

Matthias Pöhm

FRAUEN KONTERN BESSER

So werden Sie **richtig** schlagfertig



mvgverlag

Matthias Pöhm

Frauen kontern besser

Matthias Pöhm

Frauen kontern besser

So werden Sie richtig schlagfertig

mvgverlag 

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://d-nb.de> abrufbar.

Für Fragen und Anregungen:

matthiaspoehm@mvg-verlag.de

5. Auflage 2013

© 2006 by mvg Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH

Nymphenburger Straße 86

D-80636 München

Tel.: 089 651285-0

Fax: 089 652096

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlaggestaltung: Vierthaler & Braun Grafikdesign, München

Satz: Jürgen Echter, Landsberg

Druck: Konrad Tritsch GmbH, Ochsenfurt

Printed in Germany

ISBN 978-3-636-06268-0

ISBN E-Book (PDF) 978-3-86415-462-1

Weitere Informationen zum Verlag finden Sie

www.mvg-verlag.de

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage unter
www.muenchner-verlagsgruppe.de

Inhalt

Schlagfertigkeit macht sympathisch	7
Die wichtigsten Basics	11
Frauensprache – Männersprache	13
Auf Ihre Haltung kommt es an	16
Körpersprache und Ihr persönlicher Stil sprechen mit	19
Witzfertigkeit und Erwidlungsfertigkeit	22
Lernen Sie Nein zu sagen	23
Raus aus dem Schattendasein	25
Typisch weiblich? – Na, prima!	27
Keine Angst vorm Frechsein	28
Raus aus der Opferrolle	30
Tolle Frauen sind nicht perfekt	33
Lernen Sie Situationen klar zu erkennen	35
Der Mensch, der Sie immer sein wollten	37
Von den Profis lernen	39
Mehr Sprachgefühl durch die SimulGAN-Technik	41
Trainieren Sie simulGAN	43
Schlagfertigkeit spielerisch einüben	44
Der nicht geschlossene Bogen	46
Die absurde Situation	47
Gut einstecken – noch besser austeilen	49
Schwachen Sprüchen cool begegnen	51
Elegant und witzig zum Gegenangriff	57
Tötende Blicke zwischen Frauen	64

Grenzen setzen bei versteckten Vorwürfen	65
Schlaue Antworten auf Vorwürfe und Attacken . . .	68
So wehren Sie sich gegen Blondinenwitze	75
Meistertechniken der Schlagfertigkeit	76
Lassen Sie Angeber und Unsympathen in Watte laufen	81
Intelligent fragen, alles erreichen	91
Behalten Sie mit klugen Fragen die Kontrolle . . .	93
So steuern Sie Ihre Gesprächspartner	96
Mit Alternativfragen besser überzeugen	98
Motivieren Sie mit Lob	99
Geben Sie Ihrer Frage bereits die Antwort mit . . .	100
Machen Sie mit geschickten Rückfragen Punkte . .	102
Erst richtig stellen – dann kontern	106
Bringen Sie den Angreifer in Rechtfertigungsdruck	108
Erfolg im Job	113
Sicher reden heißt selbstbewusst handeln	115
Reagieren Sie sicher auf Kritik	117
Nehmen Sie nicht alles persönlich	117
So überzeugen Sie am Telefon	120
Souverän im Meeting	126
Fit auf Präsentationen	131
Teamplayer mit Witz	139
Register	145
Über den Autor.	155

Schlagfertigkeit macht sympathisch

Sie sind ein Fan von Anke Engelke, von Verona Feldbusch oder bewundern den amerikanischen Talk-Star Oprah Winfrey? Dann finden Sie Frauen gut, die nicht auf den Mund gefallen sind. Vielleicht möchten Sie sogar auch ein wenig so sein wie diese ganz großen Ladies im Talk- und Comedy-Geschäft. Sie haben sich tolle Vorbilder ausgesucht. Diese Damen können sich durchsetzen. Sie sind sehr schlagfertig und haben in jeder Situation den passenden Witz oder die richtige Erwiderung parat. Denken Sie nicht, das sei alles naturgegeben – das kann man lernen.

Schlagfertigkeit ist ein Grenzfall in der Kommunikation. In 98 Prozent aller Fälle brauchen Sie sie nicht. Da läuft alles reibungslos. Aber in den übrigen zwei Prozent der Fälle, in denen Sie sprachlos sind, entsteht der Wunsch zurückschlagen zu können oder spontan witzig zu sein. Mit diesen zwei Prozent beschäftigt sich dieses Buch.

Superfrauen mit Schlagkraft

Schlagfertigkeit ist es, die den großen Erfolg unserer professionellen Plaudertaschen ausmacht. Sie sind spontan, sie sind witzig, sie sind selbstbewusst und sie wissen, wie man als Siegerin aus einem Gespräch hervorgeht.

Dazu kann man auch mal offensiv danebenlängen, wie Anke, die kurzerhand beschließt, dass jeder »Deutsche ein Ballermann« ist, oder Verona, die klarstellt: »Hier werden Sie geholfen.« Dabei wurde den beiden Witz und Schlagfertigkeit sicher nur zum Teil in die

Wiege gelegt. Frech und erfolgreich mit Worten umzugehen kann jeder lernen.

Besseres Image durch mehr Witz

Wer seine Schlagfertigkeit trainiert, tut auch jede Menge für sein Selbstwertgefühl. Trotzdem habe ich in meinen Seminaren immer wieder gesehen, dass sich sogar selbstsichere Frauen davor scheuen, mit Worten auszuteilen. Das hängt damit zusammen, dass weibliche Schlagfertigkeit bei manchen immer noch ein ungutes Image hat. Frauen mit Witz gelten nicht selten als gefürchtete Kolleginnen oder Mädels »mit Haaren auf den Zähnen«. Von dieser Meinung sollten Sie sich verabschieden. Schlagfertigkeit entspricht einem neuen Lebensgefühl der modernen Frauen. Schlagfertige, freche Frauen werden bewundert und wirken sympathisch.

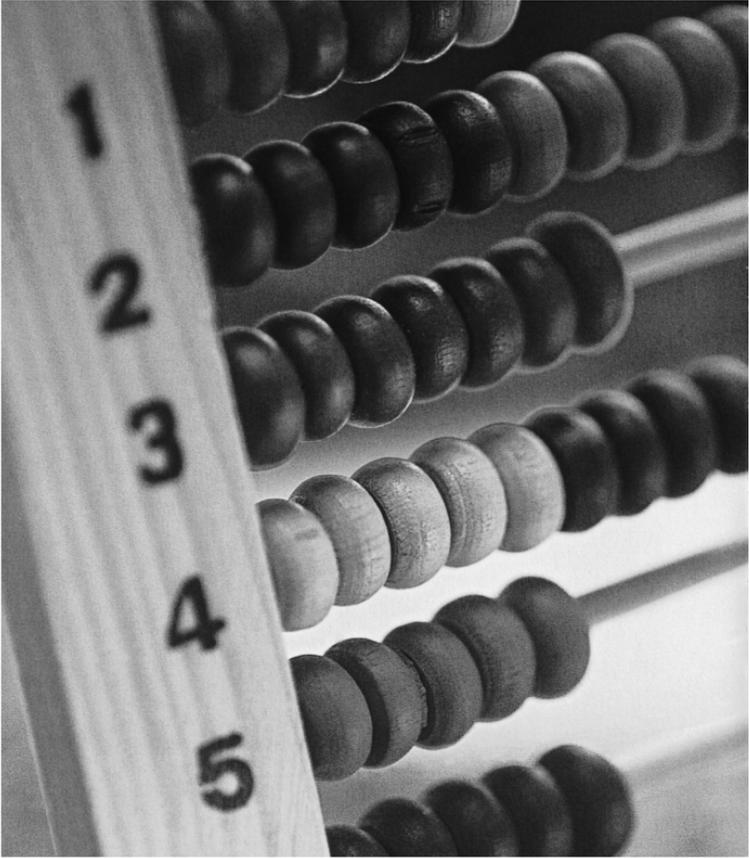
Auftreten wie die Spice Girls

In einer »Wetten-dass?«-Sendung forderten die Spice Girls mit mädchenhaftem Übermut, der Schlagersänger Patrick Lindner solle vor laufender Kamera seine Unterhosen zeigen. Gastgeber Thomas Gottschalk half dem armen Patrick aus der Verlegenheit. Die beiden stellten sich mit dem Rücken zur Kamera und taten so, als ob sie ihre Hosen runterließen. Die Spice Girls hatten sich durchgesetzt. Wir empfinden Bewunderung und Sympathie, wenn sich Frauen frech, quirlig und respektlos zeigen. Dieses Lebensgefühl moderner Frauen deckt sich mit dem Begriff Schlagfertigkeit – und dieses Gefühl will ich Ihnen vermitteln.

Ich habe Schlagfertigkeit so analysiert, dass sie nachahmbar wird. Nicht jede schlagfertige Antwort, die ich gesammelt habe, lässt sich schematisieren. Aber es gibt

genügend, die dafür sorgen, dass Sie zu dem Teufelchen werden, vor dem Sie Ihre Mutter immer gewarnt hat.

DIE WICHTIGSTEN BASICS



Die wichtigsten Basics

Witz ist niemandem angeboren. Das wissen auch unsere Talk- und Comedy-Stars. Es gibt Grundfertigkeiten, die man dazu braucht. Skiabfahrtsprofis trainieren nicht nur auf der Piste, sondern joggen auch Stunden um Stunden auf der Aschenbahn. Das hat für Außenstehende mit Skifahren nichts zu tun, trotzdem ist es notwendig, um Kondition zu bekommen. Das ist eine Basisfähigkeit beim Skifahren – ebenso gibt es auch für die Schlagfertigkeit bestimmte Basisfähigkeiten, die separat trainiert werden müssen.

Frauensprache – Männersprache

Frauen haben einen anderen Bezug zur Sprache als Männer. Das hat einen biologischen Hintergrund: Der bekannte Verhaltensforscher Desmond Morris hat herausgefunden, dass Mädchen über eine flüssigere Sprache verfügen, wohingegen die Jungen oft origineller sind.

Dies hängt mit der andersartigen Gehirnstruktur der Geschlechter zusammen. Im Vergleich zum Mann hat die Frau einen wesentlich schnelleren Zugriff auf das Sprach- und Gefühlszentrum in der rechten Gehirnhälfte. Ein Forscherteam der John Hopkins University in Baltimore hat bewiesen, dass das weibliche Gehirn in dem Bereich der Großhirnrinde, der für Sprache zuständig ist, eine größere Zellkonzentration aufweist. Der Bereich, der die verbale Initiative und das Kurzzeitgedächtnis steuert, weist bei Frauen eine um 23 Prozent höhere Konzentration auf. Auch der Bereich, der mit der Fähigkeit zuzuhören in

Verbindung steht, ist mit einer 13 Prozent höheren Zellkonzentration ausgestattet. Deswegen hören Männer öfter als Frauen den Vorwurf: »Nie hörst du mir zu.« Verbale Initiative, rasche Verarbeitungsgabe und die Fähigkeit gut zuzuhören sind die Zauberworte für schlagfertiges Agieren im Gespräch. Nutzen Sie diesen »kleinen Unterschied« zu Ihrem Vorteil! Allerdings muss das Gehirn, wie alles im Körper, auch bewegt und trainiert werden, damit Sie Ihr Potenzial optimal nutzen können.

Tipp

Jede Frau besitzt aufgrund ihrer biologischen Voraussetzungen ein großes Plus, was ihre Kommunikationsfähigkeit betrifft. Schluss deshalb mit Tiefstapelei und vornehmer Zurückhaltung, auch wenn Sie gerade diese Züge immer für besonders weiblich gehalten haben.

Wie »weibliches Denken« funktioniert

Mädchen werden von alters her zu einem anderen Umgang mit Sprache erzogen. Wie der Verhaltensforscher Desmond Morris meint, hängt dies mit der speziellen Organisation der menschlichen Gemeinschaft zusammen. Während Männer in gewisser Hinsicht darauf spezialisiert sind, zentrale Probleme gründlich zu durchdenken und sich langfristige Ziele zu setzen, sind Frauen eher in der Lage, gleichzeitig zu denken und auch »Nebensächlichkeiten« ins Gespräch oder in ihre Entscheidungen mit einzubeziehen. Dies war für unsere Vorfahren wichtig, um all jene Dinge zu regeln, die die Belange einer Gemeinschaft oder der Familie betreffen. Und in diesem Vorteil steckt eine Riesenchance für jede Frau.

Gibt es eine weibliche und eine männliche Sprache?

Kennen Sie die Redensart: »Frauen interessieren sich für Menschen, Männer für Dinge?« Natürlich ist das sehr verallgemeinernd, aber es steckt ein Kern Wahrheit darin. Die psychologische Forschung hat gezeigt, dass Männer, die vor einem Problem stehen, in der Regel alleine darüber nachdenken und dabei zielgerichtet und sachlich vorgehen. Frauen setzen sich hingegen lieber mit anderen zusammen und lösen das Problem im Gespräch. Beide Geschlechter kommen so auf ihre Weise zu einer Lösung. Was dabei günstiger ist, steht nicht zur Debatte. Es geht hier allein um geschlechtsspezifische Unterschiede.

Tipp

Machen Sie sich bewusst, welches Potenzial Sie von Natur aus haben. Frauen haben eine gute Basis, ihre kommunikativen Fähigkeiten auszubauen.

In einem männlichen Umfeld wirkt männliche Sprache besser!

Jede Gruppe, jede Organisation und jede soziale Gemeinschaft bildet eine eigene Sprache aus. Unter Fußballfans gibt es andere Ausdrucksformen als beispielsweise unter Soziologiestudenten. Die Akzeptanz in einer Gruppe wird größer, wenn Sie sich sprachlich an die Gruppe anpassen. Das machen Sie unbewusst richtig, wenn Sie beispielsweise mit Kindern reden. Wenn Sie nun in einer männlich dominierten Berufswelt Anerkennung erreichen wollen, empfiehlt es sich, dass Sie sich den sprachlichen Gegebenheiten dieser Welt anpassen. Das kann im Zweifelsfall auch bedeuten, dass Sie sich um des Erfolgs willen auch »typisch männliche« Sprachgewohnheiten

angewöhnen sollten. Sie werden ernster genommen. Wenn Sie einem Kollegen oder Vorgesetzten in »seiner Sprache« gegenüberreten, denkt er: »Oh, die ist tough!« – und Sie haben seinen Respekt und seine Aufmerksamkeit. Aufgepasst: Dies gilt nur für die Berufswelt. Was private Beziehungen angeht, so liegen Sie mit Ihrer »typisch weiblichen« Sprache auf der besseren Seite.

Auf Ihre Haltung kommt es an

Wer jedem gefallen will, der wird nicht schlagfertig werden können. Wer möchte, dass niemals jemand schlecht von ihm redet, der wird auch nicht schlagfertig werden. Um richtig zu kontern und witzig zu sein, brauchen Sie ein gesundes Selbstbewusstsein, eine positive innere Haltung und die Bereitschaft, auch Dinge zu tun, die jemand mal nicht gut findet.

Schlagfertige Frauen sind erfolgreicher

Die Fähigkeit, schlagfertig zu reagieren, und der Erfolg im Beruf und im Alltag hängen unmittelbar zusammen. Schlagfertigkeit ist eine Sache Ihrer Grundeinstellung, und die ist weit wichtiger als die einzelnen Techniken.

Kennen Sie Menschen, die weniger qualifiziert sind oder weniger können als Sie, aber trotzdem beruflich oder gesellschaftlich eine bessere Position einnehmen? Was machen die eigentlich anders als Sie? Liegt es an einer höheren Bildung, liegt es an besseren Beziehungen oder liegt es vielleicht gar am Zufall? Nichts von alledem. Ihre Grundeinstellung erlaubt denen genau die Portion Frechheit mehr, die Sie sich vielleicht aufgrund einer meist übernommenen Bescheidenheitsschablone verbieten.