

- ▶ Editorial
- ▶ Zum Titelbild
- ▶ Tagesseminare mit frischem Wind
- ▶ Zum Schluss



Zwei Bärenjungen beim Spielen im Yellowstone Park  
Foto: Alfred Tschui

## Editorial

Liebe Gönnerinnen und Gönner



Mich dünkt, dass noch nie ein Jahr so schnell vergangen ist wie dieses. Bereits befinden wir uns in der Adventszeit.

In diesem Jahr haben wieder einige stotternde Menschen den Weg zu uns gefunden, denen wir helfen können. Es ist ein gutes Gefühl, wenn man bei all dem, was rundherum geschieht, einem Menschen etwas Gutes tun und

Freude schenken kann.

Liebe Gönner, wir wünschen Euch von ganzem Herzen eine ruhige Adventszeit, schöne und besinnliche Weihnachten und ein gesegnetes neues Jahr.

Herzliche Grüsse



Alfred Beyeler

## Zum Titelbild

Zwei Jungbären beim Spielen im Yellowstone Park. Aufgenommen von Alfred Tschui. Noch mehr von diesen hervorragenden Schnappschüssen kann man unter dem Link [www.farbfotografie.ch](http://www.farbfotografie.ch) ansehen.

---

## Tagesseminare mit frischem Wind

In diesem Jahr fanden drei Tagesseminare in Thalwil statt, die allesamt unter dem Motto *Präsentations- und Auftrittskompetenz* standen. Anlass dazu war Anfang 2015 der Wunsch einer unserer Schülerinnen, doch mal ein Seminar durchzuführen, welches als Hauptthema das Vortragen und Präsentieren beinhalten sollte.

Die meisten unserer Schülerinnen und Schüler werden im alltäglichen Leben immer wieder mit dieser Thematik konfrontiert, sei dies als Jugendlicher in der Schule oder als Projektleiter in einer Firma, aber auch als Lehr-

person im Rahmen eines Elternabends. Die Fähigkeit, vor einer Gruppe sprechen zu können, wird in der heutigen Gesellschaft oft vorausgesetzt.

Eine Rede zu halten, ist jedoch nicht jedermanns Sache. Das kann gut und gern beim einen oder andern ein unangenehmes Gefühl, Anspannung oder gar Herzklopfen auslösen. Wenn aber zusätzlich noch ein Sprachproblem mitspielt, nimmt der Leidensdruck in einzelnen Fällen riesige Ausmasse an.

Wir Trainer versuchen auch in Einzelsitzungen, die Schülerinnen und Schüler zu motivieren, solchen Herausforderungen im täglichen Leben nicht auszuweichen, sondern ihnen die Stirn zu bieten. Bestimmt ist es hilfreich, einen Vortrag probenhalber dem Trainer zu präsentieren, aber das ist halt in der Regel bloss eine Art „Simulation“. Meist ist das Publikum in Tat und Wahrheit grösser und - dementsprechend - die Anspannung auch sehr viel höher, vor einer Gruppe unbekannter Menschen zu reden.

Um dies so quasi unter seinesgleichen trainieren zu können, sind die Samstagseminare Gold wert, weil jeweils zwischen 5 - 7 Zuhörer anwesend sind. Dies schafft dann einen authentischeren Rahmen, wenn es ums Präsentieren geht.

Für mich als Trainerin ist es immer wieder spannend mitzuerleben, wie zögerlich die Auftritte der Einzelnen zu Beginn sind und wie sehr sie sich innerhalb einiger Stunden steigern können. Alfred und ich legen grossen Wert auf eine akzentuierte Körpersprache, d.h. während des Vortragens unterstreichen die Mimik und die Gestik das Gesprochene. Erstens wird dadurch die Rede viel lebendiger und spannender und zweitens erzielt der Schüler den positiven Effekt, dass mithilfe der Bewegung die Atmung aktiviert wird und allfälligen Verkrampfungen vorgebeugt werden kann.

Zu Beginn der Präsentationsrunde gilt es, eine einfache Aufgabe zu bewältigen wie zum Beispiel in wenigen Sätzen einen Beruf zu erklären, den die Zuhörer erraten sollen. Mit der Zeit wird die Latte stets ein bisschen höher angesetzt und jeder Anwesende hält abwechslungsweise über verschiedene Themen Vorträge zwischen 2 bis 10 Minuten, die anschließend vom Publikum kommentiert werden. Eine ehrliche und aufbauende Kritik aus den Reihen der Zuhörerschaft hilft dem Vortragenden, sich von Mal zu Mal steigern zu können. Als Hilfsmittel sind ein paar Stichworte als Gedankenstütze

erlaubt. Sobald sich die Schüler nämlich getrauen, den Gedanken mehr Freiraum geben zu können, sind sie in der Lage, die Sätze frei und spontan zu formulieren. Im Vordergrund steht dann nicht mehr die Angst, die vorher so viel Raum eingenommen hat.

Selbstverständlich kommt jeweils auch der Spass nicht zu kurz, und als Auflockerung ist dann und wann mal ein auflockerndes Spiel oder eine Witzrunde an der Reihe.

Obwohl ich nun schon viele Seminare gemeinsam mit Alfred geleitet und organisiert habe, bin ich stets aufs Neue begeistert mitzuerleben, in wie kurzer Zeit stotternde Menschen grosse Fortschritte erzielen können. Aus manchem „Mauerblümchen“ - natürlich nur sprichwörtlich und bloss auf die Sprache bezogen gemeint - entwickelt sich im Laufe einiger Stunden eine viel selbstbewusstere Persönlichkeit. Es sind diese für mich erhebenden Momente als Trainerin, die mich anspornen, stets das Beste für meine Schülerinnen und Schüler zu geben, und die ich nicht mehr missen möchte!

Barbara Rügger, Schulleiterin

---

### Zum Schluss Lebensweisheit



Manchmal ist die Lösung zum Greifen nahe,  
aber die Angst, mit einer Entscheidung Fehler zu machen, lähmt uns.

Deshalb beschäftigen wir uns lieber mit dem Problem als mit der Lösung.

#### **Stiftung Vocis**

Am Ribelain 3, 8833 Samstagern

Tel: +41(0)79 304 22 78

info@vocis.ch / www.vocis.ch