

Die Wechselwirkung von
Körper und Psyche,
Individuum und Umwelt

Olaf Esseiva

Grundlagen der Psycho-Physiognomik

Grundlagen der Psycho-Physiognomik

Die Wechselwirkung von Körper und Psyche,
Individuum und Umwelt

Olaf Esseiva



Olaf Esseiva, wohnhaft in der Schweiz, setzt sich seit über 20 Jahren mit Leib und Seele mit dem Thema Psycho-Physiognomik auseinander. Nach einer mehrjährigen Ausbildung in Psycho-Physiognomik und dem Studium der praktischen Psychologie gründete er 2007 ein Institut für Psycho-Physiognomik (IPP). Seit 1998 gibt er sein Wissen bei Ausbildungen, Vorträgen und Beratungen auch international weiter.

1. Auflage 2017

© 2017 ML Verlag in der
Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG, Kulmbach

Titelbild: © agsandrew – Fotolia

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt.
Vervielfältigung, Übersetzung, Mikroverfilmung und Einspeicherung und Verarbeitung
in elektronische Systeme ist unzulässig und strafbar.

www.ml-buchverlag.de

Buch: ISBN 978-3-946321-57-6
E-Book (PDF): ISBN 978-3-947052-08-0

Inhalt

Vorwort	7
Dank	9
Einleitung	10
1 Die Psycho-Physiognomik	14
1.1 Definition des Begriffs „Psycho-Physiognomik“	19
1.2 Interpretationsbereiche der Psycho-Physiognomik	22
1.3 Der Aufbau der Psycho-Physiognomik anhand des Drei-Stufen-und-sechs-Säulen-Konzepts	25
1.4 Körper-, Kopf- und Gesichtsausdrucksformen als vierte Kommunikationsart	29
1.5 Nutzen und Grenzen der Psycho-Physiognomik	30
1.6 Konstante und veränderbare Ausdruckselemente der Psycho-Physiognomik und ihre Bedeutung im therapeutischen Kontext	31
1.7 Nachgeburtliche Naturell-Entwicklungsstufen des Menschen bis zur Jugend	43
2 Carl Huter, der Begründer der Psycho-Physiognomik	45
3 Ethische Grundsätze im Umgang mit der Psycho-Physiognomik	49
3.1 Idealbild eines Psycho-Physiognomen	51
3.2 Ethik des Umgehens mit persönlichkeitspsychologischen Betrachtungen	52
4 Die Wechselwirkungen von Körper und Psyche, Körper und Umwelt, Individuum und Universum, Innen und Außen	56
4.1 Der Zusammenhang der chemischen Eigenschaften mit dem Atombau	57
4.2 Die Wechselwirkung von Körper und Psyche im Sinne einer Doppelbewegung von innen nach außen und von außen nach innen	64
4.3 Wechselwirkungen zwischen Individuum und Universum	68
4.4 Klimaregeln – Warum es Eisbären gibt, aber keine Eismäuse	85

4.5	Die Wechselwirkungen zwischen Körper und Psyche	95
4.6	Der Zusammenhang von Körper, Kopf und Gesicht aus physiognomisch-psychologischer Sichtweise.	98
4.7	Der Zusammenhang von Psyche und Lebenskraft	101
4.8	Wie die Wechselwirkung von Körper und Psyche in der Psychologie erforscht wurde	105
4.9	Die Wechselwirkungen zwischen unterschiedlichen Systemen	112
4.10	Die Wechselwirkung von Anatomie, Physiologie und Psychologie	115
4.11	Die Wechselwirkungen in der TZI (themenzentrierte Interaktion)	121
5	Wechselwirkungen innerhalb der Psyche	124
6	Die moderne Wissenschaft im Lichte der Wechselwirkungen	131
6.1	Grundlagen der Psychosomatik	131
6.2	Die 4 Ebenen der Psychosomatik	132
6.3	Fächerübergreifende Aufgaben der Psychosomatik	136
6.4	Das biopsychosoziale Modell	138
6.5	Biopsychologie	142
7	Der Prozess der (Psycho-)Somatisierung	145
7.1	Stress aus psychologischer Sicht	145
7.2	Stress aus physiologischer Sicht	154
8	Gene und die Leib-Seele-Einheit	162
8.1	Carl Hutters Lehre von Materie und Geist.	163
8.2	Das Lebensgrundorgan – die Zelle	169
8.3	Kennzeichen des Lebendigen	169
8.4	Aufbau und Arbeitsweise der Zelle	171
8.5	Gene in Wechselwirkung mit der Umwelt und der Psyche	181
9	Die (Epi-)Gene(-tik)	182
9.1	Neurobiologische Grundlagen, welche die psychobiologische Wechselwirkung von Geist und Gen belegen	189
9.2	Das spukende DNA-Phantom	191
9.3	Zufällige „Zufälle“?	199
9.4	DNA im Austausch mit dem Universum.	204
9.5	Essay: Das psychische Körperbild – eine Hypothese	205

10	Der Eigenschaftsraum und sein Potenzial als Essay zur Erklärung der Wechselwirkung von Körper und Psyche	206
11	Die Naturelle – Grundtypen der Persönlichkeit – Grundbedürfnisse der Seele. . .	209
11.1	Die Grundtypen oder die verschiedenen Neigungen der Psyche	209
11.2	Das Dreiteilungsprinzip und die Wechselwirkung zwischen Form, Wesen und Energie	210
11.3	Die Naturelle und die Keimblattentwicklung	214
11.4	Die Keimblatt-Theorie	217
11.5	Der Zusammenhang der Keimblattentwicklung mit den Grundtypen (Naturellen)	219
12	Die körperlichen und psychischen Merkmale der primären Naturelle	223
12.1	Das Ernährungsnaturell	224
12.2	Das Bewegungsnaturell	226
12.3	Das Empfindungsnaturell.	229
13	Die körperlichen und psychischen Merkmale der sekundären Naturelle	234
13.1	Das sekundäre Ernährungs-Bewegungsnaturell	235
13.2	Das sekundäre Ernährungs-Empfindungsnaturell	238
13.3	Das sekundäre Empfindungs-Bewegungsnaturell.	241
14	Die körperlichen und psychischen Merkmale der polaren Naturelle	244
14.1	Das integrative Naturell	244
14.2	Das desintegrative Naturell	247
15	Positive und negative Persönlichkeitseigenschaften?	253
16	Die Naturell-Typen im Tier- und Pflanzenreich	255
16.1	Die Tier- und Pflanzenwelt	255
17	Das Naturellschema nach Huter	261
17.1	Das Naturell-Kreis-Schema im Detail	266
18	Das Gesicht – eine Ikone der Schöpfung	269
19	Eine ganzheitliche Sicht der Psycho-Physiognomik.	271
19.1	Die Identifikation mit dem Körper und der Psyche.	273

Anhang	277
Ausbildungen	277
Literatur- und Bildverzeichnis	278

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird im gesamten Text die männliche Form verwendet; die weibliche Form ist selbstverständlich mitgemeint.

Vorwort

Schon als Kind interessierten mich Menschen; ihr Verhalten, ihr Aussehen und die Wirkung, die sie auf mich hatten. Es gelang mir oft, ihr Wesen zu erfühlen, ohne dass ich es in Worte hätte fassen können. Später bemerkte ich Zusammenhänge zwischen Auftreten, Ausdrucksweise und Verhalten. Heute würde ich sagen, ich erahnte den Zusammenhang von Körper und Psyche.

Die Sehnsucht meiner fragenden Seele nach Wahrheit und Erkenntnis drängte mich zum Suchen nach weiteren Erkenntnissen. Nach jenen Erkenntnissen, die im Menschen eine tiefe Befriedigung verschaffen und ihn mit Weisheit, Liebe, Güte, Frieden und Gelassenheit auszeichnen.

Seither bin ich ständig auf der „Reise“, habe mich innerlich damit ebenso auseinandergesetzt wie auch äußerlich, indem ich mich einerseits mit mir selbst und andererseits mit Literatur zu den unterschiedlichsten Themen beschäftigt habe. Dazu war es notwendig, die entsprechenden Gebiete durchzuarbeiten und alle für mich stimmigen Aussagen herauszufiltern, zu ordnen und zusammenzufassen. Mittlerweile bin ich davon überzeugt, alles, was ein Mensch tut und ist, ist Ausdruck seines Wesens. Es gibt nichts Äußeres, das nicht von innen geprägt wurde, und alles Innere wird auch von außen beeinflusst. Der Körper mit seinem Ausdruck erweist sich beim genauen Hinsehen als Spiegel oder *Information*, die den inneren, unsichtbaren Zustand unseres Bewusstseins, unserer Psyche und Seele sichtbar werden lässt.

Der Körper, seine Erscheinung mit den Formen, seinem Ausdruck und seinen Bewegungen, ist somit ein Spiegelbild der inneren Vorgänge und äußeren Lebensbedingungen!

Die Wechselwirkungen zwischen Körper und Psyche, Leib und Seele, deren Grundlagen ich hier vorstellen werde, sind so vielfältig und vielschichtig, dass ich aus Platzgründen nur die aus meiner Sicht wichtigsten vorstellen kann. Dabei habe ich versucht, das enorme Material auf einfache Vorgänge, auf die Essenz, zurückzuführen. Wie schwer so etwas ist, weiß jeder, der es einmal versucht hat.

Durch die Betrachtungen des Prinzips der Wechselwirkung beschäftigte ich mich auch mit der Psyche, deren Kern, das Selbst, die Seele oder der göttliche Funken, mich besonders anzog, zumal jedes Lebewesen dies in seiner tiefsten Essenz IST. Daraufhin machte ich mich daran, mein Inneres wahrzunehmen und zu differenzieren, indem ich zu schreiben anfang. Gefühle wurden zu Worten. Dabei wurde mir immer bewusster, wie wunderbar

sich das Prinzip der Wechselwirkungen zwischen Körper und Psyche mit dem Selbst als unserem innersten Kern verbinden lässt. Von nun an eröffnete sich mir ein Verstehen auf tiefster Ebene, das ich durchaus als den Sinn des Lebens und der Schöpfung bezeichnen möchte. Es ist die wunderbare Verbindung von Wissenschaft und Religion.

Verstandesmäßige Einsichten öffnen zwar noch nicht die Tore zum Himmelreich. Im Gegenteil, ich nehme oft wahr, wie sich der Verstand kilometerweit vorarbeitet, während sich mein seelisches Erwachen in alter Gewohnheit mühsam Millimeter um Millimeter im Schneckentempo nach vorne wagt. Aus einem tiefen Verlangen, dieses Wissen möglichst vielen Menschen zugänglich zu machen, entstand schließlich dieses Buch. Wichtig war mir, dabei stets eine humanistische Haltung zu bewahren, also das Prinzip der Wechselwirkungen zwischen Körper und Psyche nicht im bewertenden Sinne, sondern für einen wohlwollenden und verständnisvollen Umgang zu verwenden, um zuerst sich selber und dann andere besser erkennen und verstehen zu können.

Zu einer solchen neuen und ganzheitlichen Sichtweise möchte ich Sie einladen. Ich wünsche mir, dass dieses Buch auch Ihnen als ein kleiner Wegweiser oder eine kleine Anleitung dienen kann zu Ihrer persönlichen Selbstfindung und Selbstverwirklichung. Inwieweit Sie dieser Einladung folgen möchten, liegt ganz bei Ihnen. Autonom können Sie auch entscheiden, vielleicht nur einen Teil der angebotenen Kapitel zu übernehmen, andere zu modifizieren oder ganz zu verwerfen.

Olaf Esseiva-Zeller, im Sommer 2016

1.1 Definition des Begriffs „Psycho-Physiognomik“

Die Psycho-Physiognomik beschreibt das Zusammenspiel von Körper und Psyche und lehrt, dass sich zwischen der Erscheinung und der Persönlichkeit kein Widerspruch feststellen lässt. Leib und Seele bilden somit eine Einheit. Kurz lässt sich die Psycho-Physiognomik folgendermaßen definieren: **Psycho-Physiognomik ist ein System, welches einerseits die Lebens- und Seelenenergien mit Körper-, Kopf- und Gesichtsausdrucksformen sowie gesundheitsrelevante Themen mit organ- und funktionspezifischen Antlitzzeichen verbindet. Alles zusammen schließt auch die Ausstrahlung des Menschen mit ein und bedient sich des „fühlenden Sehens“ als intuitivem Werkzeug.**

Der Begriff Psycho-Physiognomik fasst alle Bereiche zusammen, die dem psycho-physiognomischen Grundsatz der Wechselwirkungen von Innen und Außen entsprechen.

Die Psycho-Physiognomik beruht auf der Grundlage der Natur- sowie Geisteswissenschaften. Sie ist die Wissenschaft des Ausdrucks der Formen, Farben, Spannungen und Strahlungen sowie sonstigen Lebensäußerungen. Dazu gehören Mimik, Gestik, Handschrift, Sprache etc. Durch das Erkennen und Interpretieren dieser Informationen ist es möglich, einen Menschen ganzheitlich zu erfassen.

Physiognomie, Physiognomik und Psycho-Physiognomik

Im alltäglichen Sprachgebrauch wird vielfach das Wort Physiognomie oder Physiognomik anstatt Psycho-Physiognomik verwendet. Worin unterscheiden sich diese drei Begriffe?

Alles, was existiert, besitzt eine *Physiognomie*: eine Landschaft, ein Glas und der Körper sowie das Gesicht. Physiognomie ist also die Erscheinung. Demnach haben nicht nur Menschen eine Physiognomie, sondern auch Tiere, ein Dorf oder eine Flasche.

Physiognomik ist die *Lehre von der Erscheinung, der Gestalt oder vom Ausdruck*. Sie befasst sich mit dem Ausdruck des menschlichen Gesichts, des Körpers und der Bewegungen.

Psycho-Physiognomik meint somit die *Lehre von der Erscheinung oder vom Ausdruck und dessen Interpretation* von Persönlichkeitsmerkmalen und psychischen Vorgängen. Der Begriff „Psycho-Physiognomik“ lässt sich detaillierter definieren (► Tabelle 1):

	Psycho-	Physio-	gnomik
Definition	<ul style="list-style-type: none"> • Psyche • Seele • Geist • Persönlichkeit • Charakter • Innen • Wesen • Hauch • Atem 	<ul style="list-style-type: none"> • Körper • Leib • Gestalt • Form • Soma • Morph • Erscheinung • Außen • Materie 	<ul style="list-style-type: none"> • Stammt vom altgriechischen „gnōsis“ („Gnosis“): „(Er-) Kenntnis“ • Kennen • Wissen • Erkennen • Verstehen • Lehre • Wissenschaft

Tabelle 1: Definition von Psycho-Physiognomik

Der Begriff Psycho-Physiognomik beinhaltet also drei Wortteile: die *Psyche*, welche die Seele meint, die *Physis*, worunter der Körper zu verstehen ist, und die *Gnomik*, was vom griechischen Wort *Gnosis* stammt und *Kennen* bedeutet.

Spätestens jetzt gehen möglicherweise einige Leser innerlich in Opposition und denken: „Das klang bis jetzt noch ganz gut, aber Psyche, Seele, Geist, Persönlichkeit etc. sind doch bei Weitem nicht dasselbe.“ Das stimmt, da gebe ich Ihnen zu hundert Prozent recht, aus C.-G.-Jung-orientierter Sichtweise können wir tatsächlich alle diese unter dem Wort *Psycho* (siehe Tabelle oben) aufgezählten Begriffe nicht in einen Topf werfen, alle Begriffe sind unterschiedliche Aspekte unserer Psyche. Nicht erwähnt wären und müssten noch hinzukommen die Begriffe Bewusstsein, Unterbewusstsein, kollektives Unterbewusstsein, Selbst, Ich etc. Ich bin mir dessen völlig bewusst. Dennoch verzichte ich hier auf eine Definition oder detaillierte „Anatomie der Psyche“ und lasse die Begriffe so stehen, zugunsten der Wechselwirkungen, die ganz im Fokus liegen sollen.

Eine Ausnahme erlaube ich mir: das Wort Persönlichkeit. Ein Wort, das in aller Munde ist und nicht minder für Verwirrung sorgt, wollen wir kurz näher betrachten.

Was ist Persönlichkeit?

Der Begriff *Persönlichkeit* liegt im Schnittpunkt vieler Wissenschaften. Zur Beschreibung und um zu erklären, warum Menschen in vergleichbaren Situationen unterschiedlich handeln, sind in der Psychologie Begriffe wie Charakter, Persönlichkeit, Individuum, Typus und Einzigartigkeit herangezogen worden.

Philosophen bezeichnen mit **Individuum** den Menschen als Einzelwesen, sofern er sich (mit seinem ICH) abhebt von der Gesellschaft. Biologen bezeichnen mit Individuum das einzelne Lebewesen; so kann es vorkommen, dass nicht eindeutig zu entscheiden ist, wo eine biologische Einheit beginnt und wo sie endet, wie etwa auf niederen Lebensstufen. Eines gilt es festzuhalten: Einem leblosen Stoff, etwa einem Stein, kommt die Einzigartigkeit nicht zu, die mit dem Titel Individuum angesprochen wird.

Als **Einzigartigkeit** werden Verhaltensmuster bezeichnet, sofern die Merkmale nur bei einem Individuum alleine auftreten. Einzigartigkeit bezeichnet die Persönlichkeit als ein Einzelwesen, das sich als solches nicht vervielfältigen lässt.

Das Wort **Charakter** leitet sich vom griechischen „charaktèr“ ab, was so viel bedeutet wie *ich schärfe, spitze, ritze, grabe ein, schreibe nieder*. Wir werden hier an eine eingeprägte Schrift oder ein eingebranntes Symbol erinnert. So ritzte oder brannte der Inhaber einer Herde in das Fell seiner Tiere einen „charaktèr“, ein Zeichen ein, an dem er seine Tiere wiedererkannte. Übertragen auf den Menschen bezeichnet das Wort die eigentümliche Art eines Menschen und somit die Gesamtheit aller für einen Menschen typischen Eigenschaften, Gewohnheiten und Verhaltensweisen und kommt damit dem Begriff Persönlichkeit sehr nahe. Der Begriff Charakter spielte in der Psychologie der 30er- und 40er-Jahre eine bedeutsame Rolle und wird in letzter Zeit weitgehend durch die Bezeichnung Persönlichkeit ersetzt. Das Wort „Charakter“ ist aus meiner Sicht zu sehr emotional gefärbt und wird zu wenig neutral verwendet.

Etymologisch lassen sich **Persönlichkeit** und Person auf das Wort „persona“ und schlussendlich auf „personare“ zurückführen, was so viel besagt wie *hindurchklingen, hindurchschallen, hindurchdringen*. Im übertragenen Sinne bezeichnet „persona“ wiederum mindestens zweierlei: beispielsweise die Maske, die im antiken Drama der Schauspieler anlegte, um die Rolle anzuzeigen, die er übernommen hatte, aber auch die Rolle in seinem sozialen Umfeld (also die Position, den Status); auf der anderen Seite die Eigenart, die ein Mensch tatsächlich besitzt oder die er sich zuschreibt. Aus dem Wort „persona“ wurde schließlich das deutsche Wort „Persönlichkeit“.

Spannweite der Definition von Persönlichkeit

Die Persönlichkeit eines Menschen lässt sich auffassen als Inbegriff und Kombination der einzigartigen Verhaltensweisen, Merkmale des Gefühlslebens, des Temperaments, des Intellekts und der Art, sich zu artikulieren, zu kommunizieren und zu bewegen. Eingeschlossen in dieser Auffassung ist die Vorstellung, dass alle leiblich-seelischen Vorgänge, alle bewussten oder unbewussten Tätigkeiten, alle Prozesse oder Zustände dieses Menschen sich zu einer Einheit integrieren und eine relativ konstante, aber trotzdem dynamische

Ganzheit bilden. Alle Menschen unterscheiden sich durch diese unendlichen Kombinationen und werden durch die unterschiedlichen Ausprägungen als „individuell“ beschreiben.

❗ Unter Persönlichkeit wird die Summe der typischen und gewohnten Verhaltensweisen verstanden, mit denen ein Individuum normalerweise reagiert und mit anderen Personen (und seiner Umwelt) in Beziehung tritt.

Die Kenntnis solcher Gewohnheiten und typischen Verhaltensweisen ist unerlässlich für das gesellschaftliche Zusammenleben, denn sie steuert unsere Erwartungshaltung gegenüber den Mitmenschen und trägt damit zu unserer eigenen Denk-, Gefühls- und Verhaltensstabilität bei. Es ist schwer, sich das Funktionieren einer Gesellschaft vorzustellen, in der sich alle Personen ständig veränderten und damit unberechenbar für die Mitmenschen wären.

Aus ganzheitlich psycho-physiognomischer Sicht können wir einfügen, dass die Persönlichkeit die Maske der Seele ist, wodurch diese bestimmte Rollen mit bestimmten Eigenschaften „spielen“ bzw. sich bevorzugt in dieser Welt ausdrücken kann.

1.2 Interpretationsbereiche der Psycho-Physiognomik

Aus den bisherigen Erläuterungen und der Definition geht hervor, dass es sich bei der Psycho-Physiognomik nicht „nur“ um das Gesichterlesen handelt. Es gibt meiner Ansicht nach kaum ein anderes Wort, außer vielleicht „Ausdruckspsychologie“ oder „physiognomische Psychologie“, das den Kern des Themas so präzise beschreibt wie „Psycho-Physiognomik“. Andere Bezeichnungen wie z. B. „Gesichterlesen“ und Ähnliches lenken den Fokus lediglich auf das Gesicht und lassen andere ebenso wichtige Elemente (wie z. B. die Konstitution, die Schädelausdruckskunde, die Körpersprache etc.) außer Acht.

Wir verstehen die Psycho-Physiognomik als Lehre der Erscheinung und deren psychologische Interpretation. Entsprechend beinhaltet sie folgende Hauptbereiche (► Abb. 1), die bei Interpretationen unterschieden werden:

- **Körper-, Kopf- und Gesichtsausdruckskunde**

Hier werden die Formelemente von Körper, Kopf und Gesicht betrachtet und insbesondere deren Ausstrahlung und Ausdruck (Spannung, Gewebe, Falten etc.) für eine Analyse herangezogen. Hierher gehören sämtliche Begriffe wie Gesichterlesen, Naturelle, Konstitutionslehre, Neu-Phrenologie (Schädelausdruckskunde) etc., sofern sie sich nach Carl Huter orientieren. Unter Naturell ist der Grundtyp zu verstehen.

- **Antlitzdiagnostik – die Krankheitszeichen im Gesicht**

Die Nuancen der Gesichtsfärbungen, Falten, Schwellungen, Grübchen etc. geben Aufschluss über eventuelle körperliche Störungen oder lassen tendenziell auf die seelische Verfassung des Patienten schließen. Die meines Erachtens heute bekanntesten Autoren und Systeme/Methoden in der Antlitzdiagnostik sind:

- **N. Ferronato – Patho-Physiognomik.** Der Schweizer Naturarzt Natale Ferronato hat in 60-jähriger Forschungsarbeit die Patho-Physiognomik als wertvolle Hinweisdiagnostik begründet. Patho-Physiognomik ist die Lehre der organ- und funktionsspezifischen Krankheitszeichen im Gesicht. Des Weiteren haben Karlheinz Raab und Michael Münch die Erkenntnisse von Natale Ferronato weiterverfolgt und z.T. ergänzt. In ihrer Praxis konnten sie auch viele Situationen über Jahrzehnte verfolgen und somit seine Erkenntnisse überprüfen und bestätigen.
- **K. Hicketier – Antlitzanalyse in der Biochemie** (unter Einbeziehung der Schüßler-salze).
- **E. G. Altmann – Einführung in die Kranken-Physiognomik.**
- **H. D. Bach – Äußere Kennzeichen innerer Erkrankungen.**
- **A. Markgraf – Die genetischen Informationen in der visuellen Diagnostik.**
- **F. W. Tischdorf – Blickdiagnostik in der klinischen Inspektion und Differenzialdiagnostik.**
- **Chinesische Antlitzdiagnose.**

- **Sämtliche Arten der Kommunikation**

Das große Gebiet der Kommunikation kann wiederum in drei Hauptbereiche unterteilt werden: die verbale, nonverbale und paraverbale Kommunikation. So betrachtet gehören also Körpersprache, Mimik, Gestik, Verhalten, Handlungen, die Stimme etc. ebenso zur Psycho-Physiognomik.

- **Psychosomatik**

Unter Psychosomatik versteht man körperliche Erkrankungen oder Beschwerden, die durch psychische Belastungen hervorgerufen werden. Die Psyche wird hier als Ursache körperlicher Krankheiten und Störungen betrachtet, wobei – wie wir noch erkennen werden – vier Hauptbereiche unterschieden werden. (Morschitzky & Sator 2010)

- **Zeichnungen**

Als Erstes mag uns hier der Baum-Test einfallen (Koch 1997). Wenn ein Psychologe einen Baum-Test ausführen lässt, regt er damit die Persönlichkeit des Zeichners zu einer unbewussten Aussage über sich selbst an. Ausgestattet mit einem weißen leeren A4-Papier und einem Bleistift erhält der Proband den Auftrag: „Zeichne einen Baum.“ Die Art der Darstellung und auch des Striches ist diagnostisch auswertbar. Doch auch

andere Freihandzeichnungen kann man heranziehen. Jedes von Hand gezeichnete Bild hat eine eigene Geschichte, die uns besser verstehen lässt, warum dieses Bild gerade jetzt in dieser Form gestaltet wurde. Gerade bei Kindern kann dieses Bildanalyseverfahren oft als wichtiges Kommunikationsmittel eingesetzt werden.

- **Grafologie**

Grafologie ist die Lehre von der Handschrift als Ausdruck der Persönlichkeit und zeigt, wie aus der Handschrift eines Menschen bestimmte Bereiche seiner Persönlichkeit gedeutet werden können. Sie ist eine gängige Methode in der Psychodiagnostik und in Rekrutierungsverfahren.

- **Gedanken, Gefühle, Träume, Erleben, Interpretationen**

- **Sonstige Erscheinungen, Leistungen und Äußerungen**, die vom Menschen ausgehen. Auch das Hand- und Fußlesen, die Irisdiagnostik und vieles mehr gehören vom Grundprinzip her zur Psycho-Physiognomik.

Die **Kraft-Richtungs-Ordnung** (► Abb. 1) beinhaltet das Kernstück der Psycho-Physiognomik und ist überhaupt eine der spannendsten Theorien. Um die verschiedenen Energien und Kräfte der Seele, die auf die Psyche, die Körper-, Kopf- und Gesichtsausdrucksformen sowie auf die Funktion und den Zustand der Organe wirken, messen, werten und interpretieren zu können, entwarf Carl Huter ein System, das er als Kraft-Richtungs-Ordnung bezeichnet. Es behandelt die Energien und Kräfte der Seele, die im Verborgenen wirken, aber über die Ausstrahlung des Menschen wahrnehmbar werden. Hier treten wir über die materielle Gestalt des Menschen hinaus und beziehen die spezifischen Energien, die im Menschen wirksam sind und in seiner Ausstrahlung zutage treten, in die Betrachtung mit ein.

Folgende 10 Kräfte werden unterschieden: Medioma, Konzentrationsenergie, Magnetismus, Attraktion, Elektrizität, gebundene und strahlende Wärme, Od, negative und positive Helioda. Diese 10 verschiedenen Vitalkräfte haben Einfluss auf alle Bereiche der Psycho-Physiognomik und wirken sowohl auf biologischer (körperlich-organischer) wie auch auf psychischer Ebene.

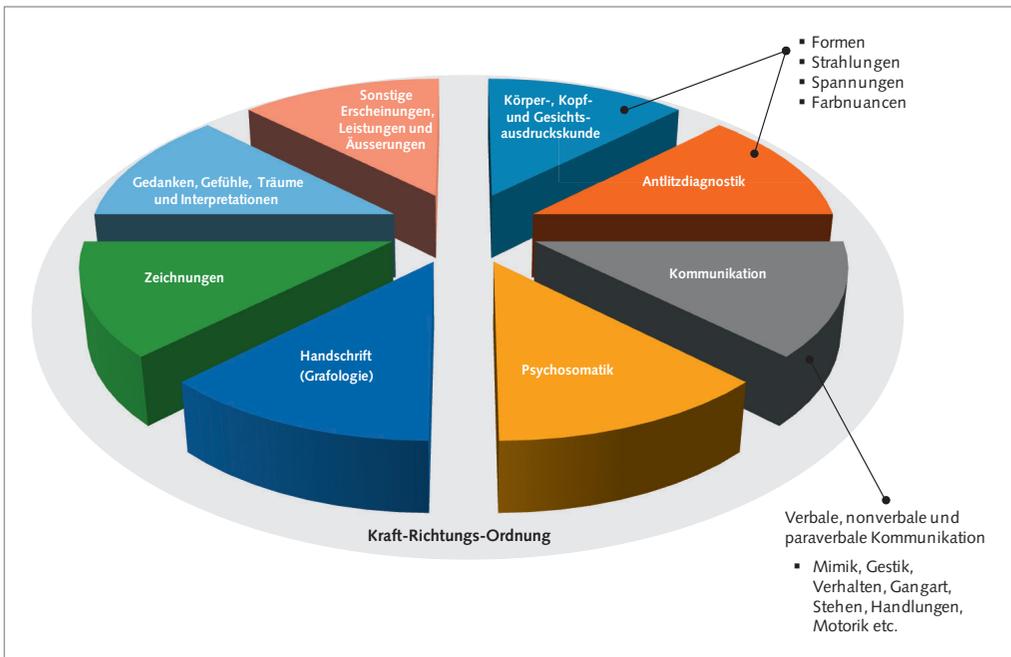


Abb. 1: Die Interpretationsbereiche der Psycho-Physiognomik

1.3 Der Aufbau der Psycho-Physiognomik anhand des Drei-Stufen-und-sechs-Säulen-Konzepts

Viele Laien stürzen sich geradezu auf die Gesichtsausdrucksorgane und -zonen wie beispielsweise Ohren, Mund, Nase und wollen die jeweiligen Erscheinungen interpretieren lernen. Daran gibt es grundsätzlich nichts auszusetzen. Doch es fällt oft auf, dass es ihnen an einem guten Fundament fehlt, auf dem die Säulen der Erkenntnis aufgebaut werden können. Deshalb stelle ich hier einige Themen vor, die zu einem stabilen Fundament beitragen sollen, auf dem aufbauend andere Formelemente mitbetrachtet und die Säulen der Erkenntnis später errichtet werden können. Fest verwurzelt im Boden (Fundament) und mit guten Kenntnissen der psycho-physiognomischen Themen kann der Abschluss angegangen werden: die Kalligraphie.

Das nachfolgend beschriebene Drei-Stufen-und-sechs-Säulen-Konzept ist aus didaktischen Überlegungen zum fundierten Erlernen der Psycho-Physiognomik aufgebaut (► Abb. 2). Es integriert und ergänzt die oben beschriebenen Interpretationsbereiche (► Abb. 1) und zeigt als Unterschied den didaktischen Aufbau zum Erlernen der Psycho-Physiognomik.

Die Psyche und ihre Anteile als wahr-gebende Elemente

Bedingt durch unseren psychischen Filter (► Abb. 42 und 43) werden die eingehenden Informationen unserer Innenwelt entsprechend gefärbt. Es entstehen je nach Art der Interpretation und der Bedeutung, die wir diesen Reizen zuschreiben, Gefühle, Emotionen, Stimmungen und Gedanken. Unser momentanes Befinden wird geprägt. Wir machen uns ein inneres Bild von dem im Außen Wahrgenommenen und gehen davon aus, dass dies der „Wirklichkeit oder Realität“ entspricht. Deshalb können wir hier, im Interpretationsprozess, von wahr-gebenden Elementen sprechen. Diese wahr-gebenden Elemente entsprechen unserem unbewussten psychologischen Filter.

Beide, die wahr-nehmbaren und wahr-gebenden Verfahren, werden wiederum aus dem Zusammenhang heraus (Situation) gedeutet. Es ist ein großer Unterschied, ob der Typ hinter dem Schalter in der Badeanstalt sein Hemd außerhalb der Hose trägt oder der Berater in der Bank.

7.2 Stress aus physiologischer Sicht

Black-out! So mancher kennt dieses Gefühl bei einer Prüfung: Plötzlich versagt das Gedächtnis, das gespeicherte Wissen kann nicht abgerufen werden. Der Einfluss von Stress und Kortisol auf unser Erinnerungsvermögen (kognitive Leistung) ist ein gutes Beispiel dafür, wie eng das Mentale (engl. „mind“) und das Biologische, also körperliche Prozesse, etwa der Hormonausstoß aus den Nebennieren, miteinander zusammenhängen und sich wechselseitig bedingen. Dass dies auch auf unser Verhalten Auswirkungen hat, liegt auf der Hand.

Stressreaktion und vegetatives Nervensystem

Das Gehirn stimuliert die Körperorgane über das vegetative Nervensystem. Wenn wir beispielsweise eine ängstlich blickende Person sehen, steigert das sympathische Nervensystem seine Aktivität und bereitet uns auf eine mögliche Gefahr vor – es lässt unser Herz schneller schlagen, erweitert die Pupillen, beschleunigt die Atmung, verengt einige Blutgefäße und erweitert andere. Wenn die Gefahr vorüber ist oder wir keine Gefahr entdecken können, wird das parasympathische Nervensystem – als antagonistisch wirkendes Nervensystem – in umgekehrter Richtung aktiv und verlangsamt den Herzschlag, die Atmung und so weiter. Unsere Körperfunktionen werden wieder beruhigt. Diese beiden Teile des vegetativen Nervensystems arbeiten und ergänzen sich ständig, sodass unser Körper reibungslos und stabil funktioniert; dieser Zustand heißt Homöostase.

Hans Selye beschrieb als Erster die Beziehung zwischen Stress und dem vegetativen Nervensystem. Er vermutete, dass Menschen in der Regel mit einer dreiphasigen Reaktion auf Stress antworten. Diese Reaktion bezeichnete er als allgemeines Adaptationssyndrom. Das vegetative Nervensystem ist nicht der einzige Berührungspunkt zwischen Stress und körperlichen Reaktionen. Einen anderen stellt das endokrine System von Hypophyse und Nebennieren dar.

Stressreaktion und Gehirn

Stress entsteht im Gehirn (► Abb. 44), dabei sind folgende Systeme beteiligt:

- **Limbisches Gehirn**

Das limbische System ist eine funktionelle Einheit, die aus Strukturen des Großhirns, des Zwischenhirns und des Mittelhirns gebildet wird. Das limbische System sorgt als eine Art „Gefühlssystem“ dafür, dass Gefühle überhaupt in unser Bewusstsein eindringen können, behalten werden und bestimmte Reaktionen hervorrufen. Erlebnisse, welche mit starken Emotionen verbunden sind, werden besser gespeichert als andere.

Das limbische System ist zuständig für soziale Bindungen, Familienleben, mütterliche Zuwendung und Fürsorge, Vertrauen, Gefühle, Zusammenleben in der Gemeinschaft und für soziale Instinkte. Das limbische System beeinflusst über den Hypothalamus zahlreiche vegetative Organfunktionen. Es wird auch als „Emotionalhirn“ oder als „Gehirn der Gefühle“ bezeichnet.

- **Hirnstamm**

Der Hirnstamm ist der älteste Teil des Gehirns und wird oft auch als „Reptiliengehirn“ bezeichnet. In ihm werden unter anderem die willkürliche und unwillkürliche Motorik gesteuert.

Das Stammhirn besitzt kein Denkvermögen, sondern handelt instinktiv. Es heißt, dass ein Reptil in der Gefahr angreift oder sich durch Flucht zurückzieht. Hauptmerkmale einer vom Reptilienhirn beherrschten geistige Aktivität und Verhaltensweise sind Impulsivität, Automatismus, unmittelbare Bedürfnisbefriedigung, Gewalt, Bosheit, Unkontrollierbarkeit, Unaufrichtigkeit, Selbstsucht, Kurzsichtigkeit und Ich-Bezogenheit.

- **Großhirn (Cortex)**

Das Großhirn hat die Aufgabe, Reize bewusst wahrzunehmen. Es dient dem Nach-

denken, Überlegen, Reflektieren und dem Einschätzen z. B. einer Gefahr. Das Großhirn ist der Sitz des Bewusstseins, also der Wahrnehmung, der Sprache, des Denkens, der willkürlichen Bewegungen und der Verarbeitung der von den Sinnesorganen eintreffenden Informationen.

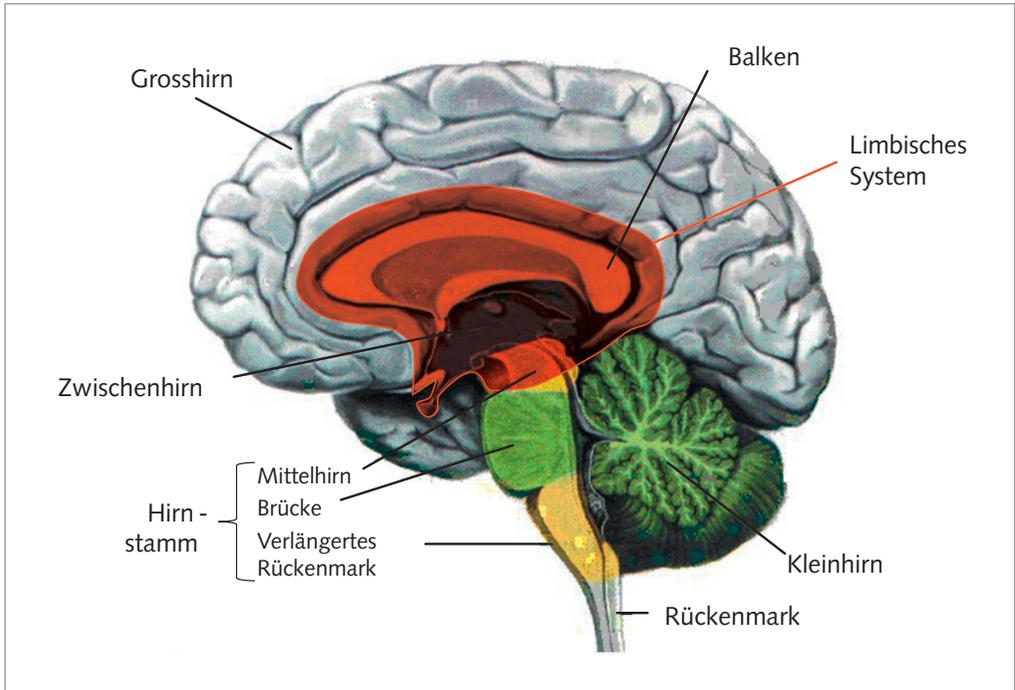


Abb. 44: Das Gehirn mit Großhirn, limbischem System, Kleinhirn und Hirnstamm

Bei Konfrontation mit einem neuartigen Reiz, z.B. einem potenziellen Stressor, werden die einlaufenden Informationen in diesen drei Hirnteilen verarbeitet und zwischen ihnen weitergeleitet, und es wird über die Auslösung einer Stressreaktion „entschieden“.

Was geschieht eigentlich physiologisch im Moment der Gefahr oder bei einem Schock? Was dabei abläuft, wollen wir im Folgenden etwas genauer betrachten (► Abb. 45).

Auf jede Art möglicher Gefährdung des Wohlergehens erfolgt automatisch eine Alarmreaktion des Körpers. Wenn Gefahr droht, kommt es zu einer immensen Kraftentfaltung und Angriffs- oder Fluchtbereitschaft, und es erfolgt eine blitzartige Mobilmachung aller

Körperreserven. Bevor wir uns den physiologischen Ablauf anschauen, wollen wir uns noch eine Situation vor Augen halten, welche einen solchen Ablauf bewirken könnte: Stellen Sie sich vor: Sie sind mit dem Auto unterwegs, plötzlich fährt ein Fahrrad von rechts auf die Straße. Instinktiv und ohne zu überlegen, treten Sie auf die Bremse und können so, in letzter Sekunde, vor dem ebenfalls erschrockenen Fahrradfahrer anhalten.

Was ist geschehen?

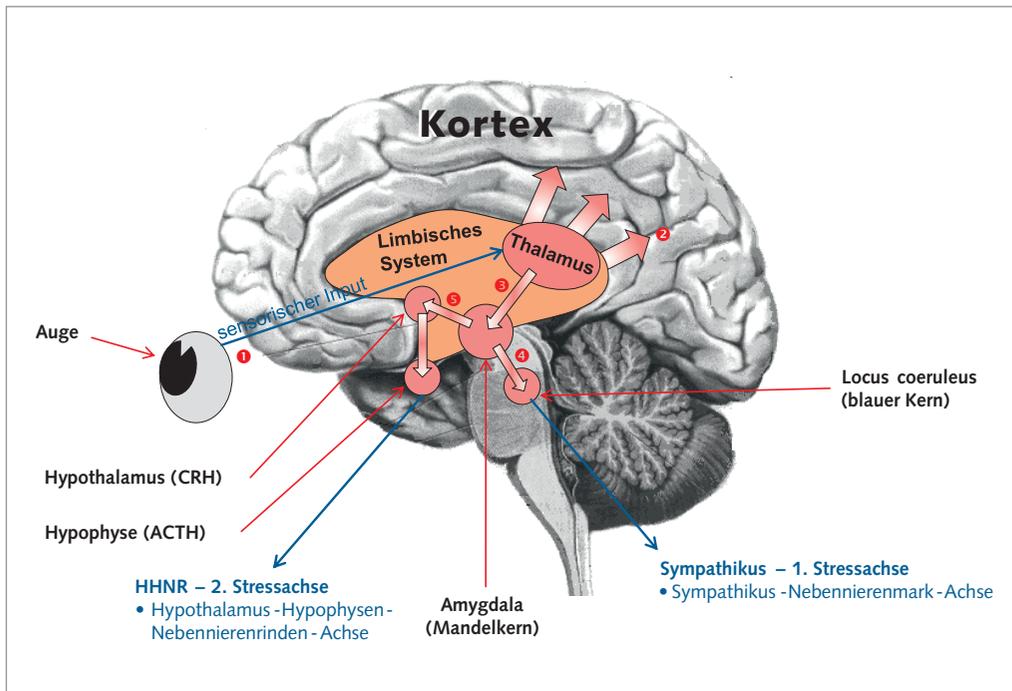


Abb. 45: Die Stressreaktion aus physiologischer Sicht

Die Sinneszellen übermitteln sensorische Informationen (► Abb. 45.1) zunächst in den Thalamus sowie in die primäre Sehrinde im hinteren Gehirn. Hier entsteht ein erstes, ungenaues Bild der Situation. Dieses wird an die Hirnrinde weitergeleitet (► Abb. 45.2), wo eine genauere Verarbeitung der Informationen stattfindet. In unserer Hirnrinde findet ein Bewusstseinsprozess statt.

Bei Wahrnehmung einer Gefahr wird dies den tiefer liegenden Hirnregionen des limbischen Systems gemeldet (► Abb. 45.3). Besondere Bedeutung hat hier die Amygdala (Mandelkern), in der alte Emotionsprogramme gespeichert sind. Durch deren Aktivierung

erhält unsere Wahrnehmung eine affektive Qualität (Angst, Wut, Trauer).

Über absteigende Nervenfasern kommt es im weiteren Verlauf zur Stimulierung des „blauen Kerns“ (Locus caeruleus, zentrales noradrenerges System) (► Abb. 45.4). Hier wird Noradrenalin (als Neurotransmitter) produziert, was eine unmittelbare Stimulierung der **Sympathikus-Nebennierenmark-Achse (1. Stressachse)** (► Abb. 46) bewirkt.

Der **Sympathikus** stimuliert das Nebennierenmark, vermehrt Adrenalin freizusetzen. Herzschlag, Blutdruck, Blutzuckerspiegel steigen an, und die Durchblutung von Herz, Gehirn und Muskulatur nimmt zu.

Der Thalamus gilt als erste Verarbeitungsstufe und liegt im oberen Teil des Zwischenhirns. Er setzt sich aus vielen Kerngebieten zusammen, die eine starke Verbindung zum Großhirnkortex aufweisen. Um sich der sensibel-sensorischen Informationen bewusst zu werden, müssen alle aufsteigenden Nervenbahnen – mit Ausnahme der Riechbahn – auf ihrem Weg zum Großhirnkortex vorher im Thalamus verschaltet werden. Der Thalamus wird deshalb oft als „Tor zum Bewusstsein“ bezeichnet. Wenn bereits auf der ersten, der thalamischen Verarbeitungsstufe ein deutliches Gefahrensignal erkannt wird, kann von hier aus auch direkt – gewissermaßen unter Umgehung der Hirnrinde in einer Art „Kurzschluss“ – eine Stressreaktion ausgelöst werden. In diesem Fall geht die Information vom Thalamus aus direkt an die Amygdala (► Abb. 45), die dann die Stressreaktion unmittelbar in Gang setzt. Dies erklärt die Erfahrung, dass sich körperliche und emotionale Stressreaktionen in manchen Situationen (z. B. Streit) schnell und reflexhaft einstellen, ohne bewusstes Nachdenken. Der Organismus wird innerhalb kürzester Zeit darauf vorbereitet, eine mögliche Gefahr zu bekämpfen oder sich ihr durch Flucht zu entziehen, indem all die Funktionen angeregt werden, die für Kampf oder schnelles Entweichen notwendig sind.

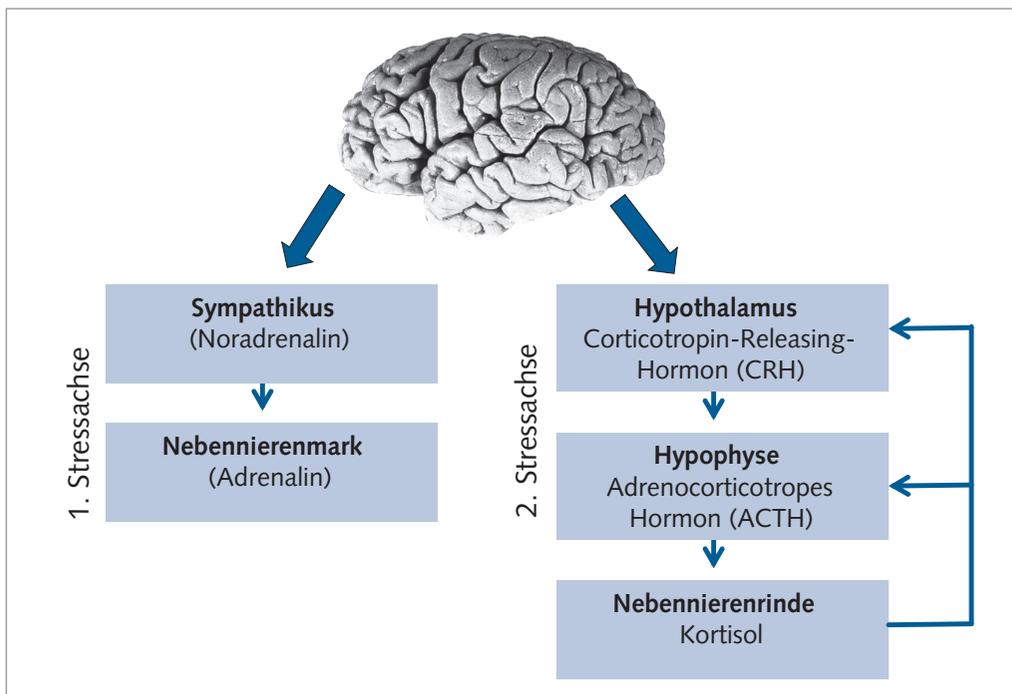
Sofern es im Zuge der Aktivierung der 1. Stress-Achse (► Abb. 46) zu einer raschen Bewältigung der als bedrohlich eingestuften Situation kommt, erlischt die Aktivierung, und die Stressreaktion findet ein Ende.

Ist dies jedoch nicht der Fall, erweist sich die Situation als nicht leicht kontrollierbar oder gar gefährlich, wird die Aktivierung aufrechterhalten. Die Nervenzellen im blauen Kern (als ein Teil des Hirnstammes) setzen weiter Noradrenalin frei. Die Aktivierung der bewussten Aufmerksamkeit (präfrontaler Cortex) und des limbischen Systems, besonders der Amygdala, wird verstärkt. Es kommt zu einem sich „aufschaukelnden“ und ausbreitenden Erregungsmuster zwischen Großhirn, limbischem System und blauem Kern im Hirnstamm, das schließlich auch den Hypothalamus erreicht (Abb. 45.5). Spezielle Kerngebiete im Hypothalamus (Nucleus paraventricularis) werden aktiviert.

Die Aktivierung des Hypothalamus bewirkt die Stimulierung der **2. Stressachse** (► **Abb. 46**), der **Hypothalamus-Hypophysen-Nebennierenrinden-Achse**. ACTH (adrenocorticotropes Hormon) gelangt in den Kreislauf und regt in der Nebennierenrinde die Freisetzung von Kortisol an. Kortisol wiederum macht eine breite Spanne von Stressanpassungen möglich:

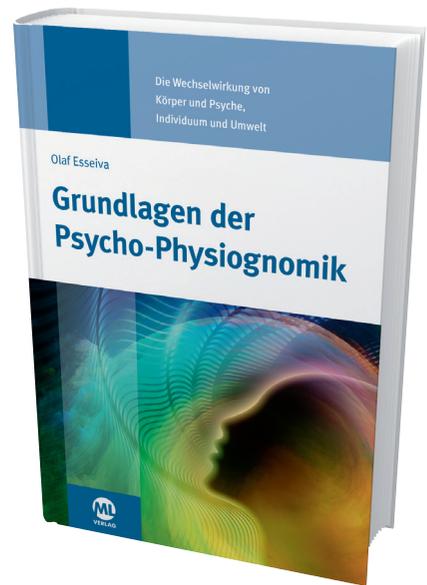
- Bereitstellung des Energie liefernden Blutzuckers (Glukose).
- Vermehrte Freisetzung von Blutzucker und Fettsäuren. Dadurch werden Energiereserven mobilisiert sowie Kraft und Ausdauer gesteigert, um bei Bedrohung, Kampf und Flucht die Überlebenschancen zu verbessern.
- Verstärkung der Immunreaktionen.
- Dämpfung des Schmerzempfindens.
- Verminderung allergischer Reaktionen.
- Etc.

Damit die hormonelle Stressreaktion nicht überschießt, besitzt das System einen Rückkopplungsmechanismus. Die Höhe des Kortisolspiegels im Blut wird an die übergeordneten Schaltstellen im Hypothalamus und in der Hypophyse zurückgemeldet.



Psycho-Physiognomik als ergänzendes Instrument

- ... für **Naturheilpraktiker/innen**, die durch das Wissen der Zusammenhänge von Körper, Geist und Seele ihre Patienten/-innen ganzheitlich(er) verstehen und erfassen wollen.
- ... für **Psychologen/-innen** als Unterstützung bei Persönlichkeits- und Potenzialanalysen, um Menschen optimal zu erfassen und ein effizienteres, lösungsorientierteres und differenzierteres Beratungsgespräch durchführen zu können.
- ... für **Lehrkräfte, Pädagogen/-innen und Erwachsenenbildner/innen**, die auf das Wesen ihrer Schüler/innen eingehen möchten und deren Lernerfolg wesentlich verbessern wollen.
- ... für **Sozialarbeiter/innen und Sozialpädagogen/-innen**, welche die neuen Kenntnisse nutzen möchten, um unterschiedliche Persönlichkeiten besser zu erfassen und sie entsprechend der vorhandenen Ressourcen zu fördern.
- ... für **Berufs- und Laufbahnberater/innen** zur Einschätzung der unterschiedlichen Persönlichkeitstypen, Begabungen, Fähigkeiten und Talente.
- ... für **Vorgesetzte und Führungspersonen**, um durch ein besseres Verständnis Ihrer Mitarbeiter/innen konstruktive und erfolgreiche Mitarbeiterführung anwenden zu können.



Unser Bestellservice



09221 / 949-389



09221 / 949-377



www.ml-buchverlag.de



oder Bestellung einfach rechts eintragen und abschicken.

Faxbestellung bitte an: 09221 / 949-377

Ja, ich bestelle ____ Exemplare

Olaf Esseiva: **Grundlagen der Psycho-Physiognomik**
 Die Wechselwirkung von Körper und Psyche, Individuum und Umwelt
 1. Auflage Juni 2017, Hardcover, 288 Seiten
 ISBN 978-3-946321-57-6, **49,95 Euro***

**Subskriptionspreis bis 31. Mai 2017: 39,95 Euro*

Name / Vorname

Straße / Hausnummer

PLZ / Ort

E-Mail

Datum / Unterschrift