

# Wie ein 100-Meter-Lauf

**Reden ist Silber, Schweigen ist Gold. Und dennoch: Die Kunst der angewandten Sprache in Form einer Rede ist bedeutsam, ja, manchmal hängen ganze Unternehmensschicksale von einer einzigen Ansprache ab. Dabei ist Reden mehr als nur Worte in Sätze gießen. Es kommt auf mehr an, zum Beispiel auch auf die Körper-Sprache. Wir unterhalten uns heute mit dem Experten Michael Hoyer.**

*Die Kunst der Rede, die Rhetorik, ist sie denn erlernbar, Herr Hoyer?*

Auto fahren lernt man durch Auto fahren, Reden lernt man durch reden. Wer viel Auto fährt, ist ein routinierter Autofahrer aber nicht unbedingt ein guter Autofahrer. Beim Reden ist das genau so. Wer viel redet, ist noch lange kein guter Redner. Und darauf kommt es an – auf die gute Rede. Wer im Geschäftsleben und im privaten Bereich langweilig und unklar spricht, verliert.

*Wie kann man sich als ganz normaler Mensch verbessern – immer eine Tischrede halten, wenn Tante Erna den Siebzigsten feiert?*

Übung ist sicher gut. Die Vorbereitung für eine Rede aber ist dabei der besonders wichtige Teil. Gerade der Beginn und der Schluss einer Ansprache, einer Präsentation, sind ausschlaggebend für den Erfolg. Eine Rede ist vergleichbar mit einem Hundertmeterlauf. Diese Wettkampfdisziplin wird meist entweder beim Start oder auf den letzten Metern entschieden. Genau so ist es bei der Rede: Hier stellt der Zuhörer zu Beginn fest, ob die Thematik für ihn interessant und zuhörenswert ist. Der Schluss ist nicht gleichzusetzen mit dem Ende. Vielmehr sind hier eine Zusammenfassung der wichtigen Punkte gefragt sowie – im Geschäftsleben – das Setzen eines Aufbruchsignals.

*Wie bekomme ich das alles am besten hin?*

Man sollte die Elemente Anfang und Schluss nicht dem Zufall überlassen. Es ist todlangweilig, mit 08-15-Aussagen und Pauschalbehauptungen eine Rede zu beginnen. Sehr viel interessanter ist es, einen aktuellen Bezug, ein Zitat einer Persönlichkeit oder etwas Humorvolles an den Beginn zu stellen. Das gleiche gilt für den Schluss.

*Wird das Zitieren von Kernsätzen berühmter Menschen wie George Washington oder Henry Ford nicht über-*



*strapaziert – etwa von Politikern?*

Ja, es fällt natürlich leicht, solche augenfälligen Zitate zu finden, etwa im Internet. Auf Seiten wie „www.aphorismen.de“ und „www.zitate.com“ stehen diese Sammlungen parat zum Zugriff für jedermann. Es bedarf einer gewissen Portion Kreativität und Einfühlungsvermögen, diese Angebote zu nutzen.

*Gut – soviel zu Anfang und Ende. Aber was mache ich, wenn ich vor meinem Auftritt so zittere, dass ich mein Baudelaire-Zitat nicht mehr vom Notizzettel ablesen kann?*

Lampenfieber vor oder bei der Rede ist ein großes Problem für viele Redner. Dahinter steckt die psychologische Überlebensangst, das heißt, die eigene soziale Stellung zu behalten. Keiner möchte sein Gesicht verlieren. Keiner möchte sich negativ darstellen. Und aus dieser Sorge heraus entsteht das Lampenfieber.

*Und wie knipse ich das aus?*

Ganz einfach: Sie müssen damit rechnen, dass dieses Gefühl aufkommt. Es ist sozusagen üblich, nichts Besonderes, Lampenfieber zu haben. Jeder hat es. Schon 1912 hat Charles Owen die Effektivität von Lampenfieber gemessen. Ergebnis war, ist kein Lampenfieber da, ist auch die Identifikation des Redners mit dem Thema sowie die Effektivität der Ansprache nicht gegeben. Gleiches gilt bei zu hoher

Nervosität. Dann beschäftigt sich der Redner nur noch mit sich selbst und kann sich nicht auf seine Sätze konzentrieren. Im Resultat bedeutet dies: Eine gesunde Aufregung beim Präsentator ist keineswegs schädlich.

*Wie bekämpfe ich das „Ähem“ in meinen Sätzen?*

Diese Marotte bekämpfen Sie durch die eigene Sensibilisierung. Sie müssen selbst auf dieses Unwort achten – während der Rede. Sie werden sich dann ärgern und alles, was Sie ärgert, werden Sie versuchen abzustellen. Sie benötigen dazu einen langen Atem. Schließlich kommt diese Sprache aus Ihrer Gewohnheit. Deshalb ändern Sie das nicht von heute auf morgen.

*Rhetorik; die Kunst der Rede, hilft die auch im Alltag oder nur vor Publikum?*

Die Rhetorik hilft in jedem Fall von Kommunikation. Egal, ob von Angesicht zu Angesicht oder vor den Zuschauern.

*Sie wollten jetzt Zuhörer sagen?*

Nein, zuschauen und zuhören nennt man Rezipieren. Und da spielt auch die Körpersprache des Redners eine wichtige Rolle. Der Redner darf sich nicht isoliert sehen, wie er persönlich auftritt. Das äußere Erscheinungsbild muss stimmen, also Krawatte beim Festakt. Und die Bewegungen des Redners müs-

## Michael Hoyer

Michael Hoyer, 40, lehrt als Honorarprofessor an der Hochschule Furtwangen in der Fakultät digitale Medien die Fächer Kommunikation und Präsentation. Er ist von Villingen-Schwenningen aus auch als Kompetenztrainer auf diesem Sektor tätig.

sen in Übereinstimmung mit den gesagten Worten stehen.

*Häufige Fehler dabei sind...*

Hände in den Hosentaschen, Kuli in der Hand, reiben im Gesicht als Zeichen von Unsicherheit, Füße über Kreuz, ebenfalls aus Unsicherheit, Arme verschränken als Signal der Ablehnung, Blickrichtung nach links oder rechts oben als Zeichen des Nachdenkens. Vor allem Handbewegungen sind bezeichnend: Der gestreckte Zeigefinger markiert Dominanz. Daumen zeigen heißt: Wille, ich will etwas erreichen, will etwas haben.

*Ein Beispiel bitte.*

Schauen Sie doch mal auf den kleinen Finger von Bundeskanzlerin Merkel. Sie spreizt diesen Finger häufig ab, was ein deutliches Zeichen für die Beziehung zu ihrer Umwelt darstellt. Sie möchte sympathisch und souverän erscheinen.

FRAGEN: NORBERT TRIPPL

@ Mehr zum Thema Rhetorik und Kommunikation finden Sie im Internet unter: [www.hoyer-consult.de](http://www.hoyer-consult.de)