

Juniorenkammer der Wirtschaft Eupen lud zum professionellen Kommunikationstraining

»Sprachwandel« für die Rhetorika-Finalisten

■ Eupen

Das Lampenfieber steigt. Damit es aber nicht allzu akut wird, heißt es für die zehn Finalisten des Rednerwettstreits Rhetorika »trainieren«. Wie kann ich meine Gedanken souverän und überzeugend vermitteln? Welche Rolle spielen dabei Mimik und Gestik? Wie wirkt meine Stimme?

Tricks der Profis verrät am vergangenen Samstag die Kölner Kommunikationstrainerin Liane Strebblow auf Einladung der Juniorenkammer der Wirtschaft Eupen.

»Wenn ihr an Stimme und Körpersprache arbeitet, bedeutet dies immer auch Arbeit an eurer Persönlichkeit! Deshalb nutzt dieses Seminar als Labor und habt den Mut, Dinge auszuprobieren, die ihr im Alltag nicht tun würdet«, begann Liane Strebblow ihr Trainingsprogramm im Parlament der Deutschsprachigen Gemeinschaft. Gespannte Blicke waren auf die Seminarleiterin gerichtet. Eine ungewohnte Situation, mit Schulalltag und klassischem Unterricht kaum zu vergleichen. »Es geht um die Freude an der Kommunikation, um den Wunsch, euch mitzuteilen. Wenn ihr das habt, ist jede Rede schon halb gewonnen«, so die studierte Sängerin und Journalistin.

Referenzliste

Seit über zehn Jahren bietet Strebblow gemeinsam mit ihrem Partner Torsten Baireuther Seminare rund um das Thema »Kommunikation« an. Sprache ist bei »Sprachwandel«, so der Name der Firma, Programm: Stimm- und Präsentationstraining für Journalisten und Moderatoren, Coachings für Politiker und Menschen in Führungspositionen, Seminare für Gesprächsführung und Krisenmanagement. Namhaft klingt die Referenzliste: Fest gebucht für die Sprecher des Westdeutschen Rundfunks, als Coach von Führungskräften der Deutschen Telekom AG oder Sal. Oppenheim jr KGaA - die Liste ist lang. Doch welche Politiker zu ihren Kunden gehören, möchte Strebblow nicht verraten: »Berufsgeheimnis«.

Am vergangenen Samstag waren es dann die Finalistinnen der Rhetorika, die die Kölnerin auf das große Rednerfinale am 12. März im BRF-Funkhaus vorbereitet hat. »Wir wollten für das zehnjährige Ju-



In einem Versammlungsraum des Parlaments wurden die Schülerinnen auf das große Finale vorbereitet.

biläum der Rhetorika den Schülern mal etwas ganz Besonderes bieten, etwas wozu man nur selten die Gelegenheit bekommt«, erklärt Pascal Neumann von der Juniorenkammer der Wirtschaft Eupen. In den neun Jahren seiner Existenz hat der Rednerwettstreit der Eupener Kammer jedes Mal ein Profil gewonnen. Es ist immer wieder eine neue Herausforderung, die einige Mitglieder der Juniorenkammer ehrenamtlich und nach Feierabend übernehmen. »Eine Mammutarbeit als Freizeitbeschäftigung. Doch die Philosophie der Kammer ist 'Learning by doing' - das gilt sowohl für unser fünfköpfiges Organisations- als auch für die Abiturienten«, so der 25jährige Eupener.

Zehn Jahre wird die Rhetorika also in diesem Jahr alt. Ein Beweis dafür, dass die Bedeutung der Rede nun auch in immer mehr Schulen auf große Akzeptanz stößt. Das Trainingsprogramm am Samstag ging jedoch über die klassi-

schen Tipps zu Stil und Auftreten weit hinaus. Geübt wurden Struktur in der Rede, stimmliche und körperliche Präsenz, Pausen als Gestaltungsmittel und auch die freie Rede. »Wer weiß, dass dem Inhalt in der Kommunikation nur etwa sieben Prozent Bedeutung zukommt, erkennt schnell, wie wichtig Stimme und Körpersprache sind«, erklärt Strebblow. Dies sei allerdings kein Freibrief für unüberlegtes Gerede - sorgfältige inhaltliche Vorbereitung ist und bleibt die Basis für jeden guten Auftritt. Tatsächlich beweisen wissenschaftliche Studien, dass bei der Beurteilung von Gesprächen die Stimme 38 Prozent ausmacht. Das Nonverbale hat einen Anteil von 55 Prozent und der Inhalt kommt, wie gesagt, nur auf kleine 7 Prozent.

Von 10 bis 18 Uhr trainierten und experimentierten die Rhetoriker in den Räumlichkeiten des Parlaments der DG. »Kurze Sätze machen, klare Pausen setzen und sich einfach mehr Zeit nehmen - daran

müssen fast alle von uns noch etwas arbeiten«, erzählt Laureline Renson, Abiturientin der Pater-Damian-Schule. Anstrengend sei es gewesen - doch es habe viel gebracht. »Vor allem haben wir nun mehr Vertrauen in uns selbst«, so Laureline.

Fit für's Finale?!

Und auch Liane Strebblow saß zum Schluss erschöpft auf ihrem Stuhl: »Auch für mich ist es immer wieder Neuland. Die Verschiedenartigkeit der Menschen, ihre Stärken und Potentiale zu entdecken und gemeinsam mit ihnen zu entwickeln - das ist es, was mich an meiner Arbeit begeistert und am Ende eines Seminars auch richtig erschöpft sein lässt.«

Ob's wirklich was gebracht hat? Das Finale »Rhetorika« der Juniorenkammer der Wirtschaft Eupen am 12. März im BRF-Funkhaus wird's zeigen!

Ⓜ Mehr Informationen unter www.sprachwandel.de

NACHGEFRAGT

Liane Strebblow, Kommunikationstrainerin »Stärke von Jugendlichen ist ihre Offenheit«

Die Kölnerin Liane Strebblow ist Kommunikationstrainerin. Sie bereitet die Teilnehmer an der zehnten Auflage von »Rhetorika« auf das große Finale am 12. März vor.



Was ist Kommunikationstraining, und wozu brauchen wir es?

Wir kommunizieren den ganzen Tag und wenn wir nicht allein leben, auch noch im Schlaf. Die meiste Zeit geschieht dies unbewusst. Wir sitzen zum Beispiel im Büro, in der Bahn oder gehen auf der Straße, sind vielleicht in Gedanken versunken und nehmen unsere Umwelt gar nicht wahr. Doch jeder, der uns begegnet, hat nach wenigen Sekunden sein Bild von uns, den sogenannten »ersten Eindruck«. Und das - ohne ein einziges Wort. Doch wie ist es, wenn wir bewusster kommunizieren, wenn wir Gespräche führen, Reden halten oder in Diskussionen auftreten? Da gibt es die einen, die mit Ausstrahlung faszinieren, mit ihren Reden begeistern und mit Ideen überzeugen. Und die anderen, die mitunter übersehen werden, deren kluge Ideen selten Gehör finden und für die jeder Auftritt vor Publikum Stress bedeutet. Viele halten dies für eine Ungerechtigkeit des Schicksals und resignieren. Doch zum Trost - kein Mensch kommt als guter Redner auf die Welt. Fast immer steckt harte Arbeit dahinter, erleichtert durch etwas Talent. Und auf diesem Weg kann ein Kommunikationstraining sehr hilfreich sein.

Es war kein klassisches Redeseminar, das Sie in Eupen gegeben haben. Was ist das Besondere an der Art Ihres Trainings?

Wenn Sie mit klassischem Redeseminar herkömmliche Rhetorikseminare meinen, muss ich leider sagen, dass in den meisten Rhetorikseminaren nur der inhaltliche Aufbau und die Struktur von Redebeiträgen im Vordergrund stehen. Oft erst am Ende des Seminars, werden die Teilnehmer angewiesen gerade zu stehen, nicht so schnell zu sprechen und das Publikum anzuschauen. Diese Meinung beruht auf eigenen Erfahrungen und den Berichten vieler Seminarteilnehmer. Doch das war nicht immer so. Demosthenes, Cicero, Vergil - Väter der Rede-

kunst, maßen Inhalt und Form gleichermaßen Bedeutung bei. Denn was nützen die schönsten Zutaten, wenn ich nicht in der Lage bin, daraus einen wohl-schmeckenden und appetitlich anzuschauenden Kuchen zu backen? In unseren Sprachwandel-Seminaren begleiten wir die Teilnehmer auf der Suche nach ihren individuellen Kommunikationsmustern, helfen Stärken und Potentiale zu erkennen und zeigen Wege auf, wie diese Potentiale zu entwickeln sind. Dabei stützen wir die Teilnehmer keine vorgefertigten Konzepte über, sondern orientieren uns an den Eigenheiten ihrer Persönlichkeit. Und noch eine Besonderheit unseres Trainings: Wir halten keine langen Vorträge über Kommunikation, denn Reden und Autofahren haben etwas gemeinsam. Beides lernen wir nur, indem wir es tun. Deshalb nehmen spielerische und praxisspezifische Übungen in unseren Seminaren den meisten Raum ein.

Wo liegen die größten Stärken und die größten Schwächen der Teilnehmer?

Die größte Stärke von Jugendlichen ist ihre Offenheit, vorausgesetzt, es gelingt ihr Interesse zu wecken. Sie sind meistens noch nicht blockiert von Ängsten und selbst auferlegten Normen. Und so war es spannend zu erleben, wie die Teilnehmerinnen der Rhetorika mit Stimme und Körpersprache experimentiert haben, den Mut hatten, auch mal einen unkonventionellen Auftritt zu wagen und meine Ausführungen kritisch hinterfragten. Die Schwächen, die ich lieber Potenziale nennen möchte, sind individuell verschieden und damit nicht zu verallgemeinern. In keinem Fall jedoch gab es Probleme, die nicht zu lösen wären.

Die Partner der Rhetorika 2005



Jeden Samstag

Sprechstunden der Eupener Schöffen

■ Eupen

Der Bürgermeister und die Schöffen der Stadt Eupen bieten regelmäßig Sprechstunden für alle interessierten Bürger an. Diese finden jeweils samstags von 10 bis 11 Uhr an wechselnden Orten statt. In diesem Monat stehen folgende Ansprechpartner zur Verfügung:

gung:

12. Februar, Polizeiwache Unterstadt, Haasstraße 44: Patricia Creutz-Vilvoys;

19. Februar: Vereinshaus Kettens, Zur Nohn 2: René Bartholemy;

26. Februar: im Rathaus (Schöffenzimmer, Eingang an der Passage, bitte klingeln): Werner Mießen.

■ Eupen

Während der diesjährigen Fastenzeit wird das Misereor-Hungertuch »Brot und Rosen - Unser tägliches Brot gib uns Heute« in der Bergkapelle aufgehängt und zur Betrachtung und zum stillen Gebet eingeladen. Dem Betrachter eröffnet sich

Angebote in der Bergkapelle

Meditation und Musik vor dem Misereor-Hungertuch

ein farbenfrohes Bild, das auf die vielen Millionen hungernden Menschen in der Welt aufmerksam machen möchte und zum Handeln anregt. Entsprechende Texte liegen aus.

Ab dem 15. Februar und bis zum 15. März ist die Bergkapelle jeweils dienstagsabends bis 22.30 Uhr offen. Von 19.30 bis 20 Uhr findet eine Medita-

tion statt, während im Anschluss jeweils ausgewählte Musik zum Verweilen und beten anregt. Eine herzliche Einladung an alle, einige Zeit der Besinnung und der Ruhe in der Bergkapelle zu finden.

Weitere Informationen sind erhältlich bei Oikos - Bergstraße 124 in Eupen, Tel. 087 55 65 17.

Am 14. Februar

Strukturschema vor dem Stadtrat

■ Eupen

Im Rahmen einer Arbeitssitzung wird der Eupener Stadtrat am Montag, 14. Februar, das kommunale Strukturschema begutachten. Um 20.30 Uhr findet dann eine öffentliche Sitzung des Rates statt. Einziger Tagesordnungspunkt ist die provisorische Annahme dieses Strukturschemas.