

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	8
KAPITEL I - AUF DER BÜHNE	10
Die Rede vorbereiten	12
Die Arten einer Rede	16
Das Publikum analysieren	20
Am Zuhörer orientieren	24
Die Gliederung der Rede	28
Die Fünf-Satz-Methode	32
Der Einstieg macht's aus	36
Das richtige Framing	40
Eine positive Wortwahl	44
Rhetorische Stilmittel verwenden	48
In Bildern sprechen	52
Die Macht der Stimme nutzen	56
Redepausen statt Füllwörter	60
Die Aufmerksamkeit gewinnen und halten	64
Hilfsmittel einsetzen	68
Orientierungspunkte schaffen	72
Mehr Erfolg mit Humor	76
Ein einprägsamer Schluss	80
Aus dem Stegreif	84
Umgang mit schwierigen Situationen	88
Ehrlich und authentisch bleiben	92
Redeangst überwinden	96
Die finalen Momente	100
Die eigene Leistung analysieren	104
KAPITEL II - ABSEITS DER BÜHNE	108
Erfolgreicher Small Talk	110
Gutes Reden durch gutes Zuhören	114
Botschaften richtig senden und empfangen	118
Komplimente und Bestärkungen	122
Den Gesprächspartner respektieren	126
Richtig argumentieren	130
Ethos - mit sich selbst überzeugen	134
Pathos - auf emotionaler Ebene überzeugen	138

Logos - durch andere Quellen überzeugen	142
Die topische Argumentation	146
Überzeugen durch Schlagfertigkeit	150
Schlagfertige Vorlagen	154
Schlagfertig verteidigen	158
Schlagfertig angreifen	162
Am Telefon überzeugen	166
Rhetorik im Internet	170
 KAPITEL III - KÖRPERSPRACHE	 174
Die Wichtigkeit der Körpersprache	176
Mimik - Emotionen zum Ausdruck bringen	180
Gestik - Aussagen untermalen	184
Körperhaltung - für Werte einstehen	188
Bewegungen für sich sprechen lassen	192
Sehen und gesehen werden	196
Erscheinung und Ausstrahlung	200
Farben und deren Wirkung	204
Die Körpersprache spiegeln	208
Heiligenschein oder Hörner	212
Verbundenheit durch Berührungen	216
Die Körpersprache anderer lesen	220
 KAPITEL IV - MANIPULATION	 224
Selektive Informationen	226
Die Kraft der Wiederholung	230
Trügerische Annahmen	234
Verfängliche Fragen	238
Unterbewusste Botschaften	242
Der Fuß in der Tür	246
Die Tür ins Gesicht	250
Das Prinzip der Gegenseitigkeit	254
Äpfel mit Birnen vergleichen	258
Den Brunnen vergiften	262
Scheinbare Alternativen	266
Künstliche Dringlichkeit	270
Das Horrorszenario	274

Mit Positivität beeinflussen	278
Die Mitleidstour	282
Sympathie erwirken	286
Mit allen Mitteln	290
Manipulation erkennen und abwehren	294
 KAPITEL V - ÜBUNG MACHT DEN MEISTER	 298
 Aussprache und Verständlichkeit	 300
Die Sprechtechnik verbessern	304
Überzeugend überzeugen	308
Freies Sprechen üben	312
Andere Redner analysieren	316
 Zeit für deinen sprachlichen Erfolg	 320
Notizen Deine Redekunst	322