

# Die Angst vor der Blamage

Zusammen mit der **Kreis-Volkshochschule** hatte das Kempener Gymnasium **Thomaeum** Oberstufenschüler zum Rhetorikkursus eingeladen. Sieben Stunden drehte sich alles um das Reden.



Die Schüler der Stufen 12 und 13 übten die freie Rede. Konrad **Czerwinski** erklärt hier mal die Milch. Josef **Hamacher** hält den Auftritt im Film fest.

RP-FOTO: WOLFGANG KAISER

VON NATASCHA BECKER

**KREIS VIERSEN** Freies Reden vor großen Menschenmengen, eigene Stressfaktoren abbauen, das Selbstbewusstsein stärken, nicht auf Fangfragen hereinfallen - wer möchte in all diesen Bereichen nicht fit sein. 13 Oberstufenschüler des Kempener Thomaeum sind es jetzt. Dafür sorgte der Mönchengladbacher Rhetorikerlehrer Josef Hamacher. „Reden, aber wie? - Einführung in die Rhetorik“ hieß der von ihm angebotene Kursus, für den die Schüler der Stufen 12 und 13 einen ganzen Tag freiwillig in der Schule verbrachten. Dabei war nicht nur Zuhören gefragt, sondern vor allem eigene Aktivität.

„Freie Rede ist eine Frage der Übung. Man muss die davor bestehende Angst abbauen, und das geht nur durch praktisches Üben“, erklärte Hamacher. Dazu erhielten die Schüler reichlich Gelegenheit,

wobei der Schwierigkeitsgrad der Übungen langsam aber sicher gesteigert wurde. Durften sie am Anfang noch am Platz sitzen bleiben, wenn Hamacher ihnen ein Stichwort zugerufen hatte, zudem sie eine Minute frei reden mussten, so ging es danach in die Mitte der Gruppe und auf den Tisch. Sogar mit dem Rücken zur Gruppe musste geredet werden.

## Riesen kochen auch mit Wasser

„Wichtig ist, sich zu verinnerlichen, dass so genannte Scheinriesen auch nur mit Wasser kochen. Es gibt nichts zu befürchten“, betonte Hamacher und zeigte die entsprechende selbstbewusste Körperhaltung. Denn die ist ebenfalls von großer Bedeutung. Hamacher machte zudem klar, dass nicht mögliche Blamagen das Problem sind, sondern allein die Angst vor einer solchen. Und genau diese Hemmschwelle gilt es abzubauen.

## Zweiter Kursus

**Termin** Die Kreis-VHS bietet unter dem Titel „Jetzt oder nie! Die Kunst sicher aufzutreten und bewusst zu kommunizieren“ einen weiteren Rhetorikkursus unter der Leitung von Josef Hamacher an. Der Lehrgang findet am 6. und 7. Juni jeweils von 9.30 bis 17 Uhr im Alten Rathaus an der Johannes-Girmes-Straße 21 in Oedt statt.  
**Kosten** 35 Euro.

„Ich denke, allein schon für das mündliche Abitur ist der Kursus eine sehr gute Vorbereitung“, meinte Abiturientin Laura Pegels (19 Jahre). Sie erwarte nicht, ein anderer Mensch, aber doch eine Kleinigkeit selbstsicherer zu werden. Das sah auch die gleichaltrige Laura Manthei so. „Nervosität beim Re-

den abbauen, das ist mir wichtig. Das kann im späteren Berufsleben nur von Vorteil sein, wenn man selbstsicher auftritt“, bemerkte sie. Benedikt Rechner wollte frei sprechen lernen und Dinge über sich erfahren, die ihm helfen, genau dies umzusetzen.

## Idee im Schulprojekt

Die Idee zu dem Kursus entstand im Schulprojekt „Lernen lernen“, das in der elften Stufe angeboten wird. „Themen wie Motivation und Teamarbeit gehören unter anderem zu den Inhalten“, berichtete Annerose Richter, die Beauftragte für das Projekt. Im Rahmen des Angebotes kam von Seiten der Schüler der Wunsch nach einem Rhetoriklehrgang auf. Richter wandte sich an die Kreis-Volkshochschule, der Kursus mit Josef Hamacher ging in die Planung. Aufgrund der guten Resonanz sind weitere Angebote vorgesehen.