



In 30 Minuten  
wissen Sie  
mehr!

Empfohlen  
von



SAT.1

MINUTEN

Thomas Lorenz  
Klaus-Jürgen Deuser

**Sympathisch und  
souverän:  
So geht Vortragen!**

**Thomas Lorenz  
Klaus-Jürgen Deuser**

**30 Minuten**

**Sympathisch und  
souverän:  
So geht Vortragen!**

© 2017 SAT.1 [www.sat1.de](http://www.sat1.de) Lizenz durch ProSiebenSat.1  
Licensing GmbH, [www.prosiebensat1licensing.com](http://www.prosiebensat1licensing.com)

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografi-  
sche Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Umschlaggestaltung: die imprimatur, Hainburg  
Umschlagkonzept: Martin Zech Design, Bremen  
Lektorat: Dr. Sandra Krebs, GABAL Verlag GmbH, Offenbach  
Grafiken: a-m-t management performance ag  
Satz: Zerosoft, Timisoara (Rumänien)  
Druck und Verarbeitung: Salzland Druck, Staßfurt

Wir danken Stefan Oppitz für die Begleitung.

© 2017 GABAL Verlag GmbH, Offenbach

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit  
schriftlicher Genehmigung des Verlags.

Hinweis:

Das Buch ist sorgfältig erarbeitet worden. Dennoch erfolgen alle  
Angaben ohne Gewähr. Weder die Autoren noch der Verlag kön-  
nen für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch  
gemachten Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen.

Printed in Germany

ISBN 978-3-86936-771-2

# In 30 Minuten wissen Sie mehr!

Dieses Buch ist so konzipiert, dass Sie in kurzer Zeit prägnante und fundierte Informationen aufnehmen können. Mithilfe eines Leitsystems werden Sie durch das Buch geführt. Es erlaubt Ihnen, innerhalb Ihres persönlichen Zeitkontingents (von 10 bis 30 Minuten) das Wesentliche zu erfassen.

## ***Kurze Lesezeit***

In 30 Minuten können Sie das ganze Buch lesen. Wenn Sie weniger Zeit haben, lesen Sie gezielt nur die Stellen, die für Sie wichtige Informationen beinhalten.

- **Alle wichtigen Informationen sind blau gedruckt.**
- Schlüsselfragen mit Seitenverweisen zu Beginn eines jeden Kapitels erlauben eine schnelle Orientierung: Sie blättern direkt auf die Seite, die Ihre Wissenslücke schließt.
- *Zahlreiche Zusammenfassungen innerhalb der Kapitel erlauben das schnelle Querlesen.*
- Ein Fast Reader am Ende des Buches fasst alle wichtigen Aspekte zusammen.
- Ein Register erleichtert das Nachschlagen.



# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>6</b>
<b>Fließend sprechen</b>	<b>8</b>
<b>1. Botschaften brauchen Orientierung</b>	<b>11</b>
Inhalt ist der King: Was will ich vermitteln?	12
Mission ist die Queen: Was will ich erreichen?	17
<b>2. Sprecher haben Persönlichkeit</b>	<b>21</b>
Die „ideale“ Persönlichkeit des Redners	22
Die Persönlichkeit des Zuhörers erreichen	29
<b>3. Vorbereitung schafft Klarheit</b>	<b>37</b>
Aller Anfang ist schwer	38
Auch Vorträge haben Struktur	40
It's all about „Storytelling“	45
<b>4. Anfangen ist ein Zeichen von Engagement</b>	<b>53</b>
Wer übt, gewinnt	54
Wer früh kommt, gewinnt noch mehr	60
<b>5. Vom Vortrag zum Hit: Die Begegnung mit dem Publikum</b>	<b>67</b>
Es geht immer um den Anfang	68
Timing ist alles	74

<b>6. Der Auftritt braucht Mut</b>	<b>81</b>
Guten Morgen, liebe Sorgen	82
Et kütt, wie et kütt, und et hätt noch immer jot jejeange	86
<b>Fast Reader</b>	<b>89</b>
<b>Die Autoren</b>	<b>93</b>
<b>Weiterführende Literatur</b>	<b>94</b>
<b>Register</b>	<b>95</b>

# Vorwort

Menschen können Menschen begeistern. Diese Aussage gilt, seit die ersten Botschaften, Ideen oder Produkte verkauft worden sind. Und egal, in welchem Beruf Sie heutzutage arbeiten, ob jemand weiterkommen will oder auch schon die entsprechende Position erreicht hat, es gilt: Egal, was man zu sagen hat, irgendwann muss man es öffentlich präsentieren, sei es auf einer Bühne, im Radio, im Fernsehen oder in den sozialen Netzwerken.

Für viele Menschen ist ein Vortrag jedoch immer noch ein kleiner Horror. Man ist nervös oder fühlt sich unwohl und hat das Gefühl, mehr mit sich und den Rahmenbedingungen beschäftigt zu sein, als mit dem eigentlichen Vortrag. Kein Stress, das bekommen wir schon hin! Ein guter Vortrag oder eine gute Präsentation ist weder ein Hexenwerk noch ist es etwas, das einem in die Wiege gelegt wird. Es ist einfach harte Arbeit. Wir erklären Ihnen, wie Vorträge und Auftritte funktionieren, und geben Hinweise, wie Sie sich vorbereiten, welche Fallgruben Sie besser umgehen sollten und welche Fähigkeiten Sie am besten einsetzen.

Die Herausforderung eines guten Vortrags, einer Rede ist letztendlich das Zusammenspiel aus Inhalt (Was will ich sagen?), Form (Wie will ich es sagen?) und unzähligen kleinen Nebenfaktoren. Sobald Sie dies erkannt haben, wissen Sie, wo Sie ansetzen können und sollten. In der Praxis werden oft die Einzelteile (Rhetorik, Kör-

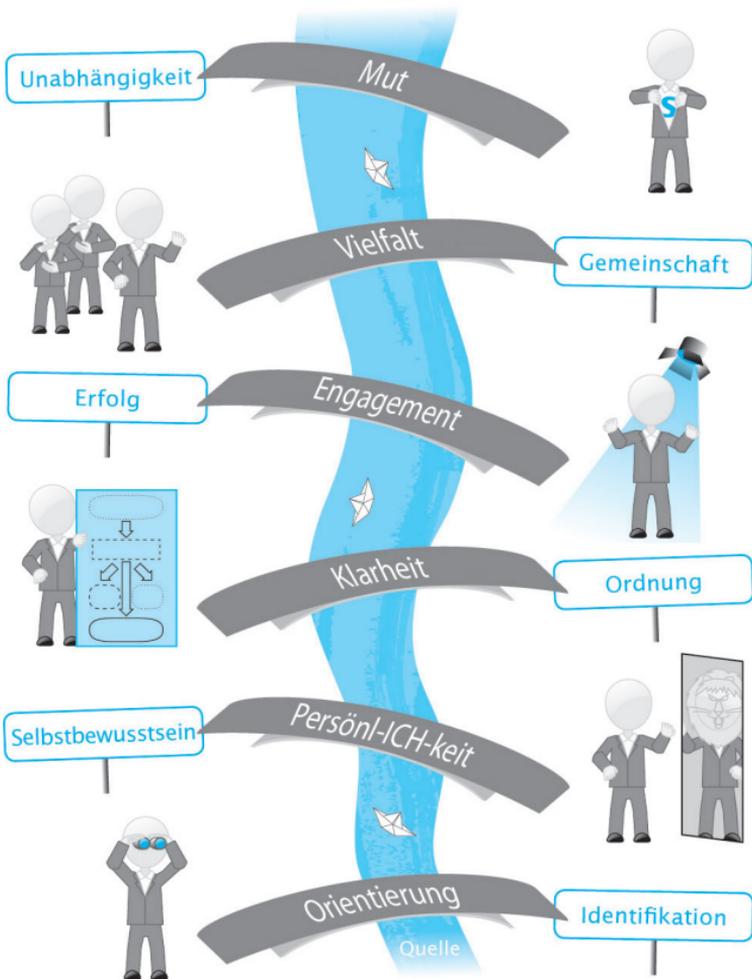
persprache, Schreiben usw.) trainiert, ohne den Gesamtzusammenhang zu beachten. In den letzten Jahren haben wir ein System entwickelt, wie man das Gesamtkunstwerk „Vortrag“ verblüffend einfach erlernen und trainieren kann.

„Souverän und sympathisch“ deutet auf die Zielrichtung dieses Buches hin. Ohne eine solide Basis kann kein Vortrag großartig werden. Die Souveränität steht für die Basis, die Sie schaffen sollten: Was wollen Sie sagen, weshalb möchten (oder müssen) Sie etwas sagen und wie planen Sie, es sagen zu wollen. Diese Grundlage ermöglicht es Ihnen, sich entspannter mit dem Auftritt und sich selbst zu beschäftigen und so den Faktor Sympathie auszubauen. Unser Ziel ist es, Ihnen eine flexible Blaupause mit auf den Weg zu geben, an die Sie sich bei der Entwicklung, Vorbereitung und Präsentation Ihres Vortrags halten können. Zusätzlich wollen wir Ihnen jede Menge Tipps, Tricks und Insiderwissen mitgeben und zeigen, dass jeder Vortrag ein großer Spaß sein kann. Wer versteht, wie man Menschen mit den richtig gesetzten Worten begeistern kann, der wird es in vielen Lebenssituationen leichter haben, sei es bei Vorträgen, Verkaufs- und Vorstellungsgesprächen oder beim Flirten. Letzteres allein sollte doch reichen, dieses Buch zu lesen?!

Eine angenehme Lektüre wünschen Ihnen

*Thomas Lorenz und Klaus-Jürgen Deuser*

# Fließend sprechen



© A-M-T AG, 2016

Abb. 1: Weg zum gekonnten Vortrag, zur guten Präsentation

„So fließend möchte ich auch einmal sprechen“, hören wir des Öfteren Zuhörer sagen. Wir nutzen die Metapher des Flusses, um daran die Stationen aufzuzeigen, die einen Vortrag erst fließend erscheinen lassen. Bei der Flussfahrt gilt für den Kapitän (Sprecher) zunächst, ein Ziel zu haben, die Orientierung nicht aus dem Auge zu verlieren sowie Stromschnellen zu erkennen und zu umfahren. In schwierigen Gewässern ist gelassene Routine sinnvoll. Ein auf die Passagiere abgestimmtes heiteres Programm rundet alles ab.

Die Anordnung der Themen haben wir den Forschungen zu menschlichen Antriebswerten des amerikanischen Psychologen Clare W. Graves entnommen. Während bei einem Redner die **Orientierung** an der Botschaft oder die eigene **Persönlichkeit** im Vordergrund steht, lieben andere Redner **Klarheit** durch Vorbereitung oder zeigen **Engagement**, indem sie einfach anfangen. Manche bekommen ihren Antrieb aus der **Vielfalt** eines spannenden Publikums oder dem **Mut**, sich auf Unerwartetes einzulassen.

Während Menschen hier oder da ihre Stärken haben, braucht ein Vortrag ein Gesamtkonzept. Da zwingt einen das Leben zu mancher freiwilligen Handlung auch fernab des eigenen Antriebs.

Jedes Kapitel gibt Unterstützung bei einem dieser notwendigen Punkte. Manche werden Ihnen leichter, andere schwerer fallen – packen Sie es einfach an!