

## VOCABULARY · EPISODE 61

# Control Your Voice Under Pressure Ep3

Key words &amp; expressions · English + Deutsch

10 words

Your English Toolbox

1

## to project your voice

**die Stimme projizieren · die Stimme weit tragen lassen****DEF**

to make your voice carry further by using breath support and resonance, without straining or shouting

*Project your voice is actor and speaker training language — it is NOT about being louder, but about being fuller. Good voice projection comes from breathing, posture, and resonance, not volume. Critical for job interviews, presentations, and meetings in English.*

**DE**

Die Stimme mit Atemunterstützung und Resonanz weiter tragen lassen, ohne zu belasten oder zu schreien.

Nicht lauter sein, sondern voller sein.

***Project your voice — speak from the diaphragm, not the throat, and you will be heard without effort.***

Project your voice — speak from the diaphragm, not the throat, and you will be heard without effort. -> Projiziere deine Stimme — sprich aus dem Zwerchfell, nicht aus der Kehle, und du wirst mühelos gehört.

***She practised projecting her voice every morning and in meetings people started asking for her opinion more.***

She practised projecting her voice every morning and people started asking for her opinion more. -> Sie übte täglich, die Stimme weit tragen zu lassen, und in Meetings bat man sie häufiger um ihre Meinung.

## 2 to speak with authority mit Autorität sprechen · überzeugend und souverän reden

### DEF

to speak in a way that conveys confidence, expertise, and credibility — so that people naturally trust and pay attention to what you say

*Speaking with authority is not about being aggressive or dominant — it is about vocal confidence, clarity, and the absence of hedging. Many learners undermine their excellent English with apologetic tone and excessive 'sorry, but...'*

### DE

Auf eine Weise sprechen, die Vertrauen, Sachkenntnis und Glaubwürdigkeit vermittelt.

Nicht aggressiv oder dominant sein — es geht um stimmliche Zuversicht, Klarheit und das Fehlen von Entschuldigungen.

**Speak with authority — slow down, breathe, and trust that what you are about to say is worth hearing.**

Speak with authority — slow down, breathe, and trust that what you are about to say is worth hearing. -> Sprich mit Autorität — verlangsame, atme und vertraue darauf, dass das, was du sagen wirst, es wert ist, gehört zu werden.

**The moment she stopped apologising for her accent and spoke with authority, the room started listening.**

The moment she stopped apologising for her accent and spoke with authority, the room started listening. -> In dem Moment, als sie aufhörte, sich für ihren Akzent zu entschuldigen und überzeugend und souverän redete, begann der Raum zuzuhören.

## 3 to command attention

### 3 Aufmerksamkeit gebieten · andere dazu bringen zuzuhören und sich zu konzentrieren

### DEF

to cause others to stop, listen and focus on you — through presence, voice, or delivery rather than noise or aggression

*Command attention is a quality that comes from confidence, not volume. A person who commands attention in English does not shout — they are clear, deliberate, and calm. For English learners, commanding attention in a second language is a real achievement and a real skill.*

### DE

Andere dazu zu bringen zu stoppen, zuzuhören und sich auf einen zu konzentrieren — durch Präsenz, Stimme oder Vortrag.

Eine Qualität die aus Selbstvertrauen kommt, nicht aus Lautstärke.

**You do not need a loud voice to command attention — clarity and pace are more powerful than volume.**

You do not need a loud voice to command attention — clarity and pace are more powerful than volume. -> Du brauchst keine laute Stimme um Aufmerksamkeit zu gebieten — Klarheit und Tempo sind mächtiger als Lautstärke.

**She commanded attention not by speaking loudly but by pausing before key points and maintaining eye contact.**

She commanded attention not by speaking loudly but by pausing before key points and maintaining eye contact. -> Sie gebot Aufmerksamkeit nicht indem sie laut sprach sondern indem sie vor Schlüsselpunkten pausierte und Augenkontakt hielt.

4

## to raise your voice

### die Stimme erheben · lauter als gewöhnlich sprechen

#### DEF

to speak louder than usual — either to be heard in a noisy environment or to convey strong feeling

*Raise your voice has two very different meanings. In a presentation, raising your voice means increasing volume for emphasis. In a conflict, it means losing control. For English learners, understanding when and how to raise your voice — versus lowering it — is part of expressive communication.*

#### DE

Lauter als gewöhnlich zu sprechen — entweder um in einer lauten Umgebung gehört zu werden oder um starke Gefühle auszudrücken.

Hat zwei sehr unterschiedliche Bedeutungen.

**Raise your voice on key words for emphasis, not throughout — selective emphasis is more powerful.**

Raise your voice on key words for emphasis, not throughout — selective emphasis is more powerful. -> Erhebe deine Stimme bei Schlüsselwörtern zur Betonung, nicht durchgehend — selektive Betonung ist mächtiger.

**She learned to raise her voice at exactly the right moments and her presentations became more compelling.**

She learned to raise her voice at exactly the right moments and her presentations became more compelling. -> Sie lernte ihre Stimme genau in den richtigen Momenten zu erheben und ihre Präsentationen wurden überzeugender.

5

## to lower your voice

### die Stimme senken · leiser als gewöhnlich sprechen

#### DEF

to speak more quietly than usual — for emphasis, to create intimacy, or to draw listeners closer

*Lower your voice is the counterintuitive power move. A presenter who suddenly speaks very quietly does not lose the room — they pull the room in. Lowering your voice for emphasis is more effective than raising it, because it forces listeners to pay closer attention.*

#### DE

Leiser als gewöhnlich zu sprechen — zur Betonung um Intimität zu schaffen oder Zuhörer heranzuziehen.

Der kontraintuitive Machtschachzug.

**Lower your voice at key moments — it draws listeners in more powerfully than raising it.**

Lower your voice at key moments — it draws listeners in more powerfully than raising it. -> Senke deine Stimme in Schlüsselmomenten — es zieht Zuhörer mächtiger an als sie zu erheben.

**She surprised the room by lowering her voice to almost a whisper at the most important line, and everyone leaned in.**

She surprised the room by lowering her voice to almost a whisper at the most important line, and everyone leaned in. -> Sie überraschte den Raum indem sie ihre Stimme bei der wichtigsten Zeile fast zu einem Flüstern senkte und alle lehnten sich vor.

6

## to assert yourself

### sich behaupten · Ansichten und Bedürfnisse selbstbewusst ausdrücken

#### DEF

to state your views, needs or rights confidently and clearly — without being aggressive or passive

*Assert yourself is the confidence verb in communication. In English-speaking professional or social contexts, people who do not assert themselves are often misread as lacking opinions or competence. For learners, asserting yourself in a second language is doubly challenging — but doubly impactful when done well.*

#### DE

Seine Ansichten, Bedürfnisse oder Rechte selbstbewusst und klar zu äußern — ohne aggressiv oder passiv zu sein.

Das Selbstvertrauensverb in der Kommunikation.

**Assert yourself in English discussions — state your view clearly and do not wait to be invited.**

Assert yourself in English discussions — state your view clearly and do not wait to be invited. -> Behaupte dich in englischen Diskussionen — äußere deine Meinung klar und warte nicht darauf eingeladen zu werden.

**She learned to assert herself in team meetings instead of waiting to be asked and quickly became more visible.**

She learned to assert herself in team meetings instead of waiting to be asked and quickly became more visible. -> Sie lernte sich in Teambesprechungen zu behaupten statt zu warten bis sie gefragt wurde und wurde schnell sichtbarer.

7

## presence

### Präsenz · die Qualität vollständig und kraftvoll da zu sein

#### DEF

the quality of being fully and powerfully there — the sense that a person fills a room with their energy, attention, and confidence

*Presence is the word for the quality that cannot be taught directly but can be developed. Speakers with presence are not necessarily the loudest or the most eloquent — they are the most fully there. They do not check their phone, they do not rush, they do not apologise for existing in the room.*

#### DE

Die Qualität vollständig und kraftvoll präsent zu sein — das Gefühl dass eine Person einen Raum mit ihrer Energie, Aufmerksamkeit und Selbstvertrauen füllt.

Das Wort für die Qualität die nicht direkt gelehrt werden kann aber entwickelt werden kann.

**Presence is developed through practice — the more you speak English in public, the more natural your presence becomes.**

Presence is developed through practice — the more you speak English in public, the more natural your presence becomes. -> Präsenz entwickelt sich durch Übung — je mehr du Englisch in der Öffentlichkeit sprichst, desto natürlicher wird deine Präsenz.

**She walked into the room with presence and before she had spoken a word, the room was already paying attention.**

She walked into the room with presence and before she had spoken a word, the room was already paying attention. -> Sie betrat den Raum mit Präsenz und bevor sie ein Wort gesprochen hatte, schenkte der Raum bereits Aufmerksamkeit.

8

## to hold the floor

### das Wort behalten · die Kontrolle über eine Unterhaltung behalten

#### DEF

to maintain control of a conversation or discussion — keeping speaking without being interrupted or losing the audience

*Hold the floor is the parliamentary phrase for keeping your turn to speak. In meetings, presentations, and discussions, knowing how to hold the floor — using transitions, varying pace, building to key points — is a communicative power skill that English learners rarely practise deliberately.*

#### DE

Die Kontrolle über eine Unterhaltung oder Diskussion zu behalten — weiter zu sprechen ohne unterbrochen zu werden oder das Publikum zu verlieren.

Der parlamentarische Ausdruck dafür das Wort zu behalten.

**Hold the floor with transition phrases like 'and furthermore', 'what this means is', 'let me come back to that'.**

Hold the floor with transition phrases like 'and furthermore', 'what this means is', 'let me come back to that'. -> Behalte das Wort mit Übergangssätzen wie 'and furthermore', 'what this means is', 'let me come back to that'.

**She held the floor for twenty minutes in a heated discussion without once losing the audience's attention.**

She held the floor for twenty minutes in a heated discussion without once losing the audience's attention. -> Sie behält das Wort zwanzig Minuten in einer hitzigen Diskussion ohne das Publikum je zu verlieren.

9

## to make your point

### seinen Punkt machen · die zentrale Idee klar kommunizieren

#### DEF

to communicate your central idea clearly so that it is understood and remembered by the listener

*Make your point is the communication goal for every sentence you speak. In English, making a point effectively means: stating it simply, supporting it with evidence, and landing on it deliberately. Many learners talk around their point — they build up to it and never quite say it. Learning to make your point directly is a fluency leap.*

#### DE

Die zentrale Idee klar zu kommunizieren damit sie vom Zuhörer verstanden und erinnert wird.

Das Kommunikationsziel für jeden Satz den man spricht.

**Make your point early in English — do not build up to it, state it and then explain.**

Make your point early in English — do not build up to it, state it and then explain. -> Mache deinen Punkt früh auf Englisch — baue nicht darauf hin, sage ihn und erkläre dann.

**She used to take three minutes to make a point that could be made in thirty seconds, and she worked on this directly.**

She used to take three minutes to make a point that could be made in thirty seconds, and she worked on this directly. -> Sie brauchte früher drei Minuten um einen Punkt zu machen der in dreißig Sekunden gemacht werden konnte, und sie arbeitete direkt daran.

## to vary your tone

10

### den Tonfall variieren · Tonhöhe Geschwindigkeit und Expressivität der Stimme ändern

#### DEF

to change the pitch, speed, and expressiveness of your voice rather than speaking in a flat, monotonous way

*Vary your tone is the musicality instruction for speech. Monotone delivery makes even good content feel dull. By varying tone — rising on questions, dropping on conclusions, speeding up in lists, slowing before key points — you make your English both more natural and more engaging.*

#### DE

Die Tonhöhe, Geschwindigkeit und Expressivität der Stimme zu ändern statt monoton zu sprechen.  
Die Musikalitätsanweisung für Sprache.

***Vary your tone when presenting — a monotone voice loses the listener within two minutes.***

Vary your tone when presenting — a monotone voice loses the listener within two minutes. -> Variiere deinen Tonfall beim Präsentieren — eine monotone Stimme verliert den Zuhörer innerhalb von zwei Minuten.

***She recorded her presentation, realised her tone was flat throughout, and practised varying it by phrase.***

She recorded her presentation, realised her tone was flat throughout, and practised varying it by phrase. -> Sie nahm ihre Präsentation auf, erkannte dass ihr Tonfall durchgehend flach war, und übte ihn satzweise zu variieren.