Emotionen erkennen - trotz Mundschutz II

Das ist ein neutraler Gesichtsausdruck. Dieser dient als Vergleich zum Gesicht mit der folgenden erkennbaren Emotion.

Was hat sich hier verändert?

Schnell erkennbar ist, dass die Mundwinkel nach unten gezogen sind.

Daran wird Traurigkeit sichtbar.

Bei Traurigkeit senkt sich der gesamte Muskeltonus. Ein Mensch sinkt in sich zusammen, oft geht auch der Blick ins Leere. Trauer gehört zu den Emotionen, welche länger andauern.
Emotionen treten immer in Erscheinung, auch wenn wir es nicht wollen. Wir können den Ausdruck dämpfen, aber nie ganz vermeiden.

Der neutrale Gesichtsausdruck mit Mundschutz.

Auch die Augen verändern sich bei Traurigkeit:

Der innere Bereich der Augenbrauen ist nach oben gezogen (hier sehr subtil) und bildet eine Dreiecksform. Oft ist auch das obere Augenlid gesenkt.
Die Blickrichtung zeigt oft nach unten.

Traurigkeit kann Langeweile oder Müdigkeit sehr ähneln, besonders wenn nur die Augenlider gesenkt sind. Sie wird gerne übersehen oder auch mit mutmachenden Worten überdeckt.

Wenn wir die Traurigkeit eines anderen sehen, können wir ihm dies zeigen:

Mit einer leisen Ansprache, wenig Worten und vielleicht einem gemeinsamen stillen kurzen Verweilen, kann die Einsamkeit der Traurigkeit überbrückt und dadurch letztlich doch Mut gespendet werden.