



Rhetorik Arbeitsblatt zum Video 2

Körpersprache

Auch körpersprachlich klar auszudrücken, was man denkt und sagt, ist für überzeugendes rhetorisches Auftreten unabdingbar:

- Wenn Form und Inhalt nicht übereinstimmen, nennt man das „inkongruent“. Die Zuhörer sind verwirrt und können nicht mehr ungestört zuhören.
- Wer im Sitzen etwas Wichtiges sagen will und dabei leger im Sessel lehnt, dementiert die eigene Aussage.
- Der eigene Standpunkt wird auch körpersprachlich im sogenannten „Kutschersitz“ deutlich: Füße fest auf den Boden, weg von der Lehne des Sessels, Wirbelsäule und Nacken straffen – zur vollen Größe aufrichten.

Übung:

Achte im Alltag darauf, wie Du sitzt, wenn Du sprichst. Verändere zwischendurch Deine Sitzposition. Achte auf Deine Wirkung!

Autopilot

Unter „Autopilot-Verhalten“ versteht man automatische und damit nicht bewusste Verhaltensmuster. Der Autopilot verhindert das Umsetzen neuer Erkenntnisse.

Übung:

Was könnte Dich im Alltag daran erinnern, den Autopiloten gezielt für einige Sekunden auszuschalten und Dich beim Sprechen wirkungsvoll hinzusetzen?

- Wichtig: Übe nie im Wettkampf! Nutze unbeobachtete Alltagssituationen ohne Leistungsanspruch.
- Wie groß ist dabei deine Überwindung?

Deine Gedanken und Assoziationen: