

KÖRPERSPRACHE

Ein Lächeln sagt mehr als tausend Worte, weiß der Volksmund. Denn der Körper ist niemals stumm. Wenn Menschen zusammenkommen, reden sie miteinander – sogar wenn sie nicht sprechen. Die vorgereckte Brust ist ebenso eine Botschaft wie die kleine Veränderung der Sitzhaltung, die geöffnete Handfläche, aber auch die Farbe der Krawatte oder der Duft eines Parfüms. Mimik, Gestik, Haltung und Bewegung, Berührungen und die Kleidung sind wichtige Mittel der Kommunikation ohne Worte. Dies ist die älteste Form der Verständigung zwischen den Menschen. So klären wir, ob wir einander sympathisch sind und ob wir einander vertrauen können.

1

Der Körper verrät unsere wirklichen Gefühle, wer wir sind und was wir eigentlich wollen. Die Botschaften ohne Worte sind oft unbewusst und gerade deshalb so machtvoll. Ohne Körpersprache ist das alltägliche Miteinander gar nicht denkbar. Wissenschaftler haben herausgefunden, dass 95 Prozent des ersten Eindrucks von einem Menschen nicht davon abhängen, was er sagt, sondern wie er auftritt und wie er es sagt: ob schnell oder langsam, ob mit hoher oder tiefer Stimme, ob hochdeutsch oder im Dialekt. Die Einschätzung der Person geschieht in weniger als einer Sekunde. Weil wir die Körpersprache nur schwer beeinflussen können, wird sie oft als ehrlicher empfunden als Worte.

2

Aber lauern da nicht viele Missverständnisse? Forscher beobachten, dass Gefühle wie Angst, Furcht, Glück, Trauer, Überraschung und Abscheu bei allen Menschen ähnliche Reaktionen des Körpers hervorrufen. So gilt beispielsweise das Stirnrunzeln in so gut wie allen menschlichen Kulturen als Zeichen von Ärger. Es gibt aber auch viele Körpersignale, die missverständlich sind. Selbst eine Geste wie der nach oben zeigende Daumen kann in verschiedenen Gegenden etwas ganz anderes bedeuten. Auf Sardinien zum Beispiel gilt er als Beleidigung, bei uns als Geste der Zustimmung. Der Grieche meint ja und schüttelt dabei leicht den Kopf. Es gibt also Körpersignale, die wir alle begreifen, und solche, die uns in die Irre führen.

3

Ein besonders wichtiger Bestandteil der Körpersprache ist die Mimik. An ihr kann man am besten ablesen, wie sich ein Mensch fühlt. Hierbei spielen die Augen eine wichtige Rolle. Ihr Blick hinterlässt einen intensiven Eindruck, nicht nur beim Flirten. Blickzuwendung bedeutet Aufmerksamkeit, Zuneigung und Freundlichkeit, wir fühlen uns beachtet. Blickkontakt zu meiden signalisiert Desinteresse, Gleichgültigkeit oder auch Scham. Zu langes Anstarren wird meist als aufdringlich und aggressiv empfunden. Weil die Mimik so aussagekräftig ist, versuchen viele, sie bewusst zu steuern. Niemand möchte sich in die Karten schauen lassen. Meister des Pokerspiels versuchen deshalb, durch einen starren Gesichtsausdruck zu verhindern, dass ihre Mimik sie verrät.

4

Manche Menschen haben die Körpersprache zu ihrem Beruf gemacht. Pantomimen beherrschen eine sehr alte Kunst, bei der Handlung und Charakter nur durch Mimik, Gestik und Bewegung ausgedrückt werden. Auch ein Clown verzichtet häufig auf Worte. Da er die Menschen zum Lachen bringen will, setzt er die Körpersprache übertrieben ein, etwa indem er Grimassen schneidet oder stolpert. Professionelle Breakdancer wiederum sind ein Beispiel dafür, wie es gelingen kann, die Sprache der Musik so in Bewegung umzusetzen, dass dem Zuschauer ein Lebensgefühl vor Augen geführt wird. Ohne Worte erzählen Tänzer Geschichten von Wut, Trauer, Eifersucht und unerfüllter Liebe. Mehr als alle anderen Menschen beherrschen diese Profis die Geheimnisse der Sprache ohne Worte.

5