

Workshop Konzertmoderation

„Konzepte zur Musikvermittlung und Konzertpädagogik“



„Es trägt Verstand und rechter Sinn mit wenig Kunst sich selber.“
Faust 1 J. W. v. Goethe: Faust I, Szene 4 „Nacht“ (V. 550f)

Handreichungen für den täglichen Gebrauch

Jürgen K. Groh
Am Schulwäldchen 10
63110 Rodgau
Tel.: 06106/76516
Email: juergenkgroh@aol.com
Homepage: www.juergenkgroh.de

Inhalt

1. IM ALTEN ROM...	4
2. RECHERCHIEREN - DIE VORBEREITUNG EINER MODERATION	4
2.1 Mind Map & Clustering	4
2.2 Wissens ABC	6
2.3 Kostenpflichtige Nachschlagewerke	7
2.4 Kostenfreie Quellen aus dem Internet	7
2.5 Der Probenbesuch – der Dirigent – die Partitur	7
3. VORLESEN ODER „FREI SPRECHEN“?	8
3.1 Wir kommunizieren mit drei Transportmitteln und vier Nachrichtenarten	8
3.2 Das Ziel des „Freien Sprechens“ auf den Punkt gebracht	9
3.3 Wie merke ich mir, was ich sagen will (Loci Methode)	9
4. DER BÜHNENEINDRUCK	10
4.1 Sprechen	10
4.2 Haltung	10
4.3 Bewegung	11
4.4 Mentale Vorbereitung	12
4.4.1 Die sieben Stufen der Meditation	12
4.4.2 Progressive Muskelentspannung	12
5. ZEHN RHETORISCHE FIGUREN	13
5.1 <u>Alliteration</u> für mehr Prägnanz	13
5.2 <u>Anapher</u> für mehr Klarheit	13
5.3 <u>Epipher</u> für mehr Nachdruck	13
5.4 <u>Anadiplose</u> für mehr Einprägsamkeit	13
5.5 <u>Kyklos</u> für mehr Plausibilität	13
5.6 <u>Parallelismus</u> für mehr Übersichtlichkeit	13
5.7 <u>Antithese</u> für mehr Unterschiede	13
5.8 <u>Chiasmus</u> für mehr Pointen	14
5.9 <u>Klimax</u> für mehr Begeisterung	14

5.10	<u>Trias</u> für ein gutes Ende	14
6.	BILDERSPRACHE VERWENDEN!	14
7.	DAS PUBLIKUM ERFORSCHEN (DIE ZIELGRUPPE KENNEN!)	15
8.	ÜBEN, ÜBEN ÜBEN!	15
9.	FRAGEN AN DEN KONZERTVERANSTALTER (KLEINE CHECKLISTE)	15
10.	IDEEN UND ANREGUNGEN	16
10.1	Lernen Sie einen Zaubertrick (oder mehrere ☺)	16
10.2	Erscheinen Sie bei einer der Moderationen (nicht beim ganzen Konzert) in einem Kostüm	16
10.3	Nehmen Sie einen Gegenstand oder ein Musikinstrument mit auf die Bühne	16
10.4	Stellen Sie ein Konzertstück in Absprache mit dem Dirigenten mit kurzen musikalischen Themen vor	16
10.5	Beteiligen Sie die Zuhörer/innen	16
11.	LITERATUR	17
12.	INFOSCHNIPSEL ZU JÜRGEN K. GROH (MASTER OF ARTS)	18

1. Im alten Rom...



...verurteilte man eines Tages einen Mann zum Tode, weil er behauptete, dass er mit den Tieren sprechen könne.

Die Wachen bringen ihn in die Arena des gigantischen Kolosseums. Er sieht die hoch aufragenden steinernen Tribünen, hört die johlende Menschen und spürt den heißen Sand unter seinen Füßen. Das Publikum freut sich auf das Spektakel, denn in Kürze wird der wildeste und gefürchtetste menschenfressende Löwe auf den Verurteilten losgelassen werden.

Das Löwengitter wird hochgezogen und mit wehender Mähne und lautem Gebrüll betritt der Killer die Arena. Seine flinken Augen entdecken unseren Freund und der muskelbepackte Löwe geht geifernd und zähnefletschend auf ihn zu.

Da geht ein Raunen durch die Menge. Der Verurteilte rennt nicht in wilder Hast vor dem Löwen davon sondern geht direkt auf ihn zu. Als er ganz nah bei ihm ist, flüstert er ihm etwas ins Ohr, worauf das Tier in Panik aus der Arena hinausrennt.

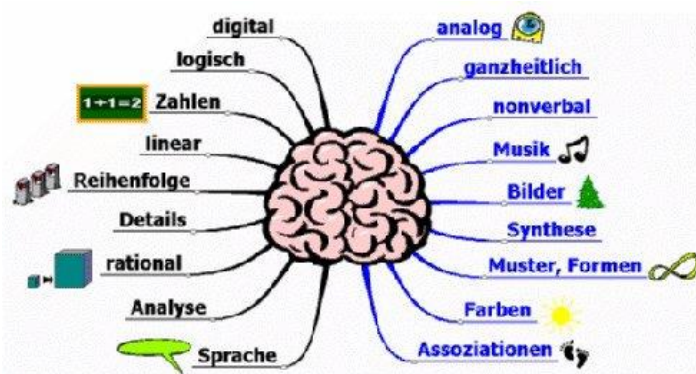
Julius Cäsar ist so beeindruckt von dieser unglaublichen Vorstellung, dass er den Mann in seine kaiserliche Loge bringen lässt und ihn begnadigt. Zum Abschluss fragt er ihn, was denn die geflüsterten Worte waren, die den Löwen in die Flucht getrieben hätten. Der Mann antwortet: „Das war einfach! Ich habe ihm bloß gesagt, er könne mich ohne weiteres fressen, aber er sollte wissen, dass man hier nach dem Essen eine Tischrede halten muss.“

„Das menschliche Gehirn ist eine großartige Sache. Es funktioniert bis zu dem Zeitpunkt, wo du aufstehst, um eine Rede zu halten.“

(Samuel Langhorne Clemens (*1835 in Florida, Missouri; † 1910 in Redding, Connecticut) – besser bekannt unter seinem Pseudonym Mark Twain)

2. Recherchieren - die Vorbereitung einer Moderation

2.1 Mind Map & Clustering



Das menschliche Gehirn besitzt eine linke und eine rechte Hälfte. Oft hört man, dass beide Gehirnhälften jeweils unterschiedliche Funktionen wahrnehmen würden. Die linke Gehirnhälfte ist bei den meisten von uns für rationales Denken und Analyse zuständig, während der rechte Teil überwiegend Phantasie und Mustererkennung steuert. Aber aufgrund der hohen Komplexität des Gehirns kann keine strikte Funktionszuordnung zu bestimmten Gehirnbereichen

vorgenommen werden. Trotzdem wird das Links-Rechts-Modell noch oft anerkannt und verwendet. Die Mind-Map-Technik spricht gezielt beide Gehirnhälften an. Dadurch werden Synergieeffekte genutzt, welche die geistige Leistung deutlich verbessern.

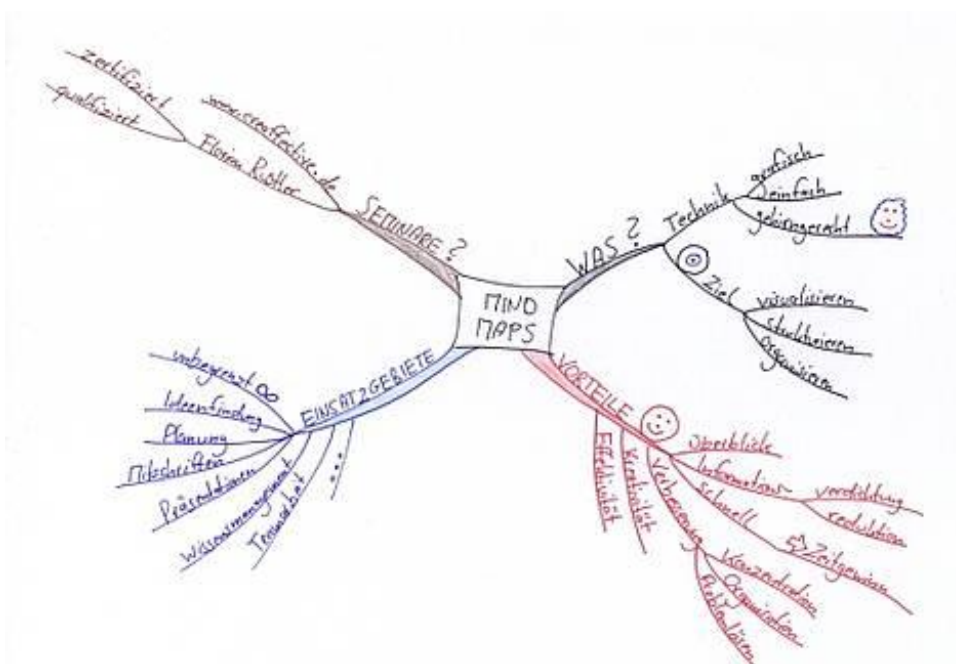
Denken ist kein linearer Vorgang, sondern ein äußerst komplexer Prozess, bei welchem im Gehirn ständig neue - durch Schlüsselwörter hervorgerufene - Assoziationen und Strukturen gebildet werden. Es kann stets zwischen verschiedenen Gedankengängen "hin- und hergesprungen" werden. Details können in Gedanken beliebig hinzugefügt, variiert oder "ausgeblendet" werden. Es ist leicht möglich, Verknüpfungen zu anderen - bereits bekannten - Wissensgebieten zu erstellen oder abzurufen, so dass sich im Gehirn ein Netzwerk von miteinander in Verbindung stehenden Informationen bildet.

Um dieser Funktionsweise des Gehirns gerecht zu werden, wird empfohlen, Informationen nicht linear in Listen oder Fließtext (bei welchen oft bis zu 90% der Worte für Erinnerungszwecke irrelevant sind) darzustellen, sondern in einer Art, die die Aufzeichnungen zu einem einzigartigen, im wahrsten Sinne des Wortes **merkwürdigen** Bild werden lässt.

Auf überflüssige Füllworte wird bewusst verzichtet und stattdessen werden gut zu wählende **Schlüsselworte** benutzt, die zur späteren Erinnerung des Inhaltes ausreichen und gleichzeitig zu einer inneren Auseinandersetzung mit dem festzuhaltenden Thema führen.

Einige Grundregeln für das Mind Mapping sind:

- Papier im Querformat nutzen!
In die Mitte der Seite ein einprägsames Bild oder eine kleine Skizze zeichnen, die das zu behandelnde Hauptthema darstellt. Falls eine Zeichnung nicht sinnvoll erscheint, sollte das Schlüsselwort zumindest mit 3D-Effekt in die Blattmitte gesetzt werden. Ein Bild sagt mehr als 1.000 Worte !
- Von dem zentralen Bild ausgehend wird für jeden tiefergehenden Gedanken bzw. Unterpunkt eine Linie gezeichnet.
- Auf diese Linien werden die einzelnen Schlüsselworte zu den Unterpunkten geschrieben. Diese Worte sollten in Druckbuchstaben eingetragen werden, um die Lesbarkeit und Einprägsamkeit der Mind Map zu erhöhen.
- Von den eingezeichneten Linien können wiederum Linien ausgehen, auf denen die einzelnen Hauptgedanken weiter untergliedert werden. Von diesen weiterführenden Linien können wieder andere ausgehen.
- Benutzen Sie unterschiedliche **F a r b e n** , um die Übersichtlichkeit zu erhöhen. Gleichzeitig können beispielsweise auch zusammengehörende Gedanken und Ideen leicht durch Verwendung der gleichen Farbe verdeutlicht werden.
- Symbole wie z.B. Pfeile, geometrische Figuren, kleine Bilder, gemalte Ausruf- oder Fragezeichen und selbst definierte Sinnbilder sind so oft wie möglich zu nutzen; sie erleichtern die Erfassung des Inhalts und können helfen, einzelne Bereiche abzugrenzen oder hervorzuheben.
- Bei kreativen Überlegungen sollte man sich nicht allzu lange damit beschäftigen, an welcher die Stelle die Mind Map ergänzt wird. Das stört nur den freien Gedankenfluss, schließlich kann man schneller denken als schreiben. Umstellungen können später immer noch in einer Neuzeichnung vorgenommen werden. Dieses Vorgehen hat außerdem zum Vorteil, sich ein weiteres Mal mit der gemappten Thematik zu befassen. So kann der Inhalt besser erinnert und verstanden werden, und es besteht die Chance, den entscheidenden Gedanken gerade bei dieser Neugestaltung zu bekommen.



2.2 Wissens ABC

Wissens ABC

Wir suchen beim Wissens ABC Assoziationen für unsere Moderation zu allen Buchstaben des Alphabetes.

Solche Listen können schriftlich aber auch z.B. in der Badewanne oder beim Warten auf die S-Bahn etc. „nur im Kopf“ erdacht werden. Sie helfen uns, das passive Wissen in das aktive Gedächtnis zu holen:

A	
B	
C	
D	
E	
F	
G	
H	
I	
J	
K	
L	
M	
N	
O	
P	
Q	
R	
S	
T	
U	
V	
W	
X	
Y	
Z	

2.3 Kostenpflichtige Nachschlagewerke

Das Blasmusik-Lexikon [Gebundene Ausgabe] von Wolfgang Suppan (Autor), Armin Suppan (Autor) (59,90€)

Verschiedene Musiklexika

Zeitschriften: eurowinds (Jahresabo Deutschland 42€), CLARINO (Jahresabo 64,90€) <https://www.clarino.de/>



2.4 Kostenfreie Quellen aus dem Internet

<https://www.wikipedia.de/>

www.youtube.com (u.a. zum Anhören der Kompositionen)

www.notendatenbank.net

www.windmusic.org

www.hebu-music.de (für z.B. PDFs der Partituren oder Kosten)

...und natürlich www.google.de ☺



2.5 Der Probenbesuch – der Dirigent – die Partitur



Ein oder mehrere Probenbesuche (die Generalprobe wäre dafür sehr praktisch, da dann oft alle Kompositionen gespielt werden...allerdings ist die Generalprobe kurz vor dem Konzert, sodass nicht mehr viel Zeit für die Vorbereitung der Moderation bleibt) sind sehr wichtig, wenn man als Moderatorin oder Moderator die Stücke nicht kennt. Durch den Probenbesuch bekommt man auch ein Gefühl für die emotionale Stimmung eines Stückes.

Oft stehen in der Partitur (meistens nicht besonders gute) kurze Erläuterungen bezüglich der Komposition. Auch sind oft innerhalb der Partitur „Kapitelüberschriften“ vorhanden.

Viele Dirigenten spielen bestimmte Kompositionen, weil sie ihnen gefallen. Deshalb haben sie auch oft Hintergrundinformationen darüber, die für eine Moderation verwendet werden können.

3. Vorlesen oder „Frei sprechen“?

Frei sprechen bedeutet, dass man das, was man sagt, jedes Mal neu erfindet. Es liegt kein ausgearbeitetes Manuskript vor. Jemand der vorliest ist kein Moderator sondern ein Sprecher.

Wenn wir privat erzählen können, dann müssen wir nur lernen, das vor einer Gruppe ebenso zu tun, aber das Erzählen selbst müssen wir nicht lernen. Das können wir!

Beobachten Sie sich einfach mal, wenn sie erzählen. Jeder von uns produziert im Durchschnitt über 50 Buchseiten am Tag. Wir reden also jeden Monat drei dicke Romane zusammen.

Natürlich gibt es Tricks, um nicht frei sprechen zu müssen, sie können:

- Ablesen
- Alles auswendig lernen
- Einen Knopf im Ohr haben, durch den Sie die Informationen bekommen

Ein guter Schauspieler könnte sich mit diesen Kniffen dem ideal nähern.

Aber...wollen Sie vier oder mehr Jahre auf eine Schauspielschule gehen, um sprechen zu lernen?

Und es gibt noch einen Nachteil dieser Tricks. Sie werden sich dem Ziel frei zu sprechen, nie nähern.

Für Anfänger können das Hilfestellungen sein, um sich auf den Weg zu begeben. Und der Weg kann lang sein...aber das Ziel des „Frei Sprechens“ sollte nicht aus den Augen verloren werden!

3.1 Wir kommunizieren mit drei Transportmitteln und vier Nachrichtenarten

Die Kommunikation mit dem Hörer ist bei einer Konzertveranstaltung auf den ersten Blick einseitig. Und doch ist eine Moderation ein Dialog (Sender-Empfänger), weil bei einem Kommunikationsprozess drei Komponenten zusammenkommen:

- Die verbale Aussage (Wortaussage)
- Die paraverbale Aussage (der Ton bzw. Subtext)
- Die nonverbale Aussage (Körpersprache, Gestik)

Diese drei Transportmittel liefern ständig Botschaften und diese können in vier Gruppen eingeteilt werden:



Selbstoffenbarungsohr:

Was sagt er über sich? Was ist das für einer?

Beziehungsohr:

Was hält der andere von mir? Wie redet der mit mir?



Sachohr:

Was ist der Sachverhalt? Wie ist er zu verstehen?

Appellohr:

Was soll ich tun, denken, fühlen?

- Sachinformationen (Neuigkeiten für den rationalen Verstand, den Kopf)
- Apelle (hier wird Ihnen gesagt, was sie „tun“ sollen)
- Beziehungsaspekte (Aussagen ,die die Beziehung beschreiben, in der Personen sind)
- Selbstoffenbarung (Geschichten aus dem eigenen Leben)

Das sind die „vier Seiten einer Botschaft“ (siehe auch Dr. Friedemann Schulz von Thun)

Deswegen ist Lügen so schwer: wenn ich mit Wort, Ton und Körper drei Dinge gleichzeitig sage und jede Botschaft auch noch vier Aspekte haben kann, sende ich mit einem Satz vielleicht 12 verschiedene Botschaften, die sich möglicherweise auch noch widersprechen. Wenn Sie perfekt lügen wollen, müssen sie das beherrschen.

3.2 Das Ziel des „Freien Sprechens“ auf den Punkt gebracht

Seien Sie ganz privat!

Wenn Sie das hinbekommen, sind sie am Ziel. Denken sie laut, reden sie ein bisschen mehr als sie privat reden, geben sie sich ganz ungezwungen und sind sie immer sie selbst. Die Zuhörerinnen und der Zuhörer sollen sich fühlen, als ob sie nur für sie persönlich reden.

3.3 Wie merke ich mir, was ich sagen will (Loci Methode)

Orte spielen in dieser Form des Gedächtnistrainings eine Schlüsselrolle. Um Lerninhalte, Abläufe oder Listen besser erinnern zu können, sucht sich der Lerner einen festen Bereich und darin konkrete Anlaufstellen. Ist das heimische Wohnzimmer der Erinnerungsort, kann der Gang von der Tür, vorbei am Fernseher, der Stereoanlage, dem Sofa, dem Bücherregal bis zum Fenster erfolgen. Wichtig dabei ist, sich Gegenstände auszusuchen, die stets an der gleichen Stelle bleiben und so vertraut sind, dass der Weg an ihnen entlang frei aus dem Gedächtnis erfolgen kann. Nun werden die Gegenstände anschaulich mit den zu erinnernden Inhalten verknüpft. Sollen am Abend Butter, Brot, Milch, Eier, Kaffee und Äpfel gekauft werden, kann dies dann beispielsweise so aussehen:

Die Tür ist komplett mit Butter eingerieben, weil das Brot aus der Werbung im Fernseher dagegen geflogen ist, weil die Milch aus der Stereoanlage tropft. Davon aufgeschreckt haben Hühner Eier aufs Sofa gelegt und sind dann aufs Kaffee-Paket im Bücherregal geflüchtet, vorbei an den Äpfeln auf der Fensterbank.

Eine absurde Geschichte? Ganz genau, denn je ungewöhnlicher sich die Bilder vor dem inneren Auge zeigen, desto leichter können wir sie uns merken. Beim abendlichen Supermarktbesuch wird jetzt im Geiste einfach noch einmal die Strecke von der Tür bis zur Fensterbank abgeschrieben, schon ist der Einkaufswagen voll mit den wichtigen Waren.

Anstelle eines Zimmers bieten sich auch Wegstrecken mit ebenso auffälligen wie unveränderlichen Stationen an und selbst der eigene Körper von den Zehen bis zur Nasenspitze kann als Erinnerungsrouten dienen.

Hilfreich ist diese Art des Gedächtnistrainings besonders, um Listen oder Abläufe (wie etwa bei einem Vortrag) schnell zu erfassen und zuverlässig abrufen zu können. Einmal verwendet sind die ausgewählten Orte auch keinesfalls verbraucht, sondern bieten jedes Mal aufs Neue Raum für Erinnerungswertes.

Beispiel für eine Wegstrecke, die den eigenen Körper verwendet:

- 1 - Haare
- 2 - Augen
- 3 - Mund
- 4 - Schulter
- 5 - Bizeps-Muskel
- 6 - Hände
- 7 - Bauch
- 8 - Po
- 9 - Knie
- 10 - Füße

4. Der Bühneneindruck

4.1 Sprechen

Mit einer klaren und präzisen Stimme zu sprechen ist gar nicht schwer. Hier sind Übungen, die der Stimme mehr Klarheit und Präzision verleihen:

Body Building für die Zunge 1

Strecken Sie die Zunge etwas heraus und drücken sie leicht mit den Zähnen auf die Zungenspitze. Nun zählen sie laut bis 50 und behalten dabei die Zungenspitze zwischen den Zähnen. Um verständlich sprechen zu können bewegen sich nun die Muskeln in und um Ihren Mund deutlich mehr als im Alltag. Fühlen und spüren Sie, wie diese Muskeln mit jeder Zahl beweglicher werden!

Body Building für die Zunge 2

Heben Sie Zeige- und Mittelfinger einer Hand als wollten Sie schwören. Beugen sie die Finger, so dass die Knöchel etwas hervortreten. Nun nehmen sie die nebeneinander liegenden Fingerknöchel zwischen die Zähne beißen leicht zu. Jetzt zählen Sie laut und so verständlich wie möglich von 51 bis 80. Damit trainieren sie weitere Muskeln.

...und danach sagen Sie ein paar Worte ganz ohne „Fesseln für die Zunge“.

Machen Sie diese Übung so oft wie möglich und knapp vor einer Moderation.

Mitsprechen & Imitieren

Sprechen Sie so gut wie möglich nach, was sie im Fernsehen oder Radio hören. Achten Sie dabei auf:

- unterschiedliche Tonhöhen
- Lautstärken
- Sprechgeschwindigkeiten
- emotionale Bedeutungen (lächelnd, verliebt, zornig, stur, traurig usw.)

4.2 Haltung

Es gibt Untersuchungen, die besagen, dass das Urteil über eine Moderation der 80/20-Regel folgt:

Die Moderation wird zu 80% von der Körpersprache der Moderatorin bzw. des Moderators und zu 20% vom Inhalt bestimmt.

Zur Körpersprache würde zählen wie Sie stehen oder sich bewegen, mit welcher Stimme Sie sprechen und wie sie die Zuhörer/innen ansehen.

Sprechen Sie einmal einen Satz mit einer Körperhaltung, die Selbstbewusstsein ausdrückt und dann mit einer Körperhaltung die ein geknicktes Selbstbewusstsein kommuniziert.



Hier sind drei Methoden, wie Sie die Körperhaltung selbstbewusst gestalten können:

Der Hakenrick: Stehen Sie auf, gehen Sie etwas in die Knie und lassen Sie die Hände fallen. Nun stellen Sie sich vor, oben an Ihrem Kopf wäre ein Haken befestigt. Ein Kran lässt ein Seil herunter, das am Haken befestigt wird...und nun wird es Millimeter um Millimeter hochgezogen. Lassen Sie sich vom Seil auf die Zehenspitzen ziehen und gehen Sie soweit wie möglich mit dem Kopf Richtung Seil. Dann lassen Sie sich auf die Fußballen zurückfallen.

Der Wandrick: Stellen Sie sich mit dem Rücken zur Wand. Der Rücken soll in seiner ganzen Länge flach an der Wand sein, die Fersen sollen auch Kontakt zur Wand haben. Nun laufen Sie in dieser Körperposition von der Wand weg. Nach ein paar Übungen können Sie allein durch die Vorstellung Ihren Körper an einer imaginären Wand ausrichten.

Der Korbtrick: Stellen Sie sich vor, sie hätten einen Korb auf dem Kopf, in dem eine große Melone liegt. Jetzt laufen Sie einen Schritt vor und wieder zurück...ohne dass der Korb herunterfällt natürlich ☺

Der Blicktrick: Schauen Sie verschiedenen Zuhörer/innen in die Augen. Folgen Sie dabei mit ihrem Blick dem Verlauf eines **W**.

4.3 Bewegung

Die dramatische Linie

Tritt eine Figur aus der Mitte von hinten nach vorn, so steigt damit die Spannung. Bewegt sich eine Figur dagegen von vorne nach hinten, tritt der umgekehrte Effekt ein: eine Figur wendet sich dadurch u. U. vom Geschehen ab und "verabschiedet" sich.

Die lyrische Linie

Spannungssteigernd wirken auch Bewegungsrichtungen, die diagonal von hinten nach vorne verlaufen, wobei sogar zum Teil vertreten wird, dass die Spannung bei einer Richtung von rechts hinten nach links vorne größer sei als im umgekehrten Fall.

Die erzählerische Linie

Bewegungen parallel zur Bühnenrampe eignen sich für erzählerische Passagen.

4.4 Mentale Vorbereitung

4.4.1 Die sieben Stufen der Meditation

1. Nach innen gehen

Suchen Sie einen ruhigen Ort auf, setzen Sie sich und schließen Sie Ihre Augen. Ziehen Sie sich ganz bewusst von Ihrer Umgebung zurück.

2. Körper beachten und befreien

Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit auf Ihren Körper. Lächeln Sie leicht. Beachten Sie, wo Ihr Körper angespannt ist und wo entspannt. Lassen Sie zu, dass die angespannten Körperteile weicher und wärmer werden.



3. Atmung beachten und befreien

Bauchatmung! Beim Einatmen bis drei zählen, auf vier eine kleine Pause machen, beim Ausatmen von fünf bis neun zählen, bei zehn eine kleine Pause machen und wieder bei eins beginnen.

4. Gedanken beachten und befreien

Nehmen Sie wahr, was Ihnen durch den Kopf geht ohne es abstellen zu wollen. Nehmen Sie auch einen eventuellen Kommentar zu Ihren eigenen Gedanken wahr usw.

5. Stille

Sitzen Sie körperlich entspannt, tief und ruhig atmend. Wenn immer Ihr Denken wieder beginnt, lassen Sie es, beachten Sie es und beachten Sie die Beachtung, solange bis es wieder ruhig ist.

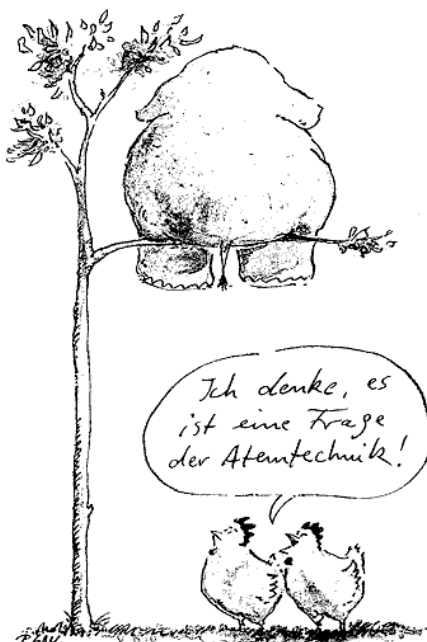
6. Aufmerksamkeit außerhalb fokussieren

Nach einiger Zeit fokussieren Sie Ihre Sinne auf einen entfernten Punkt gerade vor Ihnen. Schauen Sie dorthin, lauschen Sie hin, fühlen Sie hin, riechen und schmecken Sie dorthin.

7. Aufmerksamkeit auf 360 Grad erweitern

Wenn Sie alle Ihre Sinne an diesem Punkt versammelt haben, dann spannen Sie Ihre Wahrnehmung von diesem Punkt ausgehend weiter auf wie einen Fächer den Sie entfalten.

4.4.2 Progressive Muskelentspannung



Bei der **progressiven Muskelentspannung** (auch: *progressive Muskelrelaxation* (kurz: *PMR*) oder *progressive Relaxation* (kurz: *PR*) oder *Tiefenmuskelentspannung*) nach Edmund Jacobson handelt es sich um ein Verfahren, bei dem durch die willentliche und bewusste An- und Entspannung bestimmter Muskelgruppen ein Zustand tiefer Entspannung des ganzen Körpers erreicht werden soll. Dabei werden nacheinander die einzelnen Muskelpartien in einer bestimmten Reihenfolge zunächst angespannt, die Muskelspannung wird kurz gehalten, und anschließend wird die Spannung gelöst. Die Konzentration der Person wird dabei auf den Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung gerichtet und auf die Empfindungen, die mit diesen unterschiedlichen Zuständen einhergehen. Ziel des Verfahrens ist eine Senkung der Muskelspannung unter das normale Niveau aufgrund einer verbesserten Körperwahrnehmung. Mit der Zeit lernt die Person, muskuläre Entspannung herbeizuführen, wann immer sie dies möchte.

5. Zehn Rhetorische Figuren

5.1 Alliteration für mehr Prägnanz

Gleiche Anlaute verwenden...

„*Bigger, Better, Burger King*“
„*Kleidung clever kaufen bei Kik*“

5.2 Anapher für mehr Klarheit

Worte knapp hintereinander wiederholen...

„*Lies keine Oden, mein Sohn, lies die Kursbücher, sie sind genauer.*“
„*O Täler weit, o Höhen, o schöner, grüner Wald.*“

5.3 Epipher für mehr Nachdruck

Gleiche Worte am Ende von mehreren Sätzen...

„*Mir geht es gut. Meinem Vater geht es gut. Dem Rest meiner Familie geht es gut. Allen geht es gut.*“
„*Und das nur für Dich, für immer und Dich, für immer und dich*“

5.4 Anadiplose für mehr Einprägsamkeit

Das letzte Wort vom ersten Satz ist das erste Wort vom nächsten Satz...

„*Mit dem Schiffe spielen Wind und Wellen, / Wind und Wellen spielen nicht mit seinem Herzen.*“

5.5 Kyklos für mehr Plausibilität

Ein Wort am Anfang, dasselbe am Ende...

Entbehren sollst du, sollst entbehren!

5.6 Parallelismus für mehr Übersichtlichkeit

Ähnlich im Aufbau und unterschiedlich im Inhalt...

Die Nacht ist *dunkel*, der Tag ist hell.
Ich bin *schön*, du bist *hässlich*.
Ich bin *reich*, du bist *arm*.

5.7 Antithese für mehr Unterschiede

Die Antithese ist Gegensätzlichkeit...

Reden ist Silber, Schweigen ist Gold
Der Spatz in der Hand ist besser als die Taube auf dem Dach
(Matthäus 5, 38): „*Ihr wisst, dass es heißt: Auge um Auge, Zahn um Zahn. Ich aber sage euch: Ihr sollt euch überhaupt nicht gegen das Böse wehren. Wenn dich einer auf die rechte Wange schlägt, dann halt ihm auch die linke hin.*“

5.8 Chiasmus für mehr Pointen

Zwei parallel Aussagen werden miteinander verkreuzt...

„Die Welt ist groß, klein ist der Verstand.“

„Ach Gott! Die Kunst ist lang, / Und kurz ist unser Leben.“ – Johann Wolfgang von Goethe: *Faust I* V. 558f.

„Der Einsatz war groß, klein war der Gewinn.“ „Eng ist die Welt und das Gehirn ist weit.“
– Friedrich Schiller: *Wallenstein*

„Ich schlafe am Tag, in der Nacht wache ich.“

5.9 Klimax für mehr Begeisterung

Schrittweise Steigerung der Aussage...

„Wer die Wahrheit nicht weiß, der ist bloß ein Dummkopf. Aber wer sie weiß und eine Lüge nennt, der ist ein Verbrecher.“

„Er sei mein Freund, mein Engel, mein Gott“ (Die Räuber – Friedrich von Schiller)

„Er weint, er ist bezwungen, er ist unser!“ (Die Jungfrau von Orléans – Friedrich von Schiller)

„heute back' ich, morgen brau' ich, übermorgen hol' ich der Königin ihr Kind“ (Rumpelstilzchen – Brüder Grimm)

„Mein Bruder, mein Hauptmann, mein König“ (Herr der Ringe – J.R.R. Tolkien)

„Veni, vidi, vici.“ – (Ich kam, sah und siegte.) (Brief Caesars an Gaius Matius)

5.10 Trias für ein gutes Ende

Aller guten Dinge sind drei...

„Musik ist für uns Spaß, Spannung und gute Laune“

6. **Bildersprache verwenden!**

„Eine Rede, die sich gut liest, ist eine schlechte Rede!“

Die Bildersprache kennt nur kurze, drastisch einfache Sätze (ein guter Satz ist kaum länger als acht Worte).

Die Bildersprache kann nur das vermitteln, was auch ein Film in Bildern vermitteln kann (stellen Sie sich vor, sie wollten einem blinden Freund parallel die Handlung eines Films erzählen).

Die Bildersprache kennt nur die Gegenwart.

Die Bildersprache kennt keine Nebensätze.

Die Bildersprache kennt kein „und“.

Die Bildersprache kennt keine Adverbien, Konjunktionen usw. wie „immer, also, dann...“

Die Bildersprache kennt nur die wörtliche Rede.

Verben haben einen größeren Emotionsgehalt als Hauptworte.

Beispiel a: *Weggang, Hilfe, Handlung*

Auswendig lernen und bei geschlossenen Augen die Worte wiederholen. Welche Gefühlsregung haben Sie dabei?

Beispiel b: *weggehen, helfen, handeln*

Auswendig lernen und bei geschlossenen Augen die Worte wiederholen. Welche Gefühlsregung haben Sie diesmal?

Ersetzen Sie jeden Fachbegriff durch einen bildhaften Ausdruck.

Seien sie spezifisch. Nicht „er *geht* in die Stadt“ sondern „er *stürmt* in die Stadt“.

7. Das Publikum erforschen (die Zielgruppe kennen!)

Wie viele Leute sind im Saal? Wie ist ihr Alter? Wie gut kennen Sie die Zuhörer und sich die Zuhörer untereinander? Welche Erfahrungen haben sie gemeinsam? Warum widmet Ihnen das Publikum seine Zeit? Was ist diesen Menschen wichtig? Sind sie freiwillig dort? Was weiß das Publikum? Was weiß es nicht? usw.



8. Üben, üben üben!

Nutzen Sie einfach jede Gelegenheit, eine Rede zu halten...



Arnold Schwarzenegger wurde auf einer Cocktailparty von einem geschneigelten jungen Mann mit Sektglas in der Hand gefragt: „Wie kommen Sie zu einem so tollen Bizeps, Herr Schwarzenegger? Ich hätte auch gern einen so tollen Bizeps! Verraten Sie mir Ihr Geheimnis.“

Arnold fragte in seinem berühmten steirisch-englischen Deutsch: „Wollen Sie das wirklich wissen?“

„Ja, das würde ich wirklich gerne wissen!“

„Na gut, dann verrät ich's Ihnen. Sie dürfen es aber niemandem weiter sagen!“

Er neigte sich etwas zu seinem jungen aber unsportlichen Bewunderer und sagte:

„Ich bewege seit vielen Jahren meine Arme täglich sehr oft gegen sehr schwere Widerstände. Das ist mein Geheimnis.“

9. Fragen an den Konzertveranstalter (kleine Checkliste)

- Wer begrüßt die Ehrengäste und wenn es der Moderator macht...in welcher Reihenfolge sollen sie begrüßt werden und wann bekommt der Moderator die endgültige Liste der Ehrengäste?
- Welche Musiker/innen sollen genannt werden (z.B. weil sie Geburtstag haben, zum ersten mal dabei sind, einen Preis gewonnen haben, Solist sind, ein Musikerleistungsabzeichen gemacht haben usw.)?
- Wird zuerst ein Musikstück gespielt oder zuerst moderiert und ist das am Anfang des Konzerts genauso wie nach der Pause? Soll eventuell sogar schon vor dem Vorhang moderiert werden?
- Soll bei Umbaupausen moderiert werden?
- Welche Hinweise (z.B. auf CD-Verkauf, Snacks & Getränke im Foyer etc.) sollen vor der Pause gegeben werden?
- Wer spricht noch wann auf der Bühne (z.B. Vereinsvorsitzender, Bürgermeister)?
- Wird das Mikrofon von einem Techniker ein- und ausgeschaltet oder macht das der Moderator?
- Wie sind die Lichtverhältnisse...wo muss der Moderator stehen, damit er „im Licht“ steht?
- Gibt es besondere Ereignisse, die genannt werden sollen?

10. Ideen und Anregungen

10.1 Lernen Sie einen Zaubertrick (oder mehrere 😊)



Sie nehmen ein rotes Seidentuch und lassen es einfach in Ihren Händen verschwinden!

10.2 Erscheinen Sie bei einer der Moderationen (nicht beim ganzen Konzert) in einem Kostüm



Kaufen oder leihen sie sich ein Kostüm oder eine Maske. So könnten Sie z.B. bei der Komposition „The Chicken“ mit einer Hühnermaske auftreten oder bei „Munsters Rock“ oder bei „A little suite of horror“ (Thomas Doss) mit einer anderen Maske.



10.3 Nehmen Sie einen Gegenstand oder ein Musikinstrument mit auf die Bühne



Bei „Jericho“ (Bert Appermont) könnten Sie z.B. eine sehr kurze Passage aus der Bibel vorlesen. Bei einem Musical wie „Les Miserables“ könnten Sie Victor Hugos Buch „Die Elenden“ mitnehmen. Bei einem Solostück könnten Sie das Musikinstrument erläutern.



10.4 Stellen Sie ein Konzertstück in Absprache mit dem Dirigenten mit kurzen musikalischen Themen vor

Dies empfiehlt sich besonders bei Werken der „Neuen Musik“ aber auch bei längeren Kompositionen der „Sinfonischen Blasmusik“. Die Zuhörer/innen sind meistens nicht mit diesen Werken vertraut. Durch eine Kurzvorstellung von wichtigen musikalischen Themen durch das Orchester werden diese dann beim Durchspielen der Komposition wiedererkannt. Dadurch bleibt auch die Aufmerksamkeit fokussiert und das Zuhören macht viel mehr Spaß.

10.5 Beteiligen Sie die Zuhörer/innen

Das ist bei Märschen ganz einfach und wird auch oft vom Publikum „einfach so“ gemacht. Aber auch das Mitsingen (vorher den Text verteilen) ist möglich.

Sind Sie kreativ...bei der Komposition „Jungle“ (Thomas Doss) können die Zuhörer/innen zum Beispiel den Regen durch Fingerschnippsen akustisch darstellen.

11. Literatur



Die Macht der Rhetorik: Besser Reden - Mehr Erreichen Taschenbuch – 16. Februar 2007 (24,99€)

Peter hat eine neue Software entwickelt, die er nun den Service-Technikern seiner Firma zu präsentieren beginnt: "Ich habe noch nie vor so vielen Leuten gesprochen und bin daher etwas aufgeregt." Mit dieser Art von Ehrlichkeit begeht er einen typischen Anfängerfehler. Er zwingt die Zuhörer an seinen emotionalen Problemen Teil zu haben und verstößt damit gegen die Regel "Sprechen Sie nicht von sich sondern vom einzig Wichtigen -- dem Publikum". Wenn man sich intensiv auf die Erlebniswelt der Zuhörenden konzentriert, gewinnt man schneller ihre Sympathie und lenkt sich auf diese

Weise auch selbst von der eigenen Unsicherheit ab. Daher beginnt Peter seinen nächsten Vortrag so: "Herzlich Willkommen! Danke, dass Sie sich für diese Stunde von Ihren Service-Bildschirmen getrennt haben." Gleich das erste Kapitel von *Die Macht der Rhetorik* enthält zehn wertvolle Tipps, um Anfängerfehler zu vermeiden und versetzt uns durch realistische Beispiele in einen Zustand aktiven Mitdenkens. In den weiteren Kapiteln geht es um alle Aspekte der Planung und Durchführung einer erfolgreichen Rede. Neben den sachlich-logischen Argumentationsstrategien werden auch die Themen Glaubwürdigkeit, Gefühlsargumente und Körpersprache ausführlich behandelt. Dabei sind immer wieder neue, interessante Anregungen zu finden, die man in anderen Büchern noch nicht gelesen hat. Das Glanzstück ist ein Kapitel über Suggestionen, worin die Techniken der Hypnose-Therapie nach Milton Erickson für die Rhetorik erschlossen werden.



Frei sprechen: in Radio, Fernsehen und vor Publikum. Ein Training für Moderatoren und Redner (Journalistische Praxis) Taschenbuch – 4. August 2016 Michael Rossié (29,99€)

Ein Trainingsprogramm für Moderatoren in Radio und Fernsehen, für Pressesprecher und Politiker, Referenten, Professoren, Lehrer, Studenten, Manager, Verkäufer oder Vereinsvorsitzende - für jeden, der öffentlich spricht. Auch Einsteiger werden schrittweise zum freien Sprechen geführt. Frei sprechen im Sinne dieses Buches bedeutet, die Sätze erst im Augenblick der Rede zu formen, damit sie authentischer, glaubhafter und fesselnder werden. Die beigelegte CD enthält vom Autor eingesprochene Begleittexte.



Sprechen und Moderieren in Hörfunk und Fernsehen, m. Audio-CD: Inklusive CD mit Hörbeispielen zusammengestellt von Reinhard Pede [Broschiert] von Stefan Wachtel (11,970€)

Jeder Journalist kann seinen eigenen Stil vor Mikrofon und Kamera entwickeln und pflegen. Stefan Wachtel gibt hierfür in seinem Klassiker der Sprecherziehung Anleitungen und Tipps. Er ist gegen das Auswendiglernen oder das Ablesen vom Teleprompter und plädiert für das freie Sprechen mithilfe von Stichwortkonzepten. Das Buch enthält zahlreiche Beispiele zu Betonung, Ausdruck, Aussprache, Moderation und Interview. Einige Hörbeispiele befinden sich auf der beiliegenden CD. Mit Tipps zu Casting-Vorbereitung und Demo-Kassetten.

12. Infoschnipsel zu Jürgen K. Groh (Master of Arts)

geb. am 7.6.1958, verheiratet, ein Sohn (geb. 21.03.1992)

Moderator für Konzertveranstaltungen von Musikvereinen, Big-Bands, Chören und Musikschulen

Moderation von Workshops wie:

- „Open Space“
- „Appreciative Inquiry“
- „World Café“

für internationale Konzerne und pädagogische Institutionen.

Autor (Veranstaltungsberichte, Musiker- und Orchesterporträts, Besprechungen von Noten, CDs, Büchern wie z.B. Michael Stechers „Probenpädagogik“) u.a. in:

- Jazzpodium
- Forte / Bayerische Blasmusik
- CLARINO Internationale Zeitschrift für Bläsermusik
- M – Musik zum Lesen
- Eurowinds

Dozent für:

- Instrumentalworkshops
- Kurse zum Erwerb des Musikerleistungsabzeichens
- VHS-Kurse (z.B. „Lernen lernen“)
- Musikworkshops wie z.B. „Besser spielen durch schlaues Üben“ oder „Swingstilistik & Improvisation“

Ehemaliger Bezirksmusikbeauftragter Main des Hessischen Musikverbands

Kulturpreisträger der Stadt Rodgau 2003

Instrumentalmusiklehrer für Saxofon und Querflöte

Instrumentalmusiker (Altsaxofon, Querflöte, ein winziges bisschen: Klarinette, Klavier, E-Bass)

Seit 1998 Dirigent des Konzertorchesters des Musikvereins Nieder-Roden e.V.
Vorher seit 1990 Dirigent des Jugendorchesters dieses Vereins (bis 1996).

Vizepräsident der WASBE (=World Association of Symphonic Bands and Ensembles) Sektion Deutschland.
Teilnahme an den jeweils einwöchigen Konferenzen in (www.wasbe.org):

- Österreich (Schladming 1997)
- USA (Kalifornien, San Luis Obispo 1999)
- Schweiz (Luzern 2001)
- Schweden (Jönköping 2003)
- Singapur (Singapur 2005)
- Irland (Killarney 2007)
- USA (Ohio, Cincinnati 2009)
- Taiwan 2011
- San Jose (Kalifornien) 2015
- Utrecht 2017

Gründungsmitglied der „Freien Schule Seligenstadt“ (staatlich anerkannte Modellschule des Landes Hessen)

Wissenschaftliche Masterarbeit im Bereich Erwachsenenbildung an der TU Kaiserslautern mit dem Titel:
„Gruppenorientierte ermöglichtsdidaktische Einführung in die Jazzimprovisation für klassisch ausgebildete erwachsene Musiker/innen“

Wissenschaftliche Studienarbeit im Fachgebiet "Theoretische Informatik" der TU Darmstadt im Bereich Künstliche Intelligenz und Jazzimprovisation mit dem Titel: *"Computerimprovisation mit Markoffketten und kognitiven Algorithmen"*