

Einführung: Wirksam präsent – präsent wirksam 9

Rhetorikfalle 1

„Atmen Sie einmal tief durch!“

... und die Stimme klingt gestresst 11

Fallbeispiel: Der gehetzte Vorstand 12

Wie Sie sich optimal auf Ihren Auftritt vorbereiten 13

Rhetorikfalle 2

„Brust raus, Bauch rein!“

... und schon wirken Sie arrogant 21

Fallbeispiel: Der Designer, der es hasste, zu präsentieren 22

Die richtige Haltung finden 23

In den Präsentzraum ausstrahlen 26

Rhetorikfalle 3

„Lächeln Sie!“

... aber nur, wenn Ihnen danach ist 30

Fallbeispiel: Callcenter-Munterkeit 30

Wenn das äußere Auftreten dem Inneren nicht entspricht 32

Rhetorikfalle 4

„Sprechen Sie tiefer, das wirkt souverän!“

... und ist genau so anstrengend wie monoton 40

Fallbeispiel: Der Projektleiter, den keiner bei Besprechungen
dabeihaben wollte 41

Den richtigen Ton treffen 42

Rhetorikfalle 5

„Keine Gesten unterhalb der Taille!“

... und mancher wirkt wie gefesselt 49

Fallbeispiel: Die Merkel-Raute 51

Warum man Gesten nicht wie Vokabeln lernen sollte 52

Rhetorikfalle 6

„Machen Sie sich groß!“

... und Sie wirken wie Popeye 56

Fallbeispiel: Die kleine Trainerin 56

David meets Goliath 57

Rhetorikfalle 7

„Pokerface, denn Masken schützen!“

... und jeder fragt sich, was Sie zu verbergen haben 59

Fallbeispiel: Der Abteilungsleiter,
der sich im Griff haben wollte 59

Was wir zulassen und was wir verbergen sollten 62

Von Mädchenschema bis Sarkasmus –
stereotype Ausdrucksarten 64

Rhetorikfalle 8

„Fester Stand heißt Sicherheit!“ oder

„Niemals bewegungslos!“

... und schon sind Sie verwirrt 71

Fallbeispiel: Wenn Trainer sich widersprechen 72

Das Dilemma beim Anwenden der Standardtipps 73

Rhetorikfalle 9

**„Sprechen Sie immer 30 Prozent lauter,
als Sie wollen!“**

**... und es kann sein, dass Sie Ihre Zuhörer
verschrecken 79**

Fallbeispiel: Der Mann, der nicht so laut sein sollte 80

Mit Lautstärkefilter auf verbale Angriffe reagieren 85

Rhetorikfalle 10

„Bleiben Sie sachlich!“

... und Ihr Publikum langweilt sich todsicher 88

Fallbeispiel: Der Mathematikprofessor,
dem keiner zuhörte 88

Wenn Sachlichkeit die Persönlichkeit auslöscht 91

Rhetorikfalle 11

„Hören Sie aktiv zu!“

... dieses Seminar hat Ihr Gegenüber auch besucht 99

Fallbeispiel: Die beflissene Zuhörerin 100

Von Ich-Botschaft bis Political Correctness:

Wie viel Dressur vertragen Sie? 101

Rhetorikfalle 12

„Zählen Sie bis drei, bevor Sie antworten!“

... und Sie wirken wie ein Roboter 105

Fallbeispiel: Der Moderator, der Pausen auszählte 106

Wie führen Sie Ihre Zuhörer? 109

Pflegen Sie Ihre Stärken 113

Charisma – Gabe des Himmels oder erlernbar? 115

Raus aus der Komfortzone 121

Mut beweisen – sich weiterentwickeln 122

Vom Nutzen des Feedbacks und von der Zweischneidigkeit von Videoaufnahmen 126

Über die Notwendigkeit, Paradigmen zu wechseln 130

Sich selbst kennenlernen 132

Die Kunst des assoziierten Sprechens 134

Vorderer und rückwärtiger Präsenzraum 135

**Ausblick: Wer andere berühren will,
darf nicht so tun als ob 143**

Quellen- und Literaturverzeichnis 145

Danksagung 147

Stichwortverzeichnis 148

Über die Autorin 150