

Nadine Kmoth

Körperrhetorik

Eine Anleitung zum Gedankenlesen
und -zeigen

mvg Verlag

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
Einleitung	9
Grundlagen unserer Kommunikation	19
Die sieben Elemente der Körperrhetorik	28
1. Element, Montag: Ich sehe was, was du nicht siehst - Die ungeschriebenen Gesetze des zwischenmenschlichen Miteinanders	31
• Der Countdown läuft - Der erste Eindruck	33
• Der Handschlag und seine Entschlüsselung	40
• Distanzverhalten und Distanzzonen	51
• Boss-Sein ist nicht schwer	57
2. Element, Dienstag: Dröhnbuddel oder Speedy Gonzales - Die Bewegungsdynamik	65
• Zusammenhänge zwischen der Bewegung und der Lebenseinstellung	66
• Brüllender Berserker und distanzierter Beobachter	68
• Die Kunst, sich selbst zu betrügen	82
3. Element, Mittwoch: Türsteher oder Bohnenstange - Der Stand und die Oberkörperhaltung	87
• Stehen zwischen standhaft und flexibel	89
• Oberkörperhaltung in Verbindung zu Aktivität und Passivität	103
• Aufgeblasener Wichtigmacher	107
• Gewusst wie	113

Inhaltsverzeichnis

4. Element, Donnerstag: Sessel, Hocker oder Schleudersitz - Die Sitzarten	117
• Von steif wie n Stock bis lässig cool - Unterschiedliche Sitzarten.	118
• Gesellschaftliches Sitzen der Geschlechter	137
5. Element, Freitag: Freddy, die Muschel, und Felizia, die Amsel - Die Gestik	139
• Von Wattebällchenwerfern und Handkantenschlägern - Die aktiven Gesten	141
• Von Wichtigtuern, Revolverhelden und Stachelschweinen - Die passiven Gesten.	152
• Sie erzählen wie Marcel Reich-Ranicki und bewegen sich wie Helmut Kohl - Parallelen und Widersprüche zwischen Wort und Gestik.	165
• Von Schnackern und Beherrschten	167
6. Element, Samstag: Günther Jauch contra Oskar Lafontaine - Die Kopfhaltung und die Mimik	171
• Der Kopf steht im Blickfeld des modernen Menschen ..	172
• Von arroganten Pinseln und neugierigen Hühnern - Die Kopfhaltungen.	173
• Ach so, deswegen! - Die Mimik	190
7. Element, Sonntag: Herz, Karo, Pik und Kreuz-Bube oder -Dame - Die vier Charaktertypen	199
• Eine Frage des Temperaments	200
• Rumpelstilzchen oder Trantüte, Luftikus oder Trauerkloß: Die vier Temperamentstypen und ihre körpersprachlichen Eigenarten	205
• Erkenne Dich selbst	226
Schlusswort	227
Stichwortverzeichnis	229