

Leute

Mode zum Anziehen



Jungdesignerinnen von Kehrer präsentieren ihre Entwürfe. Foto: Lg/Kovalenko

Einmal weiße Sneakers, bitte! Oder doch die Sandalen? Bei der Abschlussmodenschau der Modeschule Brigitte Kehrer am Samstag im Römerkastell gab es viel zu sehen. Vor allem Modelle für den eigenen Schrank. Zum Beispiel: ein schwarzer Wintermantel mit roten Lederapplikationen. „Die Absolventinnen verfolgen nicht die Mode, sie machen sie“, sagte Schulleiterin **Brigitte Kehrer**. Sie eröffnete ihre Modeschule vor 33 Jahren, eine weitere ist in Mannheim. Bei der Schau waren Absolventinnen beider Schulen. Künftig entwerfen sie in Modefirmen wie Schiesser oder Mustang Wäsche oder Jeans – oder sie machen sich selbstständig wie die Stuttgarterin **Kristina Feil-Keim** mit ihrem Label K.Makarova. (nad)

Süßes für guten Zweck



Magdalena Brzeska präsentiert Törtchen bei Breuninger. Foto: Lg/Piechowski

Zum 16. Mal gab es am Samstag in der Breuninger-Karlsplatzpassage 1000 kleine Erdbeertörtchen für den guten Zweck zu kaufen. Prominente Unterstützung kam von **Magdalena Brzeska**, die beim Verpacken half. „Ich selbst koche leidenschaftlich gern. Backen ist aber nicht meins. Deshalb freue ich mich, dass meine beiden Töchter angekündigt haben, das zu übernehmen. Ich muss am Schluss dann nur die Küche aufräumen“, erzählt die ehemalige Turnerin. Der Erlös der Aktion geht an den Förderverein der Turn- und Sportgemeinde TSG Söflingen in Ulm, wo Brzeska Trainerin ist. (dit)

Durchs Leben getanzt

Viele Blumen und einen großen Kuchen gab es am Sonntag für **Walli Köhler**, die mit ihrer Tochter, zwei Enkeln und drei Urenkeln Muttertag und ihren 100. Geburtstag feierte. Geboren wurde die Jubilarin 1915 in Berlin. Dort heiratete sie im Alter von 22 Jahren Ehemann Heinz, mit dem sie einen Sohn und eine Tochter bekam. 1977 verschlug es die Berlinerin nach Stuttgart. Hier arbeitete sie bis zu ihrem 90. Lebensjahr bei Kodak in Wangen. „In ihrer Freizeit ging sie immer gern schwimmen. Sie stand dann auch gern auf der Bühne und hat dirigiert“, erzählt Tochter **Christel Curdt**. Durch einen Schlaganfall verlor Walli Köhler vor acht Jahren ihre Sprache. Seit März wohnt sie im ASB-Seniorenzentrum Birkenwald. (dit)



Köhler

„Hast du zwei Möglichkeiten, wähle die dritte“

Montagsgespräch Autorin Petra Schächtele-Philipp lehrt in Seminaren die Kunst der eleganten Schlagfertigkeit

Schlagfertige Antworten fallen vielen Menschen erst zu spät ein. Die Stuttgarter Rhetorikerin Petra Schächtele-Philipp lehrt Methoden, die jeden schlagfertig machen sollen.

VON CAROLIN STIHLER

Frau Schächtele-Philipp, warum sollen ausge-rechnet Sie anderen Menschen Schlagfertigkeit beibringen können?

Weil ich das schon seit gut 20 Jahren mache und deshalb davon überzeugt bin, dass ich es auch kann. (Lacht.)

Das war ein Versuch, Sie mit einem unvermuteten Angriff aus dem Konzept zu bringen. Wie schafft man es, in einem solchen Moment ruhig zu bleiben?

Es gibt ein paar Standardreaktionen, die in 95 Prozent aller Situationen funktionieren. Wenn ich von denen zwei, drei im Hinterkopf habe, kann ich auch einen überraschenden Angriff gut parieren.

Zum Beispiel?

Ich kann zum Beispiel immer mit einer Frage reagieren. Auf Ihre Frage hätte ich fragen können: „Wieso fangen Sie ausgerechnet mit so einer Frage an?“ Das Interessante ist: Sobald ich eine Frage stelle, sucht der andere immer nach einer Antwort. Damit kann man Zeit gewinnen. Ich kann auch immer fragen „Wie darf ich Ihre Frage verstehen?“.

Was macht Schlagfertigkeit so schwierig?

Das Hauptproblem ist der Baff-Reflex, wenn ein unerwarteter Angriff kommt. Die Leute können in der Regel schon kommunizieren und reagieren. Aber wenn eine Extremsituation entsteht, dann blockiert das Hirn. Man kann aber durch Übung diese Blockade verhindern. Das Problem bei Angriffen ist, dass wir die Aussagen des anderen auf uns selbst beziehen und uns schlecht fühlen. Doch wer entscheidet, dass man tatsächlich angegriffen wurde? Wenn man sich

nicht angegriffen fühlt, kann man auch leichter damit umgehen.

In Ihrem Buch thematisieren Sie Denkrinnen, die schuld an den Blockaden sein können. Was hat es damit auf sich?

Unser Gehirn arbeitet gerne energiesparend. Denkrinnen sind für unser normales Leben notwendig. Automatische Denkabläufe sind aber für die Schlagfertigkeit kontraproduktiv. Man bedient dann genau das, was einem das Gegenüber anbietet. Deshalb ist es am geschicktesten, wenn man den anderen aus seinem Denkmuster herausholt. Wenn man etwas Unerwartetes macht, irritiert das den anderen, und seine Energie läuft ins Leere.

Kann man Schlagfertigkeit wirklich lernen?

Wie man englische Vokabeln lernen kann, kann man auch schlagfertige Reaktionen lernen. Das sind bestimmte Muster. Wenn man die verinnerlicht hat, geht das relativ einfach.

Aber ist eine Antwort noch schlagfertig, wenn sie vorher auswendig gelernt wurde?

Es ist ein Irrtum, dass Schlagfertigkeit etwas Spontanes ist. Wenn ich gut vorbereitet bin, kann ich spontan sein. Ein Zauberer kann ein Kaninchen auch nur aus dem Hut ziehen, wenn er es vorher reingesteckt hat. Die können nämlich nicht wirklich zaubern. So ist es auch bei der Schlagfertigkeit: Wenn ich ein paar Muster im Kopf habe, kann ich ruhig bleiben. Und dann fällt mir auch etwas ein.

Worin besteht Ihre Kunst?

Ich unterrichte die elegante Schlagfertigkeit, und das ist nicht die Hau-drauf-Schlagfertigkeit. Ich gehe davon aus, dass man sich im Leben immer zweimal trifft. Deshalb muss man zwar dem anderen eine Grenze aufzeigen, aber ihm auch wieder eine Sachebene anbieten, auf der man weiter kommunizieren kann. Das Problem ist, dass viele Menschen austreten, aber nicht einstecken können. Deshalb empfehle ich, immer ein bisschen weniger zurückzuschließen, als der andere vorgibt. Bevor ich etwas sage, das mir später leid tun könnte, sollte ich lieber etwas fragen. Damit komme ich nach einer Weile wieder auf die Sachebene.

Also sollte man sich eine emotionale Antwort lieber sparen?

Ja. Denn was macht jemand, wenn ich ihn niedermache? Er sinnt nach Rache. Das ist menschlich, weil wir versuchen, das Kommunikationsmuster wieder auszugleichen. Wenn man aber beispielsweise im Beruf mit demjenigen noch weiter zu tun hat, ist das nicht ratsam. Deshalb sage ich immer: Wenn du zwei Möglichkeiten hast, dann wähle die dritte.

Eine dritte Möglichkeit könnte Schweigen sein. Wie kann das helfen?

Beim Schweigen ist es ganz wichtig, den anderen anzuschauen. Das Signal ist völlig anders, wenn ich schweige und denjenigen anschau, als wenn ich wegschaue. Oder ob ich vielleicht sogar noch die Augenbrauen dabei hoch ziehe. Ich muss nicht immer sofort in eine Reaktion gehen. Ich kann auch erst einmal schweigen oder eine Frage stellen.

Manchmal liegt eine schlagfertige Antwort in



Wie darf ich Ihre Frage verstehen? Schlagfertigkeitstrainerin Petra Schächtele-Philipp stellt gerne Gegenfragen, um Zeit zu gewinnen. Foto: Lichtgut/Leif Piechowski

der Luft, die jedoch auf Kosten eines anderen geht. Ist es besser, auf den Witz zu verzichten?

Die Antworten, die uns einfallen, wirken auch auf uns selber. Wenn mich jemand angreift und mir fällt darauf nichts ein, dann fühle ich mich schlecht. Ich gerate in die Rolle des Opfers. Wenn mir dagegen etwas einfallen würde, ich es aber dennoch nicht sage, ist es ein ganz anderes Gefühl. Zum Beispiel habe ich mal eine Frau aus Höflichkeit gefragt, ob sie beim Friseur war. Darauf erhielt ich die schnippische Antwort: „Ab und zu gehe sogar ich zum Friseur.“ Mir fiel sofort die Antwort ein: „Und warum sind Sie dieses Mal nicht dran gekommen?“ Aber ich habe es nicht gesagt, weil die Situation sonst eskaliert wäre. Aber das Bewusstsein, dass ich etwas hätte erwidern können, hat mir schon geholfen, erhobenen Hauptes aus der Situation zu gehen.

In Ihrem Buch stehen Extra-Tipps für Frauen. Sind Frauen weniger schlagfertig?

Im Gegenteil heißt es landläufig, dass Frauen schlagfertiger sind. Aber Frauen sind öfter Situationen ausgesetzt, in denen sie sich zur Wehr setzen müssen. Oft wird mit ihnen nicht auf Augenhöhe gesprochen. Deshalb gebe ich speziell Frauen Tipps, wie sie mit diesen Situationen umgehen können. Ich

versuche, sie zu stärken, damit sie sich auch mehr zutrauen.

Hilft es, die Schlagfertigkeit in spielsigen Situationen im Freundeskreis zu trainieren?

Ja, weil wir uns Dinge besser merken, wenn sie Spaß machen. Ein neues Verhalten fühlt sich am Anfang seltsam an. Hirnphysiologisch brauchen wir 21 Tage bewussten Umgang mit einem neuen Verhalten, bis es sich richtig anfühlt. Wenn man es aber mit Emotionen verbindet, kann man den Prozess beschleunigen. Auch wenn eine Reaktion auf einen offenen Posten in unserem Hirn fällt, merken wir uns das schneller.

Die letzte Stufe der Schlagfertigkeit heißt: Grenzen setzen. Wann wird das nötig?

Ich unterscheide bei der Schlagfertigkeit zwischen Unverschämtheiten und Beleidigungen. Die Beleidigung weist man zurück, das ist dann die letzte Stufe. Dann kann man auch deutlich sagen: „Wenn Sie so mit mir sprechen, ist das Gespräch für mich beendet.“ Selbst von einem Chef oder einem Kunden muss man sich nicht alles gefallen lassen. Aber ich versuche, so viel wie möglich als Unverschämtheit einzustufen und zu bewältigen. Wo die Grenze verläuft, muss allerdings jeder für sich selbst entscheiden.

Gewinnspiel

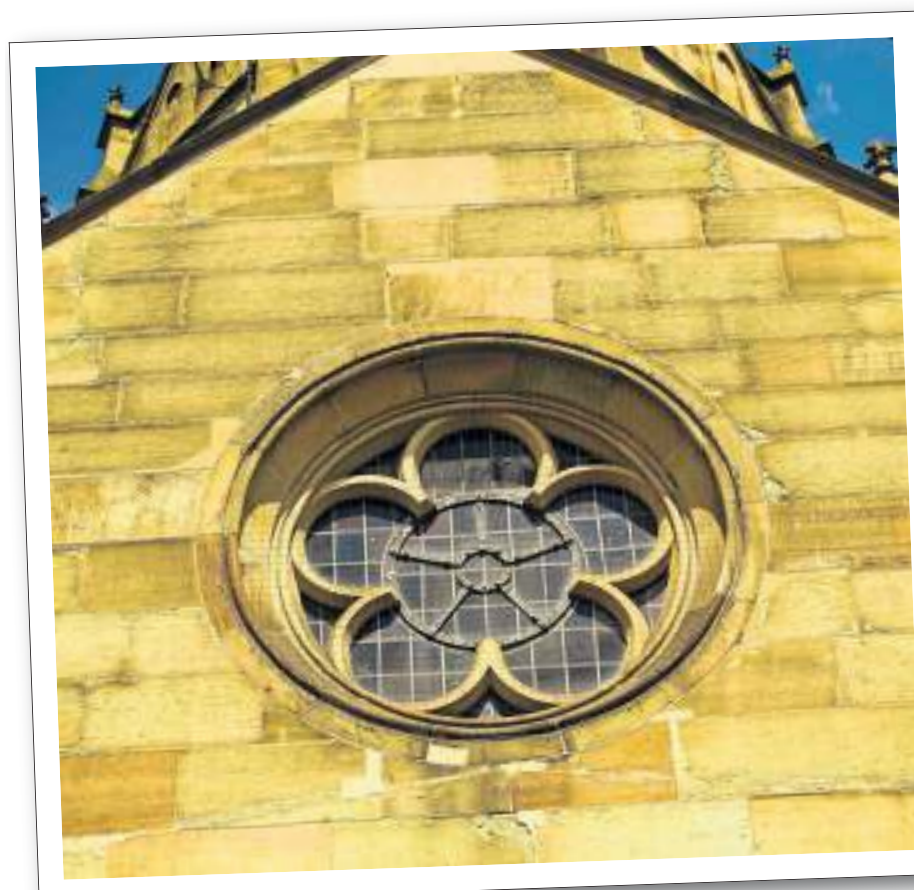


Foto: Lichtgut/Piechowski

Wo ist die Kapelle?

Wie gut kennen Sie Stuttgart? Unser Fotograf Max Kovalenko war mit der Kamera in der Stadt unterwegs. Wo hat er das linke Foto aufgenommen?

- Bei Schloss Solitude
- Auf dem Württemberg
- Im Pragfriedhof

Das können Sie gewinnen:

Wir verlosen ein Paket Frühlings-Cuvées der Württembergischen Weingärtnergenossenschaften mit Travertin Weißweincuvée von den Weingärtnern Bad Cannstatt, Simply Blanc de Blancs von der Weinmanufaktur Untertürkheim und Veronika Weißweincuvée von der Remstallkellerei.

So machen Sie mit

Rufen Sie diesen Montag an: 0137 9 881022 (legion, 50 Cent/Anruf aus dem Festnetz, Mobilfunk ggf. abweichend)



Die alte Stuttgarter Stadtmauer hinter dem Alten Schauspielhaus. Foto: Lichtgut/Leif Piechowski

Die Auflösung

Die Mauer, die wir in der vergangenen Woche gesucht haben, hat früher die reichen Bürger der Stadt geschützt: Die Stuttgarter Stadtmauer mit ihren zehn Türmen. Heute sind ihre Überbleibsel im Zentrum Stuttgarts fast verschwunden.

Die beiden verbliebenen Reste der Mauer befinden sich nur wenige Meter voneinander entfernt. In der Krümmen Straße bildet ein Teil noch die Rückseite des Alten Schauspielhauses – direkt neben der Laderampe des Theaters. Die Mauer wurde ins Gebäude integriert und fällt somit kaum mehr auf. Der zweite erhaltene Teil ist direkt hinter dem Einkaufszentrum Das Gerber zu finden. Erbaut wurde die Stadtmauer im Jahre

1456, als Stadterweiterung der sogenannten Reichen Vorstadt. Die Stadtmauer verschwand samt ihren Türmen Anfang des 19. Jahrhunderts nach und nach, als Stuttgart die Hauptstadt des neuen Königreichs wurde und König Friedrich die Innenstadt in diesem Bereich weiter ausbauen ließ. (StN)

Die Gewinner

Jeweils einen Gutschein für ein ganztägiges Fahrsicherheitstraining des ADAC im Wert von 115 Euro haben gewonnen: Erika Rühle und Ruth Habermann. Herzlichen Glückwunsch!