

GEKONNT

Am liebsten würde man auf diesen dreisten Kommentar des Kollegen auf der Stelle souverän Kontra geben. Doch genau in dem Moment fällt einem die passende Antwort partout nicht ein. Leider hat man sie meist erst später parat. Das lässt sich ändern. Denn: Schlagfertigkeit kann man lernen

KONTERN



**Nerissa Rothhardt** arbeitet als **Kommunikations-Expertin** und Rhetorik-Trainerin in Hannover. Sie sagt: "Es geht nicht ums Gewinnen. Es geht darum, aus der Defensive zu kommen und unfaire Bemerkungen entspannt abzuwehren."

**N**ie mehr sprachlos zu sein und so zu kontern, dass es sitzt – davon träumen fast alle. Doch eine gelassene und vielleicht sogar witzige Replik in jeder Situation ist nicht einfach. Zum Glück gibt es verschiedene Strategien, sich aus der Schockstarre zu befreien und auf unerwartete verbale Angriffe oder Provokationen angemessen und stressfrei zu reagieren. Und das lässt sich lernen! Dazu muss man erstens die Scheu überwinden, zweitens die Assoziationsfähigkeit trainieren und drittens üben, üben, üben. Einer, der Attacken bravourös parierte, war der britische Premierminister Winston Churchill. Als eine Vertreterin der Opposition einst mit den Worten auf ihn losging: „Wenn ich mit dem Mann verheiratet wäre, würde ich ihm Arsen in den Kaffee mischen“, antwortete Churchill mit dem Spruch: „Und wenn ich mit der Dame verheiratet wäre, würde ich ihn trinken.“

### **Sprachlicher Schlagabtausch mit Augenmaß**

Eine Attacke mit Humor abzuwehren, ist die hohe Kunst. Statt die Stichelei persönlich zu nehmen, macht sich der Politiker über sein Gegenüber lustig und wirkt dadurch sehr überlegen. Doch Vorsicht: Eine solche Retourkutsche ist auch ziemlich barsch. Und nicht immer ist eine so scharfe Erwiderung angebracht. Ein verbaler Schlagabtausch mit dem Chef oder einem Kunden, mit dem man auch künftig noch zu tun haben möchte, sollte anders ausfallen, als mit einer Person, die man wahrscheinlich nie mehr in seinem Leben wieder sieht. Man unterscheidet daher zwischen harten und weichen Schlagfertigkeitstechniken. Harte Methoden, wie die oben erwähnte, sollten sparsam angewandt werden. Sie bauen meist Spannung auf statt

ab. „Die Antwort richtet sich danach, was Ihnen die Beziehung wert ist“, sagt denn auch Nerissa Rothhardt, Kommunikations-Expertin und Rhetorik-Trainerin aus Hannover.

### Souveräne Reaktion statt "verschreckter Hase"

Wie geht man etwas "sanfter" vor? Mit der Zustimmungstechnik zum Beispiel. Ihr Partner sagt: "Dein Schreibtisch ist wieder so unaufgeräumt!" Antwort: „Ja, genau. Chaos macht nämlich kreativ!“ Zweites Beispiel: die Auszeit-Technik. Jemand qualifiziert Sie während eines Vortrags ab. Antworten Sie nicht sofort. Legen Sie eine Pause ein. „Schauen Sie Ihrem Gegenüber dabei direkt in die Augen, muten Sie sich ihm zu und machen Sie einfach weiter“, rät Expertin Rothhardt. So signalisiert man Selbstbewusstsein und kontrolliert vor allem die Situation. Eine weiche Strategie ist auch die Gegenfrage-Technik. Der Kollege sagt nach dem Urlaub: „Sie haben aber auch ganz schön zugekommen.“ Antwort: „Und wie war Ihr Urlaub? Das Essen war ja offenbar nicht so gut.“ Man kann auch nur eine einfache, offene Frage stellen. Nach dem Motto: „Können Sie bitte sagen, was Sie damit genau meinen?“ Dabei bleibt man sachlich, geht auf kleine Unverschämtheiten nicht im Geringsten ein, spielt den Ball ins gegnerische Feld und gewinnt wertvolle Zeit.

### Auch die Körpersprache zählt

Starten Sie das Training mit einer Standardformel, die Sie stets parat haben. So kommt man aus der Opferhaltung heraus und lernt, zu reagieren. Denn eine wirksame Entgegnung muss nicht immer ein originelles Wortspiel sein. Die Bemerkung: „Sie sehen heute mal wieder ziemlich fertig aus“, lässt sich bestens mit einem kurzen, knappen „Ach was?!“ kommentieren. Vorgetragen erhobenen Hauptes. Mit einem süffisanten Lächeln!

Wer schlagfertig ist, zeigt Grenzen auf und wehrt unfaire verbale Angriffe ab – am besten mit einem Grinsen im Gesicht. Attacke: "Musst du immer Widerworte haben?"  
"Nö, das mache ich freiwillig!"



Beginnen Sie das Training mit einer Standardantwort

## So könnten Sie antworten

- 1 **Auf die harte Tour:**  
**Angriff: "Du bist so etwas von dämlich."**  
Antwort: "Damit kann ich leben. Seit ich dich kenne, weiß ich, dass es noch viel schlimmer hätte kommen können."
- 2 **"Ihr Diskussionsbeitrag war aber auch nicht gerade clever."**  
"Nein? Dabei hatte ich mir Sie zum Vorbild genommen."
- 3 **"Tolle Zähne! Gibt's die auch in Weiß?"**  
"Tolles Gesicht. Gibt's das auch in schön?"
- 4 **"Mein Tipp: Das nächste Mal einfach das Gehirn einschalten."**  
"Ich kann das wenigstens."
- 5 **"Ich habe es jetzt 100 Mal erklärt."**  
"Genau. 100 Mal falsch."
- 6 **Auf die weiche Tour:**  
**"Aus welchem Nest sind Sie denn gefallen?"**  
"Es ist dort oben auf dem Baum."
- 7 **"Wie sind Sie eigentlich zu diesen Job gekommen?"**  
"Mit der Bahn!"
- 8 **"Sie sind richtig unangenehm pedantisch."**  
"Wenn Sie unter einem Pedanten jemanden verstehen, der sich genau informiert und auf die Details achtet, gebe ich Ihnen sehr gerne recht." ●

von Kirsten Lehmkuhl