



Birgit Seufert
Ernährungsberaterin,
Gesundheits-Trainerin,
Meridian-Energie-Therapeutin
und Seminarleiterin

Rhetorik – viel mehr als Worte

Menschen mit Worten erreichen. Das, was einem wichtig ist, zu vermitteln. Verstanden werden. Sein Produkt verkaufen. Überzeugen können. Das Publikum in seinen Bann ziehen. Deutlich und klar auf den Punkt kommen, ohne langatmige Umschreibungen. All das und sicher noch viel mehr meinen wir wohl, wenn wir von guter Rhetorik sprechen.

Die Beherrschung der Kunst zu reden streben viele Menschen an, und doch macht uns das Reden oder gar Redenhalten auch Angst. Schweißgebadet, von Lampenfieber geplagt, versuchen wir die zuvor vorhandene Ordnung in unserem Manuskript wieder zu finden. Davon überzeugt, kein einziges Wort herauszubekommen.

Dabei ist uns doch das Sprechenkönnen angeboren

Früh beginnt der Mensch sich darin zu üben. Unzählige Worte gebrauchen wir im Laufe des Lebens. Was löst also dann immer wieder diese Angst aus?

Dazu sagte bereits Mark Twain:

„Das menschliche Gehirn ist eine großartige Sache. Es funktioniert vom Moment der Geburt an – bis zu dem Zeitpunkt, wo du aufstehst, um eine Rede zu halten.“

Es scheint tatsächlich ein weit verbreitetes Phänomen zu sein, dass uns genau in diesen Momenten im wahrsten Wortsinne die Stimme wegzubleiben droht. In meinen Kommunikations-Workshops erlebe ich dies immer wieder. Wer setzt sich durch? Wer wird gehört? Liegt es immer „nur“ an den richtigen Worten?

Was verbinden wir mit dem Begriff „guter Redner“?

Direkt bekommen wir Bilder vor Augen. Zum guten Umgang mit Wor-

ten kommen noch einige wichtige Eigenschaften hinzu.

Flugs fällt uns dazu die gute Ausstrahlung ein. Sichereres Auftreten im Team mit angemessener Mimik und Gestik. Und wenn das Zuhören Spaß machen und noch dazu spannend sein soll, spielen auch die Stimme und ihre verschiedenen Stimmlagen eine entscheidende Rolle.

Mit Witz und Charme begeistert der gute Redner und erläutert in einfachen Sätzen sehr anschaulich auch die kompliziertesten Vorgänge. ➤

Die Beherrschung der Kunst zu reden streben viele Menschen an, und doch macht uns das Reden oder gar Redenhalten auch Angst. Meridianklopfen in Kombination mit Kommunikations-Training bietet wirksame Hilfe





Vor einem großen Publikum?
Da verschlägt es dem Redner
schon mal die Sprache

Gerne folgt das Publikum den Ausführungen mit Erlebnischarakter.

„Oh ja, das möchte ich auch gerne können!“ Das höre ich immer wieder, wenn ich mit Menschen der verschiedensten Branchen zusammenkomme. „Wenn da nur die Angst oder Ängstlichkeit nicht wäre!“

Und das: „Ich traue mich nicht so recht!“

Seit vielen Jahren arbeite ich nun schon in diesem Bereich und habe sicher vielen Menschen mit meinem Rhetorik-Training gute Hilfe bieten können. Vor allem innerhalb der ergebnisorientierten geschäftlichen Gesprächsführung haben mich zahlreiche Dankesbekundungen erfreut. Und doch, den absoluten „Knaller“ habe ich in der einzigartigen Kombi-

nation mit dem Meridianklopfen ge- oder in diesem Fall auch erfunden.

Heute arbeite ich mit einem eigens entwickelten Workshop-Programm unter Anwendung von Meridianklopfen **und** Kommunikations-Training. Alle vorhandenen Blockaden, Ängste, Störungen und was sonst noch alles ver- oder behindernd wirkt, wird zuerst aufgestöbert, dem Sinne nach regelrecht entdeckt und so dann einfach aufgelöst!

Rede-Hemmung Behandlungsbeispiel

Torsten F., 27 Jahre, arbeitet in einer Versicherungsagentur in der Kundenberatung. Regelmäßig stellt er in größeren Firmen der Geschäftsleitung diverse Versicherungsmodelle vor. Dies gelingt ihm in der Regel mit außergewöhnlich gutem Erfolg,

wenn, ja wenn er sich einem oder zwei Gesprächspartnern gegenüber sieht. Sind mehrere Personen versammelt, verschlägt es ihm die Sprache und er bringt keine zusammenhängenden Sätze heraus, kann nicht mehr überzeugen. Als er mich um Hilfe bittet, beginnen wir mit diesem vordergründigen Thema, setzen fort mit seinen Empfindungen, keine ausreichende Leistung mehr zu bringen, der Sorge, dass andere besser sprechen und denken können als er, und nehmen den Weg über Existenzängste und Mutlosigkeit. Bei der Befragung nach dem Beginn der „Sprachlosigkeit“ erinnerte sich der Klient an eine erlebte Blamage in der Schule, Demütigungen durch Lehrer und Mitschüler. Es ergaben sich insgesamt derart viele Aspekte, dass wir sechs Sitzungen brauchten, um jeden einzelnen von ihnen zu „entschärfen“. Von Mal zu Mal fühlte Torsten F. sich freier und selbstbewusster. Heute genießt er es regelrecht, vor einer großen Gruppe mit Argumenten zu brillieren. Seine Hemmungen sind völlig ausgeräumt. Er traut sich jetzt insgesamt viel zu und leistet deutlich mehr als vorher.

Sprach-los in Partnerbeziehung

Dietlinde R. versprach sich von einer Klopftherapie mehr als von einer Partnerberatung. Letztere nämlich war ihr, praktisch als „letzter Ausweg“, angeraten worden, um ihre, wie sie es nannte, „verkorkste Beziehung“ zu ihrem Freund Markus zu retten. Das Problem der beiden war, dass Markus Dietlinde regelmäßig niederquatschte, wenn sie Ansprü-



Auch in Beziehungen
ist das Reden wichtig

che anmeldete oder Kritik äußerte. Dietlinde fühlte sich von ihm richtig an die Wand gedrückt. Sie kam nicht zu Wort und fühlte sich mehr und mehr als der Verlierer in ihrer Beziehung zu ihm. Von ihrem ehemals strahlenden Selbstbewusstsein war absolut nichts mehr übrig. Dabei war Markus doch einmal ihr Traummann gewesen, und er hatte auch durchaus Eigenschaften, die sie immer noch schätzte. Ich ließ Frau R. alles sagen, was sie auf dem Herzen hatte. Danach beklopften wir ihr Unterlegenheitsgefühl, ihre Wut, weil sie sich nicht äußern konnte, ihre Enttäuschung darüber, dass er ihre Argumente nicht hören wollte und alle anderen Empfindungen, die sie ihrem Markus, aber auch anderen Menschen gegenüber hatte. Dabei kamen wir auch zu ihrer Beziehung innerhalb ihrer Herkunftsfamilie, ihrem Freundeskreis, Lehrern und Chefs. Immer hatte sie sich ihren Gesprächspartnern gegenüber hilflos gefühlt. Das Muster setzte sich bis heute fort:

Nur drei Sitzungen haben wir gebraucht, bis Dietlinde in der Lage war, mit ihrem Mann, aber auch mit anderen, gleichberechtigt zu kommunizieren. Das haben wir dadurch erreicht, dass negatives Stressempfinden bei dem Gedanken an Auseinandersetzungen völlig aufgelöst werden konnte.

Immer wieder sind die sofort sicht- und spürbaren Ergebnisse verblüffend. Ja, sogar häufig regelrecht fantastisch. Wo zuvor Verwirrung und Aufre-

gung den Menschen beherrschten, ist nun Gelassenheit und innere Harmonie.

Was ich als Anregungen in meinen Seminaren vermittele, kann erst durch das Auflösen der inneren Blockaden in vollem Umfang angewendet und umgesetzt werden.

Förderlich ist dieses Training besonders den Berufs- und Studienanfängern, ebenso wie natürlich allen Menschen, die im täglichen Privatleben und im Beruf gut gehört und verstanden werden wollen.

Persönliche Ziele erreichen wir nur, wenn wir richtig und sicher kommunizieren

Das gilt für FamilienmanagerInnen genauso wie für Selbstständige in jeder Branche, wie auch für „ganz normale“ Menschen in Freizeit und Sport.

Und – die Ergebnisse sind von Dauer. Wenn sich doch mal wieder ein paar „Störenfriede“ in Form von Hemmungen oder Ängsten zeigen, kann jeder diese Methode sicher selbst anwenden und sich Stück für Stück davon befreien. Ganz im Sinne von: „Ungehemmt reden mit Hilfe des Meridianklopfens“. ■

Buchtipp:

„HEILEN mit Meridian-Energie-Therapien – Praxisbuch für Therapeuten und Selbstanwender“,

Autorin Ingrid Schlieske, Turm Verlag, erhältlich bei: Lebenslinie Vegetarischer Versandservice GmbH, (Erscheinung ab Herbst 2005)

Tel.: 06046/958877,

Fax: 06046/958866,

Internet: www.lebenslinie-versand.de

Seminartipps:

Meridianklopfen – Wochenend-Selbsthilfe-Seminar und Therapeutenausbildung in Hessen
Info-Tel.: 06045/962730 oder
Internet: www.seminarhaus-hv.de
Kommunikations-Tagesworkshop
am 15. Oktober 2005

Info-Tel.: 06045/962730 oder

Internet: www.seminarhaus-hv.de

Interessierte Leser erfahren mehr über Meridianklopfen unter:
www.meridian-energie-therapien.com



Mimik und Gestik
gehören
zur guten Rede,
die „ankommt“