



## Der Blick und das Sprechen

Die Korrelation zwischen dem Blick und der körperlichen Ausbreitung  
Von der Perzeption zur Apperzeption

### THESEN

Der Blick beeinflusst unsere Haltung, den Atem und das Denken.  
Der Blick beeinflusst unsere Impulsfähigkeit und damit unsere Antwortbeziehung zu dem Anderen.  
Der Blick beeinflusst die Sprachproduktion in verschiedenen Bereichen des Gehirns.  
Der Blick beeinflusst die 3 Sprechakte:  
Lokution, Illokution, Perlokution.

### RESONANZBEZIEHUNG - ANTWORTBEZIEHUNG

Verlängerung des Körpers passiert über  
- den Blick (**vernachlässigte Ressource**)  
- die Bewegung  
- die Respiration  
- die Phonation  
- die Artikulation

### METHODEN



#### Eyebody®

Die Eyebody Methode® ist eine von Peter Grunwald entwickelte Methode.  
Sie arbeitet anhand der Wechselbeziehungen zwischen den Teilen des Sehsystems und den Teilen des Körpers. Interessant für die Sprecherziehung sind hierbei die Wechselbeziehungen zwischen dem vorderen Auge und den Teilen des Oberkörpers.



#### Talmi®

Die Talmi-Methode® ist eine von Prof. Martin Gruber ursprünglich für darstellende Künstler entwickelte ganzheitliche Methode zur Verbesserung der Haltung und zur Verstärkung der Präsenz.  
Die Talmi Methode® arbeitet an der Erweiterung der inneren Räume, der Durchlässigkeit, Balance, Energie, Ausdauer und Antifragilität.

### Bisherige AKTIVITÄTEN

#### Publikationen:

2015 - Das Sehsystem und seine Einflüsse auf die eigene Präsenz

2017- Eyebody – Kontakt im Raum-  
Wie wir durch unseren Blick wieder in die körperliche Ausbreitung finden

#### Workshops:

- SS 2016 - Der Blick, der Atem und das Sprechen I
- SS 2017 - Der Blick, der Atem und das Sprechen II
- WS 2017 - Der Blick, der Atem und das Sprechen III
- SS 2018 - integrativer Unterricht für Sprechen, Eyebody, Talmi

#### Geplante STUDIEN und AKTIVITÄTEN

Stimmfeldanalyse, Formanten, Biofeedback  
Kooperation mit Instituten für längerfristige Studie in den Kognitionswissenschaften, Psychologie

### Bisherige BEOBACHTUNGEN

1. Panoramablick –  
Der Hinweis, das Periphere in den Blick mit einzubeziehen, lässt die Weitung des Oberkörpers erkennen, welche die Vertiefung der Atmung erlaubt. Das Kiefergelenk und der Schultergürtel lösen sich. Die Perzeption verändert sich aufgrund des veränderten Körperrhythmus. Es gibt mehr Kontakt zu mir selbst. Der Thorax weitet sich, die Resonanz wird voller, die Artikulation wird direkter. Der Abstand zwischen dem ICH und dem DU ist größer und dadurch intensiver.
2. Ausrichtung vertikal –  
Die Bewusstheit, sich von der Sehrinde führen zu lassen führt zu einer Leichtigkeit im Gang und einer Verlängerung der Wirbelsäule durch die vertikale Ausrichtung. Während des Gehens und Stehens drückt das gesamte Körpergewicht nicht mehr auf die Bein- und Beckengelenke. Die Weite im Körper steht zur Verfügung.
3. Liniensehen –  
Mit Hilfe der Sehübung, von der Ferne in die Nähe gleitend zu sehen, finden die Studierenden leichter in ihre Rückseite und Wirbelsäule. Eine neue Stabilität und damit Belastbarkeit entsteht. Gleichzeitig finden die Studierenden durch diese Bewegung der Augen in einen besseren Kontakt zu sich selbst. Resonanz und Artikulation folgen meiner Absicht.
4. Kontaktarbeit mit Talmi –  
Die Studierenden bekommen Kontakt zu ihren Körperteilen, ihrer Körperweite. Die Atmung verbessert sich. Die Bewusstheit der Rückseite und der Wirbelsäule als Mittelpunkt des Körpers wird spürbarer. Die Durchlässigkeit ist gegeben.