



Falls Sie auf die Bühne müssen

Oder: Wie Sie auf Konferenzen glänzen

von Bernhard Wolff

Beruflich wie privat vor großem Publikum zu brillieren, ist keine leichte Übung. Keynote Speaker und Moderator Bernhard Wolff verrät, wie's geht.

In ein paar Wochen ist es soweit: Sie müssen auf die Bühne. Ihr Chef hat gesagt: „Sie präsentieren. Sie können das!“ Vielleicht sind Sie auch selbst der Chef. Leider macht das die Sache nicht leichter: Chefs müssen bekanntlich besonders gut sein im Präsentieren. Vielleicht halten Sie aber auch eine Ansprache als Trauzeugin oder treten mit Ihrer Theatergruppe auf. Egal zu welchem Anlass: Wenn Sie auf die Bühne müssen, kennen Sie das Gefühl: „Wenn es nur schon vorbei wäre!“ Diese Panik blieb mir vor meinem ersten Auftritt erspart. Meine Tante Leni feierte Silberhochzeit und ich gab mit 12 Jahren eine Einlage als Zauberer. Meine kleine Cousine Sandra assistierte und reichte mir die bunten Seidentüchlein vom Zaubertisch. Das war ein großer Spaß – ohne großes Lampenfieber. 15 Jahre später aber - als sogenannter Profi und Preisträger in „Comedy Magic“ - bin ich in Las Vegas vor Siegfried & Roy aufgetreten. Auch das war ein großer Spaß, allerdings mit richtig Lampenfieber,

mit Kloß im Hals, Herzklopfen, feuchten Händen. Das gleiche Gefühlstohuwabohu erlebte ich als Rückwärtssprecher in den Live-TV-Shows von Günther Jauch und noch heute geht es mir so - vor jeder Moderation, vor jedem Vortrag. Sie können also ganz beruhigt sein: Auch alte Hasen sind schrecklich aufgeregt. Aufregung und Lampenfieber gehören dazu. Da kann man nichts machen. Allerdings können Sie dafür sorgen, dass Ihre Aufregung Sie beflügelt, nicht paralysiert.

Vergessen Sie Atemübungen fünf Minuten vorher. Das hilft nicht die Bohne, wenn Sie schlecht vorbereitet sind. Eine gute Vorbereitung nimmt Ihnen den negativen Stress, und beginnt schon lange vor Ihrer Zusage. Daneben kümmern sich brillante Redner ums rechte Licht, achten auf ihr Timing, nutzen den magischen Moment und wissen, welche „Outs“ Sie vor Störern schützen. Doch zurück zum wohl wichtigsten Punkt einer gelungenen Präsentation, zur Vorbereitung:

1. Ist Ihre Aufgabe definiert und erfüllbar?

Noch bevor Sie sich in die Höhle des Löwen begeben und zusagen, recherchieren Sie die Rahmendaten. So prüfen Sie, ob Sie die richtige Wahl sind oder der Schuss womöglich nach hinten losgeht. Also:

- Wer genau ist der Veranstalter oder Gastgeber und warum findet die Veranstaltung statt?
- Wer ist die Zielgruppe und was soll mit der Veranstaltung erreicht werden?
- Wer sind die anderen Vortragenden und wie ist ihr Verhältnis untereinander?
- Was genau ist Ihre Aufgabe und was soll Ihr Beitrag leisten?

Fragen Sie sich außerdem:

- In welcher Funktion oder für welche Inhalte stehen Sie auf der Bühne?
- Wollen Sie informieren, motivieren, repräsentieren?
- Stimmt die Erwartung an Sie mit Ihren eigenen Vorstellungen überein?
Falls nicht: Stopp! Geben Sie erst grünes Licht für Ihren Auftritt, wenn Ihre Aufgabe definiert und auch für Sie erfüllbar ist.

2. Sichern Sie sich die Pool-Position

Eine Packung Kekse kaufen Sie - mal abgesehen davon, dass es „Ihre Marke“ ist,

- wenn sie clever vor der Kasse platziert und nicht im Seitengang ganz unten liegt: Die Platzierung macht den Erfolg! Nicht anders ist es bei Ihrem Auftritt. Nehmen Sie Einfluss darauf, wann genau im Ablauf und wo genau auf der Bühne Sie platziert sind. Tausend Ratgeber schreiben: „Es kommt nicht darauf an, was Sie sagen, sondern wie Sie es sagen.“ Stimmt. Allerdings ist total egal, was und wie Sie es sagen, wenn Sie so auf der Bühne stehen, dass die Hälfte der Leute Sie nicht sehen kann.

Gute Position im Ablauf.

Um die bestmögliche Position im Ablauf zu finden, besorgen Sie sich die Agenda der gesamten Veranstaltung. Stellen Sie sicher, dass niemand vor Ihnen über dieselben Sachen redet, dieselben Spielchen oder dieselben Witze macht. Ihre rhetorischen Fähigkeiten werden unmittelbar mit dem Vorredner verglichen. Passen Sie also auf, dass Sie nicht direkt nach Harald Schmidt auftreten. Auch andere Bomben sollten nicht vor Ihrem Auftritt hochgehen: Meine Show wurde mal angekündigt mit den Worten: „Leider wird es für das Weihnachtsgeld in diesem Jahr nicht reichen, aber dafür jetzt eine tolle Show“. Ebenfalls übel ist eine Position am Ende eines dreistündigen Programmteils. Da kämpfen Sie nicht mehr um die Aufmerksamkeit, sondern gegen natürliche Bedürfnisse. Setzen Sie eine Position durch, bei der die Teilnehmer noch frisch sind und Sie als willkommene Abwechslung wahrnehmen. Das ist Ihre Pool-Position. Ein Tipp am Rande: Um ein gutes Gefühl für die Atmosphäre zu bekommen, schauen Sie sich möglichst viel von dem Programm an, das vor Ihrem Auftritt über die Bühne geht. So können Sie spontan auf Vorredner und Vorfälle Bezug nehmen. Neulich erwähnte eine Rednerin vor mir, dass unser Sprachstil von unseren Sexualhormonen abhänge. Das konnte ich als Gag aufgreifen und mich laut fragen, warum ich dann wohl rückwärts spreche.

Gute Position im Raum.

Neben der guten Position im Ablauf brauchen Sie eine gute Position im Raum oder auf der Bühne. Seit einigen Jahren fordere ich vor jedem Auftritt einen Plan mit der Tischordnung und der Bühnenposition an. Bei den meisten Tagungen und Events ist das kein Problem. Aber auch bei privaten Veranstaltungen kann Ihnen jemand sicher etwas dazu sagen. Das Geheimnis lautet: Sie müssen genau im räumlichen Zentrum der Aufmerksamkeit auftreten! Das ist nicht immer da, wo

man denkt. Nehmen wir folgendes Beispiel: In einem tollen Ballsaal gibt es eine tolle Bühne, auf der Sie eine Laudatio halten wollen. Zwischen der Bühne und der ersten Tischreihe liegt allerdings die Tanzfläche. Und die ist groß. Hier sollten Sie sich eine Bierkiste schnappen und sich mitten auf die Tanzfläche stellen. Schon bei kleinen Meetings spielt die Position im Raum eine immense Rolle. Suchen Sie sich den Mittelpunkt, den Fokus. Holen Sie das Flipchart aus der Ecke. Räumen Sie alles aus dem Weg, was dort steht, wo Sie stehen sollten.

3. Machen Sie die Technik klar

Ihr Auftritt kann eine freie Rede sein oder ein Vortrag, den Sie vom Blatt lesen. Ihr Auftritt kann eine Präsentation mit Powerpoint sein oder ein Quiz mit Zuschauerbeteiligung. Ihr Auftritt kann eine Talkshow mit Gästen sein oder ein gemeinsamer Sketch mit drei anderen Kollegen. Für Ihren Auftritt sind unendlich viele Formate denkbar. Suchen Sie nach dem Format, das dem Ziel Ihres Auftritts und Ihrem Naturell am meisten entspricht. Vielleicht treten Sie in der Rolle eines Fußballtrainers auf und holen Ihr gesamtes Team als Mannschaft auf die Bühne. Das machen Vertriebsleiter sehr gern – und es funktioniert.

Bühnenausstattung.

Wenn Ihr Format feststeht, dann leitet sich daraus die Bühnenausstattung ab. Für einen Vortrag, den Sie vom Blatt lesen, brauchen Sie ein Rednerpult oder Stehtisch. Und Licht! Und ein Glas Wasser! Und wie gesagt: Sorgen Sie dafür, dass Ihr Rednerpult im Fokus der Aufmerksamkeit steht. Übrigens: Ablesen ist erlaubt. Ich habe exzellente Vorträge erlebt, die vollständig abgelesen wurden. Viel peinlicher ist es, wenn ein Vortrag spontan und frei wirken soll, aber immer wieder auf irgendwelche Zettel geblinzelt wird. Wenn Sie kein freier Redner sind, lesen Sie ab!

Technische Anforderungen.

Ebenfalls vom Format hängen Ihre technischen Anforderungen ab. Technische Anforderungen? Ganz genau! Es ist Ihr gutes Recht, zu definieren, was Sie zum Gelingen Ihres Auftritts brauchen. Dazu gehört auch die Technik:

Das Mikrofon.

Welche Art Mikro ist komfortabel für Sie? Ein Handmikro hat Vorteile, weil Sie

nichts am Körper tragen müssen. Zudem haben Sie einen satten Sound, wenn Sie das Mikro dicht an den Mund führen. Aber Vorsicht, Sie haben mit so einer Keule nur noch eine Hand frei. Wenn Sie in dieser Hand dann noch Moderationskarten halten, wird das Bedienen der Funkmaus ziemlich schwierig. Headsets hingegen geben Ihnen größere Freiheit - vor allem zwei freie Hände. Hier gibt es allerdings extreme Qualitätsunterschiede. Bestehen Sie auf ein hochwertiges Headset, das nicht Ihr halbes Gesicht verdeckt. Sie sind nicht das Phantom der Oper!

Das Licht.

Beim Licht ist wichtiger, dass man Sie gut sieht, als dass Sie gut sehen. Fordern Sie deshalb „Vorderlicht“ für Ihre Spielfläche. Licht von oben oder hinten hilft wenig, außer vielleicht der Band. Wenn das Vorderlicht blendet, ist das ein gutes Zeichen. Viele Redner lassen das Licht so lange runterfahren, bis es nicht mehr blendet – und stehen dann im Dunkeln. Wenn Sie während der Probe auf der Bühne stehen, schauen Sie einfach mal unter die Decke oder auf die Lichtstative. Falls da alles an Ihnen vorbei leuchtet, bitten Sie darum, das Licht vernünftig auf Sie auszurichten. Im schlimmsten Fall ist für den Redner gar kein Licht vorgesehen, damit die Powerpoint-Seiten auf der Leinwand gut zur Geltung kommen. In diesem Fall können Sie um eine Taschenlampe bitten oder sich höflich verabschieden und wieder nach Hause gehen.

Powerpoint.

Bei Präsentationen mit Powerpoint gibt es technisch einige Alternativen: Falls Sie die PPT von Ihrem eigenen Notebook von der Bühne aus steuern wollen, fordern Sie Strom-, Daten- und Tonanschlüsse sowie eine Stellfläche an. Falls die PPT von einem Regierechner aus gesteuert wird, testen Sie vor Ihrem Auftritt unbedingt die Funkmaus oder den Signalgeber und stellen Sie sicher, dass Ihre PPT nicht umformatiert wurde und die Filme laufen.

Technik-Check.

Wenn Sie eine gute Positionierung durchgesetzt haben und Ihre Anforderungen - unbedingt schriftlich - definiert sind, kann eigentlich nichts mehr schief gehen. Außer der Ablauf ändert sich oder Ihre Anforderungen wurden ignoriert. Beides passiert gerne mal. Darum ist vor jedem Auftritt ein technischer Check und eine

kurze Regiebesprechung notwendig. Vereinbaren Sie dafür einen festen Zeitpunkt und eine feste Zeitdauer. Vereinbaren Sie auch, dass alle beteiligten Techniker und Ihr verantwortlicher Ansprechpartner dabei sind. Erst wenn Ihre Technik 100-prozentig läuft, ist die Probe beendet.

Zwischenbilanz: Weil Sie optimale Bedingungen geschaffen haben, sind Sie mit dieser Vorbereitung locker 50 Prozent Ihres Lampenfiebers los und damit genau die Hälfte, die negativ stressst. Die anderen 50 Prozent Lampenfieber sind gesund – und pushen Sie mit der Energie, die Sie für einen guten Auftritt brauchen. Oder glauben Sie immer noch, Ihnen fehlt irgendwie das Talent für die Bühne?

4. Brillieren Sie als Bühnen-Ass

Was für eine Gabe haben diese Menschen wie Mittermeier & Co., die sich auf eine Bühne stellen und souverän und locker eine Pointe nach der anderen raushauen? Ich verrate es Ihnen: Sie haben die Gabe, stundenlang an ihren Texten zu feilen, diszipliniert zu proben und sich pausenlos von einer Bühne zur nächsten zu bewegen. Vielleicht wurde ihnen auch irgendetwas in die Wiege gelegt, aber Sie sind vor allem eines: harte Arbeiter, Bühnenarbeiter.

Vorbereitung.

Bis zu Ihrem Auftritt können Sie voraussichtlich keine 20 Jahre Bühnenerfahrung mehr nachholen. Aber Sie können sich intensiv vorbereiten. Dazu empfehle ich Ihnen folgende Schritte:

1. Legen Sie zunächst Inhalte und Ziel Ihres Auftritts fest.
2. Sammeln Sie dann möglichst viele Ideen, bevor Sie sich für ein Format entscheiden oder den Stil festlegen.
3. Stellen Sie sich vor einen Spiegel und reden Sie drauf los. Was sinnvoll klingt, schreiben Sie auf. Wort für Wort.
4. Überarbeiten Sie das Skript mehrfach. Machen Sie mehrere Proben im stillen Kämmerlein. Nicht im Sitzen, im Stehen, in Bewegung.
5. Simulieren Sie die Live-Situation. Und suchen Sie sich ein Testpublikum: Ein paar Freunde, die Familie, sonstige Opfer. Vorsicht allerdings mit dem Feedback! Nehmen Sie nicht jede Rückmeldung wörtlich und ändern Sie nicht alles in letzter Sekunde. Bleiben Sie Ihr eigener Regisseur, außer Sie haben einen echten Profi angeheuert.

Achtung, Action!

Für Ihren Auftritt brauchen Sie Aufmerksamkeit - schon bevor Sie die Bühne betreten. Sie können mit einem Löffel ans Sektglas klopfen. Aber das holt nicht 400 Leute vom Buffet zurück. Lassen Sie sich ansagen, kündigen Sie Ihren Auftritt über Mikrofon an oder spielen Sie einen Jingle, und sprechen Sie sich mit dem Servicepersonal ab. Es hilft Ihnen wenig, wenn nach Ihrem zweiten Satz der dritte Gang serviert wird.

Schon Ihr Weg auf die Bühne wird beobachtet. Diesen Weg sollten Sie kennen. Legen Sie während der Probe fest, von wo genau Sie kommen - und testen Sie die Strecke. Testen Sie auch die Dauer, die Sie vom Platz oder von Backstage auf Ihre Bühnenposition benötigen. Timing ist alles.

Der magische Moment.

Dann ist es soweit. Sie atmen durch. Sie treten auf. Sie machen einen ersten Eindruck. Das ist ein magischer Moment. Und für diese drei bis fünf Sekunden habe ich eigentlich nur einen einzigen Tipp: Nehmen Sie Ihre Zuhörer wahr! Schauen Sie in die Runde, in den Raum, bis in die letzte Reihe. Vielleicht blendet das Licht, aber Sie spüren die Menschen vor sich. Nehmen Sie diese Menschen wahr! Mehr können Sie Ihrem Publikum an dieser Stelle nicht geben. Ihre Empathie entscheidet über die Beziehung, die sie in diesen Sekunden aufbauen. Keine Geste, keine einstudierte Körperhaltung, kein auswendig gelernter Satz: Nichts ist so stark, wie Ihre aufrichtige, offene Wahrnehmung der Menschen, die Sie vor sich haben.

Und wenn Sie da mit Herzklopfen und schlitternden Knien stehen, in Ihnen ein Wechselbad der Gefühle tobt, ein emotionaler Hexenkessel, dann ist das genau die Energie, die Sie für Ihren Auftritt brauchen. Versuchen Sie nicht diese Energie wegzudrücken. Machen Sie auf. Lassen Sie sie raus!

Übrigens: Die Menschen vor Ihnen, wollen Sie sehen, wie Sie sind. Keine Demonstration aus dem Lehrbuch. Je mehr „goldene Regeln“ Sie nämlich zu befolgen versuchen, umso steifer werden Sie. Bleiben Sie Sie selbst, konzentrieren Sie sich auf Ihre Inhalte, und nehmen Sie Ihr Publikum bewusst wahr. Dann geraten Sie in den berühmten „Flow“ und haben großen Spaß!

5. Pannen, Störer, Handyklingeln – ade!

Wissen Sie, warum Sie bei Pannen unsicher wirken? Weil Sie unsicher sind! Und warum sind Sie unsicher? Weil Sie alles geprobt haben, außer die Reaktion auf Pannen. Das sollten wir schnell noch nachholen. Profis überlegen sich, welche „Worst cases“, welche Pannen überhaupt auftreten können und wie sie darauf reagieren. Diese Reaktionen sind die sogenannten „Outs“, mit denen Sie dem Bühnentod entkommen. Machen Sie mal ein Brainstorming, was so alles passieren könnte, und überlegen Sie sich für jede Panne ein Out.

Hier ein drei Beispiele von Pannen und Outs:

Panne 1: Sie sprechen frei und vergessen den Text.

Out: Sie ziehen ein Skript aus dem Ärmel mit den Worten „Mein Spickzettel“.

Panne 2: Das Mikrofon fällt aus.

Out: Sie haben sich rechtzeitig schlau gemacht und wissen, wo die Technik das Ersatzmikro platziert hat; das gibt es nämlich fast immer.

Panne 3: Ihr Wasserglas kippt über Ihr Notebook, das mit einem Knall den Geist aufgibt.

Out: Sie kommentieren die Situation mit „Schade um das kostbare Wasser!“

Störer.

Äußerst Panne sind Störer im Publikum. Sie verbreiten Unruhe und demonstrieren Gleichgültigkeit. Tatsache ist aber, dass die meisten Störer erst dadurch wirklich auffallen, dass Sie als Performer auf der Bühne „gestört“ reagieren. Erst durch Ihre Reaktion wird eine Störung für alle wirklich sichtbar. Denn Sie stehen im Licht, nicht der Störer! Sie haben ein Mikro in der Hand, nicht der Störer! Sie geben einer Störung durch Ihre Reaktion erst Bedeutung. Praktisch heißt das: Kleinere Störungen können Sie ignorieren, mittlere Störungen mit einem Lächeln kommentieren. Massive Störungen allerdings sollten Sie aktiv aufgreifen. In einer Kongresshalle habe ich erlebt, wie eine Gruppe Störenfriede den Ablauf durch Zwischenrufe immer wieder massiv unterbrach. Die Moderatorin reagierte mit den Worten: „Wir haben Gäste im Publikum, die offensichtlich etwas Wichtiges zu sagen haben. Darf ich Sie deshalb kurz auf die Bühne bitten.“ Tatsächlich kamen die Krawallburschen auf

die Bühne, disqualifizierten sich aber mit ihrem Gestümper selbst. Die Vorgehensweise der Moderatorin war klasse, weil sie die Zuschauer auf ihrer Seite hatte. Lösen Sie massive Störungen entweder mit Humor, mindestens höflich, nie aber durch Aggression in Richtung Publikum.

Handyklingeln. Eine sehr häufige Störung ist auch Handygeklingel. Dem können Sie mit einer kleinen Nummer vorbeugen, die ich mal als Opening für Tagungen ersonnen habe: Zu Beginn Ihres Vortrags bitten Sie das ganze Plenum, einmal kurz aufzustehen. „Vielen Dank! Und jetzt setzen sich bitte alle wieder hin, die kein Handy besitzen!“ Kaum jemand wird sich setzen. „Okay, und jetzt setzen sich alle wieder hin, die ein Handy besitzen und es nicht hier im Raum haben!“ Ein kleiner Teil wird sich setzen. „Gut. Und jetzt setzen sich alle wieder hin, die ein Handy besitzen, es hier im Raum und ausgeschaltet haben – oder lautlos!“ Falls jetzt noch jemand steht, bitten Sie höflich ums Ausschalten – und alle anderen Zuschauer um einen Applaus zur Belohnung.

6. Kein überstürzter Abgang, bitte!

Das Ende ist nicht zu unterschätzen. Platzieren Sie dort auf jeden Fall ein Fazit, ein Statement, ein starkes Bild oder ein gutes Wort. Verabschieden Sie sich klar und deutlich, im einfachsten Fall mit einem „Danke schön!“ Und bitte, bitte, flitzen Sie nicht wie von der Tarantel gestochen von der Bühne. Die Versuchung ist groß, denn Sie haben es ja geschafft. Gestatten Sie sich stattdessen noch einmal einen kurzen Blick in die Runde, nehmen Sie die Menschen, vor denen Sie aufgetreten sind, noch einmal bewusst wahr. Nehmen Sie diese Erfahrung mit, Sie haben es sich verdient!

Weitere Infos unter www.bernhard-wolff.de

Pressefotos bitte anfragen

Bildunterschrift: Bernhard Wolff, Experte für Kreativität und Keynote Speaker

Bernhard Wolff

Titel bitte selbst ausdenken
157,5 erfolgreiche Ideenbeschleuniger
GABAL Verlag 2016
200 Seiten
ISBN 978-3-869366975
19,90 € (D)



Kontakt

Think-Theatre GmbH
Saarstr. 17
12161 Berlin
030-85994957-0
info@think-theatre.de

Die Nutzung dieses Textes von Bernhard Wolff ist rechtefrei möglich bei Nennung des Autors (Bernhard Wolff, Experte für Kreativität und Keynote Speaker) und dessen Homepage (www.bernhard-wolff.de). Bei Nutzung online ist auf die Homepage zu verlinken. Wir bitten zudem um Erwähnung des Buchs (siehe unten). Ergänzend zu den Texten stehen auf Anfrage auch rechtefreie Fotos und Illustrationen zur Verfügung.