

Neues Jahr - Neuer Auftritt

Wie steht es um Ihre Auftrittskompetenz?

Das Thema «Auftrittskompetenz» ist ein Dauerbrenner. Gibt man den Begriff in die Suchmaschine, so findet man unzählige Angebote und ebenso viele Herangehensweisen. Offenbar haben wir während unserer Schulzeit nicht bekommen, was wir nun in der Erwachsenenbildung nachholen sollen. Doch was fehlt vielen von uns, was uns zu auftrittskompetenteren Menschen machen würde? Ist es ein Mangel an Erfahrung des Vortraghaltens noch im Klassenzimmer, durch die wir stärkere persönliche Präsenz hätten entwickeln können? Haben wir zu wenig geübt, mit herausfordernden Präsentationssituationen produktiv umzugehen? Und ist diese Ausbildungslücke mittlerweile im Schulsystem geschlossen, so dass junge Menschen in der Arbeitswelt selbstbewusster auftreten und Auftrittskompetenztrainings bald überflüssig werden?

In seinem Vortrag «the Divided Brain» aus dem Jahre 2011 spricht der englische Psychiater und Autor Iain McGilchrist von zwei grundlegenden aber gegensätzlichen menschlichen Fähigkeiten, die aus meiner Sicht, sofern sie beide gleich stark entwickelt sind, wesentlich zu einer guten Auftrittskompetenz beitragen: Auf der einen Seite handelt es sich dabei um das *Fokussieren können*. Dahinter verbirgt sich die Fähigkeit, unsere Aufmerksamkeit auf einen kleinen Ausschnitt der Wirklichkeit zu richten, um alles darin Befindliche zu analysieren, kategorisieren und die einzelnen Details mit einem sprachlichen Etikett zu versehen. Auf der anderen Seite ist es die Fähigkeit uns u. a. dank unserer Körpersinne, *einer grösseren Wirklichkeit zuzuwenden*. Damit können wir Verbindungen zu Lebewesen im Umraum aufspüren, Zusammenhänge wahrnehmen und betreffend plötzliche Ereignisse, auch körperlich in höchster Handlungsbereitschaft sein. Da wir uns mit dieser zweiten Fähigkeit im Bereich des Erlebens bewegen, wird es uns schwerer fallen, Erfahrungen solcher Art sprachlich präzise auszudrücken.

McGilchrist ist davon überzeugt, dass diese beiden Fähigkeiten sowohl unserem rationalen Denken als auch unserer Intuition dienen, und er geht sogar noch einen Schritt weiter: Je besser das Zusammenspiel zwischen Ratio und Intuition desto grösser die Wahrscheinlichkeit, neue Lösungsansätze für festgefahrene Situationen zu finden.

Aber entwickeln wir die genannten Fähigkeiten im Rahmen von Erziehung und Bildung gleichermassen? Nein. Dank René Descartes («Ich denke, also bin ich») und seinen Nachfolgern geben wir dem *Fokussieren* seit 400 Jahren einen weitaus grösseren Stellenwert! Wir sind Meister des Zerteilens, Messens, Kategorisierens und Beweisens. Damit ergründen wir die Welt bis zum heutigen Tag. Und vergessen dabei, dass wir uns immer, wenn auch aus unterschiedlichen Perspektiven, mit jeweils nur einem Aspekt der Welt befassen und uns in der Folge nicht mehr umschaun. Da die Menschheit damit bisher grosse Erfolge u. a. in Wissenschaft und Technik feiern konnte, hat sie sich dieses Denksystem völlig einverleibt. Andere nicht minder hilfreiche Informationen, die wir erhalten und verwerten könnten, wenn wir uns *der grösseren Wirklichkeit zuwenden*, entziehen sich aber unserer Wahrnehmung. Es gibt leider noch keine harten Beweise dafür, dass sich diese zweite Fähigkeit unmittelbar positiv auf unternehmerische Erfolge auswirkt. In der Folge lassen wir deren Ausbildung verkümmern, und mit ihr verlieren wir den Bezug zu unserem Körper als Kommunikationsinstrument, respektive als Hilfsmittel, uns mit übergeordneten Wirklichkeiten vertraut zu machen. Höchstens in therapeutischen und künstlerischen Bereichen setzen wir uns mit unserem Körper auseinander. Ansonsten gebrauchen wir ihn als Objekt, etwa, um von A nach B zu kommen, fordern ihm sportliche Höchstleistungen ab oder modellieren ihn für unser ästhetisches Auge.

Als ehemalige Bühnenschauspielerin habe ich einen besonderen Bezug zum Auftritt und damit auch zu Körper und Stimme. Mit meiner 20-jährigen Erfahrung als Trainerin kann ich mich jedoch bis heute nicht mit dem Wort «Auftrittskompetenz» anfreunden. Für mich wurde da ein riesiges Arbeitsgebiet in einen Begriff hineingezwängt, der nicht so recht auszudrücken vermag, um welche Kompetenzen es in Wirklichkeit geht und wie sie erarbeitet werden sollen. Darum erstaunt es mich auch nicht, dass

sich viele Menschen unter dem Training lediglich eine Verbesserung der eigenen Wirkung im öffentlichen Raum vorstellen. Dieses Ziel möchten sie dann genau so, wie sie es aus ihrem Arbeitsfeld gewohnt sind, effizient und mit einer für sie verständlichen Vorgehensweise erreichen und am Ende über eine Auftrittstechnik verfügen.

Ist eine solche Herangehensweise nachhaltig? Nein. Was fehlt? Ich könnte mir vorstellen, dass bei aller Technik und Zielstreben in Vergessenheit geraten ist, worum es beim Auftritt im Grunde genommen immer geht: Um eine Begegnung zwischen verschiedenen Menschen, die lebendig, dynamisch ist und mit allen Sinnen erlebt wird. Um Begegnungen, die sich zwar wiederholen können, aber immer wieder neu erlebt werden könnten und zu gegenseitiger Inspiration und zu neuen Denkansätzen führen. Das erfordert jedoch neben einer Auftrittstechnik hohe körperliche und geistige Präsenz eines Menschen. Sie lässt sich mit Hilfe von Körperarbeit und Improvisation aus dem Theaterbereich gut erarbeiten. Die einzige Voraussetzung: Ein Mensch muss bereit sein, sich auf das unbekannte Terrain der Körperarbeit einlassen zu wollen, denn Handlungsmuster werden zwar vom Gehirn gesteuert, jedoch meist unbewusst, und vom Körper ausgeführt. Und er muss seine gesamte Persönlichkeit einbringen und erproben wollen. Ist er dazu bereit, wird er seinen Blick spielerisch auf *eine grössere Wirklichkeit* ausweiten, hohe Wachheit entwickeln, weitere Verhaltensmöglichkeiten entdecken und sein Handlungsspektrum erweitern. Nicht innerhalb eines Workshoptages, aber innert einer angemessenen Zeit wird sich ein Mensch so die Grundlage schaffen können, handlungsfähig zu bleiben, sich wirksam und produktiv auszudrücken - besonders dann, wenn er es am meisten braucht: In herausfordernden Situationen im öffentlichen Raum. Ob sich dann jemand in einer Präsentationssituation oder in einem Gespräch befindet, spielt keine Rolle mehr.

Während meiner Schauspielausbildung habe ich erlebt und erfahren, welch reichen Schatz wir in uns tragen, insbesondere mit den Möglichkeiten, welche mit der zweiten der oben genannten Fähigkeiten verbunden sind. Ich wünsche mir, dass wir Menschen in der Auseinandersetzung mit uns selbst und mit unserem Körper wieder zu unserer ursprünglichen Schaffens- und Überzeugungskraft zurückfinden. Das wird uns gelingen, wenn wir unseren beiden Fähigkeiten den gleichen Stellenwert einräumen, sie gleichermassen ausbilden und damit ein Gleichgewicht herstellen.

Wir sind dann nicht nur auftrittskompetenter, sondern es bewahrheitet sich vielleicht, was McGilchrist gesagt hat: Wir finden ganz neue Lösungsansätze für uns selbst und für unsere Gemeinschaft.

Maria Leitgeb, Basel, Januar 2020