

IHR KÖRPER SPRICHT IMMER EIN WÖRTCHEN MIT

In der Operette „Die Fledermaus“ heißt es in einem bekannten Duett: „Lippen schweigen Blicke zeigen...“ Da ist in der Tat von Körpersprache die Rede! In diesem Fall weiß die Absenderin dass ihre Blicke mehr sagen als Worte es könnten.

Im Alltag kennen wir diese Situation alle sehr gut, nämlich, dass wir mittels körpersprachlichen Ausdrucks dem gesprochenen Wort eine vertiefende Wirkung verleihen. Oder wir benutzen den Gesichtsausdruck auch dafür, das gesprochene Wort ins Gegenteil zu verkehren. Diese Absicht beeinflusst sofort auch den Klang der Stimme. Sind Sie von einer Sache gar nicht begeistert, sagen aber: „Na das ist aber toll“ und machen dazu ein abwertendes Gesicht, das einen abwertenden Tonfall mit sich bringt, verdreht die Körpersprache den Inhalt des Textes.

Gefühle und Emotionen sind körperliche Ereignisse und keine „Hirngespinnste“. Sie benötigen ein Nervensystem, um einerseits stattfinden zu können und andererseits wahrgenommen zu werden.

Fällt Ihr Blick auf jemanden, der oder die Ihnen sehr gut gefällt, wird das eine Regung in Ihnen auslösen. Ein Gefühl. Und das wird Sie zu einer körperlichen Reaktion wie z.B. einem freundlichen Blick veranlassen, oder zum sich Wegdrehen, je nach dem, welche Botschaft Sie dieser Person senden wollen. Die Bewertung und die darauf folgende Handlung haben Sie meistens – nicht immer! – noch in der Hand Ihres Verstandes. Außer Sie haben bereits den Kopf verloren...

Wenn wir „ganz normal grad stehen“, geben wir eine höchst individuelle Visitenkarte ab. Aufrecht, krumm, aufgeplustert oder eingefallen, stolz, depressiv, gelangweilt, ungeduldig, usw. Sie kennen das ja vom Anblick anderer Menschen. Kennen Sie auch die Aussage Ihre eigene Haltung so genau? Sie haben sich sicher schon auf einem Videofilm genauer betrachtet. So sehen Sie Ihre Mitmenschen immer, mit all den ungewollten „Mit-Erzählungen“. Ihr Selbstbild steht ausnahmslos Ihnen zur Verfügung. Es lohnt sich daher, die eigene Körpersprache und Ihre Wirkung genauer unter die Lupe zu nehmen, um nicht zu viele andere Signale in die Welt hinaus zu senden als Ihr bewusster Verstand vertreten kann.

Neben der Haltung spielt die Gestik eine enorm wichtige Rolle in der Kommunikation.

Keine Handgesten zu machen ist nicht das Beste was Sie tun können sondern das Unspontanste. Lebendigkeit und Spontaneität brauchen bewegungswillige Hände. In der Aufregung werden diese Gesten größer und schneller. Steigt die Langeweile, oder sinkt das Interesse, werden die Handgesten immer energieloser und zeigen die Betonungen kraftlos mehr und mehr abwärts. So spricht Ihr Körper immer ein Wörtchen mit.