

# Unsere Zunge kann lügen – unser Körper nie

» Die Körpersprache wird aus dem Unbewussten des Menschen gesteuert und meist unbewusst von unseren Mitmenschen wahrgenommen. Doch mit einer bewussten Wahrnehmung der Gestik, Mimik und Körpersprache Ihres Mitmenschen können Sie eine Menge über ihn erfahren!

Alle unsere Erlebnisse und Erfahrungen werden mit Emotionen im Gehirn abgespeichert. Die Gedanken an diesen Erfahrungen erwecken diese Emotionen wieder. Jede Emotion erzeugt im limbischen System des Gehirns elektrische Impulse, deren Energie durch den Körper mit 40-60 Meter pro Sekunde fließt und damit in Mimik, Gestik und Körpersprache sichtbar wird. Durch die Körpersprache zeigen wir also unseren wahren Gefühlszustand. Hier gilt auch: „Die Zunge kann lügen - Unser Körper nie!“

**Übrigens:** Ein erwachsener Mensch kann seine eigene Körpersprache nur 7 Sekunden bewusst steuern und Kinder „schaffen“ es nur 3 Sekunden.

## Der erste Eindruck - erster Augen-Blick!

Wie entsteht der erste Eindruck? Wenn wir zum ersten Mal einen uns unbekanntem Menschen treffen, prüfen wir unbewusst sofort, ob wir aus der Vergangenheit einen ähnlich aussehenden

Menschen kennen und welche Erfahrungen wir mit ihm gemacht haben: Positive oder Negative. Nach dieser „Bewertung“ ist unser Mitmensch für uns erstmal ein lieber oder mit Vorsicht zu genießender Mensch.

**TIPP:** Auch wir werden bei jeder „neuen“ Begegnung von unseren Mitmenschen gewertet, deshalb: geben Sie Ihrem neuen Mitmenschen eine zweite Chance und gestalten Sie zu Beginn eine wertfreie Kommunikation mit ihm! Ihr "erster Eindruck" sind doch "nur" Ihre bisherigen Erfahrungen! Öffnen Sie sich neuem Menschen und lassen Sie sich überraschen!

## Begrüßung - Händedruck

Warum ist der Händedruck aus Sicht der Körpersprache so wichtig? Der Händedruck läuft bis auf wenige Ausnahmen unbewusst ab und ist dadurch ein wichtiges Werkzeug für die Charakterdeutung eines Menschen.

**Der feste Händedruck.** Die Stärke des Händedrucks gibt uns Informationen über das Ich-Wertgefühl und Selbstbewusstsein des Menschen: wie gut gelang es einem Menschen bis Heute seine individuellen Bedürfnisse im täglichen Leben in die Tat umzusetzen. Diese Menschen wissen in der Regel „immer was sie wollen“.

Ein Mensch mit **einem schwachen Händedruck** hat ein starkes Innenleben, führt überdurchschnittlich viele Selbstgespräche und wünscht sich viel Einfühlungsvermögen. Unter Umständen kann er seine Fähigkeiten, die in ihm stecken, nicht nach außen bringen und in seiner Umwelt leben

**TIPP:** Achten sie einmal bewusst auf die „Händedrücke“ bei einem Ehepaar, dort können sie schnell heraus spüren, wer von Beiden wirklich „die Hosen an hat“. Eben der, der stärker zudrückt. Und dies muss nicht immer der Mann sein.



Fotos: © XtravaganT – Fotolia.com

