

Checkliste – körpersprachliche Signale

Körpersprachliche Signale können mehr-, ja sogar vieldeutig sein. Daraus ergeben sich Probleme bei der Interpretation der Körpersprache. Die nachfolgende Bedeutungstabelle kann dennoch Hin-weise geben, darf aber keinesfalls als plumpe Übersetzungstabelle ohne Gewichtung des Gesprächszusammenhanges verwendet werden.

| Wenn der Gesprächspartner / die Gesprächspartnerin plötzlich | dann kann das bedeuten |
|--|---|
| den Kopf ruckartig zurückwirft | Trotz, Ablehnung, Ungläubigkeit |
| den Kopf einzieht (Schultern hochgezogen) | Angst, Nervosität, Verkrampfung |
| die Stirn runzelt | Entrüstung |
| die Augenbrauen hebt | Ungläubigkeit oder Arroganz |
| durch Sie hindurchschaut | Geistesabwesenheit |
| keinen Blickkontakt mehr hält | Unsicherheit, Arroganz, Konzentration |
| häufig die Lider bewegt | Nervosität |
| hastig die Brille abnimmt | Ablehnung, Aggression |
| kurz an die Nase greift | Verlegenheit, «bin ertappt» |
| sich die Nase reibt | Nachdenklichkeit |
| den Mund öffnet | Erstaunen, will unterbrechen |
| immer leiser (langsamer) spricht | Unsicherheit, seiner Sache nicht sicher |
| die Lippen zusammenpresst | verhaltener Zorn, Starrsinn, nachdenklich |
| auf die Lippen beisst | nachdenklich, Zeit gewinnen, Unsicherheit |
| die Oberlippe hochzieht | Verachtung |
| die Unterlippe hochzieht | Zweifel |
| das Kinn streichelt | nachdenklich, selbstgefällig |
| mit dem Oberkörper weit nach vorn kommt | Interesse, will unterbrechen |
| den Oberkörper weit zurücklehnt | Desinteresse, Ablehnung |
| weite Armbewegungen macht | Sicherheit, eine gewisse Show |
| enge Armbewegungen macht | Unsicherheit, Gehemmtheit |
| mit dem Schreibstift spielt | Angst, Angriff, Nervosität |
| die Hand zur Faust verkrampft | Angriff, Wut, anklagend |
| mit den Fingern trommelt | Nervosität, zur Sache kommen |

| Wenn der Gesprächspartner / die Gesprächspartnerin plötzlich | dann kann das bedeuten |
|--|--------------------------------|
| die Hände in die Hüften stemmt | Imponiergehabe oder Entrüstung |
| die Hände am Stuhl festklemmt | starke Unsicherheit |
| die Hand in die Hosentasche steckt | Entspannung oder Arroganz |
| die Hand vor die Brust legt | Beteuerungsgeste |
| die Hände vor der Brust kreuzt | Ergebenheit, Demut |
| die Hände auf den Rücken legt | Befangenheit, Überheblichkeit |
| den Zeigefinger hebt | Belehrung, Tadel |
| mit dem Zeigefinger auf den Tisch pocht | Überzeugtsein, Beharrung |
| die Fingerkuppen aneinander presst | Präzision |
| sich die Hände reibt | Selbstgefälligkeit |
| die Finger zum Mund nimmt (kurze Zeit) | verlegen, unsicher |
| die Finger zum Mund nimmt (längere Zeit) | nachdenklich |
| die Hand bei der Begrüssung von oben gibt | dominierend, negativ |
| das Jackett öffnet | Entspannung, Sicherheit |
| die Beine übereinander schlägt: zum Partner hingewandt | Aufbau eines Sympathiefeldes |
| die Beine übereinander schlägt: vom Partner abgewandt | Ablehnung, Unwillen |
| mit den Füßen wippt (im Stehen) | Arroganz, Sicherheit |
| die Füße verschränkt | Unsicherheit |
| die Füße um die Stuhlbeine legt | Unsicherheit, Haltsuchen |