

EV reinhardt

Christa M. Heilmann

Körpersprache

richtig verstehen und einsetzen

Mit Cartoons von Jana Heilmann

2., durchgesehene Auflage

Ernst Reinhardt Verlag München Basel

Prof. Dr. *Christa M. Heilmann* lehrt Sprechwissenschaft und Sprecherziehung an der Philipps-Universität Marburg.

Cartoons von Jana Heilmann, Barcelona

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-497-02231-1

ISBN 978-3-497-60014-4 (E-Book)

© 2011 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Printed in Germany

Reihenkonzeption Umschlag: Oliver Linke, Augsburg

Cover unter Verwendung eines Fotos von © PantherMedia/Chris S.

Satz: Arnold & Domnick, Leipzig

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: www.reinhardt-verlag.de E-Mail: info@reinhardt-verlag.de

Inhalt

Einleitung	7
1 Sprache – Stimme – Körpersprache: Ebenen der Kommunikation	9
2 Körper in der Kommunikation	14
3 Körpersprache	19
4 Körperausdruck	27
4.1 Ausdruckswert	29
4.2 Körperausdruck und Emotionen	37
5 Funktionen von Körpersprache und Körperausdruck im kommunikativen Prozess	43
6 Kategorien von Körpersprache und Körperausdruck	53
6.1 Mimik	54
6.2 Gestik	57
6.3 Kinesik	59
6.4 Proxemik	63
7 Raumkonzept	73
8 Achsenkonzept	81
9 Die Dimension Nähe und Distanz	87
10 Körperausdruck im Gespräch	94
10.1 Sprecherwechsel	94
10.2 Übergangsrelevante Stellen	97

10.3	Reziprok-dialogischer Ansatz	101
	<i>Die Fremdwahl</i>	104
	<i>Die Selbstwahl</i>	105
11	Genderspezifische Aspekte	117
12	Neue Medien	124
	Literatur	131
	Sachregister	134

Einleitung

Täglich begegnen wir im beruflichen und privaten Alltag anderen Menschen. Wir führen Gespräche miteinander, sehen sie im Bus und in der S-Bahn sitzen, schauen an der Ampel in das Auto nebenan, beobachten spielende Kinder, erleben erstaunt, dass sogar telefonierende Personen gestikulieren. Und wir machen uns oft Gedanken, wie wir auf unsere Mitmenschen wirken. In allen Situationen spielt also die Körpersprache eine zentrale Rolle. Wir sehen an Mimik und Körperhaltung, wie es unserem Gegenüber geht, erkennen Aggressionspotenzial, nehmen Unsicherheit wahr, entdecken Lebenslust.

Was macht uns eigentlich so sicher, dass wir die Anzeichen richtig deuten? Inwiefern übertragen wir unsere eigene Befindlichkeit auf die anderen? Besitzt der Körper wirklich eine Sprache, die kommunikativ verlässlich ist, oder interpretieren wir Wahrgenommenes aus unseren eigenen Kommunikationserfahrungen?

Ich werde Sie mit diesem Buch in die Welt von Körpersprache, Körperzeichen und Körperausdruck führen und mit kleinen Übungen auf der Entdeckungsreise Ihres eigenen Körperausdrucks begleiten. Mit diesem Buch möchte ich Ihnen Prozesse und Wirkungen bewusst machen, die bisher eher intuitiv abliefen. Und ich werde Ihnen zeigen, wie Sie Ihre Körpersprache und Ihren Körperausdruck in solchen Kommunikationssituationen gezielt einsetzen können. Was z. B. kann ich tun, um einen „Vielschwätzer“ zu unterbrechen? Warum wird meiner Nachbarin zugehört und mir nicht?

Sprachliche Kommunikation zwischen Menschen ist ein Miteinander. Es schiebt nicht einer eine kodierte Nachricht zu einem anderen, der sie dekodiert, wie ältere Modelle annahmen. Sinn entsteht, während die beiden miteinander sprechen, also in einem gemeinsamen Prozess. An diesem Prozess ist auch der Körper beteiligt.

Dieses Buch macht nicht „fit für den Job“ oder „beruflich erfolgreich“, sondern möchte Wahrnehmungen schärfen, Wirkungen transparent machen, den Anteil von Körpersprache und Körperausdruck am Gelingen und Misslingen von Gesprächen zeigen.

Menschliche Kommunikation findet immer zwischen konkreten Personen in konkreten Situationen statt und ist somit stets einmalig und unverwechselbar, insbesondere auch bezogen auf den Körperausdruck. Dennoch liegen auch allen individualisierten Prozessen verallgemeinerbare Muster zugrunde. Diese Muster sollen Thema dieses Buches sein. Der Einzelne muss sie

daraufhin überprüfen, ob sie zum eigenen Stil, zu den eigenen Vorstellungen, zu den eigenen Werten und Normen passen.

Das Buch bietet keine verallgemeinerbare Rezeptesammlung. Jede Übung, jeder Vorschlag, jedes Beispiel muss geprüft werden, inwiefern es zu Ihrer Lebenswelt, Ihren Erfahrungen und Ihren Möglichkeiten passt.

Die Themen bauen aufeinander auf. Natürlich können Sie sich als Leserinnen und Leser auch einzelne Kapitel auswählen, die Sie besonders interessieren. Die einzelnen Kapitel bestehen aus erklärenden Teilen, Aufgaben, Übungseinheiten und anwendungsbezogenen Tipps. Die Übungen sind in der Mehrzahl so aufgebaut, dass sie allein durchgeführt werden können. Einige Übungen eignen sich nur für Gruppen. In diesem Kontext ist an Seminar-situationen gedacht, aber auch an Freundeskreise oder berufliche Teams.

Viele Studierende und Interessierte an Kursen und Workshops von mir haben mit ihren Fragen und Wünschen nach Übungen manche Anregung für dieses Buch gegeben. Mein geschätzter Kollege Klaus Pawlowski aus Göttingen hat mich immer wieder zum Schreiben ermuntert. Dafür bedanke ich mich sehr.

Ich wünsche Ihnen beim Lesen dieses Buches viel Freude und Interesse und auch interessante Entdeckungen!

1 Sprache – Stimme – Körpersprache: Ebenen der Kommunikation

Die tägliche Begegnung mit anderen Menschen ist von vielen kleineren und größeren Gesprächen geprägt. Bereits der Austausch von rituellen Grußformeln wie „Morgen“ – „Morgen“ oder „Hallo“ – „Hallo“ ist im eigentlichen Sinne bereits ein Gespräch, denn die Sprecher-Hörer-Rolle wechselt: Während A „Hallo“ sagt, hört B zu, und anschließend hört A auf das Gesagte von B.

Das „Hallo“ bzw. jeder andere Text wird als *verbale Ebene* des Gesprächs bezeichnet. Die Wörter könnte man auch aufschreiben. Aber im Unterschied zum Geschriebenen, das auf diese Ebene beschränkt bleibt, hören wir Stimme und Sprechweise unseres Gegenübers. Wir können ihn in der sog. Face-to-face-Kommunikation, d. h. wenn von Angesicht zu Angesicht gesprochen wird, auch sehen.

Stimme und Sprechweise, also alles, was wir hören können, nennt man *paraverbale Ebene*. Das Wort beinhaltet das Verbale und „para-“ kommt aus dem Griechischen und bedeutet so viel wie „bei“ oder „neben“. Der eigentliche Text wird durch den Stimmklang der Sprechenden ergänzt, vertieft oder modifiziert, also gestaltet. Dazu gehören auch das Sprechtempo, die Lautstärke, die Melodie des Gesagten und die Art und Weise, wie die Laute ausgesprochen werden – die Artikulation. Auch mit welcher Muskelspannung gesprochen wird, zählt zur paraverbalen Ebene.

In der gesprochenen Sprache sind beide Ebenen – die verbale und die paraverbale – unlösbar miteinander verbunden. Der Text kann nicht ohne diese Sprechausdrucksmerkmale, wie man sie als Oberbegriff bezeichnen kann, übermittelt werden. Die Sprechausdrucksmerkmale sind von den Stimm- und Sprechwerkzeugen abhängig. Oder haben Sie schon einmal versucht zu sprechen, ohne dass Ihre Stimme zu hören war? Wurden Sie verstanden?

Zum Ausprobieren



Halten Sie sich in einem Mehrpersonengespräch die Ohren zu oder benutzen Sie Ohrstöpsel, schauen Sie dem Gespräch zu und versuchen Sie zu begreifen, was die Einzelnen sagen! Verstehen Sie das Gesagte? (Sie müssen die Menschen gar nicht kennen: das kann im Kinofoyer sein, im Bus, in der Kantine.) Können Sie Stimmungen aufnehmen?

Anders verhält es sich mit der *extraverbalen Ebene*. „Extra“ kommt aus dem Lateinischen und bedeutet so viel wie „außerhalb, zusätzlich, nebenbei“. Es handelt sich um Merkmale, die hinzukommen, auf das Gesprochene bezogen sind, aber nicht unmittelbar mit dem Gesprochenen übermittelt werden: die Körpersprache bzw. der Körperausdruck (Bergmann 1988, 1216). Diese sind von den Stimm- und Sprechwerkzeugen unabhängig. Telefonieren z. B. könnte nicht funktionieren, wenn die Körpersprache untrennbar zum Sprechen gehören würde wie die Stimme. Wir begleiten unser Sprechen jedoch immer mit Handbewegungen (Gestik) und Bewegungen der Gesichtsmuskulatur (Mimik), halten unseren Körper auf eine bestimmte Weise (Kinesik) und nehmen uns Raum (Proxemik). Gesprächsbeteiligte können aus diesen Bewegungen viele Informationen entnehmen, wie in Kapitel 6 noch erklärt wird, aber mündliche Kommunikation kann auch funktionieren, ohne dass wir gesehen werden.

Stimme und Sprache sind beim Sprechen untrennbar verbunden. Körperausdruck bezieht sich auf den Sprechprozess, existiert aber losgelöst von ihm.



Zum Ausprobieren



Schließen Sie in einem Mehrpersonengespräch die Augen, verfolgen Sie mit den Ohren das Gesprochene und versuchen Sie zu differenzieren, wer die sprechenden Personen sind, welches Alter sie haben könnten oder welches Geschlecht. Versuchen Sie weiterhin herauszufinden, ob es weitere Geräusche im Raum gibt und wodurch sie verursacht sein könnten.

Interessanterweise haben wir auch eine optische Vorstellung von unserem Gegenüber, wenn wir den Stimmklang hören, da dieser einiges verrät: So können wir in den meisten Fällen entscheiden, ob wir mit einem Mann oder einer Frau sprechen, haben eine ungefähre Vorstellung vom Alter, glauben aber auch hören zu können, wie die psychische Lage des anderen ist: Wir hören z. B. Traurigkeit, Freude, Dynamik oder Müdigkeit. Natürlich können wir nicht wissen, ob unsere Vermutung stimmt, wenn wir nicht nachfragen. Deshalb ist mit solchen Vorannahmen sehr behutsam umzugehen. Wir können Menschen mit unseren Interpretationsversuchen auch schnell verletzen. Eine kleine Übung kann verdeutlichen, wie sich der Stimmklang durch körperlich unterschiedliche Positionen oder Spannungen ändert.



Zum Ausprobieren

Stellen Sie sich auf die Zehenspitzen, recken Sie den Körper ganz gerade nach oben und strecken Sie auch die Arme gerade nach oben, als ob Sie die Decke berühren wollten. Nun lassen Sie ein deutliches „a“ erklingen. Mit diesem Klangbild im Ohr verändern Sie Ihre Körperposition: Stellen Sie beide Füße stabil in Schulterbreite auf den Boden, stehen Sie mit federnden Knien aufrecht, die Arme hängen locker seitlich, der Kopf ist aufrecht. Wiederholen Sie nun noch einmal ein lang klingendes „a“. Zum Schluss unternehmen Sie den gleichen Versuch, indem Sie sich ganz klein zusammenhocken.

Versuchen Sie im Nachhinein die drei a-Klänge zu vergleichen und überlegen Sie, welche Ursachen die Unterschiede haben könnten. Sie erkennen daran den Zusammenhang zwischen hörbarem Stimklang und Körperhaltung. Wiederholen Sie die Übung noch einmal. Sie werden erleben, wie sich Ihre Differenzierungsfähigkeit verbessert!

Selbstverständlich nutzen wir unsere Arme, Hände, Beine, den Körper und die Mimik auch, wenn wir nicht kommunizieren: Ein Fahrrad fahren, ein Auto lenken, eine Büchse öffnen, am Computer schreiben und alles andere, was wir an einem Tag vollbringen, erledigen wir mit unserem Körper. Es gibt jedoch einen Unterschied: In der mündlichen Kommunikation nutzen wir den Körper, um sprachliche Handlungen zu begleiten und zu verdeutlichen. In den anderen Fällen vollziehen wir eine körperliche Handlung mit Hilfe von Gegenständen, um ein außerhalb von uns liegendes Ergebnis zu erreichen (zu einem Ziel gelangen, einen Baum fällen, Geschirr spülen). Diesen Umstand nutzen z. B. die Pantomimen. Sie zeigen mit dem Körper Handlungen, die normalerweise mit Gegenständen verknüpft wären: Ein Pantomime setzt sich auf einen Stuhl und „lenkt“ ein Auto, obwohl kein Auto und kein Lenkrad zu sehen sind. Diese Situation, in der dieser Künstler Typisches bündelt, können allerdings nur diejenigen verstehen, die bereits einen Menschen Auto fahren gesehen haben (Molcho 2008).



Zum Ausprobieren

Versuchen Sie einmal mit dem Körper, ohne Laute, darzustellen, wie ein Mensch die Tür eines Zimmers findet und öffnet. Welche typischen Bewegungen müssen Sie vollziehen, damit andere das Türöffnen erkennen können?

Die stimmliche Ebene und die des Körperausdrucks werden oft auch als *nonverbale Kommunikation* bezeichnet. Klaus Scherer und Harald G. Wallbott (1979), Wissenschaftler, die sich sehr viel mit der Bedeutung der Körpersprache für die Kommunikation befassen, führten diesen Terminus in die

deutschsprachige Fachliteratur ein. Gemeint ist eben das Nicht-Verbale, das Nicht-Textliche. Im vielfachen Gebrauch dieser Bezeichnung war dann nicht mehr immer klar, ob nur die Ebene des Körperausdrucks oder auch die der Sprechausdrucksmerkmale gemeint ist. Die Teilung in drei Ebenen vermeidet Zweifel und Unklarheiten.

In vielen Büchern über Körpersprache wird auch diskutiert, ob z. B. Körperschmuck – wie Tattoos oder Piercings, Frisuren, Make up oder Parfüm oder Kleidung (sog. Artefakte) – auch zur extraverbalen Ebene gehört. Die Auffassungen darüber sind sehr unterschiedlich. Aber eindeutig ist, dass all diese Elemente ein Gespräch mit beeinflussen. Dann müssten wir uns aber auch mit Körpergröße, Gesichtsform, Figur, Geruch etc. auseinandersetzen, denn alles hat einen Einfluss auf die Atmosphäre zwischen Gesprächsbeteiligten.

→ Praktische Anwendung

Es ist von großer Bedeutung, dass sich jeder in allen Kommunikationssituationen bewusst ist, dass die Wirkung auf andere immer über alle drei Ebenen geschieht. Ruft das Gesagte nicht die gewünschte Wirkung hervor, kann es daran liegen, wie es gesagt wurde, aber auch einfach an der Kleidung, an der Frisur, am Stimmklang. Kommunikation ist ein personenbezogener sensibler Prozess. Urteilen Sie nicht vorschnell, nehmen Sie Ihr Umfeld aufmerksam wahr und hinterfragen Sie irritierende Reaktionen.

Alle Wirkungsmöglichkeiten in diesem Buch mit aufzunehmen würde ein zu weiter Bereich, deshalb werden nur die motorischen Merkmale berücksichtigt, die sich direkt auf das Gesagte, auf die verbale Ebene beziehen (s. Wallbott 1988, 1227).



• Zusammenfassung und Vertiefung

In mündlichen Prozessen kommunizieren wir auf drei Ebenen gleichzeitig:

- der verbalen Ebene,
- der paraverbalen Ebene und
- der extraverbalen Ebene.

Das Stimmlich-Klangliche ist unmittelbar mit dem Textlichen verbunden. Das Sichtbare ist auf das Sprachliche bezogen, wird aber nicht mit dem Sprachlichen übertragen.

Körpersprache und Körperausdruck begleiten, intensivieren oder ergänzen sprachliches Handeln. In seltenen Fällen können sie es ersetzen, manchmal

modifizieren. Ihr Ausdruckswert bezieht sich jedoch immer auf den kommunikativen Prozess. In welchem Verhältnis die Ebenen im kommunikativen Prozess Wirkungen hervorrufen, lässt sich schwer bestimmen. Sicher ist nur, dass das „Gewicht“ situationsabhängig stark differiert.

Viele „Ratgeber für eine überzeugende Körpersprache“ enthalten die „Zauberformel 7% – 38% – 55%“, welche auf die Bedeutung des Körperausdrucks beim Sprechen hinweisen soll (55%). Der amerikanische Psychologe Albert Mehrabian hat 1971 diese Zahlen aus einer Studie vorgestellt, in welcher er an dem Wörtchen „maybe“ (möglicherweise) untersuchte, wie sich die Wirkung bei unterschiedlicher Sprechweise bzw. körperlichem Ausdruck verändert. Die Ergebnisse dieser eng begrenzten Fragestellung des Forschers, der ausdrücklich nur ein einzelnes wertneutrales Wort nutzte, wurde in der Nachfolge unzulässigerweise in seinen Ergebnissen auf die gesamte mündliche Kommunikation übertragen. Die Bedeutung von Inhalt, Sprechausdruck und Körperausdruck variiert ganz stark nach der jeweiligen Sprechsituation. Dies sei an einem Beispiel erläutert: Wird Ihnen mitgeteilt, dass Ihre Stellenbewerbung erfolgreich war, steht absolut die Nachricht im Mittelpunkt. Drückt jemand in einer für Sie schwierigen Situation Mitgefühl aus, berührt Sie wahrscheinlich besonders der Stimmklang.

An dem Körperausdruck eines Menschen versuchen Sie möglicherweise seine Glaubwürdigkeit abzulesen. Eine starre Relation von 7% (Inhalt), 38% (Stimme) und 55% (Körperausdruck) für alle Sprechsituationen kann es nicht geben.



2 Körper in der Kommunikation

Jedem Menschen erscheint es sofort selbstverständlich, wenn er darüber nachdenkt, dass zum Sprechen ein Körper gehört. Da fallen uns Mimik und Gestik ein, ruhig oder zappelig stehende Beine, wippende Füße oder Personen, die breitbeinig Räume anderer beschränken. Auch eigene Befindlichkeiten beim Sprechen wie feuchte Hände, Herzklopfen oder Aufregung kommen uns möglicherweise in den Sinn, vielleicht auch die Tatsache, dass man Gefühle an bestimmten Körperbewegungen beim Gegenüber glaubt ablesen zu können. In der Fachliteratur wird dies als *primäre* und *sekundäre Körperlichkeit* bezeichnet (Kühn 2002).

Die **primäre Körperlichkeit** meint die physischen Voraussetzungen für die eigene Wahrnehmungsfähigkeit, d. h. die Möglichkeiten unserer Sinnesorgane, unser Gegenüber zu sehen, zu hören, zu riechen oder zu fühlen. Sie bedeutet aber auch unsere eigene Fähigkeit, mit den Händen z. B. Gesten zu gestalten, mit dem Mund Laute produzieren zu können oder in der Lage zu sein, uns im Raum zu bewegen. Primäre Körperlichkeit bedeutet also zweierlei: Das vitale Hervorbringen und das Aufnehmen und Verarbeiten körperlicher Signale.

Wenn ich die Signale eines anderen Körpers aufnehme, bekomme ich Informationen, Auskünfte – der andere Körper „spricht“ zu mir. Damit ist gemeint, dass ich aus der Art und Weise, wie jemand sitzt oder steht, Muskelspannung hat oder ganz schlaff ist, Deutungen über die innere Situation des Gegenübers ableite. Dieser Vorgang wird als **sekundäre Körperlichkeit** bezeichnet.

In der mündlichen Kommunikation, wenn sich die beteiligten Personen direkt begegnen, also in der sog. Face-to-face-Kommunikation, dem Sprechen von Angesicht zu Angesicht, kommen dem menschlichen Gesamtorganismus demnach unterschiedliche Aufgaben zu: Er bringt hervor, er nimmt wahr und er interpretiert Wahrgenommenes.

Zum Ausprobieren



Legen Sie Ihre Hände auf den Rücken und halten Sie sich am Handgelenk fest. Nun erzählen Sie eine Begebenheit, ohne die Hände vom Rücken zu lösen. (Natürlich können Sie die Hände auch in die Hosen- oder Jackentaschen stecken oder in einen Muff oder mit Paketband verschnüren! Wichtig ist nur, dass Hände und Arme sich nicht bewegen können beim Sprechen.) Beobachten Sie, wie sich Ihr Sprechen bzw. das der anderen verändert! Wenn diese

Übung als Gruppengespräch durchgeführt wird, werden Sie sehr viel Spaß haben. Nutzen Sie eine Videoaufnahme als „neutralen Beobachter“!

Die vorangegangene Übung macht deutlich, dass Sprechen nicht nur eine Sache des Verstandes und Mundes ist, sondern dass der gesamte Körper beteiligt ist. Deshalb ist es zunächst auch gleichgültig, ob uns jemand sieht oder zuhört. Sobald wir laut sprechen, benutzen wir Mimik, Gestik, Kinesik und Proxemik. Wir benötigen dazu unsere Atmung, um Stimme und Laute hervorbringen zu können. Es bewegt sich auch unsere Gesichtsmuskulatur, die Arme und Hände begleiten das Sprechen, der gesamte Körper ist in Aktion. Diese sprechbegleitenden Bewegungen unterstützen motorisch den Denk-Sprech-Prozess, die Phase des Übergangs von gedanklichen Überlegungen zu ausgeformten Sätzen.

Beobachtung



Beobachten Sie in der Fußgängerzone Menschen, die beim Gehen mit dem Handy telefonieren. Sie können sehen, dass diese z. B. den Kopf schütteln beim Sprechen, das Gesagte mit Handbewegungen unterstützen, die Stirn runzeln etc. Die Angerufenen sind irgendwo und können das alles nicht sehen.

Man macht also diese Bewegungen primär nicht für die anderen, sondern sie gehören zur Hervorbringung gesprochener Sprache. (Das zeigt sich auch bei Fernsehproduktionen wie Duplex-Sendungen, in denen sich die Teilnehmenden nicht sehen.) Die Körperbewegungen erleichtern den kontinuierlichen Sprechfluss und den „Abruf“ der Gedanken (de Ruiter 1998, 77). Sobald diese motorischen Bewegungen von anderen wahrgenommen werden, erweitert sich ihre Funktion: Dienten sie zunächst nur der Unterstützung des Sprechvorgangs, stellen sie nun die Grundlage für Deutungen dar: Sie werden kommunikativ aufgeladen. Dies bedeutet, die anderen sehen uns beim Sprechen zu, erkennen bestimmte motorische Abläufe und weisen ihnen eine Bedeutung zu. So entwickeln sich aus körperlichen Anzeichen „Gewissheiten“. In Kapitel 3 wird dies ausführlich dargestellt.

Stellen Sie sich vor, Ihnen sitzt eine Frau gegenüber, die ihre Arme vor dem Körper verschränkt hat und mit den Händen



den jeweils gegenüberliegenden Oberarm umfasst. Sie sehen diese Position, während die Frau spricht, und überlegen sich, warum sie diese Armhaltung zeigt. Da könnte Ihnen einfallen, dass die Frau friert und sich auf diese Weise wärmt. Sie könnten zu der Überlegung kommen, dass die Frau Rückenschmerzen hat und diese durch den gerundeten Rücken mildern möchte. Es wäre die Möglichkeit denkbar, dass die Frau vermeiden möchte, andere zu berühren, als Geste der Abgrenzung, oder Sie könnten diese Körperhaltung als Unsicherheitsposition deuten. Möglicherweise handelt es sich einfach um eine individuelle Gewohnheit. Vielleicht fallen Ihnen noch mehr Möglichkeiten ein. Dabei sollten Sie immer beachten, dass es sich in allen Fällen um eine Interpretation, also eine Deutung eines wahrgenommenen Körperausdrucks handelt und Sie keinerlei Gewissheit über die Richtigkeit Ihrer Annahmen haben. Durch unsere Kommunikationserfahrungen und die situativen Gegebenheiten verbessert sich die Möglichkeit, „richtig zu liegen“. So schließt sich das Frieren mit großer Wahrscheinlichkeit situativ aus, wenn es im Raum sehr warm ist. Und wenn wir die Frau kennen und sie sonst diese Bewegung nicht durchführt, scheint es keine individuelle Besonderheit dieser Person zu sein. Gewissheit erlangen wir nur durch Nachfragen.



Über die physischen und psychischen Möglichkeiten unseres Körpers drücken wir selbst etwas aus (intentional) oder drückt sich etwas aus (nicht-intentional) und wir können Ausgedrücktes beim Gegenüber erkennen und aus der Erfahrung heraus interpretieren.

Ganz sicher können wir nur sein, wenn es sich bei körpermotorischen Bewegungen um konventionalisierte Formen handelt. Konventionalisiert bedeutet, dass alle Angehörigen einer bestimmten Gruppe oder einer ganzen Sprachgemeinschaft die gleiche Bedeutung mit einer bestimmten Bewegung verbinden. Das Kopfschütteln wäre so ein Beispiel. Hier laden wir nicht kommunikativ auf, sondern die Sprachgemeinschaft hat dieser Drehbewegung des Kopfes im Deutschen die Verneinungsbedeutung zugewiesen. In Kapitel 3 wird dies ausführlich behandelt.



Beobachtung

Beobachten Sie eine Person beim Sprechen und versuchen Sie herauszufinden, welche Bewegungen sprechbegleitend sind, welche einen speziellen Ausdruckswert haben könnten und welche konventionalisierten Gesten sie benutzt.