

INHALT

An mir liegt's nicht! – Doch (auch).	9
Unterscheiden wir uns überhaupt?	
Körpersprache ist universell verständlich	17
Moderne Zeiten – alte Körpersprache	18
Weiblich? Männlich? Erkennen wir überall!	19
Alles nur anerzogen?	19
Die angeborenen Unterschiede	21
Wozu Geschlechterzuordnung?	25
Flirten im Neandertal	26
Exklusivität in der Partnerwahl ist teuer – ein Rechenmodell	30
Die Körpersprache ist ein <i>Versprechen</i>	
Kulturerrungenschaft	33
Innere Werte? Nein, in die Körpersprache verlieben wir uns!	34
Hält er, was er <i>verspricht</i> ?	39
Ein nonverbales <i>Versprechen</i>	43
Das richtige Geschlecht <i>versprechen</i>	44
Vermehren und Überleben	45
Frau & Mann: Spezialisten auf unterschiedlichem Gebiet	
Die Körpersprache von Spermien und Eizelle	47
Den besten Partner herausfiltern – aber wie?	48
Zappeln lassen	52
Der Zwang, gewinnen zu wollen	54
Balzen bis zum Umfallen	60

Alterseinsamkeit ist männlich	62
Wo Frauen und Männer zuerst hinsehen	65
Ein augenscheinliches Geschlechtssignal	66
Nach diesem Signal suchen Frauen	70
Ein männlicher Blick	72

Das Grundprinzip der männlichen Körpersprache

Bart und Muskeln allein versprechen kein Geschlecht	75
Arme und Ellbogen	76
Männer und ihre Brust	77
Warum so breit?	78
Die Handhaltung der Männlichkeit	79
Müssen sich Frauen vermännlichen, um nach oben zu kommen?	81
Der menschliche Gang	82
Manspreading	88
Tief und laut	92
»Ich bekomme kein Gehör im Meeting!«	94
Machen es Männer besser?	98
Geschlechtssignale erzeugen Vertrautheit	99

Weibliche Gendersignale – ein simples Prinzip

Sicherheit vor Aufmerksamkeit	101
Sozial kompatibler	102
Der Mann, die große Gefahr	105
Sexuelle Belästigung	107
Berührungen	111
... aber unzweideutig	113
Frauen verbinden sich effektiver	116

»Nur weil ich ein Mann bin!« ...	
»Nur weil ich eine Frau bin!«	
»Hilfe! Man sieht es mir sofort an, was ich denke!«	127
Umgang mit Nervosität	129
Männermimik zielt auf Sicherheit ab	130
Männergrippe	136
Heulende Männer	137
Machen es Frauen besser?	138
Das E-Mail-Pingpong – ein Männerspiel	140
Frauen werden aufgrund ihres Geschlechts bevorzugt?	143
Müssen Frauen mehr leisten?	144
Neid unter Frauen	146
Umgang mit Ablehnung und Niederlage	147
Männerleistung als Messlatte?	149
Geschlechtsspezifische Stolperfallen im Beruf	150
Männerfallen	151
Frauenfallen	153
Das schöne sich schön machende Geschlecht	157
Frauen machen sich älter – und jünger	167
Zwölf Zentimeter – das Maß der Dinge	177
Am Handgelenk erkennst du Weiblichkeit	179
Ein Signal an unverfänglicher Stelle	181
Die Frauenfaust	182
»Mein Nein wird nicht ernst genommen!«	187
Die NN-Regel	188
Zu hoch wirkt unsicher	190
Lächelt weniger!	191
»Immer bleibt die Hausarbeit an mir hängen!«	194
Weiblicher Territorialkampf	195
Die Regel der zunehmenden Intensität	198
Frau und Mann – im Team erfolgreicher	200
Topweibchen haben's schwer – mittelprächtige Männchen auch	200

Kein Stress, meine Damen!	201
Kein Stress, meine Herren!	205
Ideologie reduziert Vielfalt	206
Warum leben wir nicht mit dem eigenen Geschlecht zusammen?	207
Männlich, weiblich, divers	
Zwei Geschlechter – oder mehr?	209
Transsexuell – das biologische Geschlecht	211
Transgender – das soziale Geschlecht	212
Sexuelle Orientierung	215
Wohin entwickeln wir uns?	217
Quellen	219