

Ich sehe das, was Du nicht sagst!

Wie kommuniziere ich mit Menschen, deren verbale Sprache eingeschränkt oder verloren gegangen ist? Die Emotionserkennung mit dem Schwerpunkt Mikromimik ist eine Möglichkeit, auch in schwierigen Situationen Kontakt zu Menschen an ihrem Lebensende aufzubauen und bis zuletzt zu halten.

Spätestens seit dem Axiom des Kommunikationswissenschaftlers Watzlawick, wissen wir, dass man nicht **nicht** kommunizieren kann.

Kommunikation ist so viel mehr als das, was wir mit Worten ausdrücken können. Unser Körper spricht. Immer!

Jeder, der einmal einen Säugling im Arm hatte, hat erkannt, wie man sich nur mit den Augen und einem Lächeln mitteilen kann.

Unsere Sprache ist erst rund 35.000 Jahre alt und somit noch recht jung. Vor dieser Zeit verständigten wir uns mit der Körpersprache und der Mimik, eher nonverbal und allenfalls mit Brummlauten.

Es kam darauf an, das Gegenüber genau zu beobachten, hinzusehen und anhand feiner Signale herauszufinden, wie der andere gelaunt war und welche Absichten er hatte.

Wir waren Meister der Wahrnehmung und konnten innerhalb von 100 Millisekunden einschätzen, mit wem wir es zu tun hatten.

Das rettete uns das Überleben! Die nonverbale Kommunikation (z.B. Gestik, Mimik, Geruch, Stimme, Blickkontakt, Distanzzone) war unser Werkzeug, uns in der Gemeinschaft auszutauschen.

Je mehr wir die verbale Sprache erlernen, je mehr verlassen wir uns auf das gesprochene Wort.

Wir verlieren die Fähigkeit, Emotionen beim Gegenüber zu erkennen. Kinder haben dieses Können noch weit ausgeprägter, büßen es aber auch mit zunehmendem Alter ein.

Solange wir uns mit Worten verständigen können, in fremden Ländern uns mit „*Händen und Füßen*“ unterhalten, können wir unsere Bedürfnisse erfüllen.

Aber was passiert, wenn wir die Sprache verlieren? Wenn es um uns leise wird?

„Wirkliches Verstehen zwischen den Menschen gelingt, wenn man die Worte des anderen sieht und die Blicke des anderen hört.“, so der deutsche Aphoristiker Horst A. Bruder.

Gäste im Hospiz werden oft immer stiller, weil die Kraft sie verlässt oder sie des Redens müde sind. Manchmal sitzen sie schweigend stundenlang am Fenster oder sind bettlägerig und verstummt.

Für BegleiterInnen ist diese Phase schwierig, denn wie soll ich erkennen, was den Gast umtreibt, bewegt, welches Bedürfnis er hat?

Das „*Bauchgefühl*“, die Intuition meldet sich und gibt einen Hinweis, traue ich ihm? Gibt es eindeutige Hinweise, um Klarheit über die Wünsche des Gegenübers zu erhalten?

Ja, die gibt es. Es sind die sogenannten „*Mikroexpressionen*“, zuverlässige, mimische, muskuläre Bewegungen, die immer dann auftreten, wenn der Mensch eine emotionale Ladung spürt.

Die kurzen Zeichen (zwischen 40 und 500 Millisekunden) zeigen sich, wenn etwas an- oder aufregt, meine Bedürfnisse und Wünsche nicht wahrgenommen werden.

Wenn ich nicht gesehen werde.

Die beiden amerikanischen Wissenschaftler Paul Ekman und Wallace Friesen entdeckten diese Signale in den 1960er Jahren und veröffentlichten 1978 das Facial Action Coding System, den Atlas der Emotionen. Sie beschrieben über 10.000 verschiedene Ausdrücke, die mit 44 unterschiedlichen Muskelbewegungen dargestellt werden können.

Die festgestellten sieben Primäremotionen sind: Ärger, Ekel, Trauer, Verachtung, Überraschung, Angst und Freude. Mittlerweile wurden sie noch um die Emotionen Schuld, Scham, Stolz, Interesse und Liebe erweitert.

Die sieben mimischen Gefühlsausdrücke sind alle kulturübergreifend gleich und angeboren, nicht sozialisiert. Ihr Ausdruck geschieht unwillentlich und ist nicht steuerbar. Sie spiegeln das wirkliche Gefühl des Gegenübers und sind zuverlässige Hinweise.

„Ein Kluger bemerkt alles - ein Dummer macht über alles eine Bemerkung.“

Heinrich Heine (1797–1856)

deutscher Dichter

Allerdings wissen wir NIE, warum ein Gefühl auftritt.

Meine Mutter liebte Blumen über alles. Ich brachte ihr eines Tages einen Strauß Wildblumen mit und stellte sie an ihr Bett.

Statt der erwarteten Freude sah ich Trauer in ihrem Gesicht. „Du siehst



Foto: Andrew Poynton, Pixabay

traurig aus, Mama. Magst Du die Blumen nicht?“ „Doch“ antwortete sie „aber ich vermisse die Spaziergänge mit Papa über die blühenden Wiesen das Allgäu.“ Mein Vater war bereits verstorben.

(Zuverlässiges Merkmale für die Emotion Trauer ist das Aufziehen der inneren Augenbrauen. Dabei sind die Mundwinkel nach unten gezogen und der Kinnbuckel angehoben).

Das aufmerksame Hinschauen hilft Ihnen, das zu sehen, was der Gast nicht sagen kann oder will. Der Augenringmuskel arbeitet bis unmittelbar vor dem Tod und manchmal noch darüber hinaus.

Auch an den Augen und ihren Bewegungen können Sie die Emotionen erkennen. Im Sommer sind wir mimisch blind, wenn unser

Gesprächspartner eine Sonnenbrille trägt. Denken Sie einmal an professionelle Pokerspieler: Sonnenbrille und Schirmmütze!

„Das Auge wird zum Verräter, wenn der Mund schweigt!“ (Wilhelm Vogel, deutscher Dramatiker).

Ihr „Bauchgefühl“ wird verifiziert und Sie und Ihre Begleitung kommunizieren zufriedener, ohne viele Worte. Sind Sie sich Ihrer Wahrnehmung nicht sicher, machen Sie die Mimik Ihres Gegenübers nach. Sie werden automatisch fühlen, was der andere spürt.

Werden Sie still und nehmen Sie wahr! Dann sehen Sie das, was der Andere nicht sagt.

Marlis Lamers

Stille

Mich ruft zuweilen eine Stille,
die alles Tönen überschweigt
bis ein geheimnisvoller Wille
sich über meine Seele neigt.

Der sprengt im Zittern von Sekunden
dies enge Haus - die Welt ist Traum,
in ferne Täler sanken Stunden
und flüsternah ward jeder Baum.

Gertrud von Le Fort,
(1876-1971)
deutsche Schriftstellerin
und ev. Theologin