

Exposé für das Modul 2 Gegenstand „Fachgespräch über ein Exposé“ der
Befähigungsprüfung für das Gewerbe Lebens- und Sozialberatung (Psychosoziale
Beratung) mit dem Thema/Arbeitstitel:

Körpersprache

in der psychosozialen Beratung

Vorgelegt von: Axel Ostin

Datum: 01.06.2024

Inhaltsverzeichnis

1. Thematik	2
1.1. Einleitung.....	2
1.2. Relevanz und Bezug aus der praktischen Arbeit als LSB.....	2
2. Forschungsstand.....	3
2.1. Definition nonverbale Kommunikation	3
2.2. Klassifikationen der nonverbalen Kommunikation	3
2.3. Funktionen nonverbaler Kommunikation	4
2.4. Mehrfachbelegung der Körpersprache	4
2.5. Aktueller Stand der Forschung und Anwendung.....	5
2.5.1. Embodiment	5
2.5.2. Behavioral Analysis Unit (BAU)	5
2.5.3. Facial Action Coding System (FACS).....	5
3. Hypothese und Forschungsfragen	6
4. Methodik	6
4.1. Forschungsmethodik	6
4.2. Datenerhebung.....	7
5. Ergebnisse und Diskussion.....	7
6. Literaturverzeichnis	8

1. Thematik

1.1. Einleitung

Nonverbale Kommunikation ist seit langem Gegenstand wissenschaftlicher Untersuchungen und spielt eine wesentliche Rolle in der menschlichen Interaktion. Allerdings zeigen Untersuchungen zur psychosozialen Beratung (z.B. Rogers, 1975) eine stärkere Fokussierung auf verbale Techniken und weniger auf nonverbale Signale.

Dieses Exposé untersucht das konkrete Thema Körpersprache als Teilbereich der menschlichen nonverbalen Kommunikation und wie man aus unterschiedlichen Forschungsbereichen die gewonnenen Kenntnisse über die Körpersprache in der psychosozialen Beratung unterstützend einsetzen kann (weiterführend Kapitel 3. Hypothese und Forschungsfragen).

1.2. Relevanz und Bezug aus der praktischen Arbeit als LSB

Die Forschungsfrage kristallisierte sich im Zuge der Beschäftigung mit Klientinnen und Klienten in meiner langjährigen (seit 2017) Arbeit als Lebens- und Sozialberater, Trainer und Coach heraus. Durch diverse Ausbildungen im Bereich Neurolinguistisches Programmieren, die Anwendung der gewonnenen Erkenntnisse von Paul Ekman und die der Physiognomie von Eric Standop, wurde mein Fokus zunehmend auf die nonverbale Kommunikation von Menschen gelenkt. Trotz Bestehens eines gegenseitigen tiefen Rapports, fiel mir in meiner Beratungsarbeit verstärkt eine große Inkongruenz zwischen der Problembeschreibung und der Kinesik, Mimik, Gestik und den einhergehenden, gezeigten Gefühlen der Klientinnen und Klienten auf. Zum Überprüfen der übermittelten verbalen Informationen, beschrieb ich zunehmend die von mir wahrgenommene Kinesik und die gezeigten Grundemotionen laut Paul Ekman (Ekman, 2010) der Klientinnen und Klienten. Durch diese Technik entstand:

1. Das Wahrnehmen der Widerstände der Klientin oder des Klienten, die der Körper unbewusst und automatisch anhand der eigenen Gedanken zeigt.
2. Eine neue Möglichkeit der klareren und detaillierteren Beschreibung der zu Grunde liegenden Emotionen.

3. Die Sichtbarmachung von den Verknüpfungen der Emotionen mit dem vorliegenden Problem.

Diesbezüglich sammle ich seit 2017 die immer gleichen wiederkehrenden Aussagen und Sichtweisen mit der gezeigte Körpersprache von diversen Menschen im Alltag und während der Beratung, die dann in das von mir entwickelte Model „4D4T“ (4 Dimensionen 4 Tiere) einfließen. Dies bildet das Fundament für meine Tätigkeit im Bereich des Systemic Profilings.

2. Forschungsstand

2.1. Definition nonverbale Kommunikation

In der Literatur finden sich die Definition nonverbales Verhaltens bzw. nonverbale Kommunikation, welche von aus verschiedenen Blickwinkeln diskutiert werden. Eine Abgrenzung der Begriffe beruht meist auf der Differenzierung, dass Kommunikation gegenüber Verhalten die Absicht zu kommunizieren beinhaltet. Jedoch wird auch die Komplexität beschrieben, die tatsächliche Intention in nonverbalen Mitteilungen zu bestimmen (Knapp, Wiemann & Daly, 1978). Darüber hinaus existiert auch der Aspekt, dass nicht absichtlich gesendete nonverbale Signale bei der Empfängerin oder beim Empfänger als Mitteilung interpretiert werden können. Dies beschreibt auch Watzlawick und spiegelt sich in seinem ersten Axiom (2011) „Man kann nicht nicht kommunizieren“ wider. Graumann (1972) vertritt ebenfalls die Ansicht, dass eine Trennung von nonverbalem Verhalten und nonverbaler Kommunikation wenig sinnvoll ist, da sonst ein wesentlicher Teil des Forschungsbereichs der nonverbalen Kommunikation unbeachtet bliebe. In Übereinstimmung mit der gängigen Praxis in der Forschung zur nonverbalen Kommunikation wird in diesem Exposé daher nicht zwischen den Begriffen nonverbales Verhalten und nonverbale Kommunikation differenziert.

2.2. Klassifikationen der nonverbalen Kommunikation

Nonverbale Kommunikation wird häufig einfach als Kommunikation „ohne Worte“ definiert (Knapp & Hall, 2002). Aus dem Alltag wissen wir, dass nonverbale Kommunikation verschiedene Dimensionen umfasst. Im Folgenden werden die Grunddimensionen nach Heilmann (2009) näher beleuchtet: Mimik, Gestik, Kinesik und Proxemik.

2.3. Funktionen nonverbaler Kommunikation

Ein weiterer wesentlicher Aspekt zum Verständnis nonverbaler Kommunikation liegt in der Differenzierung zwischen der Produktion nonverbaler Signale durch den Sender (Enkodierung) und der Interpretation dieser Signale durch den Empfänger (Dekodierung). Frey, Kempfer und Frenz (1996) betonen diese Unterscheidung, da die Dekodierung von Signalen nicht zwangsläufig dem Enkodierungsprozess entsprechen muss. Beobachter*innen neigen dazu, der wahrgenommenen nonverbalen Kommunikation eine Bedeutung zuzuschreiben, die nicht immer mit der Intention der Senderin oder des Senders übereinstimmen muss, da es im Bereich der nonverbalen Kommunikation kein eindeutiges Zeichensystem gibt.

Michael Argyle zeigt in seiner Sammlung theoretischer Abhandlungen, Beschreibungen und empirischer Untersuchungen, dass nonverbales Verhalten während des Sprechens unterstützend, vervollständigend, umrahmend, kommentierend sowie organisierend und strukturierend wirke. So verdeutlicht die nonverbale Kommunikation im Gespräch die Intention der Sprecherin oder des Sprechers. Die Zuhörer*innen wiederum gibt durch seine Art der Körpersprache Feedback zum Gesagten (Argyle, 2013, S. 17).

2.4. Mehrfachbelegung der Körpersprache

Im Gegensatz zur verbalen Kommunikation entspricht nonverbale Kommunikation keinem expliziten semantischen Code, der jedem spezifischen Signal eine ganz bestimmte Bedeutung zuweist. Burgoon und Bacue (2003) postulieren: „It is important to underscore the polysemous nature of nonverbal behaviors as well as their substitutability. A single nonverbal cue may have multiple meanings, and the same meaning may be conveyed by a number of different nonverbal cues” (S. 187). Ein Lächeln kann beispielsweise viele Bedeutungen haben. Es kann, je nach Kontext und den gleichzeitig ablaufenden Verhaltensweisen, Wärme, Ängstlichkeit oder Feindseligkeit signalisieren (Ambady & Rosenthal, 1993). Es konnte darüber hinaus gezeigt werden, dass die Wahrnehmung eines Gesichtsausdruckes vom vorausgehenden situationalen Kontext beeinflusst werden kann.

2.5. Aktueller Stand der Forschung und Anwendung

2.5.1. Embodiment

Die Kognitionswissenschaft definiert im Embodiment, dass psychische Symptome und körperliche Verhaltensweisen in Verbindung stehen und aufeinander aufbauen. Wenn eine spezifische Kinesik, Mimik oder Gestik realisiert ist, kann sich eine entsprechende psychische Verarbeitung nachträglich einstellen (Niedenthal, Barsalou, Winkielman, Krauth-Gruber & Ric, 2005). Tschacher und Storch (2005) beschreiben Studien, die das Zusammenspiel von Emotionen und Affekten als Folge einer gewisse Körperhaltung oder Muskelanspannung ergründen. Im Studienexperiment wurde dieser Körperzustand unbemerkt oder unter einem Vorwand (einer Legende) hervorgerufen. Nachfolgend wurde untersucht, ob sich dennoch diejenigen psychischen und emotionalen Veränderungen einstellten, die zum verdeckt erzeugten Körperzustand passen. (Tschacher, Storch, 2005).

2.5.2. Behavioral Analysis Unit (BAU)

Seit 1994 beschäftigt sich das FBI intensiv mit der Körpersprache von Menschen, des Interpretation des menschlichen Verhaltens und der Analyse des Verhältnisses von Täter und Opfer. Joe Navarro war über 25 Jahre beim FBI (Federal Bureau of Investigation) beschäftigt und ist Mitbegründer der Einheit für Verhaltensanalyse BAU (Behavioral Analysis Unit). Als FBI-Agent führte Navarro insgesamt mehr als 10.000 Verhöre durch. Dadurch schaffte er die Grundlage zur Erkennung von Verhaltensmustern, die anhand von Gestik, Mimik und Kinesik unter die Lupe genommen und nach dem aktuellsten Stand der Forschung analysiert wurden. Heute zählt er zu den weltweit führenden Experten auf dem Gebiet der nonverbalen Kommunikation (Navarro, 2008).

2.5.3. Facial Action Coding System (FACS)

Professor Paul Ekman hat als Ergebnis seiner langjährigen Forschung sieben Grundemotionen definiert. Er entwickelte und publizierte in weiterer Folge 1978, gemeinsam mit Wallace Friesen, das Facial Action Coding System (FACS, engl. für „Gesichtsbewegungs-Kodierungssystem“). Dabei handelt es sich um ein standardisiertes Kodierungsverfahren zur Beschreibung von Gesichtsmimiken und Erkennung von Emotionen. Die definierten Grundemotionen nach P. Ekman lauten: Freude, Trauer, Überraschung, Angst, Ekel, Verachtung und Wut. Diese

Basisemotionen werden von allen Menschen kulturübergreifend in gleicher Weise erkannt und ausgedrückt (P. Ekman, W. Friesen; 1978).

3. Hypothese und Forschungsfragen

Zentrale Fragestellung: Könnten fundierte Kenntnisse über die menschliche Körpersprache die psychosoziale Beratung unterstützen?

Konkretisierende Forschungsfragen:

- Lassen die Dimensionen der Körpersprache Rückschlüsse auf Gefühle und Gedanken zu?
- Gibt es eine eindeutig zuordenbare Körpersprache und nonverbale Kommunikation?
- Wird Körpersprache bei der Lebens- und Sozialberatung eingesetzt und berücksichtigt?

Arbeitshypothese: Je besser die Kenntnisse von Lebens- und Sozialberater*innen über die menschliche nonverbale Kommunikation sind, desto konkreter können Gefühle und die Gedankenwelt des Gegenübers in der psychosozialen Beratung identifiziert werden und somit nutzbar für gezielte Interventionen gemacht werden.

4. Methodik

4.1. Forschungsmethodik

Ein quantitativer Fragebogen wird entwickelt, um psychosoziale Beraterinnen und Berater nach ihrer Wahrnehmung, Nutzung und Bewertung der Körpersprache in Beratungsgesprächen zu befragen. Der Fragebogen umfasst 6 Cluster mit jeweils 3-5 Fragen, die auf einer Likert-Skala von 1 (stimme überhaupt nicht zu) bis 5 (stimme voll zu) bewertet werden.

Die Fragen beinhalten eine detaillierter Abfrage die Dimensionen der nonverbalen Kommunikation (z.B. Mimik, Gestik, Kinesik, Prosemik) in den folgenden Bereichen:
Grundstruktur und Cluster des Fragebogens:

1. Den eigenen allgemeinen Wissensstand zu den Dimensionen der nonverbalen Kommunikation.

2. Die persönliche Beurteilung der Notwendigkeit der nonverbalen Kommunikation in der Beratung.
3. Welche Kategorien aus der nonverbalen Kommunikation werden betrachtet und genutzt, die prozentuale Aufteilung in der Beratung.
4. Die persönliche Gewichtung zwischen nonverbal und verbal zu den einzelnen Bereichen.
5. Proaktives Nutzen der Einzelbereiche der Kommunikation zur Induktion der Wechselwirkung in der in Berater*innenrolle.
6. Interesse an Fortbildungen anhand einer Auswahl aus vorgegebenen Fortbildungsmöglichkeiten, somit entsteht eine Bedarfserhebung an Weiterbildungsinteressen in den Teilbereichen der nonverbalen Kommunikation.

4.2. Datenerhebung

Die Stichprobe umfasst die inhomogene Zielgruppe von 60 Lebens- und Sozialberater*innen, die ein unterschiedliches Alters, Geschlecht und unterschiedliche Länge der Berufserfahrung aufweisen. Die Daten werden anonym erhoben und statistisch ausgewertet. Ebenso werden die oben genannten soziodemographischen Daten statistisch ausgewertet und berücksichtigt.

5. Ergebnisse und Diskussion

Erwartete Ergebnisse könnten darauf hindeuten, dass Berater*innen die Bedeutung der Körpersprache unterschätzen, dass kein fundamentiertes Wissen vorliegt und somit Fehlinterpretation oder Hinwendung zu anderen Tools entsteht.

Die Ergebnisse werden im Kontext der bestehenden Literatur diskutiert. Mögliche Implikationen für die Ausbildung und Praxis von Berater*innen können in weiterer Folge hervorgehoben werden.

6. Literaturverzeichnis

Ambady, N., Rosenthal, R. (1993). Half a minute: Predicting teacher evaluations from thin slices of nonverbal behavior and physical attractiveness. *Journal of personality and social psychology*, 64(3), 431.

Argyle, M. (2013). *Körpersprache & Kommunikation* (10. Edition). Paderborn: Junfermann Verlag.

Burgoon, J. K., & Bacue, A. E. (2003). Nonverbal communication skills. In J. O. Greene & B. R. Burleson, *Handbook of communication and social interaction skills* (S. 179–219). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Ekman, P. (2010). *Gefühle lesen. Wie Emotionen erkennen und richtig interpretieren* (2. Edition). Berlin: Springer.

Ekman, P., Friesen, W. (1978). *Facial Action Coding System: A Technique for the Measurement of Facial Movement*. Consulting Psychologists Press, Palo Alto (Calif.) 1978

Frey, S., Kempfer, G., Frenz, H.G. (1996). Theoretische Grundlagen der multimedialen Kommunikation. *Spektrum der Wissenschaft* 8/1996, S. 32–38.

Graumann, C.F. (1972). Interaktion und Kommunikation. In C.F. Graumann (Hrsg.), *Sozialpsychologie. Handbuch der Psychologie*, Bd. 7. Göttingen: Hogrefe.

Heilmann, C. M. (2009). *Körpersprache richtig verstehen und einsetzen*. München: Ernst Reinhardt, GmbH & Co. KG, Verlag.

Knapp, M.L., Hall, J.A. (2013). *Nonverbal Communication in Human Interaction* (8. Edition). Michigan-Flint: Wadsworth Publishing.

Knapp, M. L., Wiemann, J. M., & Daly, J. A. (1978). *Nonverbal communication: Issues and appraisal*. *Human Communication Research* 1978.

Navarro, P. (2010). *Menschen lesen: Menschen lesen: Ein FBI-Agent erklärt, wie man Körpersprache entschlüsselt*. München: mvg-Verlag.

Niedenthal, P.M., Barsalou, L.W., Winkielman, P., Krauth-Gruber, S., Ric, F (2005). Embodiment in attitudes, social perception, and emotion. *Pers Soc Psychol Rev*. 2005;9(3):184-211. doi: 10.1207/s15327957pspr0903_1. PMID: 16083360.

Körpersprache in der psychosozialen Beratung

Rogers, C. (1975). Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie. München: Kindler.

Tschacher, W., Storch, M. (2012): Die Bedeutung von Embodiment für Psychologie. Psychotherapie 17. Jahrg. 20212, Bd. 17, Heft 2. München: CIP-Medien.

Watzlawick, P. (2011). Man kann nicht nicht kommunizieren. Das Lesebuch, Bern: Huber.