

Bernhard P. Wirth

# **Alles über Menschenkenntnis, Charakterkunde und Körpersprache**

Von der Kunst, mit Menschen richtig umzugehen

***mvg Verlag***

# Inhaltsverzeichnis

## Danke

### Einleitung

Körpersprache und Charakterkunde oder warum Sie dieses Buch lesen und durcharbeiten sollten	10
---	----

### Kapitel 1

<b>Unser Gehirn und unser Denken</b>	17
Assoziation und Dissoziation	18
Die Selbst-erfüllende-Prophezeiungs-Person	20
Die beiden Hirnhälften - Ratio und Irratio	23
Wie kommen Erfahrungen und Bilder ins Gehirn?	32
Das limbische System	34
„ ... Schmetterlinge im Bauch" oder der Körper spricht auch ohne Worte	37
Was empfindet der Mensch als wichtig? - Woran erkennen Sie das?	40
Unser „Kampf- oder Fluchtverhalten" - das Reptiliengehirn	41
Ihre Aktivitäten - TUN	46

### Kapitel 2

<b>Die sinnliche Wahrnehmung</b>	47
Wahrnehmung - Wahrheit - unsere Wirklichkeit	48
Meine Erlebnisgeschichte	52
Diese Worte zeigen den Sinneskanal an	53
Wahrnehmung und Redewendungen	55
Das Gedachte und Gefühlte an den Augenbewegungen erkennen	58
Warum Sie die Wahrnehmungsstrategien kennen sollten	62
Der visuelle und der kinästhetische Grundtyp	64
Lieber TUN und erfolgreich sein!	69
Ihre Aktivitäten - TUN	76

### Kapitel 3

<b>Programme, die unser Leben steuern</b>	77
Wir leben in Programmen: die 14 Verhaltensprogramme	78
Ergreifen Menschen die Initiative?	80
Körperliche und emotionale Reaktionen	82
Wie gestalten Menschen ihr Handeln?	84
Wodurch werden Menschen motiviert?	86
Alte Bahnen - neue Wege	88
Private und berufliche Veränderungen	90

Welche Wege gehen Gedanken?	92
Wie gehen Menschen mit Erfahrungen um?	94
Der Umgang mit Stress	96
Teamgeist - „Einzelkämpfer“	98
Die Sach- und Beziehungsebene	100
Unsere Denkmuster und das der anderen	102
Wie kommen Informationen in unser Gehirn?	105
Wie entscheidungsfreudig sind Menschen?	106
Wie können Programme geändert werden? Welchen Nutzen bringt uns die Kenntnis der 14 Verhaltensprogramme?	109
Ihre Aktivitäten - TUN	110

## Kapitel 4

<b>Menschen sehen und verstehen</b>	113
Die Körpertypologie	114
Die drei Körpertypologien	115
Die vier Temperamente	117
Menschenkenntnis von Kopf bis Fuß	119
Die wichtigsten Kopfformen	119
Unser Gesicht als Visitenkarte	121
TUN und Wesen, an der Stirn ist's zu lesen	123
Was uns die Falten der Stirn mitteilen wollen	124
Stellungen und Ausdruck der Augen	125
Die Farbe unserer Augen	127
Unsere Augenfalten deuten	128
Was die Ohrenformen verraten	128
„Man sieht's ihm an der Nase an.“	134
Der Mund sagt mehr, als man denkt	136
Lippen sind nicht nur zum Küssen da	137
Was das Kinn offenbart	139
Auf den Hals achten	141
Unsere Haare als Antennen zur Außenwelt	142
Die Augenbrauen und ihr bewegtes Dasein	145
Nicht nur eine Modefrage - der Bart	148
Wenn Hände sprechen	150
Die Finger - Symbolik der Lebenseinstellung	151
Der Mensch im Spiegel seiner Fingernägel	152
Füße können mehr als laufen	154
Unsere Stimme, unsere Handschrift und vieles mehr	155
Unsere Stimme verrät unsere Ängste	155
Unsere Sprache erzählt über unseren Charakter	156
Der Mensch und seine Handschrift	157
Die Astrologie und unsere Tierkreiszeichen	167
Blutgruppe und Eigenschaften	173

Unsere Zähne - Rückschlüsse auf unsere Organe	175
Der Biorhythmus - die Rhythmen des Lebens	178
Der Mensch und die Farben	183
Charakterkunde im Alltag	186
Unser „Revierverhalten“	186
Was uns Raucher verraten	189
Autofahren und Lebenseinstellungen	194
Wie steigen Sie aus Ihrem Auto ein und aus?	196
Der Mensch, der Stuhl und das Sitzen	197
Der Händedruck als Schlüssel zum Charakter	199
Welche Schlafstellung bevorzugen Sie?	201
Ihre Aktivitäten - TUN	202

## Kapitel 5

<b>Körpersprache ist analog</b>	203
Die ganzheitliche Körpersprache	204
Körpersprachliche Signale und ihre analoge Deutung ^	208
Die Kopfhaltungen und -bewegungen deuten	208
Die Falten der Stirn, Furchen der Seele	211
Die Augen - Spiegel der Befindlichkeit	212
Wenn Blicke „töten“ könnten	214
Die Nase sagt's ...	218
... der Mund verschweigt's	219
Was uns das Lachen mitteilen kann	221
Bitte lächeln!	222
Ihr Gehen verrät alles	223
Mit beiden Beinen im Leben stehen	224
Was die Sitzmanieren mitteilen wollen	225
Stellungen und Bewegungen der Arme	226
Was unsere Hände sichtbar machen	228
Der Händedruck - Ausdruck der Persönlichkeit	229
Der Finger-Zeig	230
Über die Schultern geschaut	231
Der Oberkörper - Ausdruck des Dabeiseins	231
Eine haarige Angelegenheit	232
Ihre Aktivitäten - TUN	232

## Kapitel 6

<b>Das Netz der Wirklichkeit</b>	233
Der Mensch nimmt wahr, was er denkt	234
Die Wirklichkeit als Entsprechung	238
Die Resonanzfähigkeit von Menschen und Situationen	241
Das Prinzip der Polarität	243
Alles fließt - alles ist in Bewegung	247

Von der Ursache und der Wirkung	249
Das Prinzip der Natur	253
<b>Kapitel 7</b>	
<b>Zur Symbolik des Körpers und seiner Organe</b>	<b>257</b>
Der gesamte Organismus	259
Von Kopf bis Fuß	259
Das Abwehrsystem	269
Das Herz	269
Blut und Blutkreislauf	270
Atemwege	271
Verdauungsorgane	271
Innere Organe	273
Drüsen	274
Geschlechtsorgane	275
Haut	277
Muskel-, Binde- und Fettgewebe	277
Wirbelsäule, Gelenke und Knochen	278
Das Gehirn	280
Das Nervensystem	281
Literaturverzeichnis	283
Stichwortverzeichnis	286