

## Analyse der Stärken, Eigenarten und Schwächen

Um Ihre Stärken, Eigenarten und Schwächen herauszuarbeiten, müssen Sie zunächst die Kriterien kennen lernen, nach denen Redner beurteilt werden.

Gehen Sie diese Liste systematisch durch und überlegen Sie, ob das genannte Kriterium eher zu Ihren Stärke zählt oder Sie noch daran arbeiten müssen.

### Kriterien für die Beurteilung der rhetorischen Fähigkeiten

#### **Sprechtechnik**

- Deutliche Aussprache
- Angemessene Lautstärke
- Keine Verlegenheitslaute (äh, öh, ähm)
- Gute Stimm-Modulation
- Zuhörerorientierte Sprechgeschwindigkeit
- Gleichmäßige Atmung
- Beherrschung der Pausentechnik
- Sinnvolle Betonung und Akzentuierung
- Angenehme Stimmlage

#### **Körpersprache**

- Körperhaltung
- Gestik
- Mimik
- Blickkontakt

#### **Sprache**

- Verständlichkeit
- Prägnanz
- Einfache und kurze Sätze
- Verwendung von Beispielen und Bildern
- Wortschatz
- Grammatikalische Richtigkeit

### **Auftreten**

- Selbstbewusstsein
- Umgang mit Lampenfieber
- Konzentrationsfähigkeit
- Kleidung
- Ruhe und Gelassenheit
- Freundlichkeit
- Offenheit
- Dialogbereitschaft

### **Begeisterungsfähigkeit**

- dynamisch
- motivierend
- ansteckend
- überzeugend
- glaubwürdig
- authentisch

### **Zuhörerbezug**

- Interesse an den Zuhörern
- Zielorientierte und zuhönergerechte Vorbereitung
- Erfüllung der Zuhörererwartung
- Dialogbereitschaft
- Situationsgerechte Flexibilität
- Blickkontakt
- Gefühl für die Situation

### **Kommunikationsstil**

- Diplomatisches Geschick
- Partnerorientierung
- Bereitschaft, aktiv zuzuhören
- Interessen beider Seiten stehen im Mittelpunkt
- Pointierte Informationen
- Bereitschaft, andere ausreden zu lassen
- Guter Zuhörer
- Humorvoll
- Schlagfertig
- Kein Vielredner
- Kommunikation dient nicht vorrangig der Selbstdarstellung
- Flexibilität

### **Aufbereitung der Informationen**

- Beschränkung auf das Wesentliche
- Visualisierung schwieriger Sachverhalte
- Klare und verständliche Botschaft
- "Knackiger" Einstieg
- Gute Zusammenfassung und prägnanter Schluss

## Jetzt sind Sie gefragt!

Nehmen Sie sich jetzt die Zeit zu einer kritischen und ehrlichen Selbsteinschätzung. Die folgenden Arbeitsblätter bilden die Grundlage für Ihr individuelles Trainingsprogramm.

Damit Sie ein klares Ziel vor Augen haben, sollten Sie ein rhetorisches Profil entwickeln, das Sie erreichen möchten. Dabei sollten Sie auf Vorbilder verzichten. Denn es geht in diesem Trainingsprogramm nicht darum, andere Redner zu kopieren, sondern ein Profil zu entwickeln, das

- zu Ihnen passt,
- Ihre natürlichen Stärken voll zum Tragen bringt und
- Ihnen selbst Spaß macht
- Ihnen Sicherheit gibt
- von Ihrer Umgebung als authentisch empfunden wird







