

Was unsere Gesten verraten

Neue Folge des Wissenschaftspodcast zu Gesten, nonverbalem Bewegungsverhalten und Training fürs Gehirn.

Haben Sie während eines Gesprächs schon mal darauf geachtet, wie sich Ihr Gegenüber bewegt und welche Gesten Ihr Gesprächspartner macht? Die Rede ist vom nonverbalen Bewegungsverhalten und was dieses über uns aussagen kann. Professorin Hedda Lausberg ist Medizinerin und Expertin für Gesten. Sie erforscht das so genannte neuropsychologische Bewegungsverhalten und interessiert sich hierbei besonders für den Zusammenhang von Bewegung und Erkrankungen. Was das mit Lance Armstrong, US-Politikern und Schwerverbrechern, aber auch mit Sport und Tanztherapie zu tun hat, erklärt sie im Wissenschaftspodcast der Deutschen Sporthochschule Köln.

Was sind Gesten eigentlich? Warum nutzen wir Menschen sie? Wo entstehen diese Bewegungen und welche Rolle spielen dabei unsere beiden Gehirnhälften? Diese Fragen beantwortet Hedda Lausberg im Podcast. Die Professorin am Institut für Bewegungstherapie und bewegungsorientierte Prävention und Rehabilitation der Sporthochschule ist Gestenforscherin. Sie kann anhand von Gesten zum Beispiel erkennen, ob jemand lügt. „Es gibt nicht den einen Indikator, der über alle Menschen hinweg zuverlässig Lügen detektiert“, hält Prof.'in Lausberg fest. „Das Lügen erkennt man daran, dass es eine Abweichung von der üblichen Baseline gibt und sich das nonverbale Verhalten verändert. Wenn Leute lügen, sind sie konzentrierter, kontrollierter und strukturierter und nutzen präzisere und wiederholt Gesten. Das konnte bei Lance Armstrong zuverlässig gezeigt werden“, nennt Prof.'in Lausberg ein Beispiel aus dem Sport.

Ebenso kann die Wissenschaftlerin anhand des nonverbalen Bewegungsverhaltens erkennen, ob jemand an einer Krankheit - etwa einer Essstörung oder Depression - leidet. Dazu hat sie verschiedene Tools entwickelt, mit denen Forscher*innen Bewegungen analysieren können. Diese Methoden macht sie an der Sporthochschule auch für sportwissenschaftliche Forschungsfragen nutzbar. Denn auch im Sport spielt das neuropsychologische Bewegungsverhalten eine große Rolle. Sportler*innen drücken über ihre Gesten nicht nur Emotionen aus, zum Beispiel Freude oder Frust. Auch für die Sport- und Bewegungstherapie sind Lausbergs Erkenntnisse relevant, weil hier Bewegung eingesetzt werden kann, um Erkrankungen zu erkennen und zu heilen. So konnte sie bereits zeigen, dass Frauen mit einer Essstörung ihren Körper beim Tanzen anders einsetzen als Frauen ohne psychische Erkrankung.

„Eine Runde mit ...“ ist auf allen gängigen Podcast-Plattformen und auf der Website der Deutschen Sporthochschule Köln zu finden: <https://www.dshs-koeln.de/einerundemit>.

Originalpublikation:

<https://www.dshs-koeln.de/einerundemit>

Weitere Informationen:

<https://www.dshs-koeln.de/einerundemit>