

Allgemeine Zeitung

RHEIN MAIN PRESSE

ALLGEMEINE ZEITUNG / LOKALES / MAINZ / NACHRICHTEN MAINZ

Nachrichten Mainz

18.06.2016

Sprechen vor Publikum: Neuer Rhetorik-Club bietet Training gegen Lampenfieber an

Von Lukas Poths

MAINZ - Feuchte Hände, Herzklopfen, trockener Mund: Viele Menschen, die vor Publikum sprechen müssen, kennen diese Symptome. Hier soll ein neue Rhetorikclub in Mainz Abhilfe schaffen. Gründer ist Dr. Klaus-Ulrich Moeller, seit fünf Jahren Mitglied im Rhetorikclub Wiesbaden und erfolgreicher Kommunikations- und Rhetoriktrainer.

Mit seinen aktuell 24 Mitgliedern soll der Club nun offiziell bei Toastmasters International angemeldet werden, der größten Rednerorganisation der Welt. Auch die Treffen des Mainzer Clubs orientieren sich am Toastmasters-Leitfaden für das Rednertraining. „Es ist wichtig, dass jedes Mitglied aktiv an den Übungsabenden teilnimmt und etwas sagen kann“, betont der Präsident des Clubs, Jan-Marco Gessinger. In diesem Sinne sind die Abende streng gegliedert: Zu Anfang stellt der Präsident den Toastmaster, also den Leiter des Abends, vor. Diese Rolle übernimmt Manuela Klasen, die hauptberuflich als Persönlichkeitstrainerin arbeitet. Sie teilt ebenfalls Aufgaben wie das Zeitnehmen und Zählen von Füllwörtern zu. Danach werden drei vorbereitete Reden gehalten, darunter ein „Eisbrecher“, die erste Rede des Abends, bei der sich ein Mitglied selbst vorstellt. Die zweite und dritte Rede befassen sich mit einem festgelegten Thema, dieses Mal das Jubiläum „200 Jahre Rheinhessen“ und die Zukunftspläne des Landes Rheinland-Pfalz. Alle Redner werden mit Applaus empfangen, dies stärke das Selbstvertrauen und motiviere, so Gessinger. Auch unvorbereitete Stegreifreden sind Teil des Programms. Sie sollen es ermöglichen, auch in alltäglichen Situationen selbstbewusst und souverän auf Themen privater Konversation zu reagieren. Für das persönliche Feedback werden Bewerber gewählt, die sowohl negative als auch positive Aspekte der Vorträge hervorheben. Hierbei bleiben die Mitglieder stets konstruktiv, man ist auf Du und Du und es herrscht eine angenehme, ungezwungene Stimmung. Anschließend wird überprüft, wer im zeitlichen Rahmen geblieben ist und der Füllwortzähler gibt an, wie viele „ähms“ und „jas“ sich in die Vorträge eingeschlichen haben.

Nach der Gesamtbewertung beendet der Präsident den Abend offiziell.

Die Toastmasters-Abende sollen die eigene Kommunikationsfähigkeit verbessern und dies scheint auch die Motivation der meisten Mitglieder zu sein: Wer aus beruflichen Gründen öffentlich sprechen muss, differenziertes Feedback geben will oder einfach nur aus Spaß am Reden hat, ist an der richtigen Adresse. „Der Club steht jedem offen und gerade in einer

Medien- und Studentenstadt wie Mainz ist ein solches Rhetorikforum am richtigen Platz“, findet Gessinger.

[Noch mehr Nachrichten aus der Region lesen? Testen Sie kostenlos 14 Tage das Komplettpaket Print & Web plus!](#)

powered by plista

Das könnte Sie auch interessieren



Sie lebte auf ihre ganz spezielle Weise in Mainz...

Die meisten Mainzer, die hin und wieder in der Innenstadt unterwegs sind, kannten sie wohl. Die...

[Mehr](#)



Kasteler Carneval-Klub mit neuem Präsidenten...

Mit dem Unternehmer Dirk Loomans hat der Karneval-Club Kastel (KCK) einen neuen Präsidenten. Der...

[Mehr](#)



Jetzt kostenlose Immobilienbewertung anfordern

Gratis Immobilienwert berechnen lassen und zum Höchstpreis verkaufen! Bewerten & Verkaufen

ANZEIGE

[Mehr](#)



Exhibitionist in Mainzer Bus

Ein Mann setzte sich am Mittwochnachmittag gegenüber einer 22-Jährigen auf eine Vierer-Sitz...

[Mehr](#)



Ein Aneurysma verändert das Leben einer jungen...

Wenn sie die Augen länger schließt, heißt das Ja. Nur so kann sich Vanessa Brandt mitteilen. Spre...



[Mehr](#)



Schweizer Einzeigeruhr

24-Stunden Zifferblatt und nur ein Zeiger. Bist du bereit slow zu sein? Diese Uhr wird dein Leben...

ANZEIGE

[Mehr](#)

© Verlagsgruppe Rhein Main GmbH & Co. KG - Alle Rechte vorbehalten

