



### **Distanzzonen oder wer darf wen berühren**

Hamburg, 30. Juli 2013. Räumliche Nähe ist schön, manchmal jedoch unangenehm und oft auch nicht angebracht. Fremde Personen halten wir je nach Kulturkreis mehr oder weniger (gern) auf Abstand. Geschäftlich wie gesellschaftlich. Die angemessene räumliche Distanz zu einer Person einzuhalten, hat sehr viel mit Takt zu tun.

Jeder Mensch lebt in seiner persönlichen „Raumblase“. Computergestützte Bewegungsanalysen in der modernen Psychologie zeigen, in welchen Zonen sich Menschen in bestimmten Situationen bewegen. Noch nicht sicher experimentell belegt sind die bisher veröffentlichten Maße vor allem für die intime Zone (unter 50 cm) und für die persönliche Zone (50 bis 150 cm). Bewiesen sind bereits die Entfernungen für die gesellschaftliche Zone (150 bis 360 cm) sowie die öffentliche Zone ab 360 cm. Im Ausland werden wir mit anderen Wohlfühl-Abständen konfrontiert.

Achten Sie darauf, dass Ihr Verhältnis zum Raum Ihrer Rolle entspricht: Als Gastgeber(in) gehört Ihnen der Raum – sie agieren selbstsicher, bestimmend und machen einladende Gesten. Als Gast sind Sie zurückhaltend, abwartend, bis Sie aufgefordert werden.

Für das Raumverhalten (Proxemik) haben wir eine Art Sinnesorgan, das die räumlich-körperlichen Konstellationen „lesen“ und sozial-emotional deuten kann. Aufgrund unserer Urerfahrungen greifen wir auch sprachlich darauf zurück:

- „Meine Chefin steht voll hinter mir“
- „Dazu habe ich einen anderen Standpunkt“
- „Den ließ er einfach links liegen“
- „Jetzt können wir nach vorne schauen“

### **Wer darf wen berühren?**

In Deutschland, falls gewollt, gleichberechtigte Menschen. Vorsicht bei unterschiedlichen Hierarchiestufen: die Chefin eher den Auszubildenden, der Lehrer den Schüler – jedoch nicht umgekehrt.

Wer jemandem Hilfestellung anbieten möchte, sollte das auch verbal andeuten: „Kann ich Ihnen mit dem Gepäck behilflich sein?“ Nicht einfach zugreifen! Und die meisten Schwangeren finden das ungefragte Täschneln ihres Babybauchs unmöglich.

Dringt ein Fremder oder ein Kollege unerlaubt in Ihr Revier ein, sollten Sie reagieren, denn es geht um Ihr Wohlbefinden, um Ihre Konzentration ... „Ich möchte nicht, dass Sie meine Korrespondenz lesen.“ „Hinter meinem Schreibtisch möchte ich allein sein.“ Auch ein Ranghöherer darf sich einem Mitarbeiter gegenüber nicht zu viel Nähe erlauben. Knallt er seiner Sekretärin wiederholt eine Unterschriften-Mappe auf den Schreibtisch, wird sie das nur ganz wenige Male dulden und sich zu „rächen“ wissen. Distanzverletzungen werden immer geahndet.

Wenn Sie sehr hoch gewachsen sind, länger als der Durchschnitt, haben Sie schon bemerkt, dass Ihr Gegenüber unwillkürlich einen Schritt zurückweicht. Treten Sie selbst einen Schritt zurück, damit der andere Sie im Ganzen wahrnehmen kann. Treffen Fußgänger auf Rollstuhlfahrer, halten sie ebenfalls einen größeren Abstand; bei einem längeren Gespräch sollte man sich in solcher Situation möglichst bald setzen.



## Etikette Trainer International

Zeichen: 2.899 Zeichen inklusive Leerzeichen

*Redaktion: Susanne Helbach-Grosser, TAKT & STIL*

### **ETI: Etikette Trainer International**

ETI ist ein Zusammenschluss von internationalen Etikette Trainern, die gesellschaftliche Entwicklungen diskutieren, mit traditionellen Formen vergleichen und gegebenenfalls neue Standards setzen. Diese Empfehlungen werden in Seminaren, Pressegesprächen und Veröffentlichungen transportiert. Alle Mitglieder haben eine qualifizierte Ausbildung im Bereich Umgangsformen, Hotellerie, Gastronomie oder Protokoll und bilden sich ständig weiter. Dieses Netzwerk von Spezialisten steht für Aktualität, Kompetenz und Qualität.