



Der Berufsverband
für Training, Beratung
und Coaching

News
& Facts

Allein der Vortrag macht des Redners Glück, ich fühl' es wohl, ich bin noch weit zurück.

Johann Wolfgang von Goethe, Faust 1. Teil.

Lange nachdenken – kurz reden

Von Peter Cristofolini

In meinen 55 Arbeitsjahren musste ich viele Reden halten, Vorträge, Präsentationen, Seminareinleitungen. Vielen davon waren mittelmäßig, nur wenige mitreißend. Aber ich habe im Laufe der Zeit viel lernen können und mir Notizen gemacht. Heute könnte ich einiges besser. Vielleicht wollen Sie von meinen Notizen profitieren? Nutzen Sie, was immer Sie brauchen.

Wenn ein Vortrag ansteht, nehme ich mir meist einen großen Zettel und notiere darauf alles, was mir dazu einfällt und diesen Zettel lege ich dann weg, um ihn erst in ein oder zwei Tagen zur Hand zu nehmen und dann den Text zu formulieren. Dabei hilft mir auch ein Blick in die BILD Zeitung. Nein, nicht des Inhalts wegen, sondern der Form. Die Redakteure schreiben sehr anschaulich und leicht verständlich. Auch Kurt Tucholsky hat ein paar Ratschläge:

„Hauptsätze, Hauptsätze, Hauptsätze. Klare Disposition im Kopf, möglichst wenig auf dem Papier. Ein Redner sei kein Lexikon. Das haben die Leute zuhause. Sprich nie länger als vierzig Minuten“.

Dann kommt die erste Probe, am besten vor einem großen Spiegel mit Stoppuhr. So kann man auch Gestik und Mimik kontrollieren. Wenn ein Tonband mitläuft, kann man das Manuskript mit Bekannten oder Freunden besprechen.

Vor dem Vortrag empfiehlt sich eine kurze Ruhepause mit Atemtechnik – tief einatmen und ausatmen, ca. 5 Minuten. Das beruhigt.

Die Kleidung sollte der Zielgruppe angepasst sein, also nicht zu lässig mit Jeans und buntem Hemd. Ausnahmen bestätigen die Regel. Vor Künstlern kann man schon mal die Schlangenlederschuhe anziehen.

Es empfiehlt sich frei zu sprechen ohne Manuskript. Aber aus Sicherheitsgründen können Stichworte auf Karten im Postkartenformat notiert werden. Bitte nicht vergessen diese Karten auch zu nummerieren, damit man die Reihenfolge im Griff hat. Moderne Menschen speichern ihren Vortrag oder die Stichworte in großer Schrift auf ihrem Smartphone.

Der Beginn und das Ende einer Rede ist das Wichtigste. Also macht es Sinn zu Anfang etwas Besonderes zu bringen. Ein großes Bildmotiv, wie beispielsweise ein vergrößerter Geldschein oder ein Geräusch. Es gibt heutzutage kleine handtellergroße Geräte mit vielen Geräuschen, vom Starten eines Motors bis zum Applaus.

Erst dann kommt die Begrüßung. Und bitte nicht das Übliche „Meine sehr verehrten Damen und Herren“. Ein schönes Beispiel bringt Shakespeare mit Mark Anton „Mitbürger! Freunde! Römer! Hört mich an!“.



Der Berufsverband
für Training, Beratung
und Coaching

News & Facts

Dann folgt der Vortrag in kurzen Sätzen, leicht verständlich mit wenig Fremdwörtern und komplizierten Digitalausdrücken. Wenn Zuhörer etwas nicht verstehen, denken sie darüber nach und dann können sie dem weiteren Fortlauf nur schlecht folgen.

Die Sprechweise darf nicht monoton sein, sondern sollte auch viele Höhen und Tiefen haben. Hin und wieder können auch Sprichwörter und Redensarten eingefügt werden. Aber nur wenig Mimik und Gestik sind wichtig. Darauf achten die Zuschauer. Bei den römischen Rhetorikern war die Art der Rede wichtiger als der Inhalt.

Es empfiehlt sich einen Blickkontakt zu den ersten Reihen aufzubauen und im Fortgang zu erweitern.

Noch ein Wort zu Power Point. Viele Präsentationen mit Power Point sind so durchgestylt und umfangreich, dass der Redner gar nicht mehr wahrgenommen wird. Ideal ist nur eine kurze Power Point Präsentation zwischendurch, also für 25 % des Vortrags. Und nur wenige Bildmotive, keine Textblöcke.

Gestik sollte man dezent, aber zielführend einsetzen, nicht mit den Händen fuchteln.

Bei der Mimik wäre ein schlechtes Beispiel das unbewegliche Gesicht von Buster Keaton. Die Zuhörer sehen immer auf das Gesicht und das soll Gefühle ausdrücken, Freude, Ärger, Aufforderung.

Besonders ist auf die Stimme zu achten, denn eine schöne Stimme macht gute Stimmung. Wer eine Piepsstimme hat, sollte über Stimmtraining nachdenken. Rhetorikkurse gibt es auch bei der Volkshochschule. Das habe ich gemacht und Trauerreden, Dankreden, Jubilaransprachen gehalten.

Übrigens, ganz wichtig sind die Pausen und nicht zu schnell zu sprechen. Das war immer ein großes Problem für mich. Man muss den Zuhörern auch mal eine Pause gönnen, damit sie über das Gesagte nachdenken können.

Und nun kommt man zum Schluss. Aber das sollte man nicht sagen, sondern einfach aufhören. Mit einer Aufforderung, mit einer Redensart, mit einer Zusammenfassung, mit einem Ausblick in die Zukunft.

In der Kürze liegt die Würze. Vielleicht kann das Eine oder Andere an Text noch gestrichen werden. Es gibt einen berühmten Theaterspruch „Wat jestrichen is, kann nich durchfalln“.

Übrigens: Dieser Text wäre geeignet für 8 bis 10 Minuten Vortrag.