrid Thurnher sowie die Synchronsprecher Angelika Lang und Otto Clemens.