

Seminartag 2018

23. Juni 2018

Ich sehe in deinem Gesicht, was Du fühlst – dies war der Untertitel zu unserem Seminartag „Mimikresonanz“, der am Samstag, den 23. Juni 2018 von zahlreichen Ehrenamtlichen besucht wurde.

Die Referentin Margarete Stöcker aus Schwerte machte uns mit einem Bereich der Körpersprache bekannt, der heute am besten erforscht ist – der Mimik des Gesichtes. Mit erstaunlichen Beispielen verblüffte sie uns, was alles in einem Gesicht zu erkennen ist, wenn man dort nur hinschaut.

Die verschiedenen Muskeln im Gesicht werden bei allen Menschen sofort und direkt von den empfundenen Emotionen angesteuert. Innerhalb von

Sekundenbruchstücken zeigt die Mimik, was wir fühlen, bevor das Gehirn mit den dort gespeicherten, erlernten und anerzogenen Verhaltensmustern überhaupt reagieren kann. Wie verändert sich die Stirn, die Augenpartie und der Mundbereich, wenn ein Mensch Angst hat, sich ärgert, ekelt, überrascht, traurig oder freudig ist oder für ein Gegenüber Verachtung empfindet? Die Teilnehmer nahmen staunend zur Kenntnis, dass sich die Gesichtsmuskeln bei jedem Menschen in Abhängigkeit seines Gefühls vollkommen gleich verhalten – unabhängig aus welchem Kulturkreis er/sie stammt.



Die Mimikresonanz wurde von der Referentin für den Umgang mit demenzkranken Menschen weiter entwickelt. Hinschauen, was ein Gegenüber im Gesicht zeigt, statt vieler Worte – so einfach kann einem Gegenüber Empathie geschenkt werden, ohne das Gesehene interpretieren zu wollen. *„Werden Gefühle Betroffener rechtzeitig erkannt und wird ihnen wertschätzend begegnet, fühlen Menschen sich in Ihrem „Personsein“ bestätigt. Dies ist die Basis des Vertrauens, die wir Menschen uns alle wünschen.“*

Neben der Einführung in dieses spannende Gebiet wurden die Teilnehmer & -innen eingeladen, das erworbene Wissen auszuprobieren. Auf der Leinwand veränderten sich die Gesichter von dargestellten Menschen für winzig kurze Momente und wir durften raten, welches Gefühl der Mensch gerade ausdrückt. Erstaunlich dabei war die relativ hohe Trefferquote.

Zufrieden und erfüllt von vielen neuen Erfahrungen sowie gestärkt von leckeren Schnittchen und Nachtisch haben wir einen interessanten Tag verbracht

Heiner Braun