



Markus Furrer  
**Psychologie des persönlichen Ausdrucks**

Lebensformen

herausgegeben von

Ulrich Beer (†) und Roswitha Stemmer-Beer

Band 66

Markus Furrer

# Psychologie des persönlichen Ausdrucks

Ich bin, wie ich mich bewege,  
mich pflege, mich kleide



CENTAURUS VERLAG & MEDIA UG

### **Bibliografische Informationen der Deutschen Nationalbibliothek**

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

Gedruckt auf säurefreiem und chlorfrei gebleichtem Papier.

ISBN 978-3-86226-232-8      ISBN 978-3-86226-987-7 (eBook)

DOI 10.1007/978-3-86226-987-7

ISSN 1612-2739

*Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.*

© CENTAURUS Verlag & Media KG, Freiburg 2013  
[www.centaurus-verlag.de](http://www.centaurus-verlag.de)

Umschlaggestaltung: Jasmin Morgenthaler, Visuelle Kommunikation  
Umschlagabbildung: Jean Frédéric Bazille, Portrait Auguste Renoir, 1867.

Fotografie von Markus Furrer

Satz: Vorlage des Autors

# Inhaltsverzeichnis

<b>Wie ich zum Thema komme</b>	<b>7</b>
<b>1 Persönlicher Stil in der Handschrift – Persönlicher Stil in der Bewegung und in der Beziehung zu Körper und Bekleidung</b>	<b>9</b>
<b>2 Ausdruck der individuellen Persönlichkeit: Bewegungsmuster, Körper- und Kleiderbeziehung</b>	<b>14</b>
Definition der Begriffe	14
Bewegungsmuster	16
Körperbeziehung	18
Kleiderbeziehung	19
<b>3 Psychologische Interpretation: Bewegungsmuster</b>	
<b>Körperbeziehung, Kleiderbeziehung</b>	<b>22</b>
Grundannahmen	22
Was sagen die Bewegungsmuster?	23
„Lebendig“	23
„Unlebendig“	25
„Gelöst“	26
„Gespannt“	28
„Überspannt“	29
„Unterspannt“	30
Was sagen die Körperbeziehungen?	32
„Natürlich“	32
„Darstellend“	33
„Kontrolliert“	33
„Unkontrolliert“	34
Was sagen die Kleiderbeziehungen?	35
„Funktional“	35
„Darstellend“	36
„Einheitlich“	37
„Uneinheitlich“	38
„Normgeprägt“	38
„Eigengeprägt“	39

<b>4 Bewegungsmuster + Körperbeziehung + Kleiderbeziehung</b>	
Beispiele verschiedener Persönlichkeiten	<b>41</b>
<b>5 Wie ich mich selber sehe – und sehen möchte? Anleitung zur</b>	
<b>Selbsterkenntnis und Selbstgestaltung</b>	<b>50</b>
Mein Bewegungsmuster	50
Meine Körperbeziehung	58
Meine Kleiderbeziehung	63
<b>6 Beispiel einer Selbsteinschätzung</b>	<b>70</b>
<b>7 Illustrierende Gemälde</b>	<b>83</b>
<b>Anhang</b>	<b>98</b>
Selbsteinschätzung Kurzform	98
Bildnachweise	106
Literaturverzeichnis	109
Über den Autor	111

## Wie ich zum Thema komme

In der Psychologie gibt es einen beachtlichen Unterschied zwischen unseren täglichen menschlichen Erfahrungen und der Möglichkeit, diese wissenschaftlich zu bestätigen. So zweifeln wir kaum daran, dass uns ein stabiles Selbstvertrauen in der Regel gelassener und belastbarer macht als Unsicherheit, oder dass Perfektionismus und hoher Selbstanspruch oftmals einhergehen mit inneren Ängsten und der Schwierigkeit, loszulassen. Diese Zusammenhänge mit experimentellen Methoden zu belegen, ist möglich, aber anspruchsvoll und aufwendig.

Als Psychologe und Grafologe bewege ich mich seit vielen Jahren im Spannungsfeld zwischen meiner Praxistätigkeit und deren wissenschaftlicher Legitimation. Auf der einen Seite möchte ich auf bewiesenes Wissen abstützen, auf der anderen Seite greife ich zurück auf mässig bestätigte Theorien, weil ich glaube, dass sie mir helfen, menschliches Verhalten zu beschreiben, zu verstehen und mit Vorsicht zu prognostizieren. In meiner diagnostischen Tätigkeit, das heisst konkret bei Eignungs-Assessments, Potenzialbeurteilungen und Laufbahnberatungen, sind mir beispielsweise die mässig wissenschaftlich erhärteten Modelle der Persönlichkeitspsychologie hilfreich, sowohl verhaltenspsychologische als auch tiefen- und gestaltpsychologische. Das individualpsychologische Modell von Alfred Adler habe ich für meine Arbeit stets als sehr wertvoll empfunden.

Im vorliegenden Buch wende ich mich einem Thema zu, das mich fasziniert. Es geht um Aspekte der Ausdruckpsychologie, nämlich um die Frage, was uns Menschen mitteilen, wenn sie sich bewegen, und wie sie mit dem „Träger“ ihrer Bewegungen, ihrem Körper und dessen Bekleidung, eingeschlossen die Accessoires, umgehen. Nachdem ich mich als berufsorientierter Psychologe seit vielen Jahren vor allem dem zuwende, was mir Menschen inhaltlich mitteilen und dem, was sie in ihrem Leben taten, heute tun oder künftig tun sollen, stelle ich nun das „Wie“ des individuellen Ausdrucks ins Zentrum der Beobachtung. Selbstverständlich war dieses „Wie“ für mich auch bis anhin ein wertvoller Aspekt der psychologischen Wahrnehmung, doch geschah dies vorwiegend intuitiv. Mein Bedürfnis nach systematischer Analyse wuchs und führte zu diesem Buch.

Die Absicht, meine Fragestellung primär aus meinem Erfahrungshorizont heraus anzugehen, lässt mich den Weg der Vorsicht gehen, kritisch vor



Augen haltend, dass ich mich im Bereich von Annahmen und Hypothesen bewege, dennoch aber überzeugt, interessante Zusammenhänge aufzeigen zu können. Wie interessant sie sind, überlasse ich gerne meinen Leserinnen und Lesern.

Markus Furrer

## Persönlicher Stil in der Handschrift – Persönlicher Stil in der Bewegung und in der Beziehung zu Körper und Bekleidung

Ausdruckspsychologie und nonverbale Kommunikation sind mir in einem Teilbereich des menschlichen Verhaltens sehr vertraut. Schon lange beschäftige ich mich mit Handschriften, einer spezifischen Form des persönlichen Ausdrucks. Die Art, wie Menschen schreiben, ist individuell, was auch auf andere Ausdrucksweisen wie die Gangart, die Gestik, die Mimik und die Sprechweise zutrifft. In der Handschriftenanalyse habe ich in Ausbildung und Praxis erfahren, dass insbesondere zwei Merkmale von Bedeutung sind, einerseits die Bewegung, welche die schreibende Person ausführt und welche auf dem Blatt Papier eine Spur hinterlässt, andererseits die Form der Buchstaben und deren Verbindungen, die wir in der Schule eingeübt haben und in der Regel vom Jugendalter an individuell zu gestalten beginnen. Kurz formuliert legen wir in die Buchstaben gewollt oder unbemerkt eine persönliche Bewegungsspur und eine persönliche Form. Die grafologische Theorie gibt dieser Bewegungsspur und Formgestaltung viel Gewicht. Einer ihrer namhaften Vertreter, H. Knobloch (1987), definiert „Antriebs- und Formgestalten“. Die Antriebsgestalten, die in die Bewegung der Hand einfließen, umschreibt er mit Begriffen wie Lebendigkeit, Vitalität, Drang, Funktionslust, Affekt, und er ordnet ihnen Gruppen von Schriftmerkmalen zu. Diese vergleicht er, im Sinne von Modellfällen, mit der Persönlichkeit und der Biografie der Schreibenden, und er findet wiederkehrende Zusammenhänge. Dasselbe macht H. Knobloch mit den Formgestalten, die er mit Begriffen wie Untersteuerung und Übersteuerung, betonte und unbetonte Präsentation sowie Repräsentation, Identität und Manier charakterisiert. Auch hier beschreibt Knobloch vielfältige Übereinstimmungen mit der Persönlichkeit und Biografie der Schreibenden. Diese Zusammenhänge zwischen Bewegung und Form in der Handschrift einerseits sowie der Persönlichkeit der Schreibenden andererseits sind geübten Grafologinnen und Grafologen bestens vertraut. Leider konnten sie bis heute nur ungenügend mit statistisch signifikanten Korrelationen verifiziert werden, was viele Gründe hat und einen beachtlichen Forschungsaufwand bedingt. Im Wissen um

diese Schwierigkeit hat H. Knobloch seine grafologische Deutungsmethode „Kennerschaft“ genannt. Er meint damit, dass sich die Zusammenhänge dem erschliessen, der sich mit ihnen intensiv und sehr lange auseinandersetzt. Er vergleicht die grafologische Kennerschaft unter anderem mit jener von Kunstexperten, die ebenfalls durch intensiv hörende oder schauende Erfahrung die Vernetzungen zwischen Künstler und Werk zu verstehen lernen. Seine Definition der Kennerschaft findet heute prominente Unterstützung beispielsweise durch die Aussagen von W. Tschacher (2010), einem namhaften klinischen Psychologen, der im Zusammenhang mit der Theorie des „Embodiment“ schreibt: „Wahre Experten haben ihr Wissen sprichwörtlich *verkörpert*: Experten „fühlen“, wenn sie richtig liegen, und „sehen“ einen guten Lösungsweg.“

Was sagt die grafologische Theorie über die Verbindung zwischen Bewegung beziehungsweise Form in der Handschrift und der Persönlichkeit der Schreibenden. Zweifellos vereinfachend formuliert sie folgende zwei globalen Deutungshypothesen:

1. In die automatisierte Handschrift fließt das individuelle Bewegungsmuster der schreibenden Person ein. Dieses ist geprägt vom Zusammenwirken körperlicher, psychischer und mentaler Kräfte. Es korreliert mit Eigenschaften der Persönlichkeit, die folgende Aspekte betreffen: *erstens* den vitalen Antrieb (Triebimpulse, Temperament, Emotionalität), *zweitens* dessen bewusste oder unbewusste Steuerung (durch das Denken, den Verstand, den Willen, ethische Normen, das Gewissen) und *drittens* das Spannungsverhältnis, in dem Antrieb und Steuerung zueinander stehen. Dieses Spannungsverhältnis wiederum manifestiert sich individuell verschieden in Persönlichkeitseigenschaften wie Lockerheit, Elastizität, Spannkraft, Spannungslosigkeit, Überspannung, Verkrampfung.
2. Die im Schreibunterricht an der Primarschule nach Vorlage eingeübten und automatisierten Schriftformen, das heisst die Buchstaben und ihre Verbindungen, werden von Schreibenden vor allem ab dem Jugendalter in unendlichen individuellen Variationen gestaltet, bewusst gelenkt oder unbewusst entstehend. Diese Formvariationen korrelieren mit Persönlichkeitsaspekten, welche das weite Verhaltensspektrum zwischen den Polen der Normenorientierung und Kon-

ventionalität auf der einen Seite und der individuellen Eigenprägung, Autonomie und Identität auf der anderen betreffen.

Die erste grafologische Deutungshypothese entspricht relativ banalen Erkenntnissen über unsere Energien und wie wir mit ihnen umgehen. Es ist evident, dass wir uns, bedingt durch die Erbanlagen und die Prägungen des Lebens, bezüglich Antriebsstärke und Temperament beachtlich unterscheiden. Auch steuern wir diese Kräfte individuell sehr verschieden. Wir wissen, dass es viele Menschen gibt, die ihr Temperament ausgewogen zum Ausdruck bringen, dass es andere gibt, die ihre Emotionen wenig steuern, und solche, die sie allzu sehr kontrollieren, was sie hemmt oder verspannt erscheinen lässt. Diese Alltagserfahrungen finden ihre Parallele auch in jenen tiefenpsychologischen Persönlichkeitstheorien, in denen das individuelle Verhalten im Spannungsverhältnis zwischen Körper, Seele und Geist beziehungsweise zwischen Trieb, Antrieb, Emotion und deren kognitiver, willentlicher oder ethisch-moralischer Steuerung gedeutet wird. Die diesbezüglichen Erkenntnisse, welche die geisteswissenschaftliche Persönlichkeitspsychologie nur ungenügend wissenschaftlich beweisen konnte, erhalten heute mindestens ansatzweise anerkennende Bestätigung durch die Hirnforschung. In der Einführung zum Buch *„Embodiment, Die Wechselbeziehung von Körper und Psyche verstehen und nutzen“* (M. Storch, B. Cantieni, G. Hüther, W. Tschacher, 2010) finden wir zum Beispiel folgende Sätze:

„Die Hirnforschung erweist sich in jüngster Zeit als segensreich für die Psychologie, weil sie die tiefenpsychologischen Ansätze mit der Vorstellung von wirksamen Antriebskräften hoffähig macht für die universitäre Welt. Was jedoch nach wie vor in der akademischen Psychologie weitgehend als terra incognita gehandelt wird, ist der Körper und seine Rolle als Mitgestalter von psychischen Prozessen.“

Noch konkreter sind folgende Aussagen von W. Tschacher (2010), Mitautor von *Embodiment*:

„Gefühl und Kognition hängen eng mit dem Körper und Körperausdruck zusammen. Theoretiker und Forscher stellten sich immer wieder die Frage, wie dieser Zusammenhang beschaffen ist. Den meisten Lesern wird die folgende Position sehr einleuchtend erscheinen: Gefühle, Emotionen und geistige Verfassung bestimmen den Körperausdruck. Schon die Sprache legt das nahe: Körperausdruck. „Der Körper ist Spiegel der Seele.“ – dies entspricht sicher am direktesten der Alltagspsychologie, das heisst der Auf-