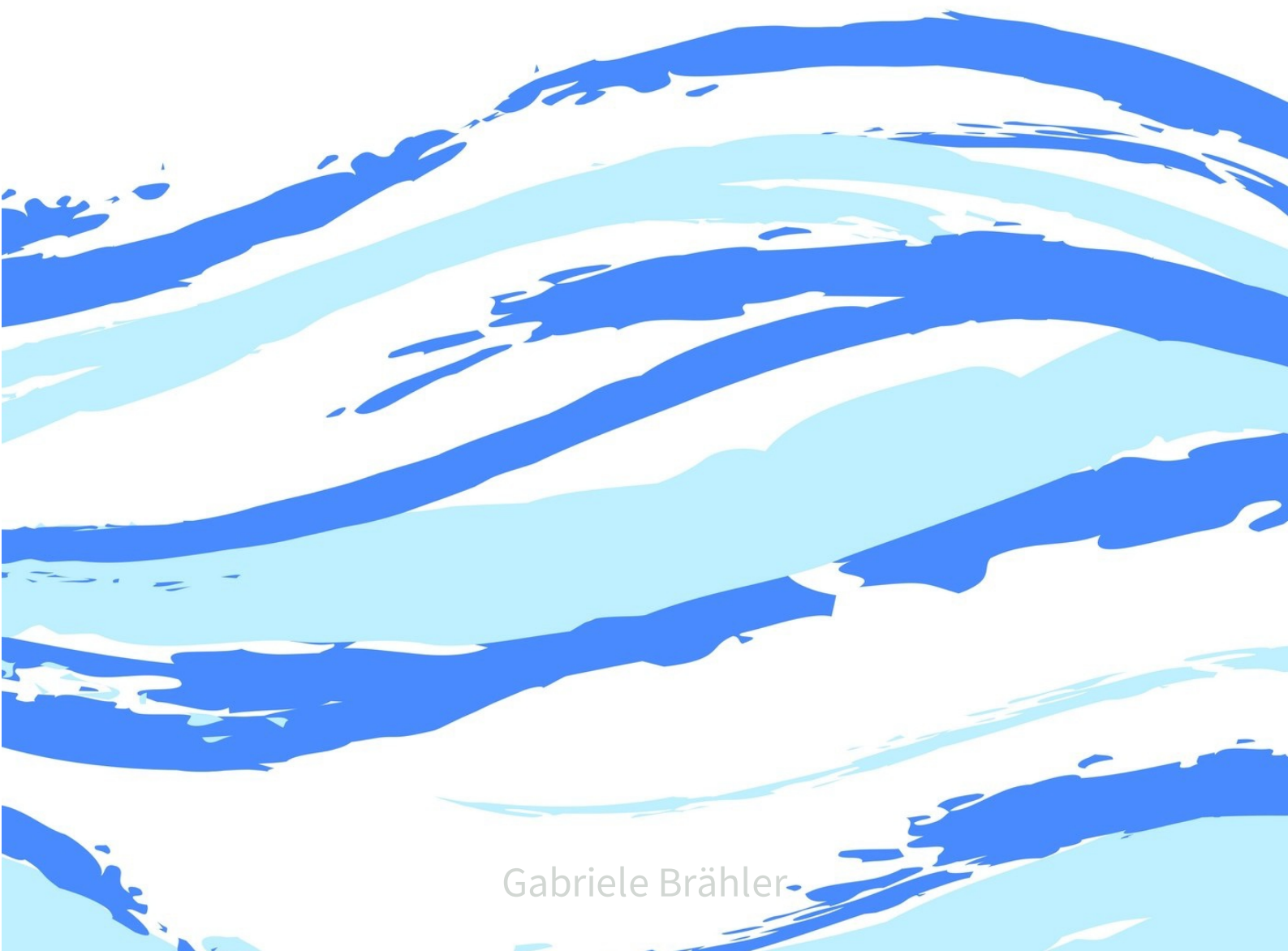


5 SCHRITTE ZU EINER REDE

GABRIELE BRÄHLER



Gabriele Brähler

5 Schritte zu einer Rede

Zur Geschichte der Rhetorik

Was genau ist eigentlich Rhetorik. Die Definition von Rhetorik sagt, dass es die Kunst der Rede sei. Schon in der griechischen Antike spielte sie eine große Rolle. Ihre Aufgabe ist es, Zuhörer zu überzeugen und mit den eigenen Argumenten zu gewinnen.



Gute Reden werden mit viel Applaus belohnt

Der Begriff „Rhetorik“ wird auf zweierlei Weise benutzt. Zum einen wird damit die Kunst bezeichnet, andere mit seinen Worten und Argumenten in den Bann zu ziehen und zu Handlungen zu bewegen. Zum anderen ist die Wissenschaft gemeint, die untersucht, mit welchen Mitteln und Werkzeugen eine Rednerin oder ein Redner seinen Vortrag gestaltet.

Aristoteles (384 v. Chr.-322 v. Chr.) war einer der berühmtesten griechischen Rhetoriker. Er entwickelte als erster eine eigene Theorie mit einer systematischen Darstellung der Redekunst. Er unterscheidet in seiner Rhetorik drei Gattungen: Gerichtsrede, politische Rede und Lob- bzw. Festrede.

5 Schritte zu einer Rede

In der Zeit der Aufklärung (um 1700) verlor die Rhetorik an Bedeutung. Ihr wurde vorgeworfen, von der rationalen Erkenntnis abzulenken. Reden – so die Überzeugung der damaligen Zeit – sollten durch das Thema oder durch sich selbst wirken und nicht durch eine bestimmte Technik oder eine bewusst-manipulative Anordnung von Argumenten.

Der Begriff der „angewandten Rhetorik“ meint die Disziplin der praktischen Rede. Techniken, Regeln, die bewusste Platzierung von Fakten und die gezielte emotionale Ansprache gehören hierzu. Sie zielt auf die Wirkung von Sprechen, Schreiben und Vortrag hin. Wirtschaft, Politik, vor Gericht, aber auch in allen Bereichen des privaten und öffentlichen Lebens findet sie ihre Anwendung.

Fünf Schritte zu einer Rede

1. Sammlung von Material und Argumenten
2. Gliederung des Vortrags
3. Sprachliche Ausgestaltung des Vortrags mit rhetorischen Mitteln und rhetorischer Argumentation
4. Einprägen der Rede
5. Vortrag der Rede unter Einsatz von Stimme, Mimik und Gestik, Körperhaltung

5 Schritte zu einer Rede

Aufbau einer Rede

Jede Rede besteht aus drei Teilen: Einleitung, Hauptteil, Schluss. Die Einleitung leitet das Thema ein – oft nur mit wenigen Sätzen. Im Hauptteil wird das Thema entwickelt. Es werden Informationen und Beispiele zur Erläuterung angeführt. Der Schluss beendet den Vortrag mit einer Zusammenfassung, einem Appell oder vielleicht auch einem Satz, der zum weiteren Nachdenken einlädt.

Rhetorisch wirkungsvoll präsentieren

Wir können langsam und schnell sprechen, lauter und leiser. Wir können rhetorische Mittel durch den Einsatz unserer Stimme unterstützen und zu besserer Wirkung verhelfen. Wer als Redner zu einer Gruppe spricht, sollte seine Botschaften mit Energie vermitteln, indem die stimmliche Bandbreite voll ausgeschöpft wird. Die Stimme vermittelt Emotionen, setzt Akzente, zeigt eigene Begeisterung.

Rhetorik, die im Kopf bleibt, ist lebendig. Sie arbeitet mit ausdrucksstarken Bildern, Tempo im sprachlichen Aufbau und emotionalen Botschaften.

Langweilig sind die Vortragenden, die über 30 oder 60 Minuten in einem Sprechtempo und in einer gleichförmigen Stimmführung ihre Argumente oder Meinungen vortragen. Mut zu Betonungen, einer mitreißenden Intonation und bewusst gesetzten Pausen erfreut das Publikum.

Ähnliches gilt für die Körpersprache. Auch hier sollte eine Rednerin, ein Redner Leidenschaft und Begeisterung versprühen. Durch eine lebendige, kraftvolle Gestik, eine ausdrucksstarke Mimik und eine Körpersprache, die den Vortrag pointiert begleitet und Akzente setzt.

5 Schritte zu einer Rede

Eine beeindruckende Präsentation auf einer Bühne lebt vom Brückenschlag, der zwischen Vortragendem und Publikum entsteht. Informative Fakten, eine abwechslungsreiche und humorvolle rhetorische Präsentation, eine ausdrucksstarke Körpersprache sind einige der Zutaten für eine gelungene Verbindung.

Vitalität und Energie sind Schlüsselwörter, um sich die Aufmerksamkeit des Publikums zu sichern. Je größer das Publikum, desto mehr Energie darf fließen.

Sie müssen ein Projekt vor Kunden präsentieren oder sollen eine Rede halten? Beim bloßen Gedanken an Ihren Auftritt geraten Sie ins Schwitzen, das Herz rast und Angstschauer jagen über Ihren Rücken? Ganz klar: Sie leiden unter Lampenfieber mit seinen klassischen Symptomen.

Lampenfieber kann uns mit einem erhöhten Adrenalinausstoß zu wahren Glanzleistungen anspornen. Es kann uns aber auch lähmen, so dass wir alles vergessen, was wir sorgfältig vorbereitet haben.

Auch wer ungeübt ist, vor Menschen und Gruppen zu präsentieren, ist nicht hilflos seinen Ängsten ausgeliefert. Eine gute Vorbereitung auf den Vortrag, Probeläufe vor Freunden oder Kollegen und ein Spiekzettel mit den wichtigsten Argumenten vermitteln Sicherheit. Wer sich dazu noch effektives Feedback durch professionelle Rhetoriktrainer sucht, ist auf dem Erfolgsweg – denn erfahrene Trainer und Trainerinnen geben in ihren Rhetorikseminaren gezielt Tipps, um den Vortrag zu verbessern und die rhetorische Wirkung zu optimieren.

5 Schritte zu einer Rede

Viele von uns präsentieren täglich vor Kunden, Mitarbeitern, Kollegen oder externem Publikum – das heißt wir stellen Projektergebnisse vor, werben für Ideen, motivieren zur Kooperation, regen konstruktive Veränderungen an, sensibilisieren für Prozesse und, und, und

Präsenz ist eines der Zauberworte, die im Zusammenhang mit erfolgreicher Präsentation immer wieder fallen. Aber was ist damit gemeint jenseits der bloßen Übersetzung des Wortes als „anwesend Sein“ und „Dasein“?

Wie ist jemand wirklich präsent? Zum Beispiel bei der Begrüßung eines Gesprächspartners mit einem Händedruck, der Selbstbewusstsein verrät. Mit einem klaren Blick in die Augen des Gegenübers. Mit einer aufrechten Haltung, die verrät – ich stehe zu dem, was ich sage. Mit einer kraftvollen Körpersprache, die vermittelt, dass ich für mein Thema „brenne“.

Präsent ist der, der die Kunst beherrscht, die Wirkung von Stimme, Mimik, Gestik und Körperhaltung zu einem runden Ganzen zu verbinden. Dazu kommen der souveräne Umgang mit der Technik, die Bewegungen im Raum – und selbstverständlich klar formulierte Botschaften.

Präsent ist der, der einen Raum dank seiner Worte und Ausstrahlung authentisch mit Leben füllt. Es geht um Selbstbewusstsein und die Psychologie der Kommunikation zwischen Redner und Publikum. Es geht um Aufmerksamkeit für die Interessen des Publikums und das eigene Selbstverständnis als „Entertainer“ auf der Bühne. Und es geht um die Balance zwischen Ruhe und Lebendigkeit.

5 Schritte zu einer Rede

Der Umgang mit den verschiedenen Ausdrucksformen lässt sich ebenso erlernen wie das Handling der Technik. Erfahrene [Rhetorik-Coaches](#) helfen hierbei. Manches muss einfach geübt, geübt und noch einmal geübt werden. In rhetorischen Trainings lernt man, gekonnt zu präsentieren. Im Zuge des Lernprozesses werden Auftritte immer weniger als Stress wahrgenommen. Die Bühnenangst nimmt ab, sie wird zunehmend als Plattform empfunden, sich, seine Ideen und Projekte einem interessierten Publikum vorzustellen.

Rhetorische Mittel

Die deutsche Sprache bietet eine Vielzahl rhetorischer Mittel, die eine Rede lebendig und wirkungsvoll machen. Hier komme eine kleine Auswahl.

Die Wahl für einzelne Stilmittel richtet sich immer nach dem Thema und orientiert sich im Einzelfall an der angesprochenen Zielgruppe. Wer sich mit rhetorischen Mitteln beschäftigt, wird schnell persönliche Vorlieben entdecken, die quasi zum Kennzeichen der individuellen Präsentationstechnik werden können.

Alliteration – auch Stabreim genannt – bezeichnet einen gleichen Wortlaut: „Milch macht müde Männer munter“ lautet eine alte Werbebotschaft oder „Deutschland – Land der Dichter und Denker“. Auch eine Formulierung wie „philosophierender Fernfahrer“ zählt dazu, da es auf die Aussprache und nicht die Schreibweise ankommt.

Allusion steht für Anspielungen und Verweise auf Geschichte oder Mythologie. Ein Beispiel: „Sein persönliches Waterloo erleben“. Waterloo steht hier für die Niederlage Napoleons bei Waterloo. „Alt wie Methusalem werden“ oder die Frage „erlebt Amerika ein zweites Vietnam“ – als dies sind Allusionen. Sie fordern den Zuhörer auf, mitzudenken und eigene Bilder zu entwerfen.

5 Schritte zu einer Rede

Anapher: Hierbei wird ein Wort am Anfang von Sätzen wiederholt, z. B.: Deutschland, ein Land der Dichter und Denker. Deutschland, ein föderalistischer Staat in Mitteleuropa. Deutschland, ein Gründungsmitglied der Europäischen Union.

Antithese: Dieses Stilmittel spielt mit der Gegenüberstellung von Gegensätzen: „Heiß geliebt und kalt getrunken“, „ein kleiner Schritt für den Menschen, aber ein großer Schritt für die Menschheit“ (der Astronaut Neil Armstrong als er das erste Mal den Mond betrat), „irren ist menschlich, vergeben ist göttlich“.

Ironie: Hierbei sagt der Redner das Gegenteil von dem, was er meint. Dabei hofft er, dass seine wahre Einstellung deutlich wird. Beispiel: Jemand schüttet aus Versehen ein Glas Bier über Ihre Hose und Sie sagen: Schön, ich habe mir den ganzen Tag schon eine Abkühlung gewünscht. Gut kommen bei Reden selbstironische Äußerungen an. Wenn Redner sich selbst „auf die Schippe“ nehmen, beweisen sie Humor. Ironische Bemerkungen auf Kosten anderer wirken dagegen schnell überheblich.

Metaphern sind sprachliche Bilder – zum Beispiel das „Licht der Wahrheit“ oder der „Wasserfall an neuen Einfällen.“ Metaphern regen die Phantasie an und lassen oft Botschaften unausgesprochen mitschwingen.

Onomatopoeie (Lautmalerei) schnurren, knallen, schnalzen, die Tür quietscht – all dies sind Beispiel lautmalerischer Verben, bei denen die Wörter bestimmte Geräusche wiedergeben.

5 Schritte zu einer Rede

Parallelismus: Hiermit ist ein paralleler Satzbau über eine Anzahl von Sätzen gemeint oder die Sätze weisen die gleiche Abfolge von Satzgliedern (Subjekt, Prädikat, Objekt auf): Der Himmel war blau, die Sonne strahlte, das Wasser funkelte. Parallele Satzstrukturen sind sehr einprägsam und erleichtern dem Zuhörer, die Botschaft schnell zu erfassen.

Pausen: Die Pause ist kein anerkanntes Stilmittel im Sinne der deutschen Sprachwissenschaftler. Aber sie ist ein ausgesprochen effektives Würzmittel für eine gute Rede. Mit einer Pause markiert ein Redner oder eine Rednerin wichtige Botschaften und lässt Argumente einer Rede wirken. Sie geben dem Publikum Zeit, das gerade Gehörte zu überdenken. Mit Pausen stärken Redner die Verbindung zum Publikum, wenn sie diese für intensiven Blickkontakt nutzen.

Rhetorische Fragen sind Fragen, auf die keine Antwort erwartet wird. Die Antwort wird als selbstverständlich vorausgesetzt, zum Beispiel: Sollten wir uns hier nicht angesprochen werden? Oder: Ist diese Fortbildung nicht ein Muss für jeden qualitätsorientierten Dienstleister?

Symbol: Eine weiße Taube steht symbolisch für den Frieden, ein rotes Herz für die Liebe.

Vergleich: Das Wörtchen „wie“ kennzeichnet Dinge, Ideen oder Personen, die miteinander verglichen werden. „Sich wie das fünfte Rad am Wagen fühlen“, „stark wie ein Löwe“, „schön wie eine Prinzessin“.

Wiederholung von zentralen Wörtern betont wichtige Sachverhalte und Argumente. Wer zum Beispiel über die Bedeutung von Virenschutz für den Computer spricht, sollte dieses Wort mehrere Male wiederholen.

5 Schritte zu einer Rede

Wortneuschöpfungen: Die Worte und Unworte des Jahres leben von ihnen – den kreativen Wortschöpfungen wie zum Beispiel Wutbürger, Neidopfer, Gewinnwarnung, Humankapital, Moralkeule, Datenklau, Nacktscanner. Sie bringen gesellschaftliche Stimmungen oder Diskussionen auf den Punkt. RednerInnen können Ihre ganz individuellen Wortschöpfungen kreieren, um Ihr Thema zu kommunizieren.

Zitate: Mit Zitaten verweisen Redner auf berühmte Aussprüche und wichtige Erkenntnisse berühmter Personen aus Zeitgeschichte, Politik, Wirtschaft oder Philosophie.

Humor – eine große Kunst für sich

Humor ist der Schlüssel zu den Herzen der Menschen und die Königsdisziplin der Rhetorik. Humor bedeutet mehr, als nur einen Witz zu erzählen.

Manche Redner sind von Natur aus begnadete Humoristen, andere arbeiten hart an unterhaltsamen Formulierungen. Humor ist eine wirkungsvolle Zutat für eine Rede, an die sich ein Publikum lange erinnert. Dieses Stilmittel lebt von Übertreibungen, überraschenden Wendungen, Andeutungen und Bildern, die im Kopf des Zuhörers entstehen, ohne dass sie direkt benannt werden.

Es gibt verschiedene Humorarten – zum Beispiel in Form einer Lebensweisheit wie „Wenn einem das Wasser bis zum Hals steht, sollte man nicht den Kopf hängen lassen“ oder individuelle Interpretationen von Abkürzungen wie „EDV – Ende der Vernunft“. Sie können ein Cartoon erzählen oder ein berühmtes launiges Zitat wiedergeben – oder, noch kreativer, Sie entdecken den Humor in Ihrem Thema.

5 Schritte zu einer Rede

Was humorvoll ist oder nicht, ist immer abhängig von der jeweiligen Kultur und einzelnen Zielgruppe. Mit Witzen „unterhalb der Gürtellinie“ oder auch abfälligen Bemerkungen über andere stelle sich ein Redner schnell „ins Abseits“.

Die Regeln von Anstand und Respekt sollten immer beachtet werden. Gut fährt ein Redner mit dem Motto – am besten kommen immer noch die Witze an, die ein Redner über sich selbst macht.

10 Schritte zum Redeprofi hier bestellen

