

## «Abraham Lincoln ist eines meiner Vorbilder» (Limmattaler Tagblatt, 26.10.2005)

«Toastmasters» Zürcherin qualifizierte sich für Redner-Europameisterschaft in Mallorca

Die Zürcherin Lesley Stephenson ist Schweizermeisterin der humorvollen Rede und erreichte in der Kategorie «Stegreifrede» den zweiten Platz. Das Geheimnis Ihres Erfolgs? Spass am Erzählen - und sehr sehr viel Übung.

Andrea Trueb

Vor einer Woche feierte Zürich - von der Öffentlichkeit weitgehend unbemerkt - einen Doppelsieg. Die Kommunikationstrainerin Lesley Stephenson hielt mit «süsse, süsse Rache» die schweizweit humorvollste Rede und qualifizierte sich damit für die Europameisterschaft vom 12. November in Mallorca. Thomas Skipwith, Zürcher Trainer für Rhetorik und Präsentationstechnik erreichte in der Kategorie «Stegreifreden» den ersten Platz. Siegerin und Sieger sind Mitglieder von Toastmasters Clubs in Zürich.

Nichts zu tun mit Röstbrot

Toastmasters? Damit sind nicht etwa Herren (Damen) der gerösteten Brote gemeint. Vielmehr kann das englische «Toast» mit dem deutschen Wort «Trinkspruch» übersetzt werden. 4 Toastmasters (TM) Clubs gibt es alleine in Zürich, 13 sind es schweiz- und rund 10 000 weltweit. Die Mitglieder der Clubs üben sich «in der Kunst des gesprochenen Wortes». Dies in der Überzeugung, dass berufliche und private Erfolge stark damit zusammenhängen, wie effektiv Gedanken kommuniziert werden können.

«Reden ist meine Leidenschaft, das tue ich am liebsten» sagt Schweizermeisterin Stephenson. «Und sie ist gut darin» ergänzt Fachkollege Skipwith. Beide nutzen ihr geschliffenes Mundwerk nicht nur in der Freizeit, sondern verdienen als Kommunikationstrainer ihr tägliches Brot. Ihre Kundschaft: Vertreterinnen und Vertreter aus Politik und Wirtschaft oder aber von Institutionen und Vereinen.

Majestätischer Lincoln

Kann jeder Mensch ein guter Redner werden? «Ja» sind sich die beiden Fachleute einig. Allerdings gehöre sehr viel Übung dazu - auch bei grosszügig vorhandenem Talent. Stephenson, die als Biografin für den Musiker und Mäzen Paul Sacher arbeitete, erzählt: «Sacher arbeitete für eine 20minütige Rede zwanzig Stunden und mehr. Und auch von Winston Churchill weiss man, dass er jede Minute seiner Rede ungefähr eine Stunde lang vorbereitete.» Ein guter Redner arbeite sehr viel, so Stephenson, um dann locker und spontan zu wirken.

Haben Sie Vorbilder? «Abraham Lincoln, er war so majestätisch», sagt Stephenson. «Auch die Reden von Ruth Dreifuss und Moritz Leuenberger sagen mir zu. Es gibt auch sehr gute Leute aus der Wirtschaft wie Fred Kindle, CEO von ABB.»

Drei Komponenten würden eine gute Rede ausmachen, führt Stephenson aus: Der Kontakt zum Publikum, der richtige Stoff und schliesslich das Wohlbefinden des Redners im Kontakt zum erwartungsvollen Publikum. Sie selber habe bereits als Kind ihren Puppen und Teddybären Vorträge gehalten, erzählt Stephenson: «Meine Grossmutter war Missionarin, ich fürchte, dass ich davon etwas geerbt habe».

Vorbereitung auf den «big day»

Also auch keine Nervosität im Hinblick auf die Europameisterschaft? Das werde ein «big day», sagt Stephenson dazu. Weil Skipwith, Erstplatzierte in der Kategorie Stegreifreden, beruflich verhindert ist, wird Stephenson im Namen der Schweiz sowohl eine Stegreifrede als auch eine vorbereitete Rede halten.

Für ihren Auftritt in der Kategorie vorbereitete Rede greift Stephenson auf die preisgekrönte Süsse-Rache-Rede zurück: «Die hat sich bewährt und ist inhaltlich auch international geeignet». Ein gesellschaftlicher Anlass in Australien habe sie auf die Idee gebracht. Der Gastgeber habe die Anwesenden aufgefordert eine Begebenheit zu erzählen, wo sie oder er Rache geübt hätte. Fasziniert von den gehörten Rache-Bekanntnissen beschloss Stephenson, einige Anekdoten für ihre Rede zu verwenden. Diese Rohfassung ergänzte sie mit ein paar Thesen und Ratschlägen - und fertig war die humorvolle Rede. Sieben Minuten dauert Stephensons Vortrag, überzieht sie mehr als dreissig Sekunden wird sie disqualifiziert: «Das ist mir schon einmal passiert. Jetzt bin ich vorsichtig.»

Ein bis zwei Minuten muss die spontane Rede dauern - und soll dabei leicht verständlich und «rund» sein und den Zuhörenden direkt ins Herz gehen. Für diese Kategorie kann sich Stephenson naturgemäss nicht vorbereiten: «Ich lasse es auf mich zukommen. Dass ich gar Nichts sagen konnte, ist mir noch nie passiert. Ich bin immer gespannt, was mein Hirn als erstes denkt.»

Ich will mitreden

Mit der Mitgliedschaft in einem Toastmasters Club (Grundbeitrag für Neumitglieder 70 Franken, Jahresbeitrag 120 Franken) erhält jedes Mitglied ein Handbuch mit zehn Redeprojekten. Dieses Grundlagenbuch führt in zehn Reden zur Abrundung der persönlichen Redefähigkeit. Gehaltene Reden werden individuell bewertet. Je nach Qualität der gehaltenen Reden steigen die Mitglieder vom Competent TM über Advanced TM Bronze und Advanced TM Silver zum Advanced TM Gold auf. In Zürich gibt es vier Clubs. Für Deutsch-Sprechende empfiehlt sich ein kostenloser Besuch im Rhetorik Club Zürich oder Turicum TM Club. Englische Reden gehalten werden im Zurich TM Club und im Mosquito Hill TM Club. Rede-Begeisterte ab 18 Jahren sind in den vier Clubs willkommen. Informationen unter [www.toastmasters.ch](http://www.toastmasters.ch). (ant)

Andrea Trueb  
Limmattaler Tagblatt/Mittellandzeitung  
Kirchstrasse 21  
CH-8953 Dietikon