



Kostprobe

Rhetorik, Körpersprache und Präsentation

Nathanael Kögel

OJA Builders

<https://oja.builders>

Rhetorik, Körpersprache und Präsentation in der Offenen Jugendarbeit

Drei Fertigkeiten um noch mehr zu überzeugen und deine Aussagen zu unterstreichen.

- Rhetorik
- Körpersprache
- Präsentation

Kennst du diese Situationen:

1. Du präsentierst den Jahresbericht vor einem Gremium. Dabei werden dir (unbequeme) Fragen gestellt.
2. Du sprichst mit einer potentiell spendenbereiten Person im Vier-Augen-Gespräch über dein Projekt.
3. Du hältst eine kurze Rede beim Tag der offenen Tür deines Jugendzentrums.

Notiere dir drei weitere herausfordernde Situationen, die es bei dir gibt und in welchen Rhetorik, Körpersprache und Präsentation wichtig sind.

4.

5.

6.

Auf einer Skala von 0-10, wie schätzt du dich selber ein? (0 = schwach bis 10 = weltklasse)

Situation 1:	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Situation 2:	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Situation 3:	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Situation 4:	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Situation 5:	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Situation 6:	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Faktoren und Eigenschaften

Rhetorik ist *die Kunst des Sprechens* und beinhaltet alles, was in der Kommunikation verwendet wird. Denke daran, du kannst nicht nicht kommunizieren. Es geht um die holistische Gesamterscheinung eines Kommunizierenden. Zum Beispiel beinhaltet Rhetorik den Wortschatz, die Satzbautechnik und die Ausdrucksweise – alles, was durch deine **Stimme** zur Geltung kommt. Neben deiner hörbaren Stimme ist dein sichtbarer **Körper** dein Sprachrohr. Was tun deine Beine, während dein Mund sich bewegt? Unterstreichen und betonen deine Arme und Gesichtszüge das Gesagte? Denke daran: Du kommunizierst immer mit allen deinen Sinnen, deshalb riecht es vor dem Kino schon immer nach Popcorn und deshalb tragen Außendienstler gutes Parfum.

Worauf du achten solltest

Stimme: Wortschatz, Satzbau, Geschwindigkeit, Tonalität/Melodie, Pausen, Atmung, Ausdrucksweise

Körper: Stand (Beine und Füße, gezielte Bewegung & Raumeinnahme), Mimik (Gesicht, was wirkt wie), Gestik (Arme und Hände, große & langsame Bewegungen, Ruheposition), Kleidung (Betonungen und Ablenkungen)

Konzipiere dir dein Do-it-yourself Trainingsplan

(1) Was willst du verbessern?

(2) Wie trainierst du es konkret?

(3) Was ist dein wichtigster Faktor aus der folgenden Infografik?

Formuliere dir drei Trainingsziele für deinen Trainingsplan

Um (1)_____ werde ich (2)_____ tun.

Um in Situation Nr. (1-6 s.o.)_____ zukünftig besser auftreten zu können, werde ich am Infografik-Faktor (3)_____ arbeiten.

Indem ich _____ .



Wie du herausragend gut darin wirst und wie der am besten zur Verfügung stehende Weg dazu aussieht, lernst du hier kennen: <https://OJA.Builders/Koerpersprache>