

# Die hohe Kunst des freien Sprechens

**Wer selbstbewusst** vor Publikum stehen und mit seinen Reden begeistern kann, dem öffnen sich viele Türen. Vereine wie etwa der Rhetorik-Club Winterthur zeigen, wie gutes Referieren geht.

VON **MARIELLE MOSER**

**WINTERTHUR** Kaum zu glauben, dass Alexander früher schüchtern war. Selbstbewusst steht der Unternehmensberater vor dem rund 30-köpfigen Publikum und erzählt derart amüsant von seiner Kindheit, dass er ebenso gut als Kabarettist auftreten könnte. Er schildert, welche Ausreden er sich als Kind einfallen liess, um ja nicht an irgendwelchen Geburtstagsfesten teilnehmen zu müssen und beschreibt den Horror, den er empfand, als seine Eltern den Wohnort wechselten und er neue – leider äusserst kontaktfreudige – Klassenkameraden kennenlernen musste. Viele Jahre später hatte der gebürtige Deutsche jedoch genug von seiner Schüchternheit und trat den Toastmasters bei, eine ursprünglich aus den USA stammende Organisation zur Förderung des öffentlichen Redens. Dort lernte Alexander, dass das Leben an ihm vorbeizieht, wenn er nicht aufsteht und mit den Menschen redet. Mittlerweile ist er festes Mitglied des Rhetorik-Clubs in Winterthur und feilt weiter an seiner – ohnehin schon ausgezeichneten – Redetechnik. So wie heute im Wirtschaftsgebäude der Zürcher Fachhochschulen, diesmal vor zahlreichen interessierten Gästen. Denn Thomas Skipwith, Gründungspräsident des Clubs und mehrfach ausgezeichnete Redner, ist überzeugt: Wer rastet, der rostet. Deshalb treffen sich die Mitglieder des Rhetorik-Clubs alle zwei Wochen und üben sich in verschiedenen Disziplinen, etwa in vorbereiteten oder spontanen Reden. Dabei dürfen die vorbereiteten Reden nicht länger als sieben Minuten dauern, Reden aus dem Stegreif nicht länger als zwei. Während der sogenannte Zeitnehmer die Zeiteinhaltung kontrolliert, zählt der Füllwortzähler alle «ähms» und «öhs» und achtet der Sprachhüter auf eine wohlformulierte, elegante Sprache. Anschliessend geben alle Mit-

glieder an, was sie an der Rede besonders geschätzt haben und was sie eventuell verbessern würden: So können die Redner ihre Rhetorikfähigkeit stetig verbessern und steigern, dank der positiven Feedbackkultur, ihr Selbstbewusstsein – eine unerlässliche Voraussetzung, um gelassen vor Publikum reden zu können.

**«Massiv unterschätzte Disziplin»**

Um den Einsatz vom Wort, also von der Vorbereitung bis zum Auftreten vor Publikum, darum geht es in der Rhetorik; eine Disziplin, die gemäss Thomas Skipwith massiv unterschätzt wird. «Eine gute Rede birgt ein riesiges Potenzial. Sie regt das Publikum zum Nachdenken und, im Idealfall, zum Handeln an. Dabei kann es sich zum Beispiel um die Wahl des Vorstandsvorsitzenden handeln oder aber darum, das Ausflugsziel für die Firmenreise zu bestimmen.» Wer gut referieren könne, übe also gewissermassen Macht aus über seine Zuhörer. «Das zeigt sich vor allem in der Politik: Parteien, deren Politiker gut kommunizieren können, gewinnen meiner Ansicht nach deutlich mehr Wähler», so Skipwith weiter.

«Eine gute Rede regt das Publikum zum Nachdenken und, im Idealfall, zum Handeln an»

**Thomas Skipwith**  
Rhetorikcoach

Wer die goldenen Regeln der Rhetorik beherrscht, kann aber auch im Alltag punkten: Das weiss Peter Brechbühler aus Zürich aus eigener Erfahrung. Der 45-Jährige, der im Versicherungsbereich tätig ist, begann seine rhetorische Laufbahn bei einem englischsprachigen Toastmastersclub in Korea und ist heute, vierzehn Jahre später, festes Mitglied des Rhetorik-Clubs Winterthur. «In all diesen Jahren wurde mir bewusst, dass die mündliche Kommunikation essenziell ist für die zwischenmenschlichen Beziehungen. Gute Aufsätze schreiben zu können, nützt dir nichts, wenn du in einem Bewerbungsgespräch bist und dich gut verkaufen musst», sagt Brechbühler. Im Rhetorik-Club habe er gelernt, seine Gedanken so zu bündeln, dass sie für die Zuhörer verständlich erscheinen. Eine Fähigkeit, die ihm nicht nur bei Bewerbungsgesprächen, sondern auch beim Betreuen schwieriger Kunden zugutekommt.

**Lerntransfer für die Erziehung**

«Ausserdem habe ich gelernt, dass Lob effektiver ist als Kritik. Das Prinzip des Rhetorik-Clubs, beim Bewerten einer Rede vor allem auf die positiven



Im Toastmastersclub achten mehrere Kontrolleure auf unterschiedliche Aspekte des Vortrags und geben aufgrund der erstellten Notizen eine Rückmeldung. Bild Marielle Moser



Für eine gute Rede vor Publikum braucht man eine originelle Idee, eine sorgfältige Vorbereitung, aber nicht zuletzt auch: eine gesunde Portion Mut. Bild Marielle Moser

Aspekte zu achten, verwende ich auch in der Erziehung meiner Kinder. Dadurch lässt sich viel mehr erreichen», sagt Brechbühler. Er ist überzeugt, dass besseres Kommunizieren für weniger Missverständnisse und so für ein friedlicheres Zusammenleben sorgt.

**Das Geheimnis einer guten Rede**

Doch wodurch zeichnet sich gutes Referieren eigentlich aus? «Eine gute Rede bringt ihre Botschaft klar und deutlich hinüber», sagt Thomas Skipwith. Gleichzeitig soll sie die Zuhörer berühren, ergreifen, irritieren oder gar aufwühlen. «Denn je stärker eine Rede an Emotionen anknüpft, desto eher er-

reicht sie ihr Publikum», so der erfahrene Redner. Skipwith, der sich schon während seines Wirtschaftsstudiums über langweilige Dozenten geärgert hat, ist heute als Rhetorikcoach tätig und hat bereits zwei Bücher zum Thema herausgebracht. Darin zeigt er dem Leser auf, wie man eine gute Rede vorbereitet. Wichtig sei etwa, dass man möglichst viele Sinne anspricht: «Das kann etwa durch das Herumreichen von Süßigkeiten sein, sofern es zum Thema passt. Oder aber durch eine anschauliche Bildschirmpräsentation.»

Doch Achtung: Die Folien sollen die Rede nicht ersetzen, sondern nur ergänzen. «Wer seine gesamte Rede auf

**Trinkreden** Auch die kurze Ansprache bei Tische kann technisch perfektioniert werden

Ursprünglich stammt der Begriff «Toastmaster» aus dem Englischen und bezeichnet die Kunst, eine erstklassige Trinkrede – also toast (engl.) – zu halten. Die ersten Toastmaster- beziehungsweise Rhetorikclubs wurden 1924 vom US-Amerikaner Ralph Smedley gegründet und

erfreuen sich heute weltweiter Beliebtheit. Allein in der Deutschschweiz gibt es mittlerweile zwölf Clubs, wovon sieben englischsprachig sind. Interessierte können kostenlos an einem Treffen teilnehmen. Für mehr Infos siehe <http://www.toastmasters.ch/>

dem Bildschirm aufschreibt, verliert die Aufmerksamkeit der Zuhörer sofort», so Skipwith. «Dagegen kann man das Publikum leicht in seinen Bann ziehen, wenn man seine Rede in eine Geschichte verpackt. Denn Geschichten merkt man sich besser als die blossen Aufreihung von Geschäftszahlen.» Kreativität ist also der Schlüssel zum Erfolg – doch die lässt sich nicht immer erzwingen. «Wenn der zündende Geistesblitz einfach nicht kommen will, hilft es, die bevorstehende Rede mit jemandem zu besprechen. Meistens ergibt sich so eine gute Idee», rät Skipwith.

**Persönliche Erlebnisse einbringen**

Wichtig sei auch, die Rede genügend früh vorzubereiten und immer ein Notizbuch mit sich zu führen, um eventuelle Ideen gleich aufzuschreiben. «Will man im Referat eine Geschichte einbauen, so eignen sich eigene Erlebnisse besonders gut. Oder man schlägt eine Zeitung auf und sucht sich ein spannendes Thema aus. Stoff für Geschichten finden man überall, man muss nur Augen und Ohren offen halten.» Eine gute Vorbereitung der Rede ist unerlässlich, ist der Redecoach überzeugt. Das Referat selbst müsse jedoch nicht perfekt sein. Im Gegenteil: «Kleine Schwächen wie gelegentliche Unsicherheiten oder ein leichter Schweizerakzent wirken sympathisch, während scheinbar perfekte Reden eher Misstrauen auslösen», sagt Skipwith. «Die Zuhörer achten vielmehr auf das Zusammenspiel verschiedener Faktoren: Besteht Blickkontakt zum Publikum? Liest der Redner nur ab, oder spricht er frei und lebendig? Wie ist seine Sprache? Ist seine Wortwahl eintönig, oder gibt er sich Mühe, seine Sätze elegant und abwechslungsreich zu gestalten? Wirkt er selbstbewusst?» Wer sehr schüchtern ist, soll sich gut vorbereiten und vor der Rede nochmals eingehend die Technik überprüfen, rät Skipwith. «Wenn man weiss, dass die Rede sitzt und der Bildschirm funktioniert, ist man gleich entspannter.» Nützlich seien kurz vor dem Auftritt auch Atemübungen und ein Glas Wasser. «Ausserdem gilt auch für Schüchterne: Übung macht den Meister! Wer regelmässig übt, wird automatisch selbstbewusster», betont Skipwith. Gelegenheit zum Üben gebe es immer: bei der Hochzeitsrede für das befreundete Pärchen, beim Willkommensempfang der neuen Mitglieder im Dorfverein, beim 20-Jahr-Jubiläum eines Mitarbeiters, ja sogar am Küchentisch für die Familie oder allein vor dem Spiegel. Oder eben in einem Rhetorik-Club.



Ein ganzer Blockbusterfilm über die Kunst der öffentlichen Ansprache: Das Kinopublikum wollte erleben, ob es König George (Colin Firth) in «The King's Speech» gelingt, vor versammeltem Publikum zu bestehen. Bild pd