

B4 Lesen Sie den folgenden Text.

# Was verrät nonverbale Kommunikation über uns?

Bei der Deutung nonverbaler Kommunikation stehen die Mimik, die Körperhaltung und die Gestik im Mittelpunkt.

Die Mimik verrät etwas über unsere seelischen Vorgänge. Die Augenbewegung z. B. ist ein wichtiger Bestandteil der Mimik. Wenn wir merken, dass uns jemand ansieht, fühlen wir uns beobachtet. Blickzuwendung bedeutet Aufmerksamkeit, Zuneigung, Freundlichkeit. Weicht man dem Blick aus, signalisiert man Desinteresse, Gleichgültigkeit oder Scham. Zu langes Anstarren wirkt aufdringlich und aggressiv. Die Augen spielen auch beim Lächeln eine große Rolle. Wenn der Mund lacht und die Augen nicht mitlachen, ist das ein Zeichen für ein künstliches, unaufrichtiges Lachen. Lachen und Lächeln gelten im Allgemeinen als Zeichen für Freude und Freundlichkeit, sie können aber auch Unsicherheit oder Verachtung bedeuten.

In Bezug auf die Körperhaltung besagt die Theorie dasselbe wie der Volksmund: Je gerader jemand steht, desto aufrechter ist seine innere Haltung. Ein Mensch mit einer geraden Haltung ist weder unsicher (Neigung nach vorne) noch überheblich (Neigung nach hinten). Ebenso wichtig ist, ob ein Mensch frei steht oder ob er sich irgendwo anlehnen muss. Die Körperhaltung ist ein klarer

Ausdruck von Gefühlen und persönlichen Befindlichkeiten. Wer trauert, wirkt in sich zusammengesunken und kraftlos, eine offene Haltung im Brust-Hals-Bereich zeigt Selbstbewusstsein. Im sozialen Rang höherstehende Menschen geben sich in der Regel offener, weil sie sich für weniger verletzlich halten.

Auch die Körperbewegungen spielen bei der Gesamtinterpretation eine Rolle. Ein im Gespräch nach vorn geneigter Oberkörper signalisiert Aufmerksamkeit, mit einem demonstrativen Zurücklehnen wird Desinteresse oder Missfallen am Thema angedeutet. Bei der Sitzhaltung gilt generell: Je mehr jemand dafür sorgt, dass er bequem sitzen kann, desto souveräner ist der Eindruck, den er auf Zuhörer und Beobachter macht. Eine angespannte Sitzhaltung kann in Kombination mit krampfhaften Fußbewegungen bedeuten, dass die Unterhaltung als uninteressant empfunden wird.

Die Gestik kann der Mensch am schwierigsten kontrollieren. Gesten begleiten oft die verbale Rede und bringen unbeabsichtigt Gefühlszustände zum Ausdruck. Forscher haben herausgefunden, dass im Gehirn die Zentren für Sprache und Handbewegungen in einem Bereich angesiedelt sind und vermuten deshalb eine zwangsläufige Verbindung von



Wort und Hand. Das würde auch erklären, warum wir sogar am Telefon gestikulieren.

Im Allgemeinen steht die linke Hand für Emotion, die rechte für Rationalität. Sich wiederholt die Hände reiben ist ein Zeichen von Unruhe, Fingerspiele oder das Spielen an Gegenständen sind Ausdruck von Nervosität, das Streicheln von fühlbar angenehmen Gegenständen ist ein Zeichen von Einsamkeit, das Ballen der Faust gilt als Ausdruck von Aggression, das Kratzen am Kopf steht für Ratlosigkeit, das Umklammern von Dingen ist Ausdruck von Wut, das Hochwerfen der Arme steht für Begeisterung.

Einzelne Gesten können sogar so klar definiert sein, dass sie die verbale Kommunikation vollständig ersetzen. Die entsprechenden Definitionen müssen aber gelernt werden und sind deswegen auf Gruppen von Menschen oder auf Kulturkreise beschränkt. So können ähnliche oder gleiche Gesten in verschiedenen Kulturkreisen verschiedene Bedeutungen haben.

B5 Ergänzen Sie die Grafik mit den Informationen aus dem Text.

