

Das Publikum im Blick behalten

Debattier-Übung von Sven Jentsch

Zielgruppe: Anfänger und Fortgeschrittene (binnendifferenziert)

Anzahl Teilnehmende (TN): 8-12

Materialbedarf: --

Dauer: 5 Min. Einstieg, pro TN 1 Min. Übungszeit, 5 Min. Transfer. Insg. ca. 30 Min.

Der aufrichtige Blickkontakt

Menschen neigen eher dazu, den Inhalten einer Rede Glauben zu schenken, wenn der Redner guten Blickkontakt hält. Aber vor lauter Stichpunkten auf dem Notizzettel und intensivem Sprechdenken kommen viele Redner nicht mehr dazu, einen ausreichenden Blickkontakt zu pflegen.

So läuft die Übung ab

Einstieg und Nutzen der Übung

Soziogramm: Vier Ecken im Raum repräsentieren die Intensität des Blickkontakts:

(1) (fast) keiner, (2) nur gelegentlich, (3) meistens, (4) (fast) stetig.

Je nach Selbsteinschätzung positionieren sich die TN in einer der vier Ecken. Die vier Ecken werden den vier Übungsstufen (s. Durchführung der Übung) zugeordnet.

Blitzlicht: "Was hindert dich daran, als RednerIn Blickkontakt zum Publikum aufzubauen / zu halten?"

Durchführung der Übung

Vorbereitung: Die TN erhalten ein Debattierthema (z.B. von [hier](#)) und sollen in 3 Minuten eine 1-minütige Rede vorbereiten.

Durchführung: Nacheinander halten die TN ca. einminütige Reden; zuerst alle TN, die Stufe 1 zugeordnet sind, dann Stufe 2 usw.

- Stufe 1: Während der Rede steht immer jeweils eine Person aus dem Publikum vom Platz auf und setzt sich nach 10 Sekunden wieder. Ziel: Der Redner hält Blickkontakt zu der Person, die steht. Durch die Bewegung während des Aufstehens fällt dies gerade Anfängern leichter.
- Stufe 2: Alle Zuhörer heben zu Beginn der Rede die Hand und senken sie erst, wenn sie direkt angeschaut werden. Ziel: Der Redner sorgt dafür, dass am Ende alle Hände unten sind.
- Stufe 3: Der Redner stellt aktiv Blickkontakt zum Publikum her. Nach 30 Sekunden und am Ende der Rede heben alle Zuhörer kurz die Hand, die sich nicht ausreichend angeschaut gefühlt haben. Ziel: Alle fühlten sich ausreichend angeschaut - niemand hebt die Hand.
- Stufe 4: Der Redner stellt aktiv Blickkontakt zum Publikum her. Zusätzlich spricht er die Person, die er anschaut, namentlich an und bezieht sich in seiner Rede auf sie. Ziel: Alle Zuhörer wurden direkt angesprochen.

Praxis-Tipp: Bei mehr Trainingszeit (oder einer kleineren Gruppe) kann hieraus ein Trainingszirkel entstehen, in dem die TN nach dem Erfolg in einer Stufe auf die nächste Stufe wechseln.

Transfer in die Praxis

Austausch: "Wie kannst du deinen Blickkontakt mit einer eigenen Übungsroutine bei deinen nächsten Reden noch weiter verbessern?"