



Wieland Kranich  
(Hrsg.)

# Sprechwissenschaft heute

SPRACHE UND SPRECHEN

Band **52**



STEFFY HOFER

## **Kontakt im Raum**

### **Der Sehvorgang als wichtiger Bestandteil in der Sprecherziehung**

#### **Der Kontakt**

Die Zusammenhänge zwischen dem Sehvorgang, dem Atem und damit der Kontaktbereitschaft beschäftigen mich seit dem Jahr 2013, als ich die Methode Eyeboddy® von Peter Grunwald kennenlernte. Dass Kontakt sich in der Atemkapazität eines gesunden Menschen zeigt, erkannte ich im Laufe meiner Berufsjahre. Ab wann aber gibt es KONTAKT und wie wirkt sich der optimale KONTAKT auf unser Sprechen und unsere Präsenz aus?

Das Wort Kontakt ist entlehnt aus dem Lateinischen *contactus/contingere* und meint berühren, anrühren<sup>1</sup>. Kontakt meint also etwas Aktives, Leibliches, Materielles, das ergreift und verändert. Gleichzeitig bedeutet Kontakt auch Resonanzfähigkeit.<sup>2</sup> Das heißt, Kontakt nimmt wesentlichen Einfluss auf Atem und Resonanzen, entsprechend dazu, wie sich das Gegenüber im Raum verhält. Der Effizienz von stattgefundenem KONTAKT für die *Sprecherziehung* galt dabei mein Hauptaugenmerk in der vergangenen Forschungsphase, woraufhin ich mich auf die Arbeit mit dem Blick spezialisierte.

*Sehen, nicht sehen, schauen, nicht schauen, blicken, nicht blicken, wahrnehmen, einfangen, Linien und Klarumrissenes verlängern, Spuren hinterlassen – ICH<sup>3</sup>.*

In der mündlichen Kommunikation geht es um das Nachhaltige und das Verändernde. Daher greife ich gerne auf die Metapher der SPUREN zurück. Als Spuren bezeichne ich das Materielle, welches den Raum und den anderen verändert. Es wird durch die handelnden Personen sichtbar, in deren Körperspannung und Atem. Spuren hinterlassen wir, wenn wir uns im Raum verankert haben, etwas verhandelt haben, den anderen erreicht haben.

---

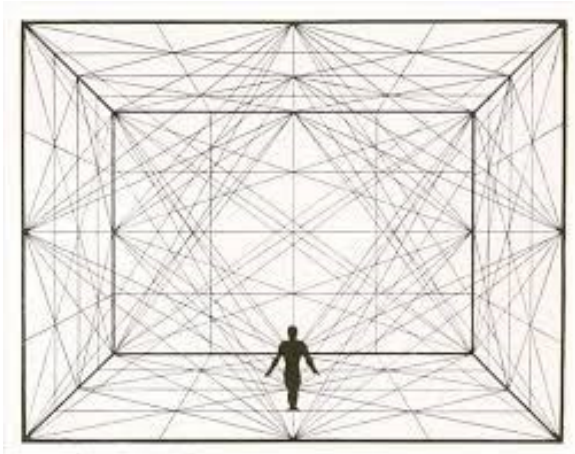
<sup>1</sup> Kluge (2011). Etymologisches Wörterbuch, 526.

<sup>2</sup> Rosa, H. (2016). Resonanz., 83.

<sup>3</sup> Hofer, St. (2019). sprechen 67, 13.

## Der Raum

„Raum ist in Raum und der ist unendlich“, meint der Architekt Erwin Heerich und verweist damit auf unsere Umräume und die Innenräume der Objekte. Gleichzeitig können wir diese Aussage auch auf unsere intrapersonellen Räume beziehen. Unsere intrapersonellen Räume wirken auf die Umräume außen und umgekehrt.



**Abb. 1.** Kubischer Raum mit unsichtbaren Linien<sup>4</sup>

In der schauspielerischen Arbeit ist der physische Raum zumeist als Bühnenraum definiert. Der hier abgebildete Bühnenraum als kubischer Raum mit einem menschlichen Körper im Zentrum wurde vor 100 Jahren im Zuge der Bauhaus-Bewegung von dem Maler und Bühnenbildner Oskar Schlemmer entworfen. Den geometrischen Beziehungen im Außenraum entsprechen laut Schlemmer die geometrischen Beziehungen innerhalb des menschlichen Körpers. Ein Spannungsverhältnis zwischen Innen- bzw. Außenraum wird nach Schlemmer durch die Bewegungen des Körpers im Raum ausgeglichen.

Der Theaterregisseur und Filmemacher Peter Brook schreibt wiederum:

„Die Bühne ist eine Spiegelung des Lebens, aber dieses Leben könnte keinen Augenblick durchlebt werden, wenn es kein Arbeitssystem gäbe, das sich auf die Beobachtung gewisser Werte und das Fällen von Werturteilen stützt.“<sup>5</sup>

Für die Theaterwissenschaftlerin Ulrike Haß lässt das SEHEN und ZEIGEN den Bühnenraum entstehen<sup>6</sup>, was im Umkehrschluss bedeutet, dass der Raum in seiner

<sup>4</sup> Schlemmer, O., Moholy-Nagy, L., Molnár F. (1925). Die Bühne am Bauhaus, 13.

<sup>5</sup> Brook, P. (2016). Der leere Raum, 129.

<sup>6</sup> Haß, U. (2005). Das Drama des Sehens, 17.

Entstehung von den Vorgängen des Sehens und Zeigens abhängig ist. Damit weist sie, wie der Philosoph Merleau-Ponty, dem ICH den Nullpunkt zu.<sup>7</sup>

Als Nullpunkt verstehe ich unser Gehirn und unsere Wirbelsäule, die über das Rückenmark die Verbindung zwischen Gehirn und Körper herstellt. Hier entsteht der Impuls. Der Impuls stellt das handlungsauslösende Moment.<sup>8</sup> Meine Ausführungen stützen sich insofern auf Brooks und Haß' Raumdefinitionen, als der Bühnenraum soziale Räume adaptiert, in welchen der Impuls den Anfangspunkt einer Handlung markiert.

Die Betrachtung des Raumes in der Sprecherziehung ist wichtig, da der Raum mit unseren intrapersonellen Resonanzräumen immer in Wechselwirkung steht. Der Schworgang erfasst den Raum und organisiert den Körper dementsprechend. Entscheidend ist hierbei die Art und Weise des Sehens. Das Sehen formt **meine intrapersonellen Räume. Meine intrapersonellen Räume zeigen meinen Umraum an.**<sup>9</sup>

## Der sechste Sinn – Körpersinn

„Alle haben ihn, kaum einer kennt ihn.“<sup>10</sup>

Der sechste Sinn wurde zu Beginn des 20. Jahrhunderts durch den schottischen Neurologen und Medizinnobelpreisträger Charles Sherrington entdeckt. Er erkannte die Rezeptoren zur Selbstwahrnehmung, die sog. Propriozeptoren. Wir nehmen den Körper und seine Haltung mit mehreren Teilsinnen wahr: „Mit dem Tastgefühl und dem Gleichgewichtssinn, vor allem aber mit den sogenannten Tiefensensoren in den Muskeln, Sehnen und Gelenken. Die winzigen Messstationen informieren unser Gehirn dauernd über Stellung, Spannkraft und Bewegung der Körperteile. [...] Der so enthüllte Körpersinn heißt seither Propriozeption.“<sup>11</sup>

Der sechste Sinn wird durch unsere Absicht aktiviert und durch unser Gedächtnis gestützt. Das Gedächtnis speichert Erinnerungen in Form von sensorischen Informationen ab. Unsere Erinnerungen beziehen sich hierbei u. a. auf unsere Wahrnehmung im Raum.

Dies hat zur Folge, dass unsere Absichten und die Art, wie bewusst und klar wir sie treffen, auf unsere sensorischen Informationen zurückgreifen. Das Konkrete in

<sup>7</sup> Merleau Ponty, M. (1967). *Das Auge und der Geist*, 31.

<sup>8</sup> Hofer, St. (2018). *Das handelnde Sprechen*, 14.

<sup>9</sup> Hofer, St. (2017). *sprechen* 63, 6

<sup>10</sup> Mechsner, F. & Smetacek, V. (2015). Der sechste Sinn. Sentker, A. (Hg.). *Die Welt im Kopf*. 142.

<sup>11</sup> Mechsner, F. & Smetacek, V. (2015). Der sechste Sinn. Sentker, A. (Hg.). *Die Welt im Kopf*. 143.

unseren Absichten löst die größtmögliche körperliche Unterstützung aus. Zum Beispiel mittels unseres Atemvolumens oder unserer Körperspannung.

## Der Blick

Kontakt wird zumeist, neben den anderen Sinnen, durch den Blick initiiert. Dies passiert entweder über den direkten Blick im Raum oder mittels unserer Vorstellungskraft. Wir erwarten beispielsweise das Eintreten einer Person: Dabei ist die Vorstellung von ihr Teil unserer Wahrnehmung und damit Teil des Denkens.<sup>12</sup> Wir erinnern Gesehenes. Unsere Vorstellung löst sodann eine unmittelbare körperliche Veränderung aus: Unsere körperliche Ausdehnung oder unsere Verengung im Raum.

### **Je klarer eine Absicht, in unserem Fall im Sprechen, ist, desto mehr körperliche Unterstützung folgt.**

„Die unmittelbar physische Form des bewussten In-Beziehung-Tretens mit einem Menschen, einem Tier oder auch einer Sache, zum Beispiel einer Landschaft, besteht in der Aufnahme des Blickkontaktes beziehungsweise darin, *sie in den Blick zu nehmen*. Seit der Antike und bis in die Renaissance wurde dabei immer wieder angenommen, dass sich zwischen den Augen des Sehenden und den Welt-Dingen, insbesondere natürlich den Augen der Mitmenschen, geheime, unsichtbare Strahlen der Verbindungen ausbilden, welche sowohl berührende oder ergreifende Resonanzwirkungen erzeugen können [...]“<sup>13</sup>

Die erste Funktion des Sehvorganges ist es, unseren Körper und unser Denken zu koordinieren. Damit dient das Sehen der räumlichen Orientierung und körperlichen Ausrichtung. Erst in zweiter Instanz ist der Sehvorgang für das klare Sehen verantwortlich.<sup>14</sup> Leider wird der Sehvorgang in der heutigen Zeit, und besonders in der westlichen Welt, auf diese Fähigkeit reduziert.

In Bezug auf das gesprochene Wort ist die erste Funktion des Sehvorganges Mitbedingung für Kontakt. Das Gesehene verknüpft bereits Erlebtes und stellt unsere Vorstellungskraft bereit. Vorstellung setzt sich immer aus Erlebtem, Abgespeichertem mit dem gerade Wahrgenommenen zusammen. Wahrnehmung ist immer ein Ergebnis, genauso wie unsere Stimme. Sie ist das Ergebnis von verarbeiteten Informationen. Vorstellungskraft hingegen beschreibt die Reaktivierung von Wahrnehmungs-Repräsentationen.<sup>15</sup> Wahrnehmung und Vorstellungskraft arbeiten Hand in Hand, um sich auf etwas einzulassen, absichtsvoll zu handeln und damit im Sprechen hörbar zu werden. Wahrnehmen ist etwas Aktives und zeigt

---

<sup>12</sup> Hofer, St. (2019). sprechen 67, 14.

<sup>13</sup> Rosa, H. (2016). Resonanz, 115.

<sup>14</sup> Grunwald, P. (2007). Eyebody, 44.

<sup>15</sup> Farah, M.J. in Kaplan, S. (1998). Neurophysiologische Korrelate malerischer Begabung, 83.

sich unter anderem in den Vorgängen der Hände, in der Art und Weise unseres Sehens sowie im Sprechen.<sup>16</sup>

Der Blick greift in den Raum ein. Damit beschreibt er uns. Das Gegenüber liest unsere Person.

Der Blick verlängert oder verkürzt, erweitert oder verengt uns im Raum.

Der Blick dient der Orientierung und dem gerichteten Handeln.

Eine wichtige Gemeinsamkeit des Blickes mit unseren Elementarprozessen Atmung, Stimme und Sprechen ist damit die Gerichtetheit. Ein gerichteter Blick meint hierbei aber nicht den überfokussierten Blick, welcher einzig Verengungen in unserem Körper auslöst, sondern vielmehr die Gerichtetheit aus dem peripheren Sehen heraus. Der Blick zeigt unsere Offenheit an.

## Methodik

Die ersten Zusammenhänge zwischen dem Sehvorgang, den Atemressourcen und der Kontaktfähigkeit erkannte ich durch die Arbeit mit Peter Grunwald<sup>17</sup>, welcher in den vergangenen 30 Jahren die Eyebody-Methode®<sup>18</sup> entwickelte. Grunwald stellte Beziehungsmuster zwischen der Sehbahn und dem gesamten Körper auf<sup>19</sup>. Interessant für die Sprecherziehung sind hierbei die Beziehungen zwischen dem vorderen Auge, also dem sichtbaren Auge, und dem Oberkörper.<sup>20</sup> Auch wenn diese Beziehungsmuster noch nicht empirisch belegt sind, kann ich sagen, dass ich Grunwalds Methode in meinem Training erfolgreich einsetzen konnte. Die Techniken verschiedener bekannter Körpertherapeuten\*innen wie Moshe Feldenkrais, Frederick Matthias Alexander, Alon Talmi, Dub Leigh, Ida Rolf u. a. legen dies nahe, zumal sie konkrete Parallelen zu Grunwalds System aufzeigen. Aber auch Regisseure wie Robert Wilson sowie der Tänzer, Choreograph und Bewegungsprofessor Martin Gruber lassen kongruente Ansätze erkennen. So half mir bspw. das Erlernen der Talmi-Methode® bei Martin Gruber, den Einsatz der Eyebody-Methode® zu erweitern.

In der Sprecherziehung arbeite ich seit 2014 mit der Bewusstheit des peripheren Blickes, der Augenbewegungen und dem sog. Linien-Sehen und optimiere damit die Arbeit mit der Vorstellungskraft<sup>21</sup>, welche Bestandteil meiner sprecherzieherischen Arbeit ist. Als ich verstanden habe, dass das klare Sehen erst die zweite Funktion unseres Sehvorganges ist, wurde mein Interesse an der Eyebody-

<sup>16</sup> Fuchs, Th. (1999). Leib, Raum, Person, 169.

<sup>17</sup> Hofer, St. (2015). sprechen 59, 42

<sup>18</sup> Hofer, St. (2015). sprechen 59, 49.

<sup>19</sup> Grunwald, P. (2007). Eyebody®, Umschlagbild

<sup>20</sup> Grunwald, P. (2007). Eyebody®, Umschlagbild

<sup>21</sup> Hofer, St. (2015). sprechen 59, 42.

Methode® geweckt. Um meinen Beobachtungen aus der praktischen Arbeit nachzugehen, habe ich in den vergangenen Jahren diverse Recherchen durchgeführt. Die Erfahrungsberichte von Studierenden und Kursteilnehmer\*innen bestätigen die aufgezeigten Zusammenhänge.

## Auswirkungen der Augenarbeit auf die Funktionen des Sprechapparats

Inwieweit die Arbeit am Blick nun Einfluss auf die Elementarprozesse Atmen, Phonieren, Artikulieren nimmt, möchte ich anhand der folgenden Tabelle veranschaulichen.

Arbeit am BLICK / Methoden in der Sprecherziehung	Auswirkungen
Visuelle Vorstellungskraft	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zerebrale Durchblutung<sup>22</sup></li> <li>• Selbstbewusstheit</li> <li>• konkrete Absichten</li> </ul>
Peripheres Sehen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• höhere Atemressourcen</li> <li>• Wirbelsäulenausrichtung</li> <li>• Kieferentspannung</li> <li>• Zungenentspannung</li> <li>• harter Gaumen weitet sich</li> <li>• entspannter Schultergürtel und Brustkorb</li> <li>• Entspannung des Nervus vagus (X. Hirnnerv)</li> <li>• Selbstbewusstheit</li> </ul>
Linien-Sehen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Keilbein- und Beckenflexibilität</li> <li>• Entspannung des Nervus vagus (X. Hirnnerv)</li> <li>• Wirbelsäulenausrichtung</li> <li>• Nackenentspannung</li> <li>• Rückenentspannung</li> <li>• klarere Entscheidungen</li> <li>• Tiefatmung</li> </ul>
Verschiedene Augenbewegungen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entspannung des Nervus vagus (X. Hirnnerv)</li> <li>• höhere Innervation von weichem Gaumen und Kehlkopf</li> <li>• höherer Tonus im weichen Gaumen</li> <li>• Tiefatmung</li> <li>• entspannter Schultergürtel und Brustkorb</li> <li>• Zungenentspannung</li> </ul>

Nähere Beschreibungen zu den hier genannten Einflüssen finden sich in meinen Fachpublikationen in der Zeitschrift sprechen.

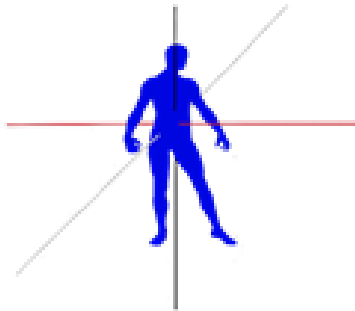
<sup>22</sup> Kaplan, S. (1998). Neurophysiologische Korrelate malerischer Begabung, 82.

## Ausdehnung im Raum

Atem, Stimme und Sprechen sind an unserer Präsenz im Raum beteiligt und zeigen unsere Bewusstheit im jeweiligen Moment. Präsenz ergibt sich aus unserer Körperspannung, Körperhaltung, den Atem- und damit den Resonanzräumen.

- Der **Atmungsvorgang** ist ein unwillkürlicher Vorgang, er wird gesteuert über das Atemzentrum, welches auf
  1. Sauerstoffmangel,
  2. Druckausgleich,
  3. die Vorbereitung zum Handeln und
  4. die Absicht zum Kontakt reagiert.
- Die **Phonation** folgt, indem sie Ausatmung in Schwingungen versetzt. Die Intensität der sich ausbreitenden Schallwellen und die Fülle der Frequenzen hängt unter anderem von der Absicht des Sprechers ab, seiner Bewusstheit im Raum und dem Ziel der Rede.
- Ähnlich verhält es sich mit der **Artikulation**. Entsprechend der sprecherischen Absicht und der Bewusstheit über das Selbst sowie das eigene Ziel folgt die Artikulation.<sup>23</sup>

In allen drei Vorgängen passiert eine Art Verlängerung der/des Sprechenden im Raum, und zwar entlang einer vertikalen, einer horizontalen und einer gerichteten Achse.



**Abb. 2.** Drei Achsen der körperlichen Ausdehnung<sup>24</sup>

Alle drei Vorgänge, die Atmung, Phonation und Artikulation, sind auf unsere Bewusstheit angewiesen. Hieraus folgt die Selbstbewusstheit. Selbstbewusstheit macht Präsenz möglich, inkludiert sie aber nicht automatisch, denn Präsenz braucht nicht nur einen kommunikativen Anfangspunkt im Raum, das ICH, sondern auch den ANDEREN.

<sup>23</sup> Ich beziehe mich zunächst nur auf Muttersprachler

<sup>24</sup> Steffy Hofer



Für mich beginnt Präsenz in der Bewusstheit beider Seiten: Das Konkrete im Kontakt beginnt mit der Bewusstheit von MIR und der Bewusstheit für den ANDEREN. Der Anfangspunkt ist hierbei das ICH und nicht der Partner. Die Bewusstheit zeigt sich im Schvorgang.

## Der Anfangs- und der Endpunkt

Jede sinnvolle Einheit, so auch eine gesprochene Einheit, braucht einen Anfangs- und einen Endpunkt.<sup>25</sup> So schreibt der Philosoph Hegel im 18. Jh. in seiner Phänomenologie des Geistes.

Der Psychiater und Philosoph Thomas Fuchs greift dies in der Publikation seiner Dissertationsschrift „Leib, Raum, Person“ auf und bezeichnet dabei Anfangs- und Endpunkte als Pole.

„Jeder Pol ist, was er ist, nicht ohne den anderen und beide sind miteinander vermittelt durch leibliche Richtungen.“<sup>26</sup>

Diese Richtungen bilden eine Art Linie zwischen dem Anfangs- und Endpunkt.

So gesehen können, wenn kommuniziert wird, abhängig von der Anzahl der einzelnen intentionalen kommunikativen Akte auch mehrere Linien durch den Raum gehen.

## Der Abstand zu den Dingen

Der Abstand zu den Dingen lässt uns konkreter auftreten. Warum? Mit Abstand ist hier nicht Ablehnung gemeint, sondern nur räumlicher Abstand. Durch ihn ist es uns möglich, eine größere Vielfalt unserer Erinnerungen und Vorstellungen aufzurufen. Wir wählen im größeren Pool unserer Erinnerungen aus. Der Abstand von mir zu dem anderen beginnt in der Bewusstheit meiner Rückseite, meiner Wirbelsäule und meines Hinterkopfes. Diesen Abstand zu regulieren, ist leicht möglich, wenn ich mich unmittelbar im weiten Sehfeld befinde. Die Folgen sind beispielsweise: Ein schwingendes Keilbein, das vordere Auge gleitet in der Augenhöhle nach hinten zur Makula, der Brustkorb weitet sich, der Kiefer entspannt usw. Die Wirbelsäule richtet sich aus und damit kann das Rückenmark die Informationen leichter in den Körper weiterleiten.

Ein ehemaliger Schauspielstudent sagte einmal, nachdem ich ihn in unserem Unterricht aufforderte, mehr seiner Rückseite zu vertrauen:

---

<sup>25</sup> Hegel, G.W.F. (2006). Phänomenologie des Geistes, 88.

<sup>26</sup> Fuchs, Th. (1999). Leib, Raum, Person, 120.

„Es ist, als halte ich die Welt vor mir in den Händen, während ich, bin ich in die Vorderseite gekippt, die Welt mühsam hinter mir herziehe.“ (Absolvent MUK Wien 2017)

## Rückseite

Um in die Bewusstheit zu gelangen, ließ ich die Teilnehmer in meinem Workshop auf der Regensburger Tagung „Zurück zu den Wurzeln, Elementarprozesse in Stimm- und Sprecherziehung“ 2019 zu Beginn rückwärts durch den Raum gehen. Diese Vorgehensweise ist Standard in meinem Unterricht, da jeder/jede Teilnehmer\*in dabei zunächst die eigene Rückseite und damit sich selbst wahrnimmt. Gliedmaßen und Beckenposition richten sich aus, hierbei aktivieren wir den sechsten Sinn, Gleichgewicht und Tiefenwahrnehmung. Das Sehfeld weitet sich automatisch. Dies hat zur Folge, dass ich bewusster mit mir im Raum bin. Meine Haltung ist aufrechter und das weite Sehfeld erlaubt größere Atemräume. Dieser Vorgang wird im Körpergedächtnis gespeichert und soll so als automatisierter Vorgang auf das Vorwärtsgen übertragen werden.

Die Rückseite meint, wie bereits erwähnt, die Wirbelsäule. Von ihr aus zu gehen, sie bewusster in den Gang oder Stand zu integrieren lässt unsere Körperfunktionen wieder natürlich arbeiten. Dies zeigt sich unter anderem darin, dass sich der Brustkorb weitet, der Bauch ist weich und lässt das Zwerchfell arbeiten, ins Hohlkreuz zu gehen ist nicht mehr möglich. Ich befinde mich in einem weiteren Sehfeld, da die Augen entspannt in die Augenhöhlen zurück fallen können und sich in keinerlei Überspannung oder Überfokus befinden. Dies wirkt sich außerdem auf die Kiefernspannung und Zungenspannung aus. Das Gesicht ist wieder in einem natürlichen Ausdruck. Die Ringmuskeln um Augen und Mund spannen nicht mehr an, zumal dem Überfokussieren, also dem Vordrücken der vorderen Augenpartie bewusst entgegengewirkt wird. Da die Muskulatur im vorderen Auge auch die Nackenmuskeln mit beeinflusst, ist auch hier eine Erleichterung spürbar.

Zusammengefasst heißt dies:

- Ich komme durch die Rückseite in einen größeren Abstand zu den Dingen.
- Aus diesem Abstand heraus entscheide ich persönlicher und zielgerichteter.

Der Abstand ergibt sich aus meiner Bewusstheit in der Rückseite und dem peripheren Sehen.

In der Rückseite zu sein meint den Nullpunkt zu leben. Der Nullpunkt lokalisiert den Ort, wo der Impuls entsteht. Dieser vermittelt sich über die Wirbelsäule, das Rückenmark. Dies hat zur Folge, dass ich auch meine Persönlichkeit stärker, da ich versammelter bin.

## Bezug zu oder die Korrelationen IN uns und UM uns herum

Der Psychologe Franz Brentano verwies bereits im 19. Jh. in seinen Vorlesungen an der Universität Wien auf den Umstand, *dass der Mensch immer in Bezug zu etwas steht*.<sup>27</sup> Diesen Fakt bestätigen bis heute zahlreiche Kollegen aus Psychologie, Soziologie und Philosophie. So stellten beispielsweise Biopsychologen vor einigen Jahren anhand einer Untersuchung fest, dass der Mensch bereits im Mutterleib zielgerichtet handelt.<sup>28</sup>

Was kann diese Bezüge unterbrechen? Unsere eigenen blockierten Korrelationen im Körper. Sie hindern uns daran, in Beziehung nach außen zu gehen. Hier setzt die Sprecherziehung in ihrer Diagnostik und ihrem Training ein. Bezüge von einem Punkt zum anderen vollziehen sich auch innerhalb unseres gesamten Körpers. Die Faszien beispielsweise arbeiten als eine Art Züge, auch sie stellen Bezüge her<sup>29</sup> und bewegen sich von einem Punkt zum anderen. So können wir auch von Korrelationspartnern unserer Knochen sprechen. Es besteht bspw. eine direkte Korrelation zwischen Keilbein und Becken sowie zwischen Becken und Kiefer. Viele dieser Bezüge werden durch unseren Blick beeinflusst, da Teile der Sehbahn mit anderen Teilen des Körpers in Beziehung stehen.

## Sprechakte

Die mündliche Kommunikation beginnt im Beziehung eingehen, im Kontakt und in den Absichten des Sprechers. Wir stellen uns einen imaginären roten Faden vor, welcher durch den Impuls des Sprechers *bis* zum Gegenüber geht. Vom Anfangspunkt zum Endpunkt. Dieser Faden, wie ich ihn nenne, findet sich bei John L. Austin und John R. Searle<sup>30</sup> in deren Sprechakttheorie im sogenannten illokutionären Akt, dem 2. Sprechakt. Beim illokutionären Akt äußert der Sprecher seine Absicht in Form einer Frage, Bitte, Aufforderung o.Ä. Eine wohlklingende Stimme, klare Artikulation und eine strukturierte Rede oder Vortrag sind in ihrer Wirkung vom Endpunkt des Vorganges abhängig. Der Endpunkt im Raum wird in der Vorstellung visualisiert. Er entsteht aus dem Inhalt heraus. Dies passiert automatisch, wenn ich im klaren Denken bin. Das meint, wenn ich eine Bewusstheit von mir habe. Die Ursachen dafür sind vielfältig.

Jedoch verlieren sich Anteile des Inhalts oft dadurch, dass im tatsächlichen Raum keine konkrete Entscheidung für einen Endpunkt getroffen wurde. Der Inhalt ist

---

<sup>27</sup> Hofer, St. (2018). Das handelnde Sprechen, 14.

<sup>28</sup> Spät, P. (2012). Der Mensch lebt nicht vom Hirn allein, 19.

<sup>29</sup> Myers Th. W. (2010). Myofasziale Leitbahnen, 5.

<sup>30</sup> Krämer, S. (2001). Sprache, Sprechakt, Kommunikation, Sprachtheoretische Positionen des 20. Jahrhunderts, 136.

durch den solchermaßen fehlenden Anfangs- und Endpunkt geschwächt. Ich kann meine Ressourcen nicht voll zum Einsatz bringen.

In der Sprechwissenschaft gehen wir davon aus, dass alles Sprechen gleich Handeln ist. Nach Hannah Arendt sind die Bedingung des Sprechens und Handelns die Pluralität des Menschen. Es braucht also mindestens zwei Menschen, welche den Anfangs- und Endpunkt bilden können.

Sprechen ist Handeln und Handeln ist Neubeginn<sup>31</sup>. Jeder Neubeginn braucht somit einen Anfangspunkt. Wie Merleau-Ponty schreibt, stellt das ICH den Nullpunkt dar. Dieser lässt sich nur auf bewusster Ebene reflektieren.

Wie gelange ich nun in diese Bewusstheit? Über den peripheren Blick und den Kontakt zu meiner Rückseite. Hier vergrößern sich meine intrapersonellen Räume, meine Atemressourcen und damit verbessern sich auch die Bedingungen für die Stimm- und Sprecharbeit.

## Fazit

Ziel meiner Forschungsarbeit ist es, aufzuzeigen, dass das Sehen nicht nur einen Bezug zum Außenraum herstellt sondern auch den Raum in uns formt und verändert. Wie beschrieben, gehe ich davon aus, dass die Art, wie wir sehen, unsere Atem- und Resonanzräume im Körper organisiert.

Um diese Zusammenhänge auch empirisch zu untersuchen, bedarf es transdisziplinärer Projekte, für deren Verwirklichung ich auch an dieser Stelle eintreten möchte.

## Literatur

- Brook, P. (2016). *Der leere Raum*. Berlin: Alexander Verlag
- Fuchs, Th. (1999). *Leib, Raum, Person. Entwurf einer phänomenologischen Anthropologie*. Stuttgart: Klett Cotta Verlag
- Grunwald, P. (2007). *Eyebody. Die Integration von Auge, Gehirn und Körper oder die Kunst ohne Brille zu leben*. Neuseeland: Condevis Verlag
- Han, B.Ch. (2013). *Im Schwarm. Ansichten des Digitalen*. Berlin: Matthes und Seitz
- Haß, U. (2005). *Das Drama des Sehens, Auge, Blick und Bühnenform*. München: Wilhelm Finck Verlag
- Hegel, G.W.F. (2006). *Phänomenologie des Geistes*. Hamburg: Felix Meiner Verlag
- Hofer, St. (2015). *Das Sehsystem und seine Einflüsse auf die eigene Präsenz*. sprechen 59, Heidelberg, 42-47.
- Hofer, St. (2017). *Eyebody - Kontakt im Raum und wie wir durch unseren Blick wieder in die körperliche Ausbreitung finden*, sprechen Heft 63, Heidelberg, 6-14.

---

<sup>31</sup> Han, B. Ch. (2013) Im Schwarm, Ansichten des Digitalen, 45.

- Hofer, St. (2018). *Das handelnde Sprechen*. Bochum: projekt Verlag, erw. Auflage.
- Hofer, St. (2019). *Kontakt im Raum II. Wie wir durch unseren Blick, unsere Hände und unser Sprechen Räume kreieren können*. *sprechen* 67, Heidelberg, 13-23
- Kaplan, S. (1998). *Neurophysiologische Korrelate malerischer Begabung*. Wien/New York: Einhorn Presse Verlag
- Kastner J. P. (1991). *Erwin Heerich*. Köln: Walther König Verlag
- Kluge, F. (2011). *Etymologisches Wörterbuch*. Berlin/ Boston: de Gruyter Verlag
- Krämer, S. (2001). *Sprache, Sprechakt, Kommunikation. Sprachtheoretische Positionen des 20. Jahrhunderts*. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag
- Mechsner, F. & Smetacek, V. (2015). Der sechste Sinn. Sentker, A. (Hg.). *Unser geheimnisvolles Ich*. Bd 1, Berlin/Heidelberg: Springer Spektrum Verlag
- Merleau Ponty, M. (1967). *Das Auge und der Geist*. Philosophische Essays. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Verlag
- Myers, Th. W. (2010). *Anatomy Trains. Myofasziale Leitbahnen*. München: Urban und Fischer Verlag
- Rosa, H. (2016). *Resonanz. Eine Soziologie der Weltbeziehung*. Berlin: Suhrkamp Verlag
- Schlemmer, O., Nagy, L.-M. & Molnar, F. (1925). *Die Bühne am Bauhaus*. Bd 4. Berlin: Albert Langen Verlag München
- Spät, P. (2012). *Der Mensch lebt nicht vom Hirn allein. Wie der Geist in den Körper kommt*, Berlin: Parodos Verlag