



- Hier erfahren Sie erste Details zur **EC-Theorie** (Embodied Communication) über zwischenmenschliche Kommunikation
 - Sie bekommen Hinweise zu **meinem Seminarangebot**
 - Sie sehen weitere Hinweise/Empfehlungen zur Forschung und Systemtheorie
-

Am Anfang ist nicht das Wort sondern der Körper

Wann sind wir bereit, wirklich zuzuhören, wann fühlen wir uns in Gesprächen verstanden? Wie können wir unsere Ziele und Wünsche so ansprechen, dass wir uns vom Gegenüber angenommen und verstanden fühlen? Das Konzept der „**Embodied Communication**“ ist ein Modell menschlicher Kommunikation, denn es berücksichtigt die wesentlichen Einflüsse körperlicher Reaktionen auf das Erlebte. Eine befriedigende Kommunikation beginnt bei uns selber: so könnte man die Grundidee von „Embodied Communication“ benennen. Gelungene Kommunikation zeigt sich in der gemeinsamen Übereinstimmung der an der Begegnung Beteiligten.

Das Stimmigkeit-Gefühl guter Kommunikation heißt Synchronie

Bei guter, übereinstimmender Kommunikation versuchen die miteinander verbundenen Personen beidseitiges Verstehen zu erzeugen und/oder zu verhandeln. Für diesen Vorgang verwendet die EC-Theorie den Begriff der „Synchronisierung“. Das Gefühl, verstanden zu werden (Stimmigkeitsgefühl), wird begriffen als Folge einer Synchronie auf körperlicher, non-verbaler und auch „Verstandes“-Ebene der beteiligten Personen.

Der bewusste Umgang mit dem Herbeiführen eines Stimmigkeitsgefühls im Gespräch:

Wir haben die Möglichkeit, unsere Gespräche durch das Gestalten von dieser Randbedingung des körperlich-geistigen Zusammenspiels zu steuern. Die körperlichen Empfindungen werden vor und während des Gespräches gemeinsam genutzt. Den Gesprächsverlauf kann man sich so dem „Selbstorganisationsprozessen“ überlassen. Diese Emergenz schafft das, was uns einzeln sonst so nicht gelänge. Führen wir ein solches Gespräch, kann eine gemeinsame positive Erfahrung entstehen und sich neue Ideen entwickeln, auf die man alleine nicht kommt.

Auch in konflikthaften Situationen handlungsfähig und stimmig bleiben

Während wir kommunizieren werden wir andauernd von körperlichen Vorgängen beeinflusst, die meist unwillkürlich durch bisherige Erfahrungen, Erinnerungen und all den damit verbundenen Emotionen und Affekte/Gefühlen ausgelöst werden. Alle Worte, Reize, Eindrücke die das Gehirn als Input aufnimmt, lösen im neuronalen Netzwerk Aktivität aus, die den sprachlichen Inhalten *Bedeutung* verleihen und körperliche Affekte mit sich bringt. Es sind stets bewusste als auch unbewusste Ebenen beteiligt.

Besonderen Einfluss haben unsere Affekte auf das kommunikative Handeln. Das ist ein Kernstück der EC-Theorie: durch Affekte/Gefühle gibt es den Antrieb für Handlungen und die Motivation etwas zu tun. Dies ist wiederum Grund für Kommunikation. Affekte sind nicht unbedingt bewusst, daher sind sie schwer in Worte zu fassen. Die sich selber organisierenden Stimmungen zwischen Gesprächspartnern bringen eine Dynamik in Gang, die „wortlos“ funktioniert, jedoch nicht immer bewusst gesteuert werden kann.



Mein Seminarangebot zum Thema

»Gestaltung meiner Gespräche unter Anwendung der Embodied Communication«

Durch eigenes Erfahren in meinem Seminar wird veranschaulicht, wie Sie dabei sehr individuell vorgehen können, um günstige Rahmenbedingungen für eine stimmige und gelingende Kommunikation zu schaffen.

- Sie können live durch das Bewusstwerden der eigenen, sonst unbewusst am Gespräch beteiligten Anteilen erleben, wie die Handlungen und damit der Gesprächsverlauf wirksam und hilfreich beeinflusst werden können.
- Dabei muss es bei den behandelten Themen nicht immer nur um „friedliche Anlässe“ gehen. Die Werkzeuge, die wir nutzen können, sind als Affektbilanz, Pizza-Analyse, Wunderrad, Ideenkorb von Maja Storch benannt und nutzen so die bildhafte Sprache für einen gelingenden Lösungsansatz in komplexer Kommunikation.



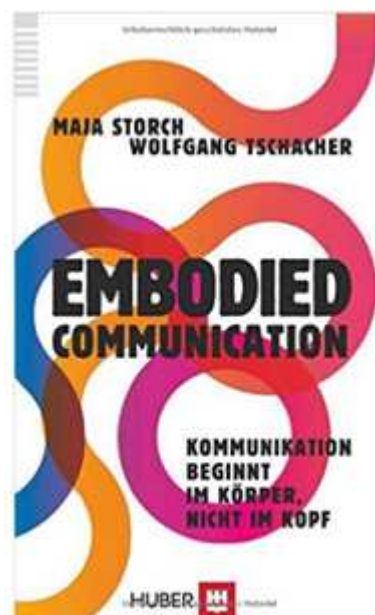
Weitere Hinweise zur Forschung und der Systemtheorie:

Dr. Maja Storch und Prof. Dr. Wolfgang Tschacher nennen diese Kommunikationstheorie „Embodied Communication“, (abgekürzt EC-Theorie), weil sie körperliche, emotionale Prozesse, Gedächtnisfunktionen und Erfahrungswissen in ihrem Modell integrieren.

Der Körper beeinflusst den Geist und umgekehrt auch der Geist den Körper.

Verbindungen, die ein Zusammenwirken von Körper, Seele, Geist ermöglichen, sind ein komplexes sich wechselseitig beeinflussendes System. Das Konzept der Embodied Communication wird mit wissenschaftlichen Erkenntnissen vor allem aus der Embodiment-Forschung, der Systemtheorie sowie dem Prinzip der Selbstorganisation und Musterbildungen lebender offener Systeme in der Biologie und Sozialpsychologie (Synchronie) begründet.

Für weitere Details empfehle ich das Buch von Dr. Maja Storch und Prof. Dr. Wolfgang Tschacher



Verlag Hogrefe AG, 2016

ISBN 3456856148, 9783456856148