



©Bild: Emily Vossen

Nonverbale Kommunikation

Wie schön wäre es, wenn die Körpersprache, also die nonverbale Kommunikation von allen Menschen gleich gut beherrscht würde. Aber wenn man sich so umsieht, dann *interpretiert* der eine so und der andere anders und schon ist das größte Missverständnis zwischen zwei Menschen im Gange. Es reicht ja schon, wenn jemand sagt „Was guckst du denn so sauer?“ und zur Antwort bekommt „Ich *gucke* doch gar nicht sauer!“, was übersetzt bedeutet „Ich *bin* doch gar nicht sauer...“. Das dürfen wir dann schon glauben, denn derjenige weiß sicherlich selbst am besten, in welcher Verfassung er gerade ist. Das sieht manch einer aber nicht ein, denn „der guckt doch aber so sauer“... und schon ist ein Streit zum Greifen nah.

Wichtig also ist, jede Aussage und damit auch die eines Körpers im richtigen Kontext einzuordnen. Dazu gehörten beispielsweise die näheren Umstände, die Stimmung, das vorher Gesagte. Negativ auswirken kann sich dabei manchmal die Neigung, die eigene Befindlichkeit in die Beobachtung mit hineinzumischen, alles gut umzurühren und sich etwas höchst phantasievolles zusammenzudichten. Diese Neigung sollte man sich zur halbwegs korrekten Einschätzung einer Person tunlichst verkneifen und sich sowieso schnellstens abgewöhnen. Das nutzt nichts und bringt einem selbst eigentlich immer nur Ärger.

Das Bild hier wird jeden Betrachter zu anderen Schlüssen bringen. „Sie wartet auf irgendwas“, „sie ist traurig“, „sie ist müde“ waren drei Antworten, die ich bekam. Ohne Kenntnis darüber, was zu diesem Schnappschuss geführt hat, könnten alle drei Betrachter recht haben. In diesem Fall aber nicht, denn das Mädchen war einfach stocksauer. Um eine Situation und einen Menschen richtig einzuschätzen, müssen wir also die näheren Umstände kennen und mit einbeziehen. Da dies selten der Fall ist, sollten wir uns die Beurteilungen anderer Menschen anhand von Äußerlichkeiten einfach sparen. Vor allem auf Fotos. Die Trefferquote dort ist sowieso oft erschreckend gering.

Wenn jemand gebeugt geht, kann das ein Zeichen von Müdigkeit sein oder von Trauer. Es kann von Rückenschmerzen herrühren, von intensiver Handynutzung oder von einer Wirbelsäulendeformation oder einfach nur eine schlechte Angewohnheit sein. Wenn jemand lacht, kann es fröhlich sein, glücklich oder amüsiert. Es kann aber auch nur „dargestellt“ sein à la selfie oder „cheeeeeese“, es kann gequält sein oder höflich, und manchmal kann ein Lächeln auch traurig sein. Wenn nämlich die Augen nicht mitlächeln, und das passiert viel häufiger, als man denkt. Mir fällt das sehr häufig auf, vor allem bei Prominenten. Dann frage ich mich, wie die sich gerade *wirklich* fühlen, warum sie diesen Scheiß mitmachen und wieso sie nicht einfach nach Hause gehen. Aber: Klappern gehört zum Handwerk, sagt man, und Lächeln gehört zu einem glücklichen Promileben. Damit sie wieder gebucht werden, damit die Show weitergehen kann, damit sie gefragt bleiben. Grins – cheese - ;-) undsoweiter.

Wie sieht es aus bei den Nicht-Promis? Wie ehrlich ist unsere eigene Körpersprache? Die gute Nachricht: Wir alle können diese Sprache „sprechen“, auch wenn wir glauben, sie nicht immer gut „lesen“ zu können. Das liegt aber meist daran, dass wir nicht genau genug hinsehen, hinhören und fühlen. Ganz gewiefte Menschen à la James Bond können sich und ihren Körper extrem kontrollieren. Jemand, der extrem kontrolliert ist, sagt auch etwas aus, nämlich, dass er nichts über sich aussagen *will*. Pokerface halt, Roboterverhalten, Warnstufe rot. Wir alle nutzen die Körpersprache unbewusst durch unsere intuitive Lesefähigkeit und können die eigentliche Sprachbotschaft eines Körpers erfassen. Selbst dann, wenn etwas gesagt wird, aber Gestik und Mimik das Gegenteil aussagen und die Botschaft damit zweideutig ist. Im schlechtesten Fall bleibt ein Gefühl des „Häh? Was denn jetzt?“ zurück. Immer dann haben wir eine Doppelbotschaft empfangen und dann müssen die Umstände uns die fehlenden Informationen liefern. Unser Bauchgefühl wird sich dann ebenfalls mit einer Fehlermeldung ans Gehirn wenden: „Da stimmt was nicht!“

So wie eine Zehntelsekunde darüber entscheidet, ob wir auf einem Bild mit offenem Mund oder halbgeschlossenen Augen getroffen werden, so kann eine Zehntelsekunde unkontrollierter Körpersprache Auskunft darüber geben, ob wir gerade angelogen werden oder nicht. Und genau diese flüchtige Zehntelsekunde ist es, die sich der bewussten Steuerung entzogen hat und die deshalb so wichtig ist. Fotos kann man leicht manipulieren, den direkten Kontakt nicht. Deshalb ist es so viel wichtiger, sich *persönlich* mit anderen Menschen auszutauschen, statt sich gegenseitig mit selfies oder SMS zu überhäufen. Direkte Gespräche, Treffen und Berührungen sind so viel echter, intensiver und aussagefähiger, weil man den anderen ohne Filter wahrnimmt. Weil man zwischen den Zeilen lesen (und fühlen) kann, weil man die Worte hört, die Betonung und die Stimmlage, und weil man alles sofort abgleichen kann mit der Mimik, der Gestik, dem Gesagten und dem Ungesagten. Nur so kann man wirklich miteinander sprechen, sich austauschen, kommunizieren.

Vergesst doch die selfies, die Instagram-Wunschbilder, die verfremdeten Bildchen und die strahlenden ich-bin-so-happy-Videos: Lernt andere Menschen richtig kennen, mit all ihrer Gestik und Mimik, mit ihren Worten und Taten und zeigt euch ebenso menschlich und lesbar. Körpersprache ist die schönste Sprache. Sie gilt weltweit, ist überall gleich und wird überall verstanden. Auch das ist übrigens ein Erbe unserer Vorfahren. Eines, das sich zu lernen lohnt. Auch um des lieben Friedens willen.