

Vom Stotterer zum begnadeten Redner

Reden Im Rhetorik-Club Cottbus üben die Mitglieder seit fünf Jahren die Kunst der freien Rede. Komm auf den Punkt! Sprich mit klaren Botschaften! Strukturiere deine Rede! Aber wie funktioniert das richtig? *Von Thomas Klatt*

Fünf Jahre ist der Cottbuser Rhetorik-Club jetzt alt. Seine Mitglieder haben sich dem gekonnten Sprechen und Reden verschrieben. Regelmäßig treffen sich die Clubmitglieder der Non-Profit-Organisation zum Training in der Technischen Akademie Wuppertal in der Cottbuser Feigestraße. Der Cottbuser Frank Gronert ist Gründungsmitglied und Präsident des Clubs, Unternehmer und darüber hinaus ehrenamtlicher Karate-Trainer. Er sagt: „Frei reden kann jeder.“

Herr Gronert, wie kam es vor fünf Jahren zur Gründung des Cottbuser Rhetorik-Clubs?

Frank Gronert: Ich bin damals regelmäßig von Cottbus zu den Toastmasters nach Berlin gefahren. Das ist eine weltweite Dachorganisation, die sich der gut formulierten, charmanten und angstfreien Rede verpflichtet sieht. In Ostdeutschland gibt es die Toastmasters in Berlin, Dresden, Leipzig und Frankfurt (Oder). Ich dachte, so etwas braucht Cottbus auch. Und dann habe ich mit Gleichgesinnten den Club in Cottbus gegründet. Bisher sind noch zwei Gründungsmitglieder dabei. Das Wort Toast kommt aus dem Englischen und heißt so viel wie feierlicher Trinkspruch. Wir dehnen den Begriff natürlich inhaltlich aus.

Sie und ihre Clubmitglieder üben die freie Rede?

Ja. Und zwar in einem Übungsraum, ein Ort des Lernens, in dem viel ausprobiert wird und in dem wir auch Spaß haben. Meist sind Schwerpunkte vorgegeben. Die können sein: Variiere deine Stimme, moduliere sie oder: Setze beim Sprechen deinen Körper ein. Wir genießen die freie Rede.



Der Cottbuser Frank Gronert ist Gründungsmitglied und Präsident des Clubs, Unternehmer und darüber hinaus ehrenamtlicher Karate-Trainer. Er sagt: Frei reden kann jeder. *Foto: Klatt Thomas*

Lernt man dabei etwas für den Alltag?

Sehr viel. Es gibt viele Menschen, die sich nicht trauen vor anderen zu sprechen. Körper und Stimme zeigen diese Ängste an. Man sieht, ob jemand gehemmt ist. Dessen Wirkung auf andere ist dann nicht so wie gewünscht. Jugendliche zum Beispiel haben oft eine große Klappe, sind fit auf allen Smartphones, wenn sie jedoch eine Rede halten sollen, versagen sie. Reden können ist für nahezu alle Menschen wichtig. Sei es für ein Bewerbungsgespräch als Azubi oder für die Präsentation eines

Projektes. Selbst bei einigen Akademikern erlebt man, dass sie ihr Wissen gar nicht verständlich weitergeben können. Aber wir sind kein Debattierklub. Wir üben mit konkreten Anforderungen wie: Komm auf den Punkt! Oder: Sprich mit klaren Botschaften! Strukturiere deine Rede!

Aber frei sprechen wollten die Menschen doch schon immer...

Schon die alten Germanen konnten das Reden am Lagerfeuer. Im antiken Griechenland war die Rhetorik eine der „geheimen“ Wissenschaften. Ein gutes Bei-

spiel ist die Geschichte des Demosthenes. Der war beliebt, stotterte jedoch stark. Was ihn für den vorgesehenen Job als Statthalter ungeeignet erscheinen ließ. Doch er übte das Sprechen mit Chalcedon-Steinen im Mund und hat nur für sich Gedichte rezitiert. Später wurde er einer der populärsten Politiker des antiken Griechenlands. Man kennt ähnliche Übungen auch aus dem Musical „My Fair Lady“, wo die Hauptfigur Eliza Doolittle mit Schokoladenkugeln im Mund unablässig „Es grünt so grün, wenn Spaniens Blüten blühen ...“ übt.

Was ich sagen möchte: Es gibt heute moderne Methoden, mit denen man frei reden lernen kann. Mit dem Einsatz von Stimme, Atmung und Körper kann viel erreicht werden.

Ist die freie Rede nicht auch eine Frage des Selbstbewusstseins?

Die innere Stimme des Unsicheren sagt: Du kannst das nicht. Lass das. Du blamierst dich. Du bist nicht gut genug. Was der Einzelne aber machen kann, ist immer wieder in diese Situation hineingehen, zu wiederholen, zu festigen. Bis er dieser inneren Stimme das Negative ausgetrieben hat. Selbstabwertung ist ein großes Thema. Da halten wir dagegen.

Wie läuft so ein Rhetorik-Abend ab?

Es ist alles sehr klar strukturiert. Es gibt einen Moderator. Für jeden Redner steht ein Zeitnehmer und ein Füllwort-Zähler bereit, es gibt einen Sprachstil-Bewerter und einen Kamermann. Video-Aufnahmen sind wichtig, damit sich jeder seine Rede zuhause noch mal anschauen kann. Der zweite Teil des Abends ist die Stegreifrede, die improvisierte Rede aus dem Stand heraus. Sie dauert etwa ein bis zwei Minuten. Der dritte Teil sind Bewertungsreden für die vorbereiteten Reden aus dem ersten Teil. Da gibt es gar nicht um Inhalte, sondern um Körpereinsatz, um Ruhe, um klare Botschaften und ähnliches. Die Rede darüber wird vor Ort geschrieben und dauert etwa zwei bis drei Minuten. Und am Schluss gibt es immer noch einen (Sprach) Witz des Abends.

Herr Gronert, Sie haben bei unserem Telefoninterview kaum ein Füllwort verwendet oder „Ähhs“ benutzt...

Da staunen Sie. Das hab ich mir alles abtrainiert.