

Wie plane und halte ich eine Rede? Selbst- und Fremdwahrnehmung

Selbst- und Fremdwahrnehmung
Redesimulation und Analyse

Worauf es wirklich ankommt...



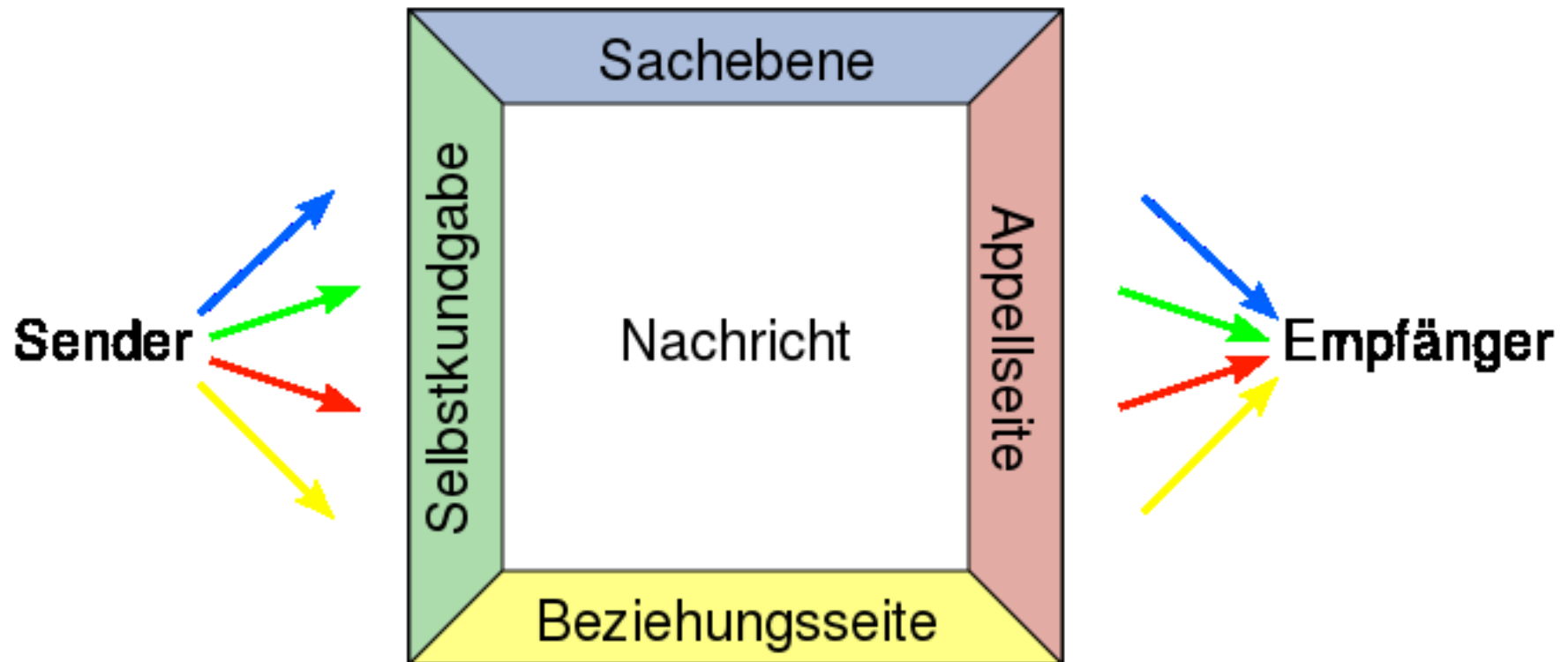
Worauf es wirklich ankommt...

„... es herrscht offenbar die Ansicht vor, das Entscheidende sei das intellektuelle Vermögen, mit anderen Worten, ein gut ausgebildeter Verstand. Die Entwicklung der Gesamtperson – in dem Sinn, dass der oder die Betreffende zu einem guten Menschen wird oder Herzenswärme erwirbt – schenkt man zu wenig Aufmerksamkeit.“

Tenzin Gyatso, 14. Dalai Lama

Das Vier-Seiten-Modell der Kommunikation

Nach Friedemann Schulz von Thun (aufbauend auf Watzlawick und Bühler)



Eigenes Werk - angelehnt an http://www.schulz-von-thun.de/index.php?article_id=71 sevda malöküzn gerizekali serefsiz, Gemeinfrei, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=4771169>

Vier Prinzipien

Nach Sabine Asgodom:

- 1. Identität statt Image**
- 2. Qualität statt Fake**
- 3. Haltung statt Feigheit**
- 4. Botschaft statt BlaBla**

Übung 1: Ich seh dir in die Augen Kleines...

<https://www.youtube.com/watch?v=LotPbssDk0A>

Übung 1: Ich seh dir in die Augen Kleines...

1. Schaut einander tief in die Augen ohne etwas zu sagen!

(Wer lacht verliert ;))

2. Identische Übung → Sagen Sie ihrem Nachbarn/ihrer Nachbarin etwas nettes!

Übung 2: Sensibilisierungsübung



Foto: tom_kolossa / iStock

Übung 2: Sensibilisierungsübung

- **Wie nehme ich mich selbst wahr?**
- **Wie nehmen mich andere wahr?**
 - 1) **Ziel ist es, andere für ihr persönliches Hobby zu begeistern.**
 - 2) **Sammeln Sie Stichpunkte, Ideen dazu.**
 - 3) **Strukturieren Sie ihre Ideen.**
 - 4) **Versuchen Sie ihre Rede nach der Fünf-Schritte-Formel zu strukturieren (Notieren Sie sich Stichpunkte!)**

Übung 2: Sensibilisierungsübung

•Die Fünf-Schritte-Formel:

I. Interesse wecken

II. Sagen, worum es geht

III. Begründen und Beispiele bringen

IV. Fazit ziehen

V. Aufforderung zum Handeln

Übung 2: Sensibilisierungsübung

•Beispiel: Anliegerversammlung, Bewohner einer stark befahrenen Wohnstraße spricht sich für die Umwandlung in eine Spielstraße aus.

I. Allein im letzten Halbjahr vier Unfälle

II. Der Verkehr in unserer Straße muss eingeschränkt werden

III. Autos + Motorräder fahren zu schnell, viele Familien mit Kindern

IV. Lösung: Temporeduzierung durch Spielstraße

V. Unterstützen Sie eine Unterschriftenaktion

Übung 2: Sensibilisierungsübung

- 1) Finden Sie sich in Dreiergruppen zusammen
- 2) Verteilen Sie Rollen
- 3)→ Rolle 1: Redner
- 4)→ Rolle 2: Kameramann
- 5)→ Rolle 3: „Publikum“ (Beobachtung und Notizen)
- 6) Rede halten
- 7) „Videoanalyse“
- 8)→ Redner: Schauen Sie sich ihr Video alleine an (Was fällt Ihnen auf?)
- 9) Diskutieren Sie ihre Ergebnisse (decken Sie sich mit der Wahrnehmung der Gruppenmitglieder?)