

## Rezension

*Theodor Itten*

### **Ulrich Sollmann: Einführung in Körpersprache und nonverbale Kommunikation**

2013. Heidelberg: Carl-Auer Verlag, 128 Seiten, €13.95

Jedes Mal, wenn wir PsychotherapeutInnen einer neuen Patientin (Patienten immer auch mit gemeint) begegnen, haben sie und wir eine Chance einen ersten Eindruck zu machen. Es gibt keine zweite, weil das Leben jeweils die Aufführung ist, und keine Hauptprobe dazu. Somit wird auf beiden Seiten der psychotherapeutischen Begegnung zugleich ein Duett angestimmt: Ich sehe, ich fühle, ich denke, ich vermute, ich spüre, ich ahne. Da wir jeweils schon immer mehr wahrnehmen, als wir bereit sind zu sagen oder sagen können, wenn die Worte dazu noch fehlen, ist Sollmanns Einführung in die Körpersprache und nonverbale Kommunikation eine willkommene Ergänzung. In seinem dicht geschriebenen Buch von 128 Seiten finden wir für die sprachliche Kultivierung der Gefühls- und Wahrnehmungsbenennung, welche wir in einem Gespräch auszudrücken versuchen. Seine Grundthese lautet: *Körpersprache ist immer Kommunikation. Kommunikation immer auch körperlicher Ausdruck / Begegnung / Handeln*. Sofort werden Verhaltens- und Erfahrungsweisen sozial und kulturell verständlicher. Sollmann versucht eine übersichtliche Einführung in dieses viel beschriebene und erforschte Themenfeld für unseren Beruf. Seine Hauptlinie orientiert sich an seiner Praxiserfahrung in Bochum als Gestalttherapeut, Bioenergetiker und Coach. Seine Ausführungen nennt er eine Tour d'Horizon, auf der er erst Einblicke in die Geschichte und Literatur zur Körpersprache und ihre vielseitigen Betrachtungsweisen gibt. Danach betrachtet er en détail Körperhaltungen, Bewegungen, Gesten und Mimik und verschiedene Sinngaberepertoires. Als Bioenergetiker betrachtet der Autor typische körpereigene Kreisläufe. Luc Ciompis Affektlogik bekommt einen eigenen Auftritt im Bereich der psychophysischen Entwicklung des Menschen. Jede und jeder von uns hat eine eigene körpersprachliche Biographie. Unsere Ursprungsfamilie und ihre transgenerationalen Verhaltensweisen bestimmen uns im Aufwachsen nachahmende Wesen stark. In der Pubertät und späten Adoleszenz finden wir neue körpersprachliche Mitteilungsversionen, welche wir durch Frisur, Verkleidung und Modetrends kommunizieren. Der innere Wahrnehmungssturm visueller Eindrücke und gehörter Mitteilungen im Praxisalltag, ob Patientin oder Psychotherapeutin (Psychotherapeuten immer mitgemeint), drängt auf die Entladung in einer sinngebenden Einheit, welche sprachmelodiös erkannt werden kann. Emotionen sind bewegende Körperregungen, durch die wir eigene und fremde Gefühlskommunikationen spüren. Affekte werden in der zwischenmenschlichen Kommunikation spürbar. Sollmann hebt den Vorhang zu seiner Praxistätigkeit und spielt in den letzten dreissig Seiten seine Souveränität aus. Neben kurzen Fallgeschichten gibt er freimütige Beispiele seiner Spontanprotokolle, Bild-Narration sowie Einstimmungen in seine eigene Seele und der von Patientinnen. Dieses ab und zu leicht in Dissonanz zu lesende Buch – eine theoretische Einführung bringt viele andere Stimmen zum Klingen – endet ohne Scheu vor dem Fremden und Unberechenbaren in uns, das die andere schon immer wahrnimmt. Sollmanns Anleitung zum augenblicklichen Wahrnehmen zentriert ein gutes kommunikative Gelingen.

### **Autor**

Theodor Itten ist Psychotherapeut ASP und Redaktor dieser Zeitschrift