

**Ulrich Sollmann**

# **Einführung in Körpersprache und nonverbale Kommunikation**

**Zweite Auflage, 2016**

Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats des Carl-Auer Verlags:

Prof. Dr. Rolf Arnold (Kaiserslautern)  
Prof. Dr. Dirk Baecker (Witten/Herdecke)  
Prof. Dr. Ulrich Clement (Heidelberg)  
Prof. Dr. Jörg Fengler (Köln)  
Dr. Barbara Heitger (Wien)  
Prof. Dr. Johannes Herwig-Lempp (Merseburg)  
Prof. Dr. Bruno Hildenbrand (Jena)  
Prof. Dr. Karl L. Holtz (Heidelberg)  
Prof. Dr. Heiko Kleve (Potsdam)  
Dr. Roswita Königswieser (Wien)  
Prof. Dr. Jürgen Kriz (Osnabrück)  
Prof. Dr. Friedeberth Kröger (Heidelberg)  
Tom Levold (Köln)  
Dr. Kurt Ludewig (Münster)  
Dr. Burkhard Peter (München)  
Prof. Dr. Bernhard Pörksen (Tübingen)  
Prof. Dr. Kersten Reich (Köln)  
Prof. Dr. Wolf Ritscher (Esslingen)  
Dr. Wilhelm Rothaus (Bergheim bei Köln)  
Prof. Dr. Arist von Schlippe (Witten/Herdecke)  
Dr. Gunther Schmidt (Heidelberg)  
Prof. Dr. Siegfried J. Schmidt (Münster)  
Jakob R. Schneider (München)  
Prof. Dr. Jochen Schweitzer (Heidelberg)  
Prof. Dr. Fritz B. Simon (Berlin)  
Dr. Therese Steiner (Embrach)  
Prof. Dr. Dr. Helm Stierlin (Heidelberg)  
Karsten Trebesch (Berlin)  
Bernhard Trenkle (Rottweil)  
Prof. Dr. Sigrid Tschöpe-Schöffler (Köln)  
Prof. Dr. Reinhard Voß (Koblenz)  
Dr. Gunthard Weber (Wiesloch)  
Prof. Dr. Rudolf Wimmer (Wien)  
Prof. Dr. Michael Wirsching (Freiburg)

Reihengestaltung: Uwe Göbel

Umschlag: Heiner Eiermann

Satz: Verlagsservice Hegele, Heiligkreuzsteinach

Printed in the Czech Republic

Druck und Bindung: FINIDR, s. r. o.



Zweite Auflage, 2016

ISBN 978-3-8497-0159-8

© 2013, 2016 Carl-Auer-Systeme Verlag  
und Verlagsbuchhandlung GmbH, Heidelberg  
Alle Rechte vorbehalten

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische  
Daten sind im Internet über <http://dmb.d-nb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren  
und zum Verlag finden Sie unter: [www.carl-auer.de](http://www.carl-auer.de).

Wenn Sie Interesse an unseren monatlichen Nachrichten  
aus der Vangerowstraße haben, können Sie unter  
<http://www.carl-auer.de/newsletter> den Newsletter abonnieren.

Carl-Auer Verlag GmbH  
Vangerowstraße 14 • 69115 Heidelberg  
Tel. +49 6221 6438-0 • Fax +49 6221 6438-22  
[www.carl-auer.de](http://www.carl-auer.de)

## **Einleitung ... 7**

### **1 Der Zwei-Bein-Stand ... 11**

#### **2 Historie ... 12**

- Populärliteratur ... 17
- Wissenschaftliche Literatur ... 19

#### **3 Perspektiven von Körpersprache ... 21**

- Fotografisches Körperlesen ... 22
- Gesellschaft/Kultur ... 24
- Anthropologische Grundelemente ... 25
- Stress/hohe Belastung ... 26

#### **4 Es gibt nicht »die Körpersprache« ... 28**

#### **5 Bewegung/Bewegungsanalyse ... 29**

- Körperkonzepte der Bewegungsanalyse ... 32
- Hatch und Maietta ... 34
- Laban ... 36
- Strasberg ... 37

#### **6 Gesten ... 39**

#### **7 Kreisläufe ... 50**

- Körpereigene Kreisläufe ... 52
  - Atmung und Bewegung* ... 52
  - Körpersegment* ... 53
  - Halbautonome Körperreaktion* ... 55
  - Atmen mit Stimme* ... 57
  - Öffnung und Gegensteuerung* ... 58
  - Ausdruck/Vorgang und kortikale Kontrolle (KK)* ... 61
  - Impliziter Beziehungsimpuls* ... 62
- »Körperexterne« Kreisläufe ... 63
  - Erdung – Atmung – Kontakt* ... 63
  - Kopplung von Bewegung und Gespräch* ... 66

<b>8</b>	<b>Affektlogik ... 69</b>
	Anleitung zur Verunsicherung ... 71
<b>9</b>	<b>Lebensgeschichtliche Entwicklung von Körpersprache ... 76</b>
	Urvertrauen gegen Urmisstrauen ... 78
	Autonomie versus Scham/Zweifel ... 81
	Initiative versus Schuldgefühl ... 82
	» Werk «-Sinn versus Minderwertigkeitsgefühl ... 84
<b>10</b>	<b>Biografie ... 86</b>
<b>11</b>	<b>Körpersprache in der Praxis ... 96</b>
	Erster Eindruck ... 97
	Phänomenologisches Vorgehen ... 97
	Interaktion, Reaktion, Kommunikation ... 97
	Dissonanz, Stimmigkeit ... 98
	Auffälligkeiten/Indikatoren ... 99
	Typ Verhaltensmuster ... 100
	Einheit und Differenz von Wort, Inhalt, Körpersprache ... 100
	Kontext, Rolle, Bedarf ... 101
	Der Prozess des Körperlesen ... 101
	Setting oder Anordnung im Raum ... 102
	Erstgespräch in Beratung bzw. Therapie ... 104
	Körperlesen einer körperlich (nicht) präsenten Person ... 106
	Instrumente (Tools) ... 112
	Ich sehe das, was du nicht siehst ... 118
	<b>Literatur ... 123</b>
	<b>Über den Autor ... 128</b>