

Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

„Arbeitswelt 2020“

25.-29. April 2016

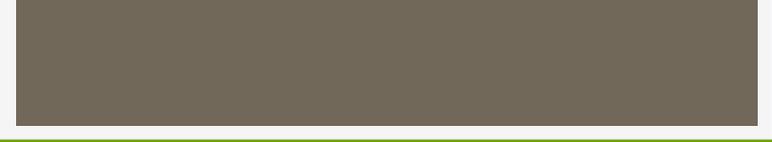
Im Nell-Breuning-Haus, Wiesenstraße 17, D-52134 Herzogenrath

Dienstag, 26. April 14.30 Uhr

Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

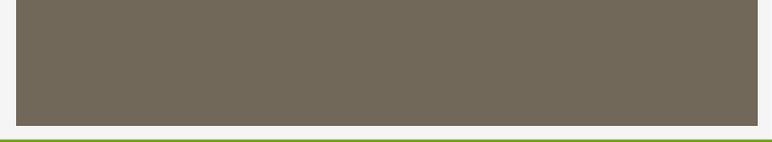
Angela C. Reinhardt

Business Health Consulting



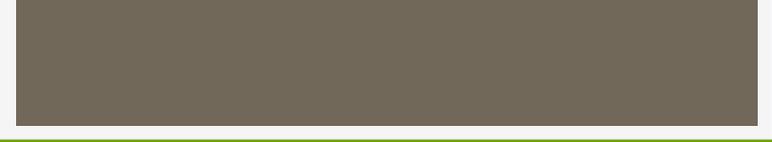
Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

Die menschliche Sprache ist erst wenige tausend Jahre alt.



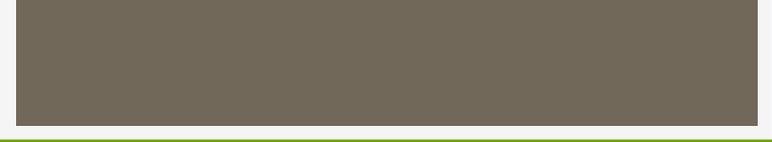
Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

**Voraussetzung war eine Veränderung in den Gehirnen unserer
Vorfahren vor ca. 50.000 – 100.000 Jahren.**



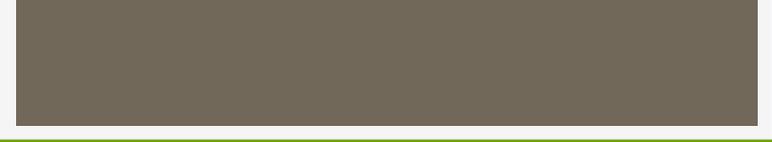
Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

**Heute wissen wir viel über die Kommunikation von
Menschen, Tieren und Pflanzen!
Vor allem ist heute klar, es gab schon immer Kommunikation
auch ohne Buchstaben!**



Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

**Unsere Vorfahren haben intensiv kommuniziert!
Zu einem großen Teil war dieses Kommunikation
NONVERBAL!**



Nonverbale Kommunikation –
Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

Unter ‚nonverbaler Kommunikation‘ verstehen wir den Anteil an Kommunikation, der nicht Sprache ist.

Nonverbale Kommunikation kann **absichtlich oder unabsichtlich erfolgen** und **bewusst oder unbewusst wahrgenommen werden**.

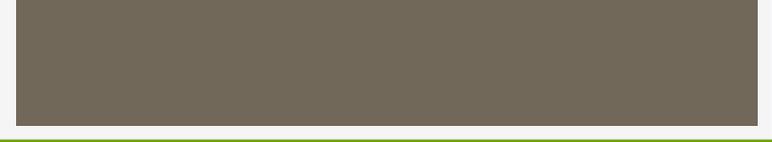
Nonverbale Kommunikation ist jedes nichtsprachliche Verhalten, das Auskunft über innere Zustände gibt.

Es gibt *kontrollierbare* Äußerungen wie Gestik, Mimik, Körpersprache, Blickkontakt und Lautäußerungen (z. B. Lachen).

Nonverbale Kommunikation –
Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

Verbale Kommunikation (digitale Kommunikation)

Kommunikationsquadrat
Friedeheim Schulz von Thun



Nonverbale Kommunikation –
Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

Das Eisbergmodell

von

Sigmund Freud

Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik



Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

Körpersprache

Schuhe

Blickkontakt

Lautäußerungen

Haltung

Mimik

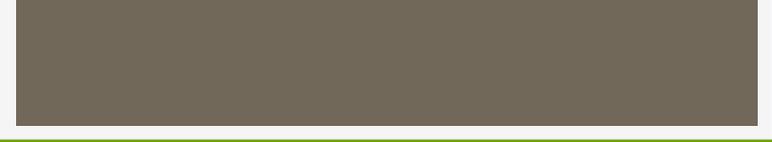
Schmuck

Lachen

Gestik

Kleidung

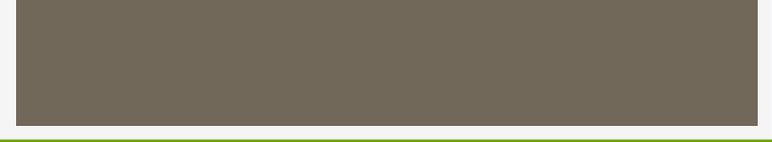
Haarfarbe



Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

Bewusst Kommunizieren:

Wie sage ich es nonverbal?



Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

Bewusst Kommunizieren:

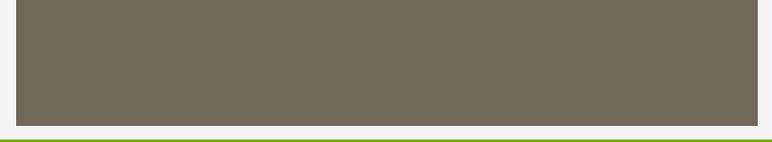
Wie sage ich es nonverbal?

Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

Übung

Blickkontakt – Partnerübung

1. Der eine Gesprächspartner erzählt von seinem letzten Urlaub oder einem Urlaubserlebnis. Der andere hört zu. Antwortet mit Gestik, Mimik und Körpersprache, meidet jedoch Blickkontakt!
2. Die Partner tauschen die Rollen.
3. Gleiches Vorgehen, wie in den vorangegangenen Schritten, nun aber mit Blickkontakt.



Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

Bewusst Kommunizieren:
Was will ich sagen?

Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik



Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

Unsere Werte bestimmen

- Gedanken
- Gefühle
- Absichten
- Einstellungen
- Motivationen
- ... unser **Handeln**

Unsere Werte treiben uns an!

Unsere Werte ‚bahnen sich einen Weg‘ und lassen sich nicht unterdrücken.

Unsere Sprache, unsere Worte können wir steuern, unsere nonverbale Kommunikation ‚verrät‘ uns.

Nonverbale Kommunikation –
Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

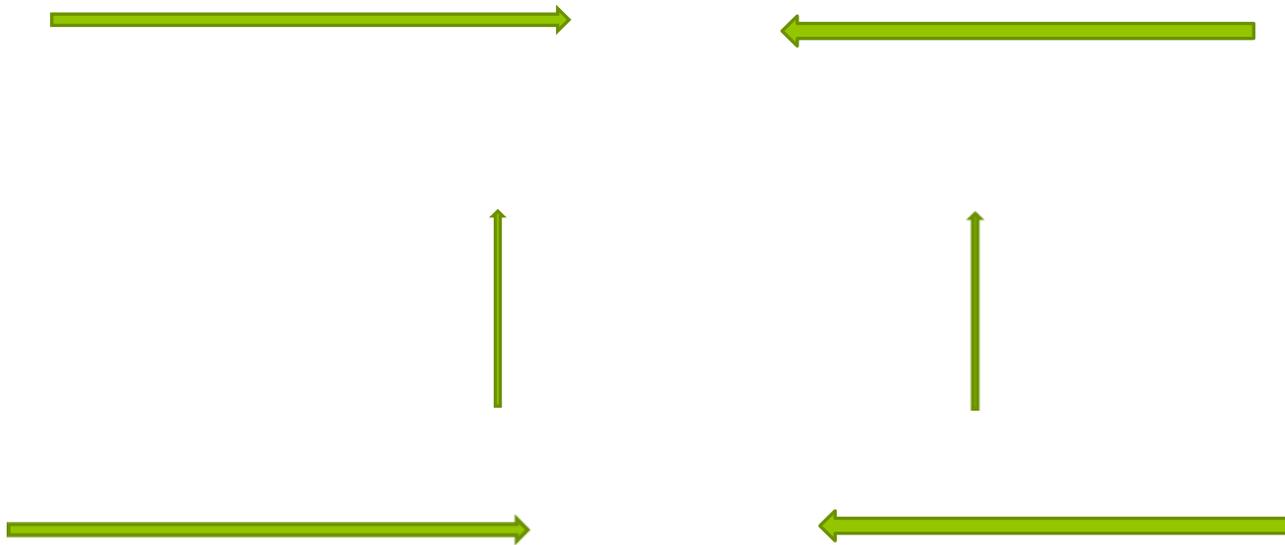
**Das Werte-Quadrat
nach Friedeheim Schulz von Thun**

Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

In einer Gemeinschaft
gelten die gleichen
Werte.
Die Bedeutung der
einzelnen Werte variieren.

Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

Nonverbale Kommunikation (analoge Kommunikation)



Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

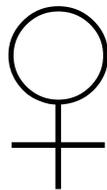
Wie lerne ich bewusst zu kommunizieren?

1. **Beobachten von anderen und mir selber**
2. Eigene Verhaltensweisen, Körpersprache, Gestik, Mimik, Kleidung, Äußeres (etc.) **bewusst erkennen und einsetzen.**
3. Bewusst ‚**verbal und nonverbal kommunizieren**‘ im Gegensatz zu Plaudern, Quasseln und Quatschen.
4. Überprüfung, ob verbale und nonverbale Kommunikation **übereinstimmen.**
 1. **Was** will ich sagen?
 2. **Wem** will ich es sagen?
 3. **Wie** will ich es sagen?
 4. Was ist das **Ziel** der Kommunikation?

Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

Verbale Kommunikation pro Tag

Pro Tag sprechen wir im Durchschnitt



16.200 Wörter



15.700 Wörter

Das sind etwa eine halbe Milliarde Wörter im Leben.
Ein Mann sprach sogar 47.500 Wörter / Tag. Ein weiterer sprach lediglich 500 Wörter / Tag.

Nonverbale Kommunikation – Deutung von Körpersprache, Gestik und Mimik

Die drei Siebe des Sokrates

Bevor du sprichst,
frage Dich:

1. Ist es wahr?
2. Ist es freundlich?
3. Ist es notwendig?

