

# Rhetorik – Grundkurs

## „Lampenfieber ade – Frei reden, überzeugend auftreten“

**Seminar - Nr.:** AV 1

**Zielgruppe:** Mitarbeiter der Kommunal- und Landesverwaltung, die

- Redefähigkeiten erwerben und ausbauen,
- das freie und spontane Reden erlernen und
- selbstsicher auftreten wollen

**Seminarziel:** Freies, spontanes und überzeugendes Reden lernen, Redehemmungen abbauen, Selbstsicherheit aufbauen

**Seminarinhalte:**

- freies Reden in verschiedenen Redestufen (Aufbauformen) trainieren
- Körper und Stimme wirkungsvoll einsetzen (Atmung, Sprechtechnik, Körpersprache)
- Umgang mit Redehemmungen und Lampenfieber
- spontan und schlagfertig reden
- überzeugen und motivieren mit rhetorischen Mitteln
- als Redner selbst wirken und überzeugen (*„Rhetorik beginnt, wenn Beamer und PowerPoint versagen ...“*)
- Wirkungsweise und Eigenheiten der rhetorischen Kommunikation kennenlernen
- Ausarbeiten und Vortragen von Übungsreferaten zu unterschiedlichen Anlässen mit persönlichem Feedback

**Methodik:** Vortrag, Lehrgespräch  
praktische Übungen

**Referent:** Hans-Werner Nagel

**Zeit:** 3 Tage

montags,	16.06.2025,	jeweils
	23.06.2025,	08:30 Uhr bis 12:00 Uhr,
	30.06.2025,	13:00 Uhr bis 16:30 Uhr

**Ort:** Saarländische Verwaltungsschule,  
Konrad-Zuse-Straße 5,  
66115 Saarbrücken,  
Seminarraum im 1. Obergeschoss

**Teilnehmerzahl:** begrenzt auf 12 Personen **Teilnehmergebühr:**

330,-- €

**Ansprechpartner:** Lars Claußen, Tel.: (0681) 9 26 82 12 oder  
l.claussen@verwaltungsschule-saar.de