

## Emotionen erkennen - trotz Mundschutz IV



Welche Emotion ist hier wohl dargestellt?  
Was fällt auf im Augenbereich?

Die Augenbrauen sind eindeutig zusammen und nach unten gezogen.  
Das untere Augenlid ist angespannt.  
Subtiler und schwerer erkennbar:  
Das obere Augenlid ist angehoben, dadurch erscheint der Blick stechend (!)



Die Augenbrauen sind hier auch nach unten, aber kaum zusammen gezogen.

Das untere Lid ist nach oben gehoben, aber nicht angespannt:  
Sehen Sie die Faltenbildung unter den Augen?

Ein wichtiges Unterscheidungsmerkmal: Hier sind die Augen schmal!

Und welche Emotionen sind das nun? Wieder gibt es einige Ähnlichkeiten, welche zur Verwechslung einladen.



Wut, Ärger oder Zorn, in abgeschwächter Intensität auch als Gereiztheit zu bezeichnen, stecken in dieser Mimik.

Zusätzlich zu den Augen ist die Emotion an den zusammengepressten Lippen erkennbar.

Übrigens: ein reines Zusammenziehen der Brauen kann auch nur auf Konzentration hindeuten.



Ekel, Abscheu oder Widerwillen sind zusätzlich zu erkennen an der gerümpften Nase. Dadurch werden die Augenlider hochgeschoben.

Auch die Oberlippe ist hochgezogen.

Eine der häufigsten Ursachen des Ärgers liegt darin, sich von einem anderen gestört oder daran gehindert zu fühlen, etwas zu tun.

Um Eskalationen zu vermeiden, ist es empfehlenswert, Ärger eines anderen bereits in einem frühen Stadium zu erkennen. Allerdings nur wenn die Emotion zutreffend eingeschätzt wird, kann eine zu einer sinnvollen Handlung kommen.

Ärger kann Zorn hervorbringt, dadurch können sich Situationen zuspitzen. Er kann auch zu Gegenwehr mit Verteidigung und Rechtfertigung einladen.

Interessanterweise ist es oftmals für den, der sich ärgert, schon von großer Bedeutung, wenn er in seiner Emotion respektiert wird:

**„Das passt Ihnen gerade nicht“ mit kraftvollem Ausdruck gesagt, könnte eine hilfreiche Antwort sein und deeskalierend wirken.**