

PSYCHOLOGIE ■ LICHAAMSTAAL VAN KOP TOT TEEN ONTSLUIERD

Is het toeval dat sommige mensen altijd met hun benen over elkaar gekruist zitten? Of dat er nog maar drie Amerikaanse presidenten geweest zijn die kleiner waren dan het gemiddelde? En waarom zien we Poetin nooit lachen? In *The Book Of Tells* geeft Peter Collett, Brits psycholoog en spitsbroeder van mensenzöoloog Desmond Morris, de antwoorden. 'Luister niet naar wat mensen zeggen, kijk naar hun lichaam', is zijn devies. Collega's of vrienden hebben geen geheimen meer voor u.



MONDJE DICHT

Clinton tijdens zijn verhoor omtrent de Lewinsky-affaire. De handen in de buurt van je mond plaatsen is een indicatie dat je liegt.



HANDEN IN ELKAAR

Wie zich onderdanig opstelt of zich bedreigd voelt, zal sneller de handen in elkaar slaan. Dat geeft een beetje troost, alsof je iemand anders hand vastneemt.



NIET LACHEN

Lange mannen stralen meer dominantie uit. De Russische president Poetin compenseert zijn gebrek aan centimeters met een stalen blik.

De geheimen van wenkbrauwen en handen

BRUSSEL
Eigen berichtgeving
Barbara Debusschere

Iedereen is een beetje beslagen in de interpretatie van lichaamstaal. Een schoonmoeder die je toelacht door haar mond in een soort brede grijns te trekken zonder dat haar ogen meelachen, doet je vermoeden dat ze het toch niet helemaal meent. Intuïtief voelen mensen aan dat een glimlach zonder kraaienpootjes niet oprecht is. Maar wie beseft dat iemand die onder zijn oog wrijft meestal niet zomaar een stofje maar een denkbeeldige traan wegveegt, dat vrouwen hun wenkbrauwen epilieren om er onderdaniger uit te zien of dat die zijn eigen nek, haar of armen streelt eigenlijk onzeker is en zichzelf troost?

Collett baseert zijn boek op onderzoek bij primaten en mensen. Bij beiden zijn lichaamskenmerken zelf al beladen met betekenis, zo schrijft hij. Een lang lichaam associëren we met gezondheid, kracht en macht. Vooral lange mannen worden in verband gebracht met een hoger niveau van mannelijke hormonen en een dominantere persoonlijkheid. Net daarom waren volgens Collett bijna alle Amerikaanse presidenten opvallend groot, of toch minstens groter dan het gemiddelde.

De Russische president Vladimir Poetin straalt eveneens dominantie uit, hoewel hij kleiner is dan het gemiddelde. Hij kan ook al niet bogen op andere lichamelijke kenmerken van dominantie, zoals een krachtige kin en kaaklijn of forse wenkbrauwen. Daarom moet hij zijn toevlucht zoeken tot lichaamssignalen. Zo komt het dat we Poetin nagenoeg nooit zien lachen. Niet of zo zuinig mogelijk glimlachen is namelijk een signaal van dominantie. Net zoals bij primaten interpreteren we gefronste wenkbrauwen en een strakke blik niet alleen als tekenen van kwaadheid maar ook als signalen van kracht en macht.

Dominante mensen hebben niet alleen vaak grotere huizen en auto's, ze nemen doorgaans ook meer ruimte in met hun lichaamsbewegingen. Ze steken vaker hun ellebogen uit, met de handen op de heupen. Op die manier lijk je niet alleen imposanter, de uitstekende ellebogen zijn in feite een soort 'tweedehands' wapens en dus dreigend. Die houding straalt te

gelijktijdig kalmte en zelfverzekerdheid uit, wat eveneens signalen van dominantie zijn.

Het is volgens Collett geen toeval dat die dominante signalen het meest bij mannen ziet. Mannen zitten dan vaker met uitgestrekte of geopende benen en staan vaker met gespreide benen. Dat is een van onze verre voorouders geërfd manier om de geslachtsdelen te tonen. Daardoor betekenen die houdingen ook een vorm van dreiging.

Wie zich onderdanig opstelt, houdt dan weer regelmatig het hoofd schuin. Daardoor toon je een kwetsbaar deel van het lichaam, de nek, wat een verzoeningsaanbod is. Verder zal wie zich onzeker of aangevallen voelt meer nood hebben aan zelfcontact door bijvoorbeeld met de benen en armen over elkaar gekruist te zitten. Dat is een fysieke manier om jezelf

'Mannen zitten vaker met hun benen open, een oeroude manier om de geslachtsdelen te tonen en dus een vorm van dreiging'

te beschermen. In een onderdanige of bedreigende positie troosten mensen zichzelf zelfs door over hun haar of nek te strijken, hun arm schuin voor hun romp te kruisen, door een arm stevig vast te grijpen of de handen in elkaar te slaan. Dat laatste, zo voert Collett aan, geeft je in feite het gevoel dat iemand anders je hand vastneemt.

Aanrakingen, begroetingen en omhelzingen spreken ook boekdelen. "De ogen zijn daarbij het minst betrouwbaar om dat mensen zich er het meest van bewust zijn wat ze met hun ogen doen. Van onze romp of voeten zijn we ons echter nauwelijks bewust", schrijft Collett. Wanneer je gesprekspartner bijvoorbeeld op een gestrekte been leunt en het andere lichtjes buigt, weet dan dat hij eigenlijk weg wil. Je gewicht op één been laten rusten is namelijk wat je ook doet als je wandelt. Meestal wijst de voet van het gebogen

been zelfs in de richting waarin je gesprekspartner wil 'wegvluchten'.

Een omhelzing of een handdruk zijn ook niet wat ze lijken. De typisch mannelijke omhelzing, waarbij beiden elkaar op de schouders kloppen, lijkt zeer vriendschappelijk maar dat kloppen is eigenlijk een signaal om aan te geven dat de omhelzing moet ophouden, zo ontdekten wetenschappers. Interessant is natuurlijk om te zien wie het eerst klopt. Die wil ontsnappen.

Met ettelijke voorbeelden uit de politiek schetst Collett de betekenis van, onder andere, de handdruk. Op zich roept die sympathie op. Uit een onderzoek bleek dat mensen opvallend minder liegen tegen iemand die hen een hand gaf. Maar toen John F. Kennedy in 1960 zijn rivaal Richard Nixon een hand gaf voor het beslissende tv-debat kon je al zien wie zou winnen. Kennedy zwaaide zijn arm hoog zodat Nixons hand zich wel onder de zijne moest nestelen voor de handdruk. "Wie zo'n hoge handdruk aan de ander oplegt, voelt zich dominant en geeft die boodschap ook aan de ander", aldus Collett.

Ook Ronald Reagan en Bill Clinton blijken geknipt illustratiemateriaal. Die laatste trekt vaak een 'hoefijzermond', met de onderlip naar boven geduwd. Clinton gebruikte dat als hij zich vastberaden wilde tonen. "Maar omdat je de spieren van de kin gebruikt, observeert Collett. Leugenachtige signalen demonstreerde Clinton als de beste tijdens de Lewinsky-affaire. De mond bedekken met de hand of in de buurt van de mond plaatsen is een van de betrouwbaarste signalen van liegen. Toen hij ondervraagd werd, deed Clinton niet anders. Subtieler is het kort aanraken van de neus. Dat doen leugenaars die beseffen dat de mond aanraken hen verraad maar die het toch niet kunnen laten iets te bedekken zodat de waarheid als het ware niet kan ontsnappen. Toen Clinton over zijn affaire loog, raakte hij eens per vier minuten zijn neus aan. Als je Colletts boek aandachtig leest, kun je er misschien wel de verkiezingen mee voorspellen.

Peter Collett, *De verborgen boodschap*, oorspronkelijk titel: *The Book Of Tells*, Uitgeverij AW Bruna, ISBN 90-229-8650-0, 331 p

LICHAMEN LEZEN

BENEN EN VOETEN

- parallel: geeft aan dat iemand niet wil weggaan maar ook niet per se wil blijven. Zo staan mensen die neutraal zijn of willen lijken.
- gespreid: kan naast dominantie ook op solidariteit wijzen.
- 'schaar', met de benen over elkaar geslagen: deze persoon is echt geïnteresseerd in het gesprek. Hij wil niet weg en stelt zich ook niet dominant op.
- 'schraag', het steunbeen recht, het andere gebogen: iemand die wegwilt. De voet van het gebogen been geeft aan waarnaartoe.

OMHELZINGEN

- hol, met de romp weg van elkaar: wie de ander met tegenzin omhelst, trekt niet de armen of het hoofd maar romp en voeten weg.
- bol, met de romp dicht tegen elkaar: beiden hebben een intieme band.
- 'halve maan', waarbij de lichamen elkaar maar deels overlappen: voor wie bang is voor de mogelijk seksuele betekenis van een frontale omhelzing.

HANDDRUK

- verplaatsen: de ene persoon houdt zijn hand dicht bij zijn lichaam en dwingt zo de ander de arm ver naar hem uit te steken. Dat is een manier om iemand je macht te doen voelen, te onderwerpen.
- de bottenkraker: iemand die je hand samenknijpt, wil aangeven dat hij niet zo zwak of incapabel is als hij eruitziet.
- het slappe handje: wordt gebruikt door mensen die afstandelijk en niet geïnteresseerd zijn, vaak mensen die zichzelf belangrijker vinden.

OGEN

- onzeker: wie onderdanig is, schiet vaker heen en weer met de ogen, slaat ze neer of spert ze net wijd open. Dat laatste is gebaseerd op het feit dat baby's in verhouding grote ogen hebben. Dat roept onschuld op en weert vijandigheid af. Ook hoog opgetrokken of geëpipeerde wenkbrauwen geven dat effect.
- leugenachtig: wie liegt, gaat meer dan gewoonlijk staren.