



Verkörperte Kommunikation

Bindungs- und körperbasierte Grundlagen der
Gesprächsarbeit in der EEH

Inhalte des Vortrages



- **Ein Blick zurück** - personenzentrierte Gesprächsarbeit nach Rogers –
Unterschiede und Gemeinsamkeiten
- **Philosophie und innere Haltungen** in der EEH-Gesprächsarbeit
- **Physiologische Grundlagen** von gelingenden und nicht – gelingenden
Gesprächsprozessen
- Verbale Methoden der EEH zur **Erkundung des Subjekterlebens in
stressbasierten Bindungskrisen**
- Videodemos und Erläuterungen

7 – 38 - 55

Anteil der nonverbalen Kommunikation



7 % - Inhalt

- verbal



38 % - Stimme

- paraverbal



55 % - Körpersprache - nonverbal

**„Sprache kann lügen,
der Körper lügt nie.“**

Wilhelm Reich, 2010

Zentrale Fragen



- Welche **psychophysiologischen Voraussetzungen** sind nötig, damit Worte ihre beratende und therapeutische Wirkung entfalten?
- Welche **Wirkung hat ein gelingendes bzw. nicht-gelingendes Gespräch auf unseren Körper?**
- Wie können professionelle Helfer*innen **körperorientierte Interventionen** einsetzen, um stressbedingte Schwächungen in Gesprächen zu überwinden?

Problemstellungen in der Praxis





- Feinfühlig **Berührungen durch Worte** wirken auf die Körperregulation und des Selbsterlebens des Gegenübers ähnlich wie **Körperberührungen, die „unter die Haut“** gehen.

Thomas Harm, 2026



- **„Ob ein Gegenüber die Worte als treffend ansieht, bemisst sich allein anhand eines verkörperten Gefühls der Stimmigkeit.“**

(Röhrich, 2000, S. 21)

Gesprächsführung als Spiegel unserer kognitiven Orientierung



- **Die Form, wie wir unsere Worte nutzen, repräsentiert in prägnanter Weise unsere Art zu denken und zu fühlen sowie unsere Prioritäten, worauf wir schauen, was wir hören und welchen Aspekten der Erzählung des Gegenübers wir Bedeutung schenken. (Harms, 2021)**

Krisendynamiken

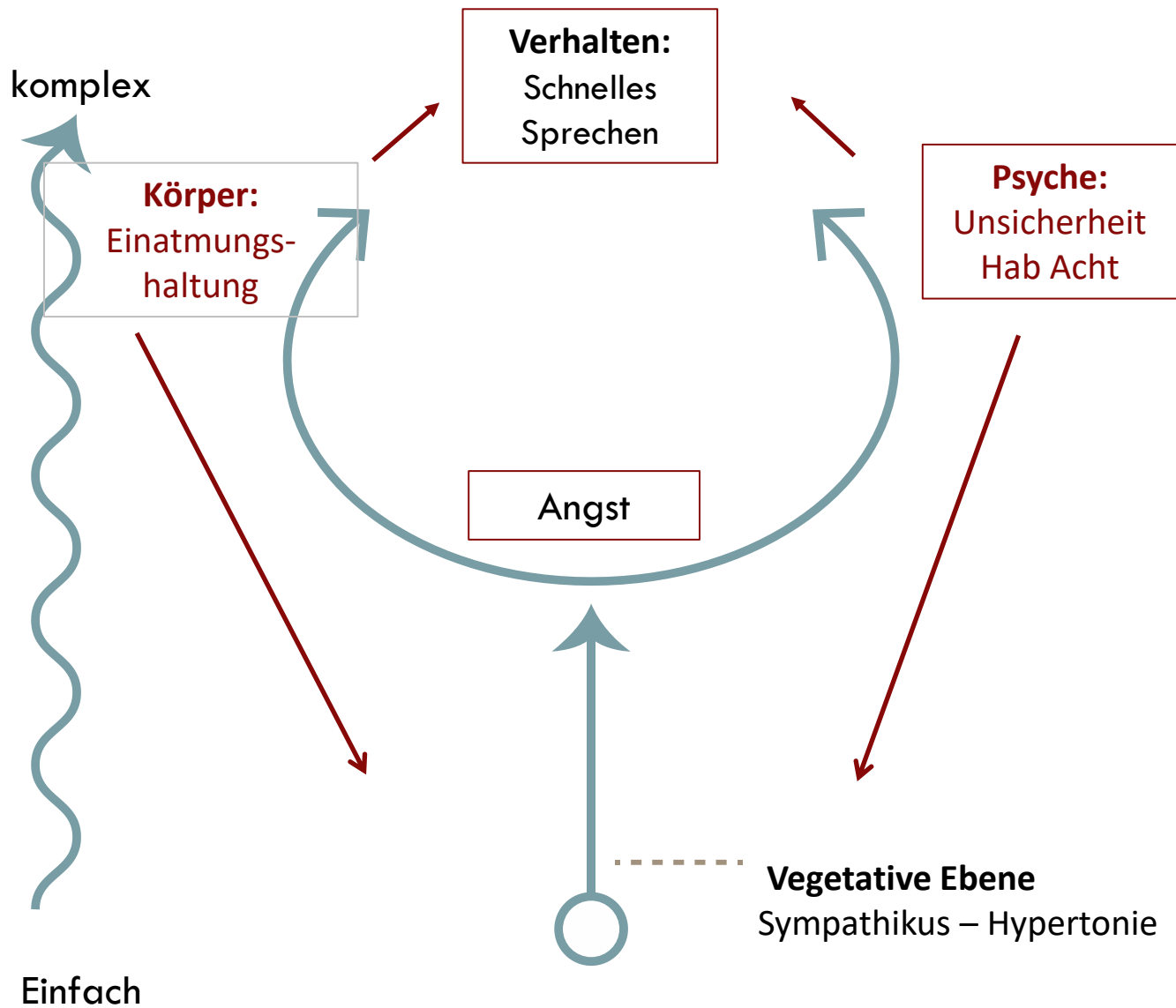




Gespräche haben einen Körper



- Die **Ausdrucksformen menschlicher Wortsprache** - wie auch die **Dynamiken des (Zu-) Hörens** - sind eingebettet in die **autonom – vegetativen Prozesse** unseres Gesamtorganismus..





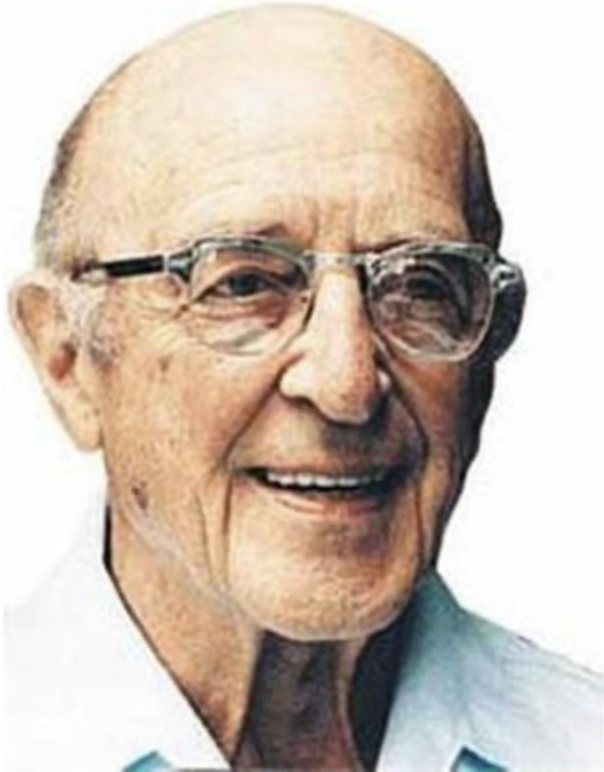
Humanistische Perspektiven in der EEH – Gesprächsarbeit

Haltungen in der EEH - Gesprächsarbeit



- Ich stelle sicher, dass ich **bei Dir** bin!
- Ich stelle sicher, dass **ich verstehe, wie Du denkst, fühlst oder empfindest.**
- Ich **treffe Dich dort, wo deine innere Aktivität und Aufmerksamkeit ist.**
- Ich **markiere es, wenn ich Dich verliere !**

Bausteine gelingender Kommunikation nach Carl Rogers



Carl Rogers, 1902- 1987

- **Empathie**
- **Annahme**
- **Kongruenz**

Mechanisches Spiegeln



„Empathie ist **nicht** „eine hölzerne Technik des Pseudoverstehens....,bei der der Berater lediglich `widerspiegelt´, was sein Klient soeben gesagt hat. Die Ausdeutungen meines Ansatzes, wie sie sich mitunter in die Ausbildung und Fortbildung eingeschlichen haben, muss ich aufs Schärfste missbilligen.“

Quelle: Rogers, 1980, S. 76

Empathie als intersubjektive Abstimmung



Für ROGERS zeigt ein Therapeut oder Berater dann **Empathie**, wenn er “**die innere Welt des Klienten mit ihren ganzen persönlichen Bedeutungen so verspürt, als wäre sie die eigene...**die Verwirrung, des Klienten, seine Ängstlichkeit, seine Wut oder sein Gefühl, ungerecht behandelt zu sein, so spürt, als seien es die eigenen Gefühle, und sich nicht mit der eigenen Unsicherheit, Angst oder Wut verstrickt.“ (Rogers, 1962)

Sich voll einem anderen Menschen zuwenden, „**a complete letting-go in understanding**“ (Rogers, 1961, S. 202), ohne dabei zum >Techniker< zu werden, das ist das erklärte Ziel:

“Ich glaube, dass Veränderungen mit Wahrscheinlichkeit eintritt, **wenn der Therapeut das Erleben erfassen kann**, das in der inneren Welt des Klienten von Augenblick zu Augenblick abläuft; wenn er sieht und fühlt wie der Klient, **ohne aber die Eigenständigkeit seiner Identität im Prozess des Einfühlens zu verlieren.** (Rogers, 1962, S. 185)

Quelle: Quitmann, 1991

Leitprinzipien der verkörperten Gesprächsarbeit in der EEH



Leitprinzipien der verkörperten Gesprächsarbeit in der EEH



Leitprinzipien der verkörperten Gesprächsarbeit in der EEH



Leitprinzipien der verkörperten Gesprächsarbeit in der EEH



Leitprinzipien der verkörperten Gesprächsarbeit in der EEH

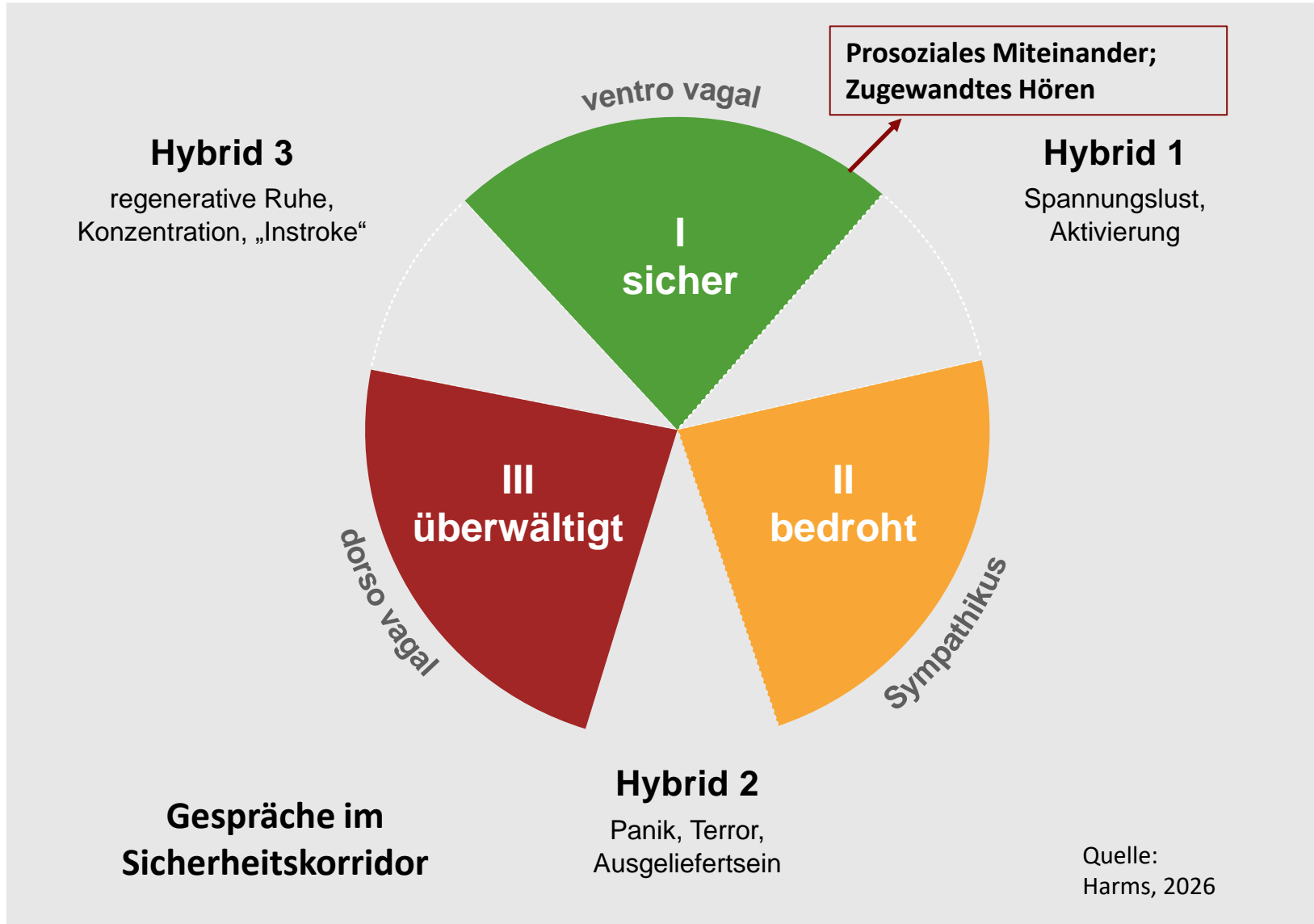


Leitprinzipien der verkörperten Gesprächsarbeit in der EEH



Leitprinzipien der verkörperten Gesprächsarbeit in der EEH

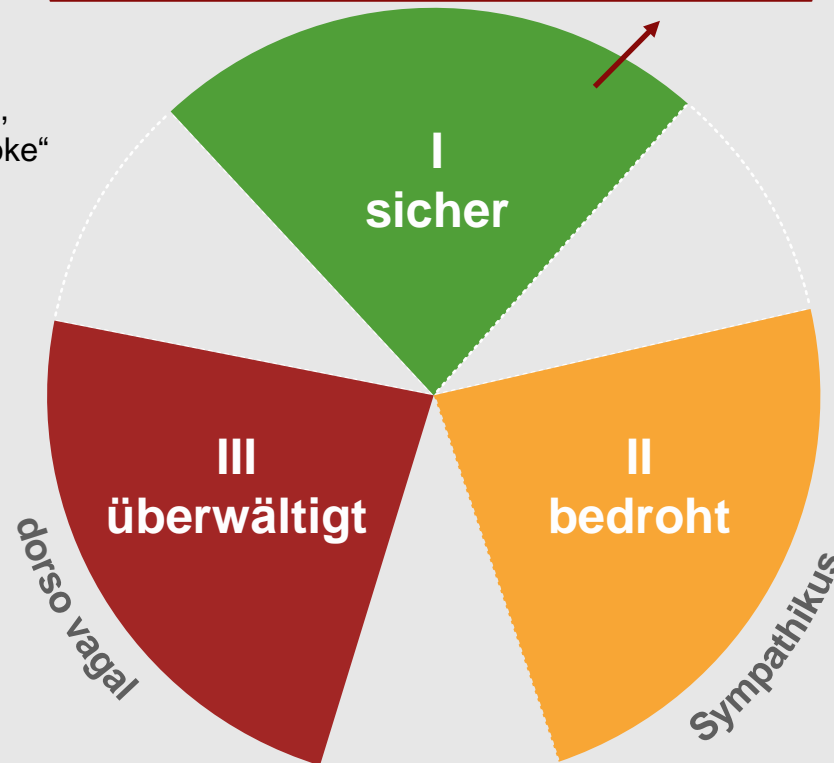




Signale: Zuhören; Blickverbindung,
Mitschwingen, Prosodie, Entspannung

Hybrid 3
regenerative Ruhe,
Konzentration, „Instroke“

Hybrid 1
Spannungslust,
Aktivierung

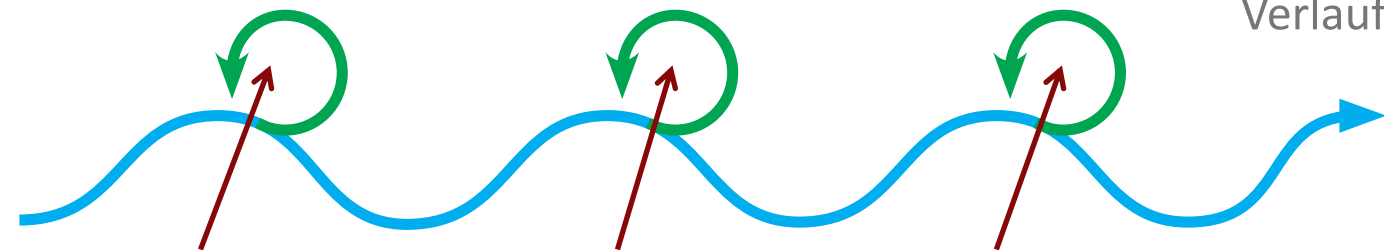
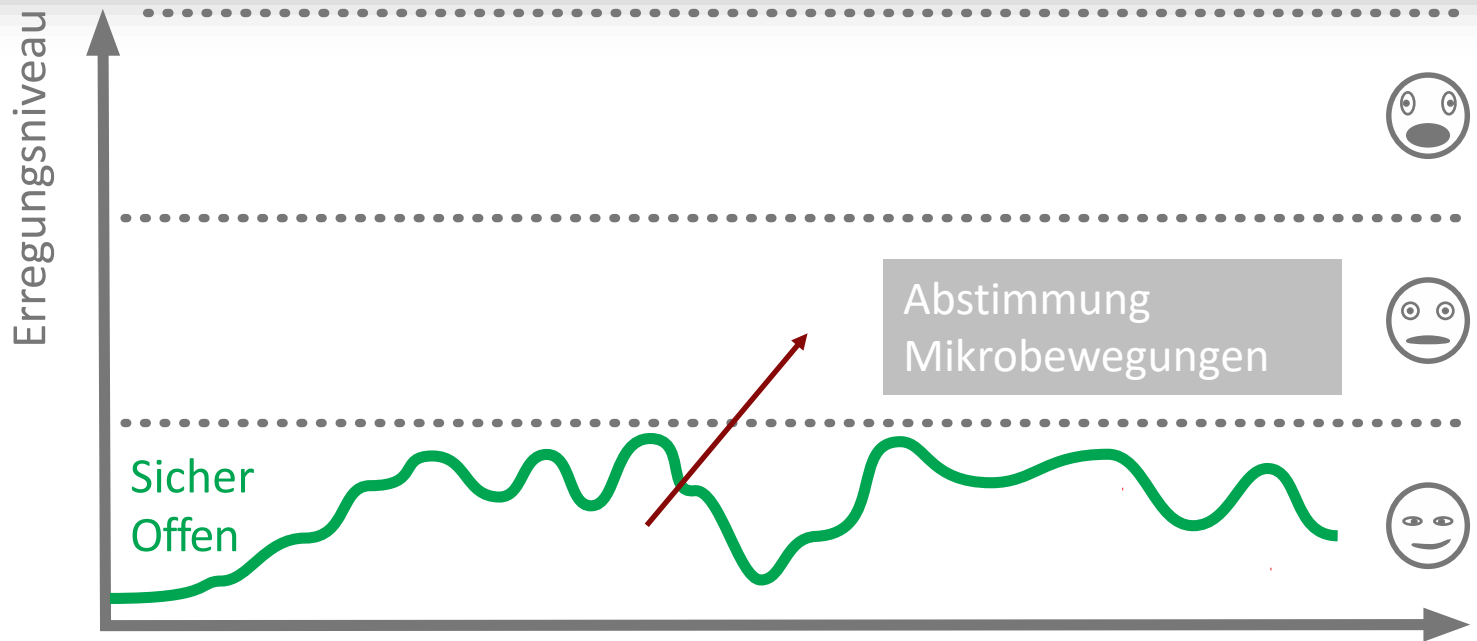


**Gesprächssignale im
Sicherheitskorridor**

Hybrid 2
Panik, Terror,
Ausgeliefertsein

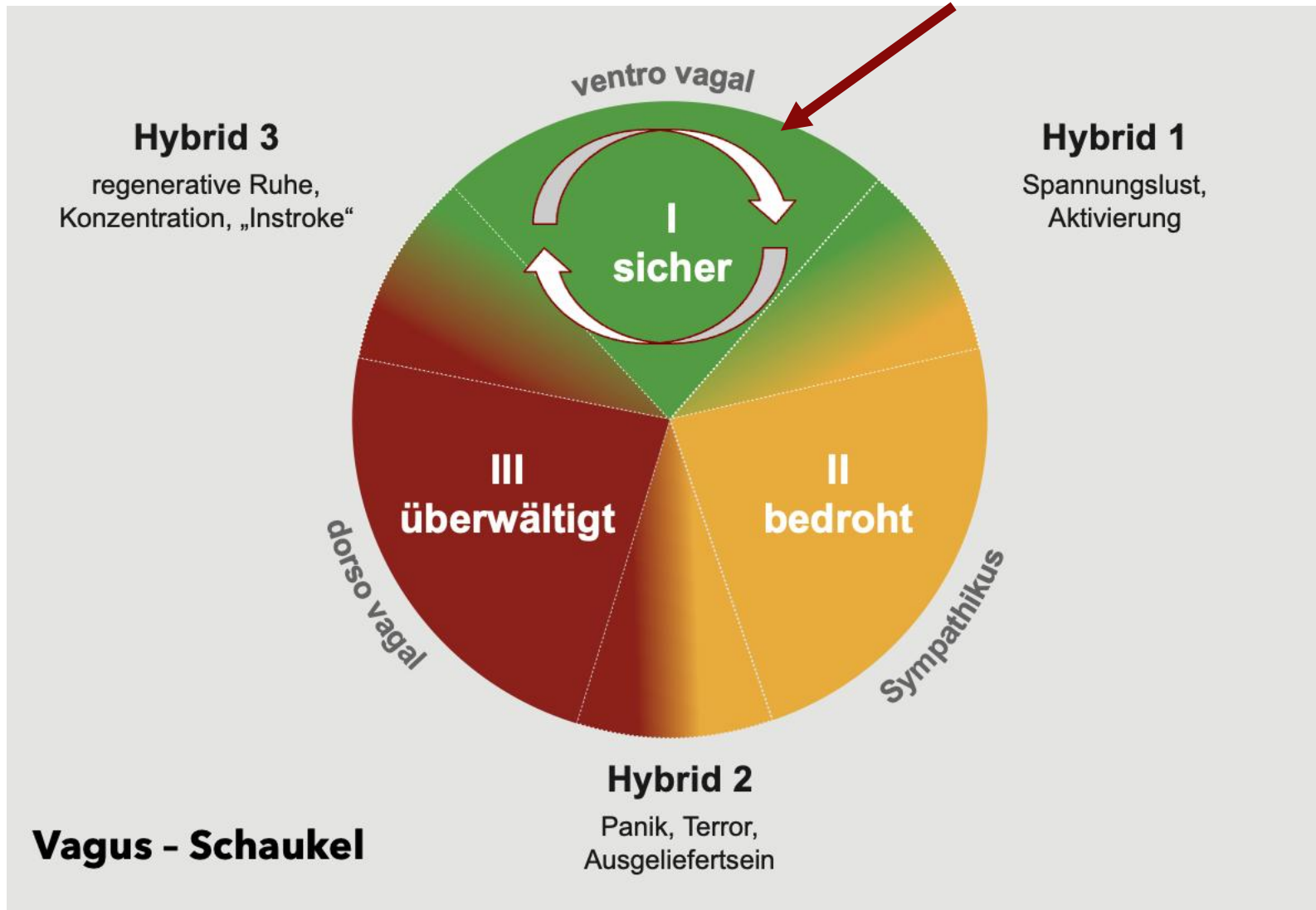
Quelle:
Harms, 2026

Gespräch im Sicherheitsmodus





Pendeln zwischen aufnehmendem und prosozialem Hören





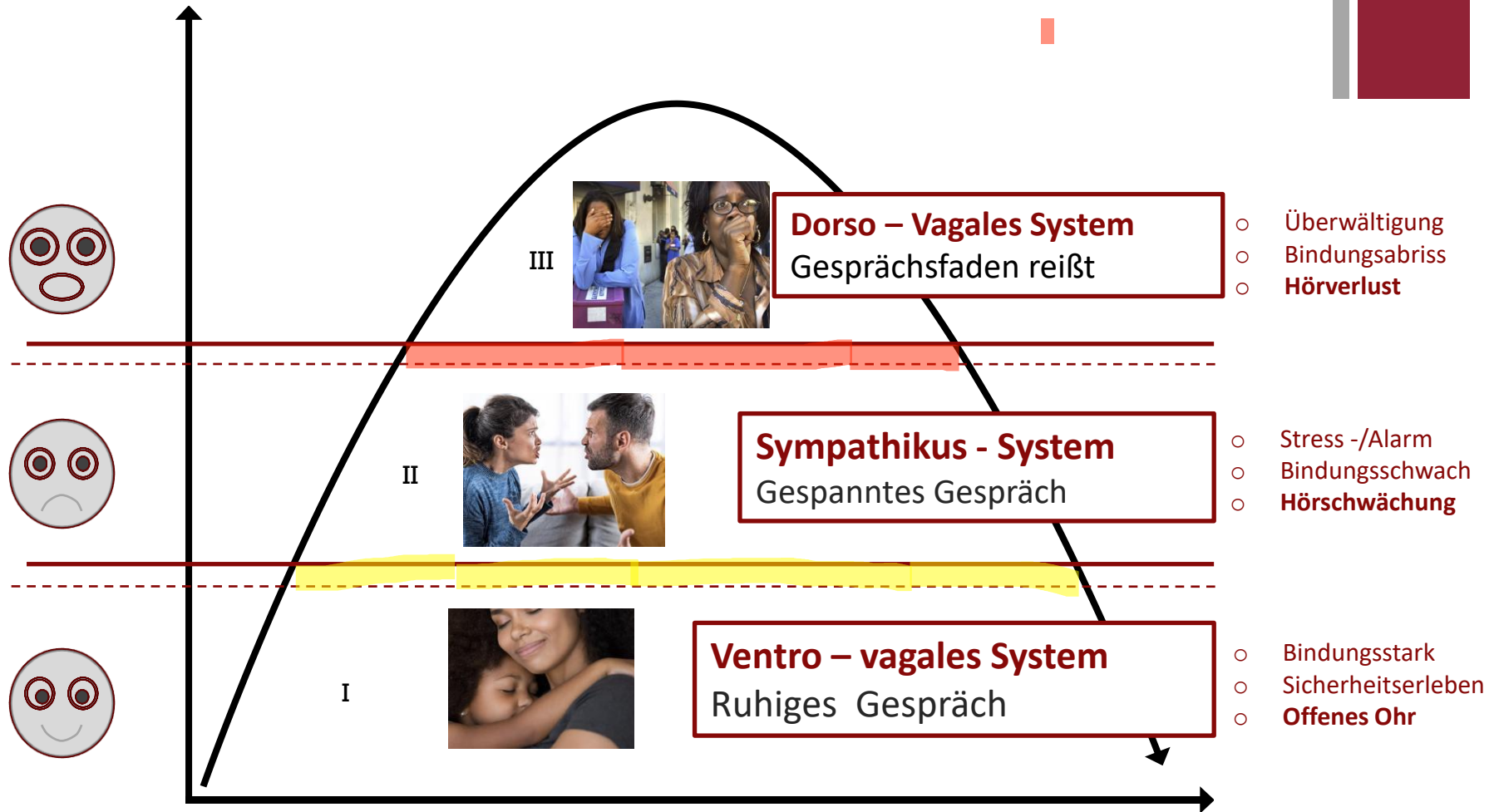


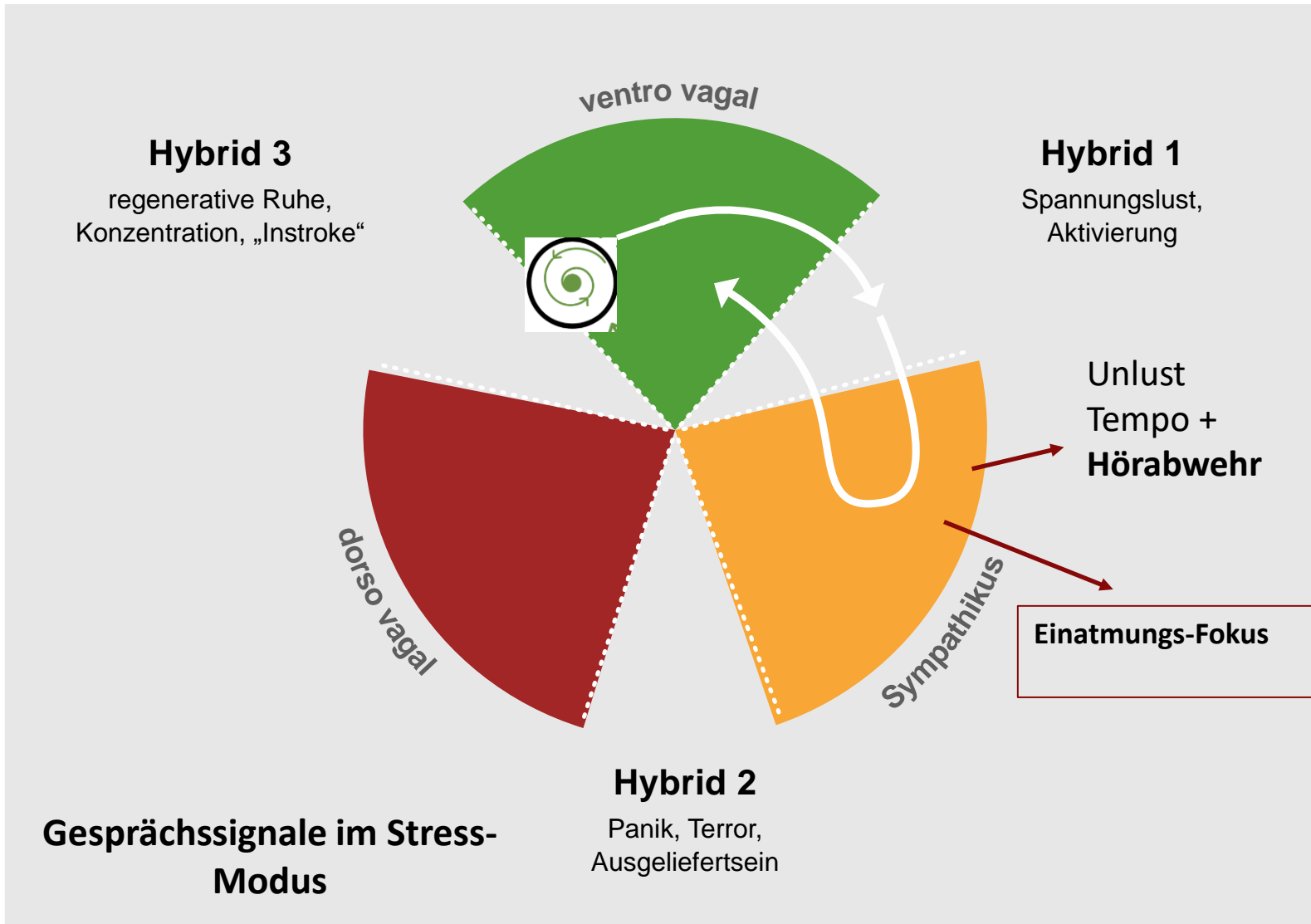


Gespräche im Modus von Beschleunigung

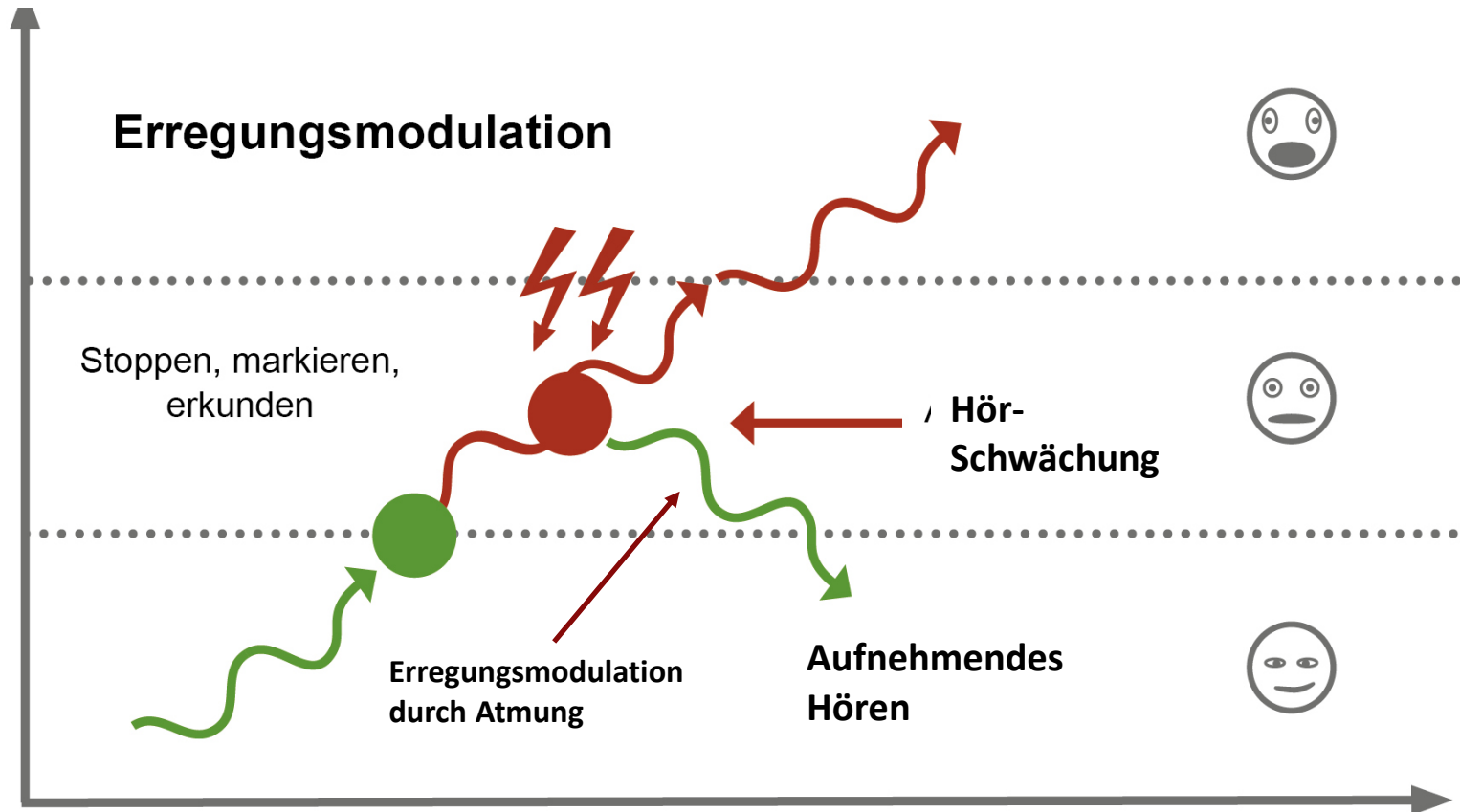
- Erhöhung des Sprechtempos
- Motorische Unruhe
- Blickvermeidung
- Hör-Schwächungen
- Abwendung
- Atemverflachung
- Unklarheit
- Nicht – Mehr - Verstehen

Autonomes Nervensystem und Gespräch





Erregungsmodulation und Rückkehr zum prosoziales Hören



Qualitätswechsel werden markiert



Beschleunigung

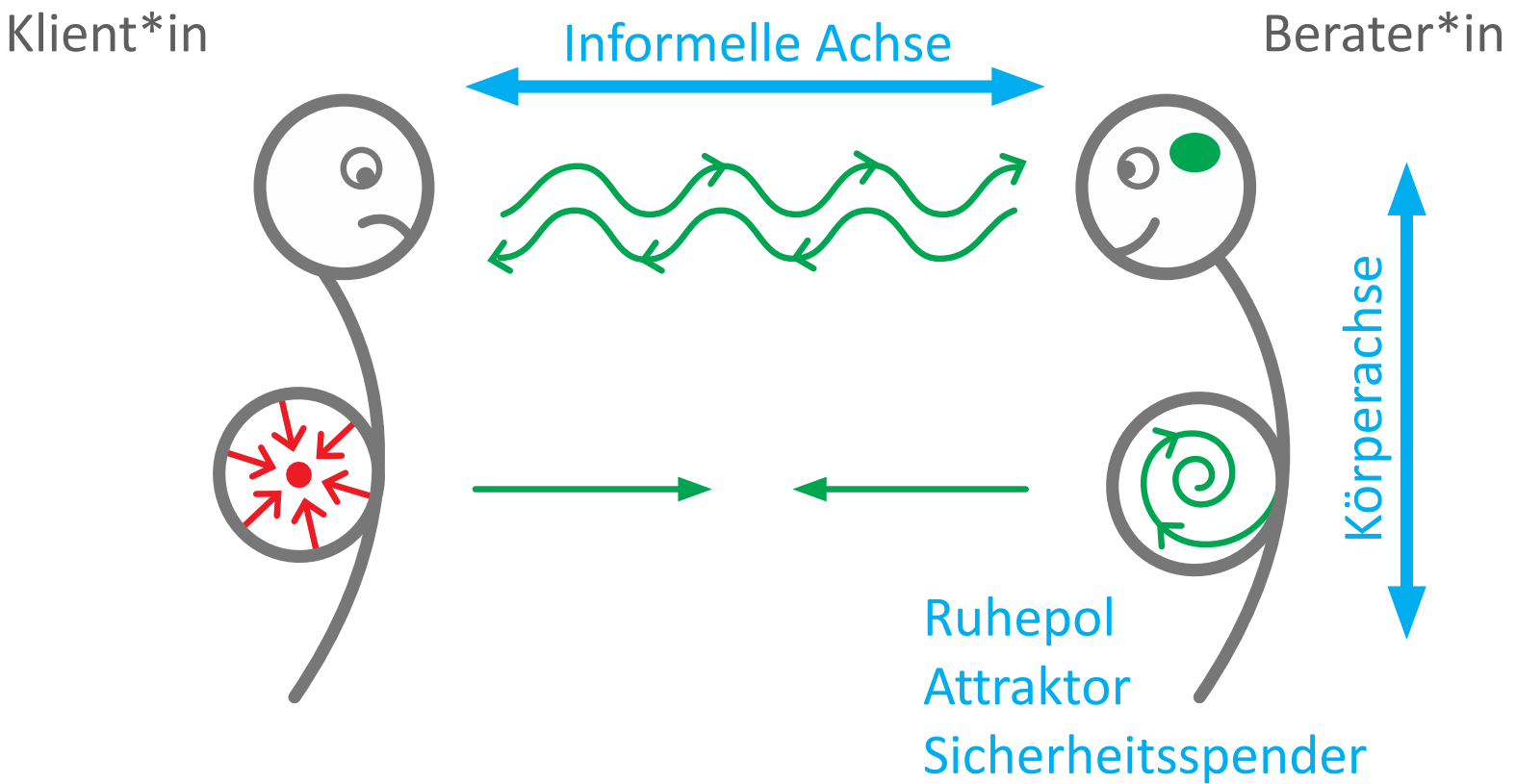
Qualitätswechsel
markieren

Innere Erkundung

Von der Verhaltens- zur Körpererkundung



Rückkehr zur auditiven Aufnahmebereitschaft durch Selbstanbindung bei der Beratenden



Selbstanbindung und Erregungsmodulation



Innen - Fokus

Lenkung der
Aufmerksamkeit
nach Innen
(Interozeption)

Körper - Intervention

Eröffnung von Vagus
- Regelkreisen (u.a.
Bauchatmung)

Resonanzaufbau

Selbstanbindung
durch aktive Ko-
Regulation

Innere Verbindung zur Bauchatmung

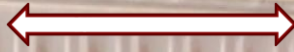


Indikator für Bindungsbereitschaft

Parameter für Hörbereitschaft



Kognitive Abstimmung



Aktive Ko-Regulation



Abstimmung



Interozeption/
Selbstanbindung



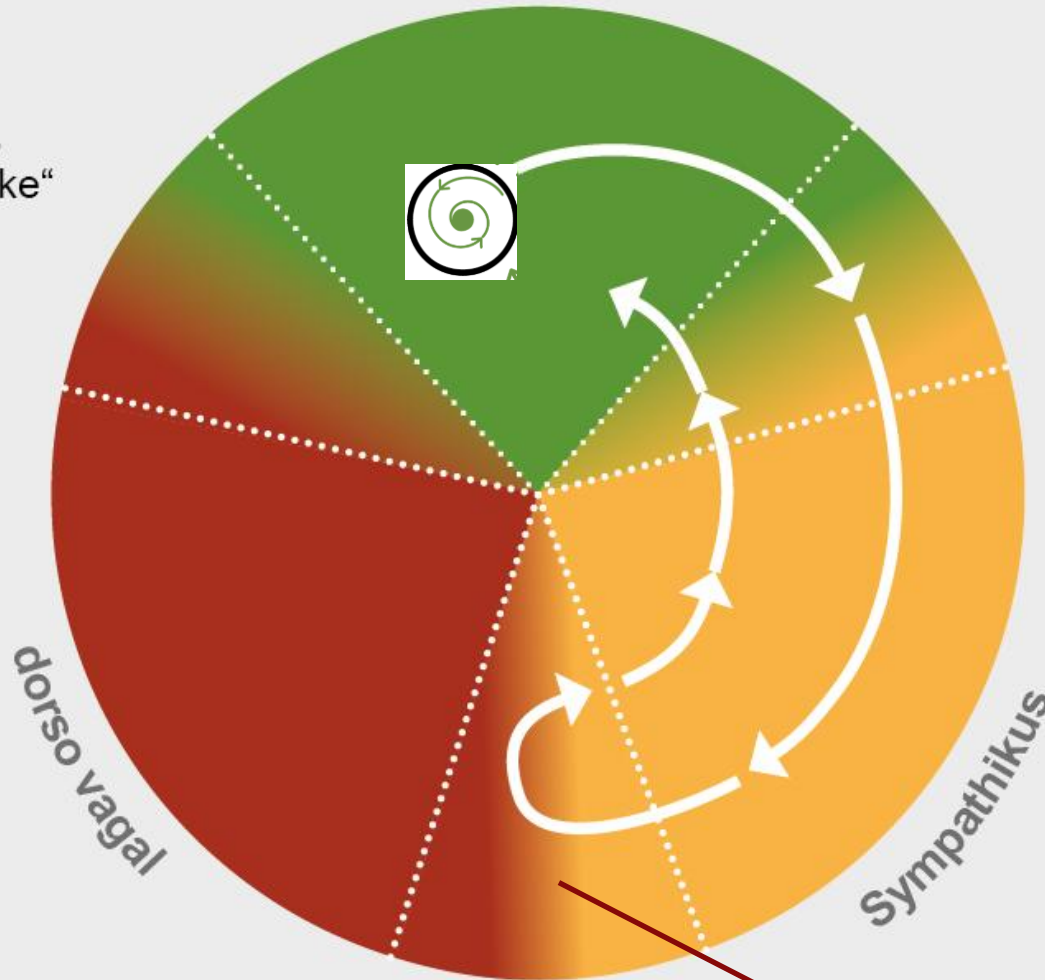
ventro vagal

Hybrid 3

regenerative Ruhe,
Konzentration, „Instroke“

Hybrid 1

Spannungslust,
Aktivierung



Gesprächssignale im Zustand der
Überwältigung

Hybrid 2

Panik, Terror,
Ausgeliefertsein

Hörabwendung in bei
höchster Erregung

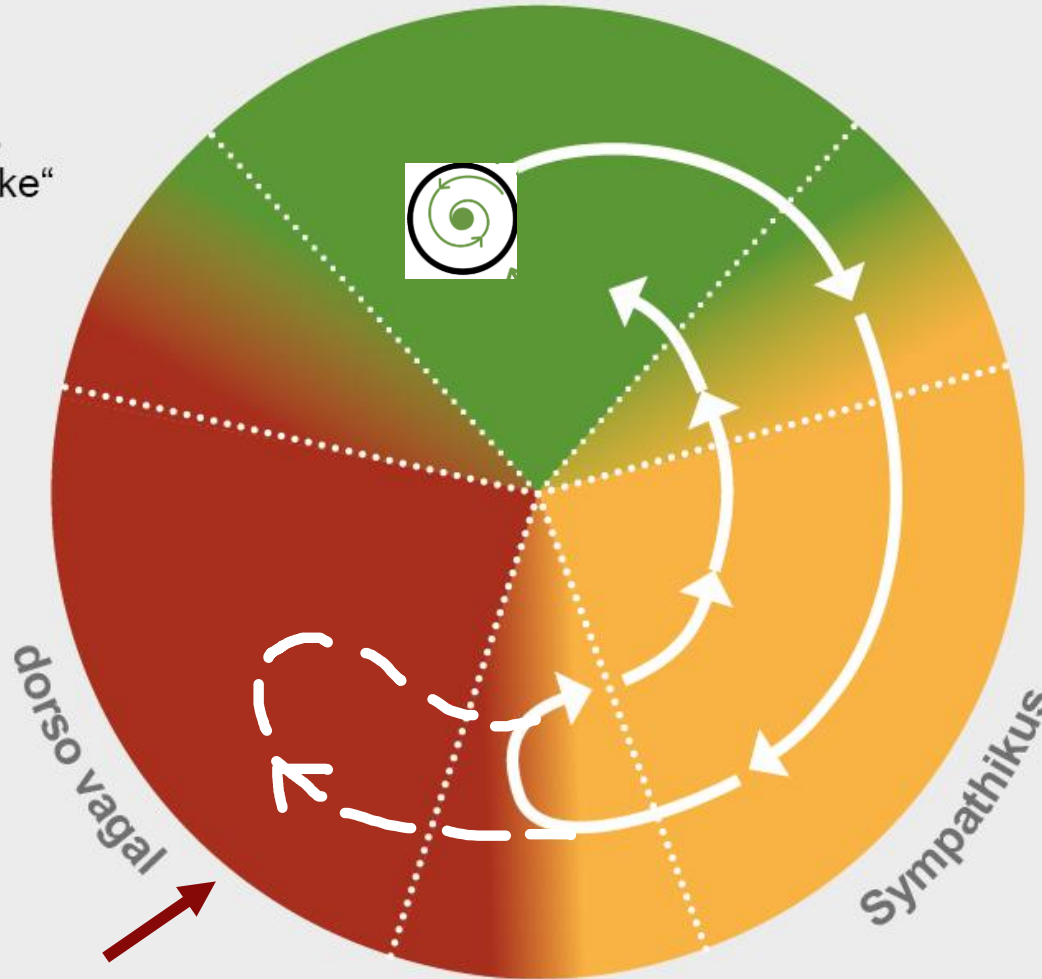
ventro vagal

Hybrid 3

regenerative Ruhe,
Konzentration, „Instroke“

Hybrid 1

Spannungslust,
Aktivierung



Hörkollaps / Abschottung

Hybrid 2

Panik, Terror,
Ausgeliefertsein



Unterschiede und Gemeinsamkeiten



| Personenzentrierte GT / Rogers | Emotionelle Erste Hilfe / Harms |
|---|--|
| Empathie | Körperbasiertes Mentalisieren |
| Bedingungslose Annahme | Bedingungslose Annahme |
| Kongruenz | Kongruenz durch Selbstanbindung |
| Kognitiv-emotionaler Fokus | Kognitive, affektiver und Körperfokus |
| Erregungssteuerung nur durch Spiegeln und Verständnisaufbau | Aktive Ko-Regulation bei geschwächter Bindungsbereitschaft |
| Stressbelastungen werden gespiegelt | Qualitätswechsel werden markiert |
| Körperregulationen werden nicht aktiv erkundet | Stressaktivierungen eröffnen innere Körpererkundungen |
| In der GT nach Rogers werden keine körperlichen Methoden zur Erregungs- und Stressmodulation eingesetzt | Körperinterventionen (wie Berührung, Atmung etc.) werden aktiv eingesetzt, um die Beziehungsbereitschaft zu steuern |
| | |

Effekte und Vorteile der Gesprächsmethodik in der EEH



- Durch **Einbezug der Körperbeobachtung und –regulation** werden auftretende Kommunikationsstörungen schnell erkannt und behoben
- Durch das **aktive Markieren und Benennen der Abstimmungsverluste** durch die professionell Helfenden entsteht das Erleben einer intensiven Nähe und eines Verstanden-Seins.
- Durch Nutzung der Körperinformationen in der Gesprächsarbeit kann schneller dafür gesorgt werden, dass wir **mehr Zeit in einem Zustand des liebevollen Miteinanders** verbringen.
- Al das führt zu einer **Leichtigkeit, Schonung der Ressourcen und hoher Kundenzufriedenheit**



**Danke für Ihre
Aufmerksamkeit !**



Salzburger Körperpsychotherapie-Tage
Resonanz und Verbundenheit

Seminarhotel Heffterhof / Salzburg (A) // 14. – 17. Mai 2026



Salzburg
14. – 17. Mai 2026

Fachtagung //
Tages-Workshops

Anmeldung: <https://www.zeppbremen.de/linktree/>



Online Book-Release

1. Juli 2026 // 19:30 – 21:00 Uhr

Verkörperte Bindung

Was Psychotherapeuten von Eltern und Babys lernen können



In diesem Vortrag werde ich in die Grundlagen und Philosophie der bindungsorientierten Körperpsychotherapie (BKPT) einführen. Dabei werde ich darüber erzählen, wie jahrelange Beobachtungen in der therapeutischen Arbeit mit Eltern und hoch belasteten Säuglingen dazu führten, eine neue Perspektive in der körperpsychotherapeutischen Begleitung von frühen Traumatisierungen und Bindungsverletzungen zu entwickeln.

www.zeppbremen.de/online

Thomas Harms
Verkörperte Bindung –
Frühes Trauma heilen,
Emotionen regulieren,
Beziehungsfähigkeit stärken
ISBN 978-3-466-34853-4
Erscheint am 24. Juni 2026



Literatur



Geuter, U.: Körperpsychotherapie. Berlin, 2015

Geuter, U.: Emotionen und Emotionsabwehr als Körperprozess. Psychotherapie Forum, Bd. 9, Heft 1, 2001, Quelle: <https://psychotherapie-wissenschaft.info/article/view/505/2001-1-2>

Harms, T.: Emotionelle Erste Hilfe. Giessen. 2016

Harms, T. (Hg.): Körperpsychotherapie mit Säuglingen und Eltern. 2016

Harms, T.: Keine Angst vor Babytränen. Giessen. 2019

Harms, T./ Profanter, L., Walcher, W: Emotionelle Erste Hilfe in der Klinik. 2023

Harms, T. : Verkörperte Bindung. München. 2026

Levine, P.: Sprache ohne Worte. München. 2011

Mehrabian, R.; Susan R. Ferris: *Inference of attitudes from nonverbal communication in two channels*. In: *Journal of Consulting Psychology*. Band 31, Nr. 3, Juni 1967, S. 248–252, [doi:10.1037/h0024648](https://doi.org/10.1037/h0024648), [PMID 6046577](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/6046577/) (englisch).

Odgen, P.: Trauma und Körper. Paderborn. 2010

Porges, S.: Die Polyvagal Theorie. Paderborn. 2010

Rogers, C.: Die personenzentrierte Gesprächspsychotherapie Frankfurt. 1980

Rosenberg, R.: Gewaltfreie Kommunikation. Eine Sprache des Lebens. Junfermann. 2016

Storch, M. / Tschacher, W. (2016): Embodied Communication. Kommunikation beginnt im Körper, nicht im Kopf. Hogrefe

Thielen, M. Körper – Gefühl – Denken. Giessen. 2009