

# Inhalt

10 Auf ein Wort

## Reden in der Öffentlichkeit bestimmt das Image

- 13 Wie man mit überzeugender Rhetorik wirksam  
Öffentlichkeitsarbeit betreibt
- 13 Schlüssel zu den Herzen
- 15 Leistung verkauft sich nicht von alleine
- 16 Auf Sie selbst kommt es an
- 17 Seien Sie „merk“-würdig!
- 18 Rhetorik: Gratwanderung zwischen  
Authentizität und Selbstkontrolle
- 19 Ein interessantes Phänomen
- 20 Der Adler im Hühnerhof

## Lampenfieber – Salz in der Suppe?

- 23 Hilfe, ich muss eine Rede halten
- 24 Die Urangst des Neandertalers vor der Horde
- 26 Das Hormon mit den zwei Gesichtern
- 27 Mangelndes Selbstvertrauen
- 28 Die Angst des Dichters vor der Höhe
- 28 Die „Ich-Falle“
- 29 Unsicherheit durch mangelnde Vorbereitung
- 30 Zehn Ventile zum Abbau des Lampenfiebers

# Inhalt

## **Vom „zündenden Aufhänger“ bis zum Schluss mit „Aha-Effekt“**

- 33 Spannend – mitreißend – fesselnd reden
- 34 Erobern Sie Ihre Zuhörer
- 36 Die Minute, die alles entscheidet: Der Start
- 38 Zehn Ohrenöffner
- 49 Begrüßen: Wen, wann und wie?
- 51 Sagen Sie, worum es geht: Die Botschaft
- 52 Reden Sie gehirnfreundlich
- 53 Brain-Appetizer Nr. 1: Die Metapher
- 55 Brain-Appetizer Nr. 2: Die Analogie
- 57 Brain-Appetizer Nr. 3: Das Beispiel
- 57 Brain-Appetizer Nr. 4: Die Anekdote
- 58 Brain-Appetizer Nr. 5: Das Sprichwort
- 59 Brain-Appetizer Nr. 6: Der Vergleich
- 59 Brain-Appetizer Nr. 7: Die rhetorische Frage
- 61 Brain-Appetizer Nr. 8: Die Zuhörer einbinden
- 63 Ein starker Schluss ist Gold wert
- 66 Reiß' sie noch einmal von den Stühlen:  
Zehn Muntermacher

## **Körpersprache ~ von Profis genutzt**

- 73 Von der Macht der nonverbalen Kommunikation
- 75 Was die Augen verraten
- 78 Die Sprache der Mimik
- 81 Die Sprache der Hände
- 88 Weiche Haltung – weiche Argumente
- 92 Die Sprache der Füße
- 98 Das Auge ist der erste Richter

## Wie Sie mit Ihrer Stimme Stimmung erzeugen

- 101 Stimmungsmache
- 102 Sieben Stimmfehler
- 104 Lernen Sie Ihre Stimme kennen und lieben
- 104 Und plötzlich hört man Ihnen zu
- 104 Stimmkosmetika: Die Stimme zum Klingen bringen
- 105 Tipps für „Bartnuschler“ und „Silbenverschlucker“
- 107 Es ist alles erreichbar
- 109 Die Modulation
- 109 Die pathetische Sprechweise
- 109 Die monotone Sprechweise
- 110 Die dynamische Sprechweise
- 111 Die Stimme als Gehirndroge
- 111 Die Lautstärke
- 112 Das Sprechtempo
- 113 Mut zur Sprechpause

## Ohne Vorbereitung kein Ergebnis

- 118 Zwei wichtige Grundregeln
- 120 Bestimmen Sie zuerst Ihr Ziel
- 121 Machen Sie sich Gedanken über Ihre Adressaten
- 122 Rufen Sie eine Zuhörerkonferenz ein
- 123 Ihr Publikum lässt sich in drei Gruppen einteilen
- 124 Anregungen von Bismarck
- 126 Gestalten Sie ein optimales Rede-Umfeld
- 130 Vom Arbeitstitel bis zum fertigen Manuskript:  
Zehn Schritte
- 130 Wählen Sie einen Arbeitstitel

# Inhalt

- 130 Erste Stoffsammlung
- 131 Vorläufige Gliederung
- 131 Materialergänzung und erste Ausarbeitung
- 132 Endgültige Gliederung
- 132 Formulieren Sie einen schlagkräftigen Titel
- 132 Endkontrolle
- 133 Die wortwörtliche Ausformulierung
- 134 Vier wichtige Gründe gegen das Auswendiglernen
- 135 Die Manuskripterstellung
- 138 Die Generalprobe

## Schlechte Nachrichten überbringen

- 141 Schlechte Nachrichten erzeugen emotionale Betroffenheit
- 142 So gehen Sie professionell vor: Zehn Gebote
- 143 Checkliste zur Vorbereitung
- 144 Negatives Beispiel für das Überbringen einer schlechten Nachricht
- 145 Positives Beispiel für das Überbringen einer schlechten Nachricht

## Visualisieren – Präsentieren – Faszinieren

- 147 Der Mensch – ein Augentier
- 147 Kommunizieren mit Bildern gibt Sicherheit
- 149 Effektive Kommunikation braucht Bild und Text
- 150 Der tragische Irrtum der fundamentalistischen PowerPoint Gegner
- 151 PowerPoint als Infotainment:
- 151 Sechs zündende Ideen aus dem Werkzeugkoffer der Profis

- 153 Das Handout
- 153 Wie Sie aus der Präsentation von Zahlen einen Krimi machen können
- 154 Beispiele für gute und schlechte Folien
- 160 Für den Notfall planen: Fünf Lebensretter
- 161 Checkliste: Zwanzig Ratschläge für einen schlechten Präsentator
- 163 Checkliste: Zehn Ratschläge für einen guten Präsentator
- 164 Zehn technische Tipps und Tricks im Umgang mit Powerpoint

### **Sofort, spontan und erfolgreich: So glänzen Sie bei einer Stegreifrede**

- 175 Wie die Gedanken auf Trab kommen
- 177 Mit fünf Schlüsseln verschüttetes Wissen frei legen
- 179 Die Standpunkt-Formel

### **Mit Schlagfertigkeit punkten**

- 183 Destruktive Schlagfertigkeit
- 185 Professionelle Schlagfertigkeit
- 186 Wie Sie auf Störmanöver, Fragen und Zwischenrufe souverän reagieren: Fünfzehn Schlagfertigkeitstechniken

- 198 Literatur