

# 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:
186	Fünfzehn Schlagfertigkeitstechniken

198	Literatur
-----	-----------