

Keine Angst vorm Rednerpult

ENGLISCHE ABENDE Selbstbewusstsein für die freie Rede tanken, für Vorträge trainieren, neue Freunde finden: Bei den „Toastmasters“ geht es um die kreative Kunst der Kommunikation in der Weltsprache Englisch. In Bamberg hat sich diese Woche ein eigener Club gegründet.



Grafik: Fotolia

VON ANDREAS THAMM

Als Frank gerade beim Bild von der kleinen Katze ankommt, leuchtet die Ampel gelb. Er hat seine Redezeit bereits überschritten. Wenn das Signal rot leuchtet, muss er wirklich zum Ende kommen. Mit der Katze ist das so: Sie symbolisiert für Frank das Lampenfieber. Es ist eigentlich klein und harmlos, aber nicht schön, ein hässliches Kätzchen, das ein hässliches Geräusch macht. Frank miaut grunzend, sein Publikum lacht, die Ampel ist rot.

„How to enjoy stage fright“ („Wie man Lampenfieber genießt“) ist die erste „speech“ des Abends. Im ersten Stock des Bamberger „Ahornlä im Sand“ gründen sich die „Bamberg Toastmasters“. Toastmasters befassen sich keineswegs mit der ehrenwerten Kunst des perfekten Sandwichs, sondern mit der freien Rede. Es handelt sich um eine 1924 gegründete Non-Profit-Organisation mit fast 16.000 Clubs weltweit. Ab sofort pendelt eine Abordnung des Nürnberger und des Erlanger Clubs regelmäßig nach Bamberg, um die Strukturen auch hier zu etablieren.

Frank, freier Journalist,

Bamberger, ist schon länger dabei. Deswegen spricht er jetzt auch. Seine Rede ist quasi eine Beweisführung. Er skizziert die Symptome der Nervosität. Es ist ihm stets schwer gefallen, vor Publikum zu sprechen.

Die Toastmasters haben geholfen. Jetzt erläutert er in sieben Minuten vier Strategien gegen stage fright; die Katze ist eine davon. Wie Frank geht es hier einigen, die sich teilweise seit zehn, 15 Jahren regelmäßig treffen, um zu sprechen, ein-

ander Feedback zu geben und zu netzwerken.

Heute sollen eigentlich neue Mitglieder geworben werden. So richtig viele sind nicht gekommen. In der Vorstellungsrunde wird klar, dass die meisten einander bereits kennen. Von Toastmasters Nürnberg und Erlangen und anderswo. Viele sind im Ausland erstmals mit dem Verein in Berührung gekommen. Sabine war zuerst in Malaysia Clubmitglied, nun lebt sie in Coburg und will bei den Bamberger Treffen zumindest ab und zu vorbeischaun.

Erik und Matthias sind noch nie Mitglied gewesen. Erik, der Bamberger Touristenführer, vollständig in Tracht gekleidet, reist gerne. Und tastet sich so an die Grenzen seiner „comfort zone“. Nächstes Jahr geht es nach Japan. Matthias, mit Abstand der jüngste in der Runde, das weiße Shirt spannt über gut trainierten Oberarmen, glaubt, dass es in jeglicher Hinsicht nützlich sein kann, die freie Rede zu trainieren: „For example when it comes to dating.“ Gelächter. So ist das hier eigentlich nicht gedacht, aber gut.

Der Abend ist nach dem Vorbild eines „normalen“ Toastmasters-Meeting durchstrukturiert. Alexandra

gen Redeprogramms, bei dem einzelne Ziele – „Inspirierte dein Publikum!“ – erreicht werden müssen, kann ein Toastmaster in der Hierarchie der Organisation nach oben klettern. Auch die Gründung eines neuen Vereins ist eine solche Sprosse auf der Karriereleiter.

Bertolt hat in den USA studiert. Für ihn waren die Toastmasters „genau das Richtige um mein Englisch am Leben zu halten“. Seit zwölf Jahren ist er Mitglied. Aktiv ist er momentan in Erlangen, den Heilbronner Club hat er gegründet. Bertolt schwärmt davon, Menschen aus aller Welt kennen zu lernen und überall willkommen geheißen zu werden. „Das ist dann wie eine Tante zu treffen, von der man bisher noch nichts gewusst hat.“

Bertolt arbeitet im Umwelt- und Produktmanagement, Lüfter und Ventilatoren, viele internationale Kunden. Ihm gegenüber sitzt Heike Kunzelmann. Heike ist ein Division Director. So langsam kommt man etwas durcheinander. Sie ist selbstständig und lebt vom Handel mit

Geschirr. Darum geht es auch in ihrer improvisierten „Table Topic Speech“: „How I moved over 100.000 pieces of porcelain.“

Beide sind, und das ist auffällig, wenn man mit langjährigen Mitgliedern spricht, geradezu beseelt von „ih-

ren“ Toastmasters. Sie tanken hier Selbstbewusstsein, lernen Freunde kennen und bekommen, für neun Euro im Monat, eine Trainingsweise für den öffentlichen Vortrag. Dafür werben sie dann auch ganz ordentlich.

hilfegruppe auch: Sie funktioniert nach Regeln. Toastmasters gibt ein Gerüst vor, an dem sich die Teilnehmer entlang hangeln dürfen, auf dass sie effektiver und erfolgreicher werden.

Die Ampel übrigens wird von Nela bedient. Nela ist Lehrerin beziehungsweise heute „Timer“. Auch ihr gehört ein Redebeitrag, in dem sie ein Resümee über die Zeiteinhaltungs-Disziplin des Abends hält. Applaus. Sabine, die in Malaysia lebte, erinnert sich, dass das dort anders gehandhabt

wurde: Wer in Kuala Lumpur die Zeit überschreitet, wird mit einer Wasserpistole abgeschossen.

Was sind Toastmasters?

Name: Der Name „Toastmasters“ leitet sich vom englischen Wort für Zeremonienmeister ab. Ein „Toastmaster-Kelch“ ist ein Weinglas mit wenig flüssigem Inhalt, das es dem Toastmaster erlaubt, Trinksprüche (englisch: „toasts“) auszubringen und mit anzustoßen, ohne betrunken zu werden.

Organisation: Toastmasters gibt es, eigenen Angaben zufolge, in 142 Ländern. Weltweit haben 16.000 Clubs demnach 345.000 Mitglieder. Für den Mitgliedsbeitrag von monatlich neun Euro können Anfänger, erfahrene Redner und Liebhaber der englischen Sprache ihre Kommunikationsfähigkeiten trainieren.

Treffen: Die Bamberg Toastmasters treffen sich zweimal pro Monat. Die nächsten Treffen finden am 10. und 24. April jeweils im Ahornlä, Obere Sandstr. 24, 96049 Bamberg, statt. Infos: www.bamberg-toastmasters.de



International: die Toastmasters und ihr Publikum.

Fotos: Bamberg Toastmasters