

# Wie man eine Stecknadel während eines Vortrags fallen lässt.

J E T Z T - Moment in einer Präsentation

**Dr. Corinna Armbrüster**

Und dann ist da dieser Moment, den alle im Raum spüren: J E T Z T füllt die Idee des Redners die Aufmerksamkeit der Anwesenden zu 100 % aus. J E T Z T formt sie sich bildlich gesprochen in den Köpfen der Zuhörenden.

Ein solcher „J E T Z T-Moment“ bleibt bei den Beteiligten in Erinnerung, prägt sich ein ... und ist oft das Ziel während der Vorbereitung auf eine Rede oder eine Präsentation. In diesem Artikel zeige ich Ihnen was es braucht, um die „Stecknadel im Vortrag fallen zu lassen“:

Vor aller Rhetorik und Suche nach passenden (persönlichen) Geschichten, die den Vortrag lebhaft machen, steht die **Idee**. Nehmen Sie sich die Zeit, Ihr Thema, Ihre Idee zu umreißen: *Was ist der Kern der Botschaft? Was macht die Idee besonders? Warum brenne ich für diese Idee? Und warum könnte es für meine Zuhörer interessant oder sogar spannend sein, etwas über diese Idee zu erfahren?* Jetzt denken Sie sich vielleicht beim Lesen, dass es sich bei Ihnen ja ganz anders verhält, da Sie ja meist innerhalb eines Projekts oder im Kollegenkreis Daten und Ist-Standsberichte liefern müssen und es da ja gar nicht möglich ist, eine Kern-Idee zu identifizieren. Und ebenso klar wird Ihnen sein, dass ich entgegne: vielleicht ist es doch möglich: *Was unterscheidet diese Idee oder dieses Thema von den anderen? Was würde fehlen, wenn dieser Aspekt im Projekt fehlen würde?*

**Die Kernidee der Präsentation gibt Orientierung und ist meine Hauptbotschaft.**

Nun habe ich bewusst den Singular gewählt und nicht von „Ideen“ geschrieben; **keep it simple** ist der zweite Tipp für eine Präsentation, die im besten Fall eine gute Geschichte erzählt. Wenn auch schon oft gehört, ist das doch mit das häufigste Feedback, welches ich in der Vorbereitung einer Präsentation oder eines Talks gebe: Zu viele Baustellen, zu viele Helden. Es geht um **Prägnanz** und dadurch um die schwierige und oft zeitintensive Frage, was (im Kontext dieser Rede) nicht dazugehört. Es lohnt sich, diese Zeit zu investieren und so die Aufmerksamkeit der Zuhörer zu bündeln.

**Ein Held zum Mitfiebern ist besser als 10 Statisten.**

Stellen Sie sich vor, Sie kommen in irgendeinen Raum mit fremden Menschen, vielleicht ja bei einer Tagung oder einem Meeting. Was macht die Person im Raum aus, die am selbstsichersten wirkt? Sie ist ruhig und hat ein ruhiges, gleichmäßiges Atemschema. Ein – aus – ein – aus. Der **Atem** wirkt sich auf den Grad unserer inneren Anspannung und dadurch auch auf unsere Außenwirkung aus. Und die gute Nachricht ist, dass wir unseren Atem beeinflussen können.

Atmen Sie kurz vor Beginn sprichwörtlich „tief durch“ und bauen Sie innerhalb der Präsentation Atempausen ein.

### **Der ruhige Atem gibt mir und den Zuhörern Sicherheit.**

Das Ziel dieses Vortrages ist es ja, eine sprichwörtliche Stecknadel so fallen zu lassen, dass es auch alle Anwesenden mitbekommen. Dafür ist es elementar, mit den Zuhörern auch in **Kontakt** zu treten; stellen Sie via Mimik und Gestik oder kleine Gespräche Verbindlichkeit her.

### **In Beziehung gehen und Relevanz erhöhen.**

Ist all dies gelungen, von der Idee bis zum Kontakt steht die Basis, kommt es darauf an, das „**Metrum der eigenen Geschichte**“ zu spüren. Das bedeutet, dass ich als Redner aufmerksam bin, wann ich eine Pause mache oder aber schneller werde. Wann betone ich einzelne Worte und halte – vielleicht sogar mitten im Satz – inne. *Wann ist es Zeit, einen Gedanken zu verabschieden, weil die Zuhörerschaft sonst abgehängt wird? Wie lange halte ich eine Pause aus, bevor ich eine Wendung des Gedankens oder den Nutzen des Publikums vorstelle... ohne, dass es „gewollt“ wirkt?* Diese bewusste Gestaltung des Timings bringt die Anwesenden in einen gemeinsamen Rhythmus; dies funktioniert aber nur, wenn ich stets im Kontakt mit der Gruppe von Zuhörern bleibe, denn das Tempo ist in jeder Gruppe wieder verschieden. Beim Lesen klingt das vielleicht etwas kompliziert, Timing ist aber im Grunde recht leicht zu üben: Im Gespräch mit Freunden über Wochenendaktivitäten könnten Sie einfach mal eine Pause machen, dabei in die Runde schauen (insgeheim sich selbst dabei beobachten) und dann weitersprechen. Macht das einen Unterschied? Vielleicht macht es sogar Spaß auf diesem Weg immer mehr zum Storyteller zu werden.

### **Jedenfalls sind das die Momente, in denen Sie Ihre Stecknadel fallen lassen könnten...**

Die persönliche Präsenz ist einzig- und vielleicht auch eigenartig. Und das ist auch gut so. Haben Sie Lust bekommen, an Ihrer eigenen kraftvollen und authentischen Präsenz zu arbeiten? Dann freuen wir uns, Sie in unseren offenen Seminaren [„Persönliche Präsenz“](#) zu begrüßen.