

A close-up photograph of a person's face, focusing on the mouth area. A black zipper is pulled across the mouth, with the zipper pull tab visible in the center. The person's skin is light-colored and has some stubble. The background is a blurred, multi-colored striped pattern.

NON VERBAL KOMMUNIKATION

Lær kunsten at læse følelser



LIE TO ME



I følge Paul Ekman har mennesket 7 grundlæggende følelser, der alle vises på stort set samme måde hos alle mennesker, i alle kulturer, til alle tider.

sorg

vrede

overraskelse

frygt

afsky/væmmelse

foragt/føle sig bedre

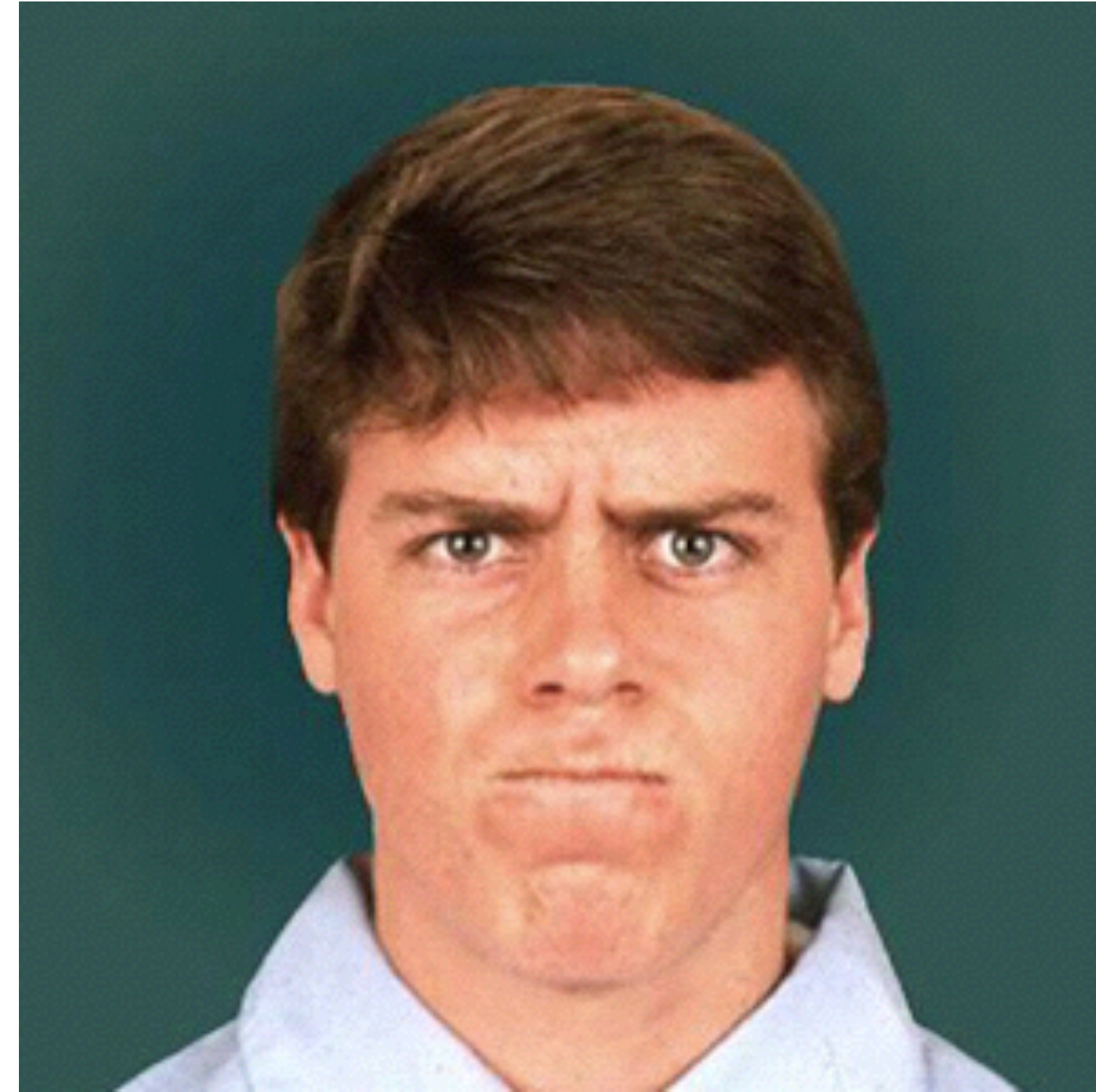
glæde/lykke

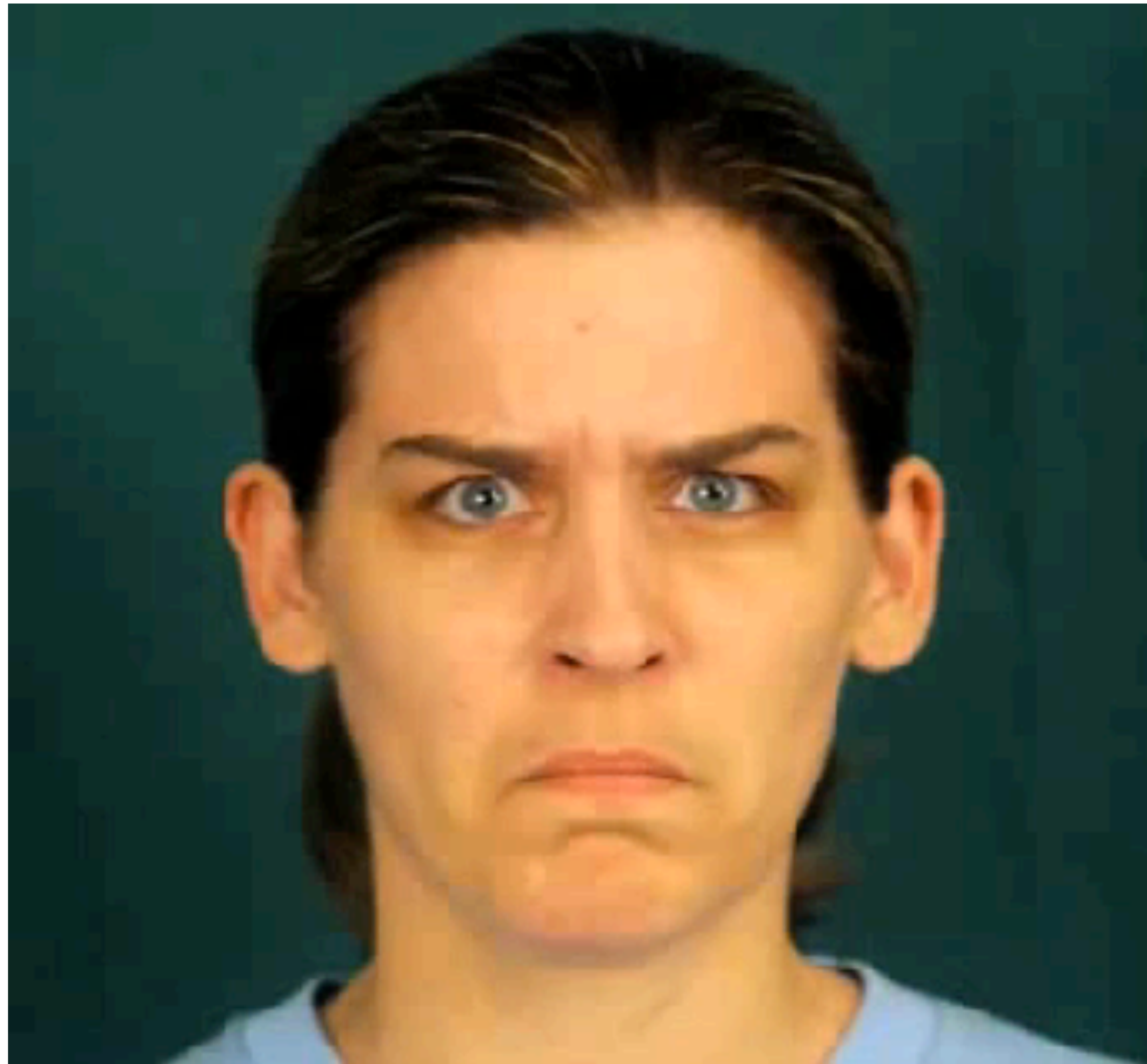
Vrede

Nedadvendte og samlede
øjnebryn

Øjne "slår gnister"

Smalle, sammenpressede
læber



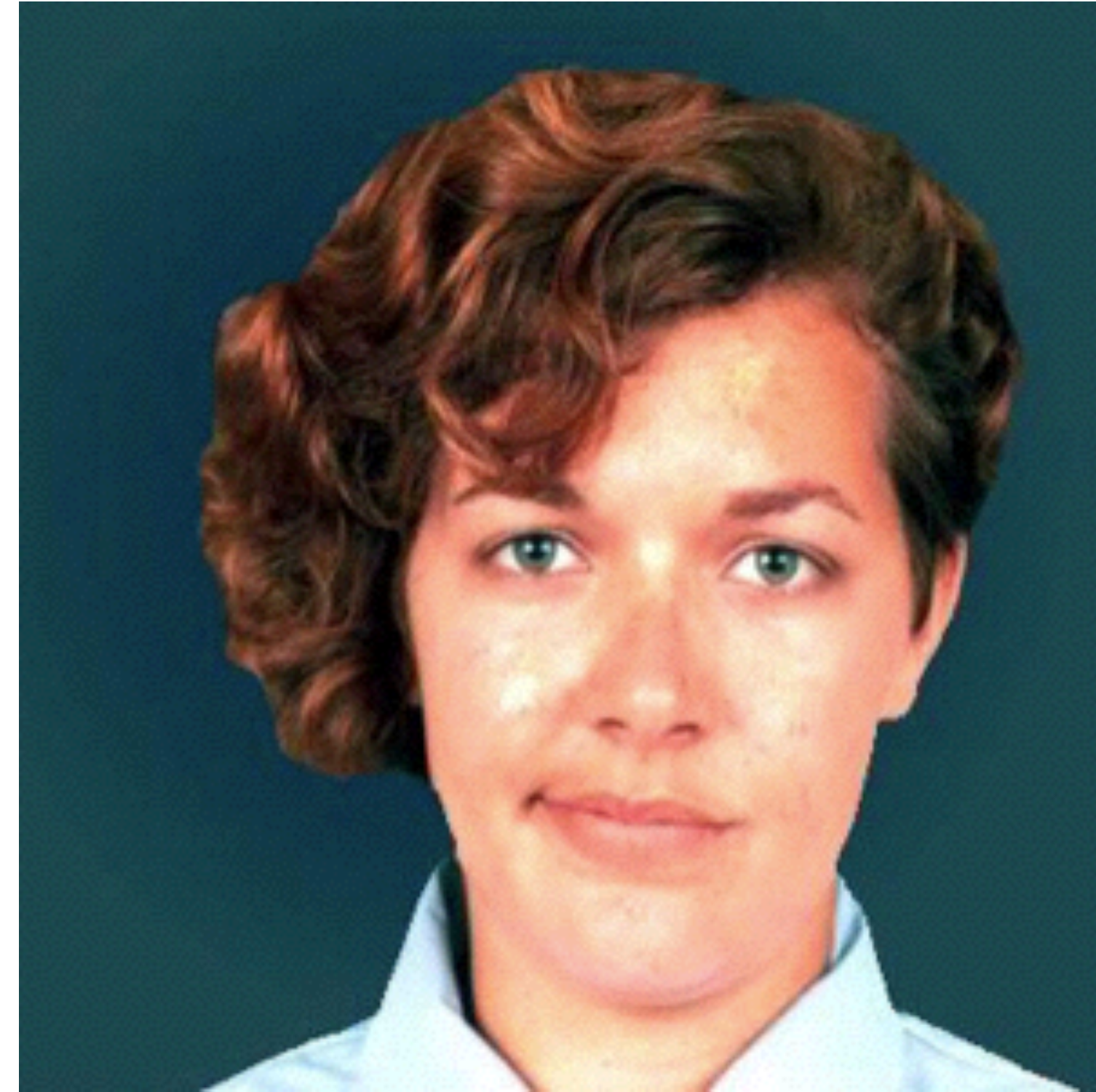


Foragt

Det eneste udtryk der er
asymmetrisk

Hjørnet af læben stramt
og hævet

Oftest fulgt af et
nedadkiggende blik "du er
under min værdighed"



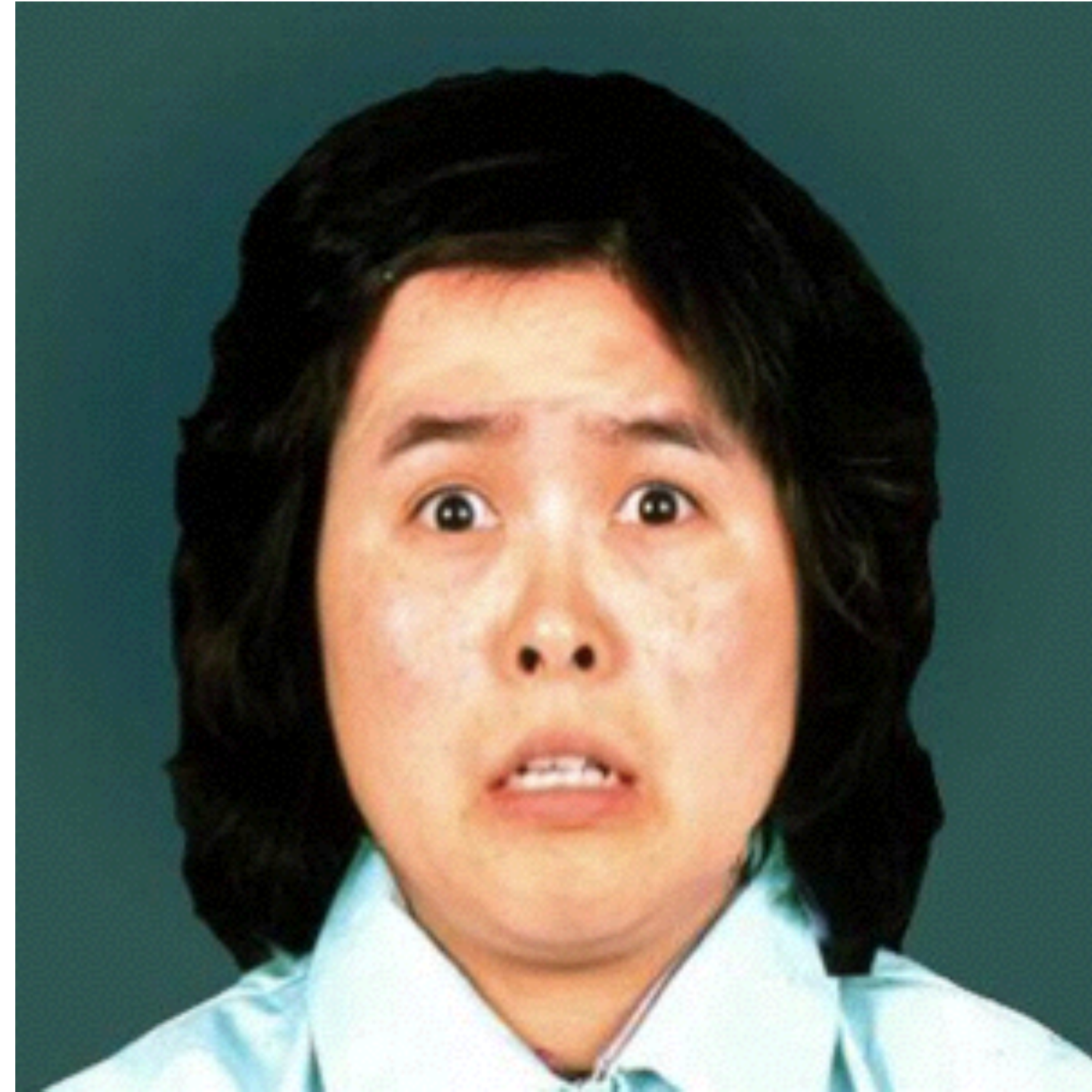


Frygt

Øjenbryn og øjenlåg hævet

Læberne trykket tilbage

Spændte underøjelåg





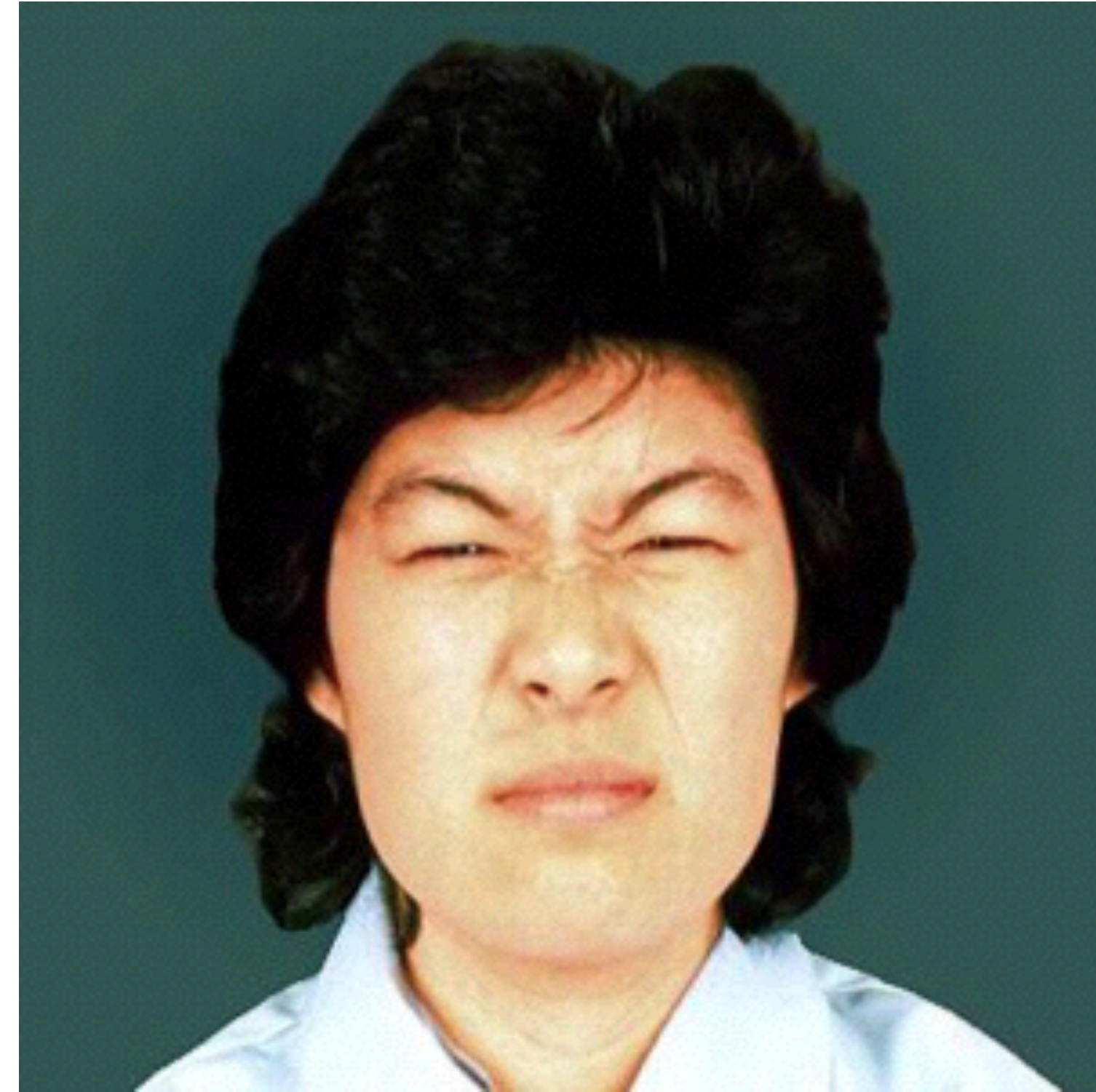
Afsky

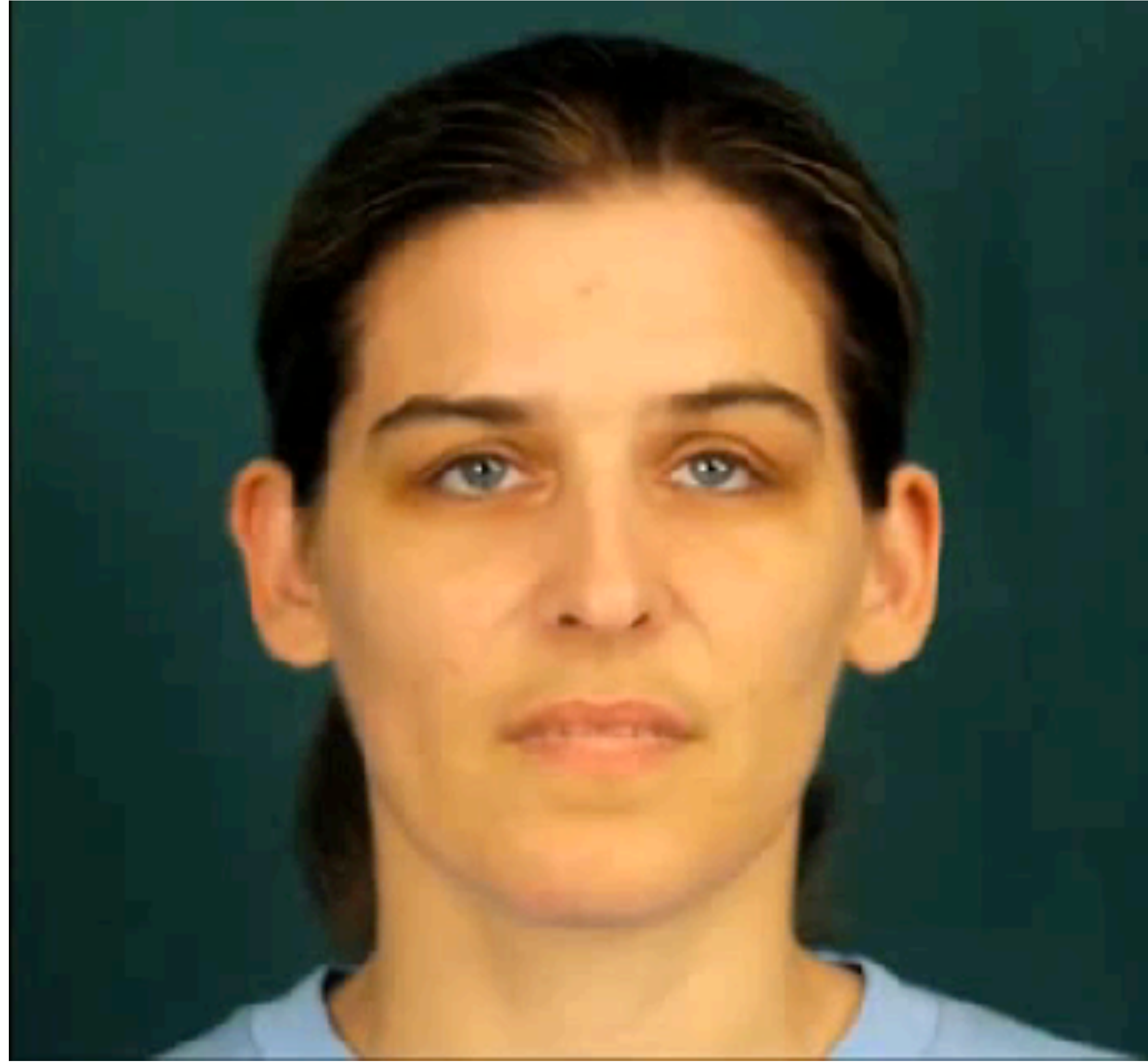
Rynken på næsen

Overlæben løftet

Kan vise et stykke af tungen

Halvt lukkede øjne





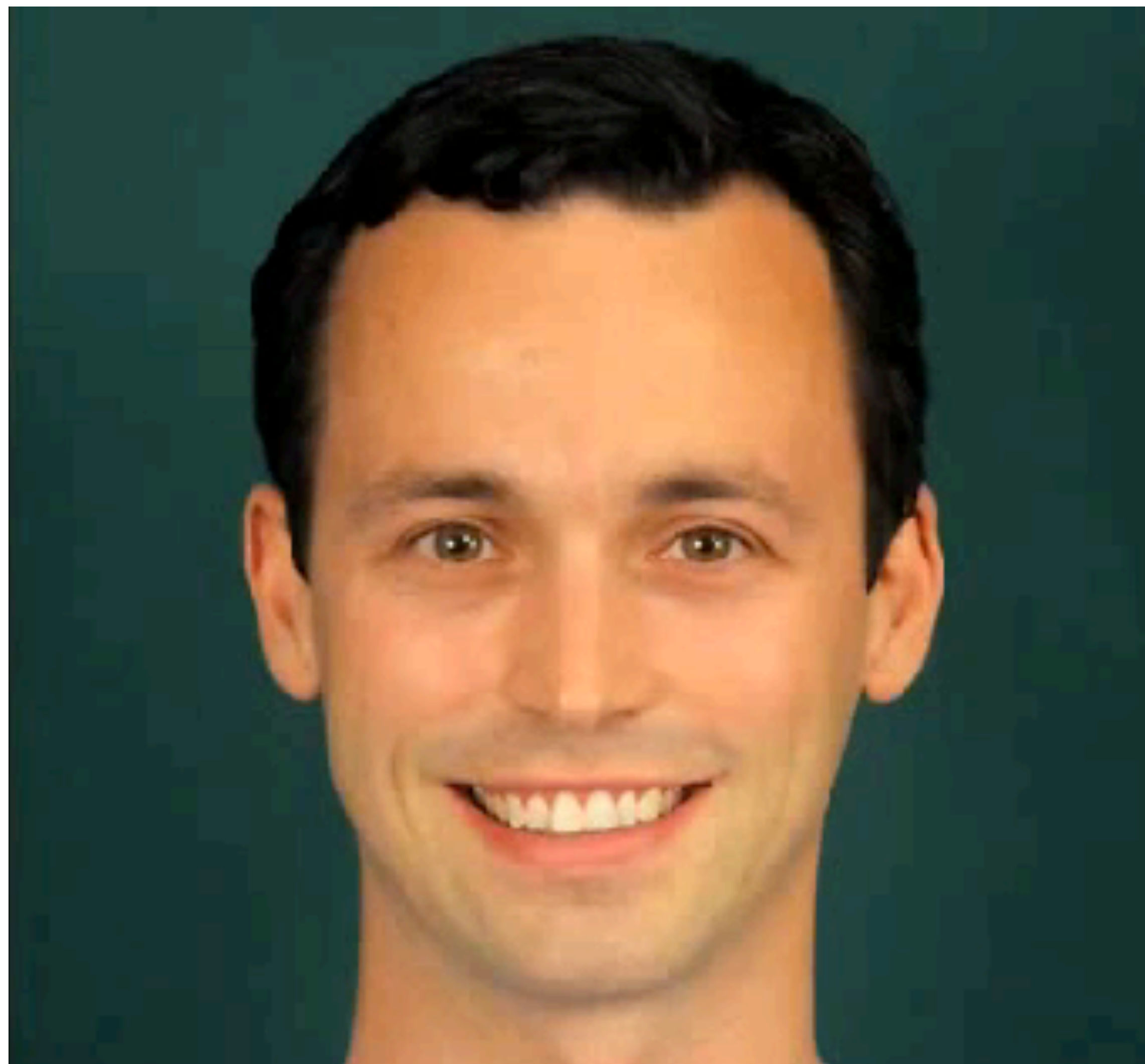
Glæde

Hjørnerne af læberne hævet

Øjnene er involveret -
"ægte" smil

Kinderne løftet op





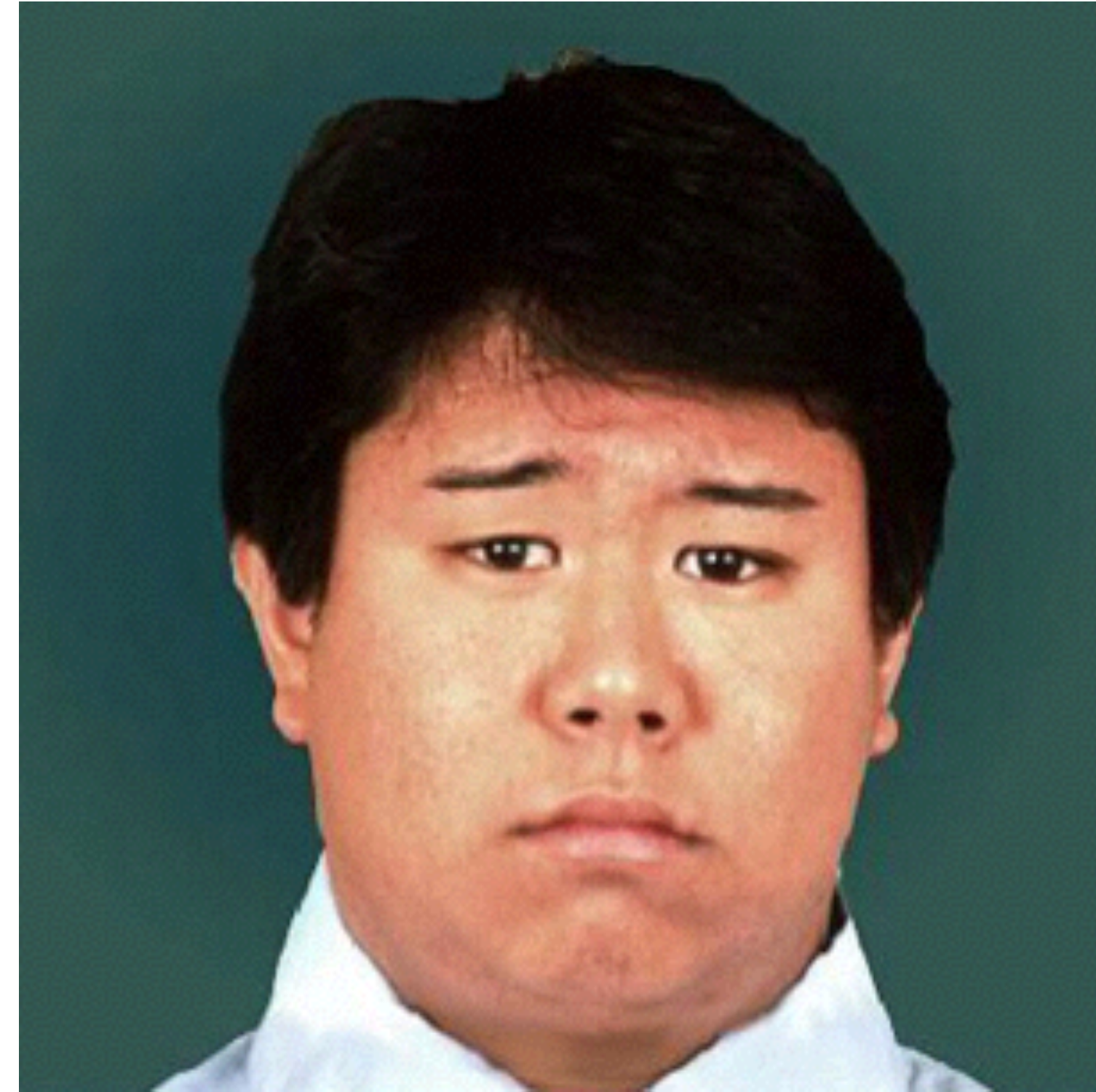
Sorg

Hængende øjenlåg

Hævede øjenbryn

Manglende fokus i øjnene

Hjørnerne af læberne nedad





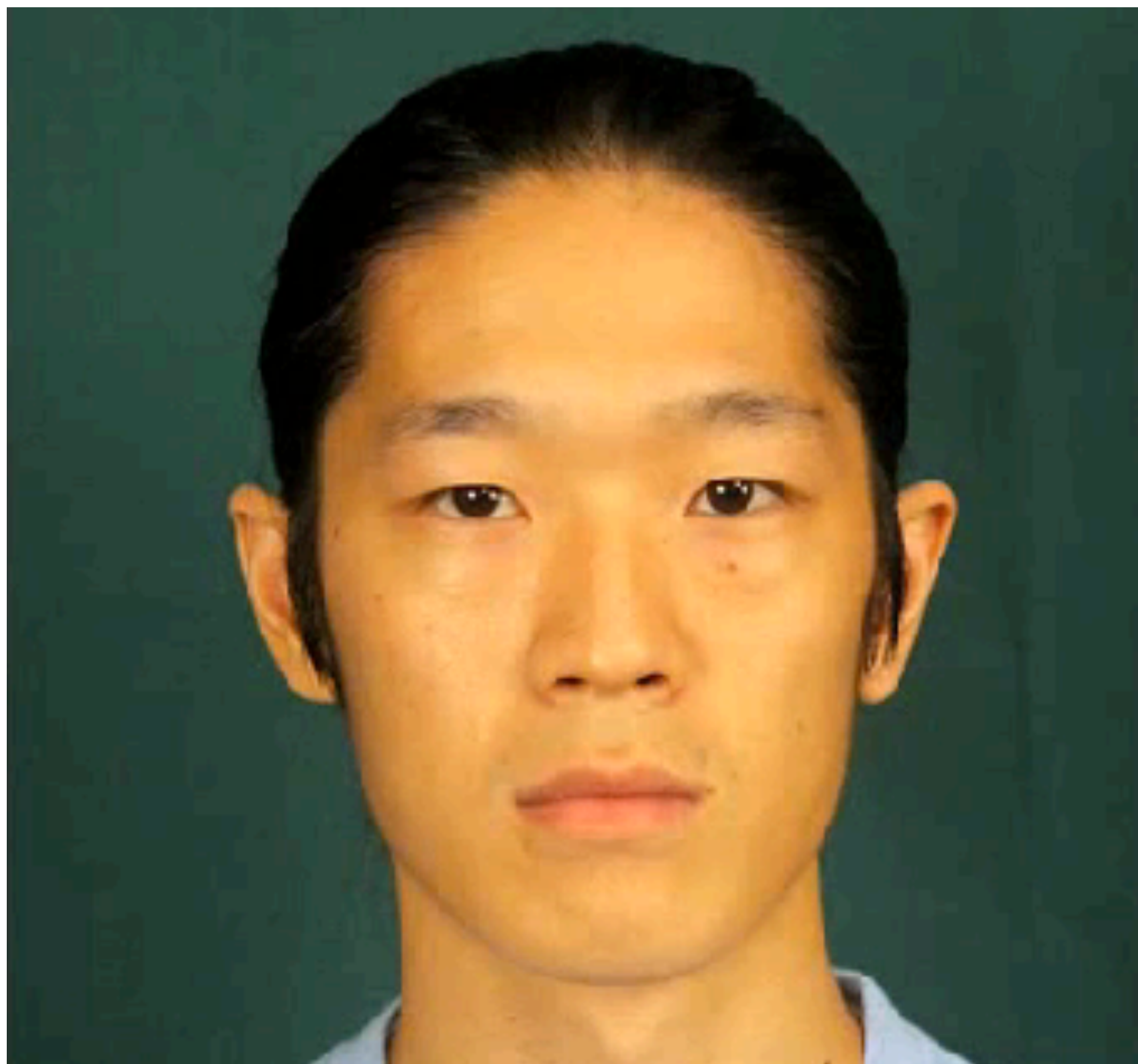
Overraskelse

Øjenbryn kortvarigt
hævede

Munden åben

Øjnene vidt åbne





Sorg

vrede

overraskelse

frygt

væmmelse

foragt/føle sig bedre

glæde/lykke



foragt

Sorg

vrede

overraskelse

frygt

væmmelse

foragt/føle sig bedre

glæde/lykke



glæde

Sorg

vrede

overraskelse

frygt

væmmelse

foragt/føle sig bedre

glæde/lykke



vrede

Sorg

vrede

overraskelse

frygt

væmmelse

foragt/føle sig bedre

glæde/lykke



frygt

Sorg

vrede

overraskelse

frygt

væmmelse

foragt/føle sig bedre

glæde/lykke



overraskelse

Sorg

vrede

overraskelse

frygt

væmmelse

foragt/føle sig bedre

glæde/lykke



sorg

Sorg

vrede

overraskelse

frygt

væmmelse

foragt/føle sig bedre

glæde/lykke



væmmelse

Mikromimik testen

Vrede

Sorg

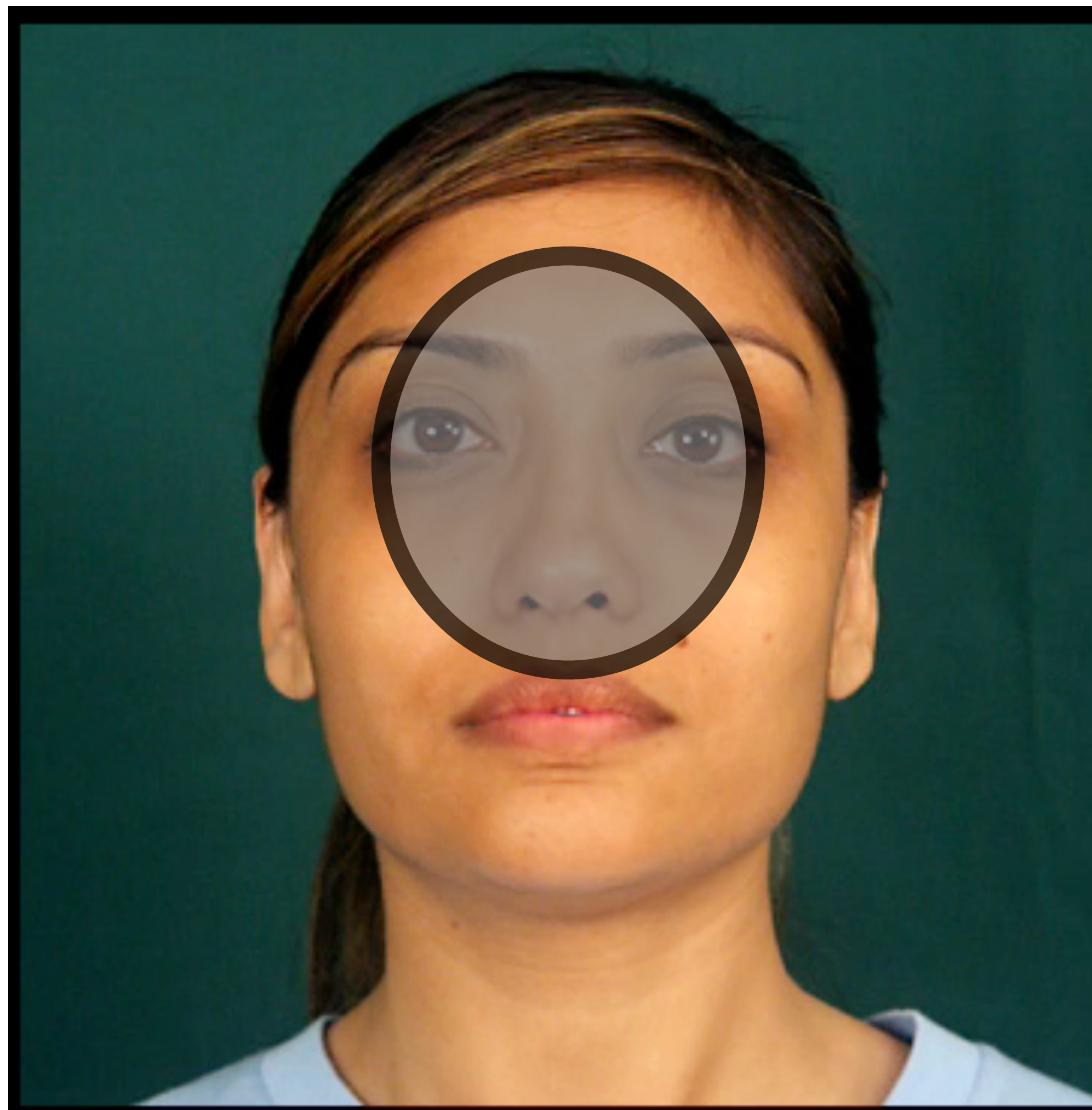
Angst/frygt

Overraskelse

Afsky

Glæde

Foragt



1. Overraskelse

2. Vrede

3. Afsky

4. Sorg

5. Overraskelse

6. Overraskelse

7. Vrede

8. Vrede

9. Foragt

10. Angst/frygt

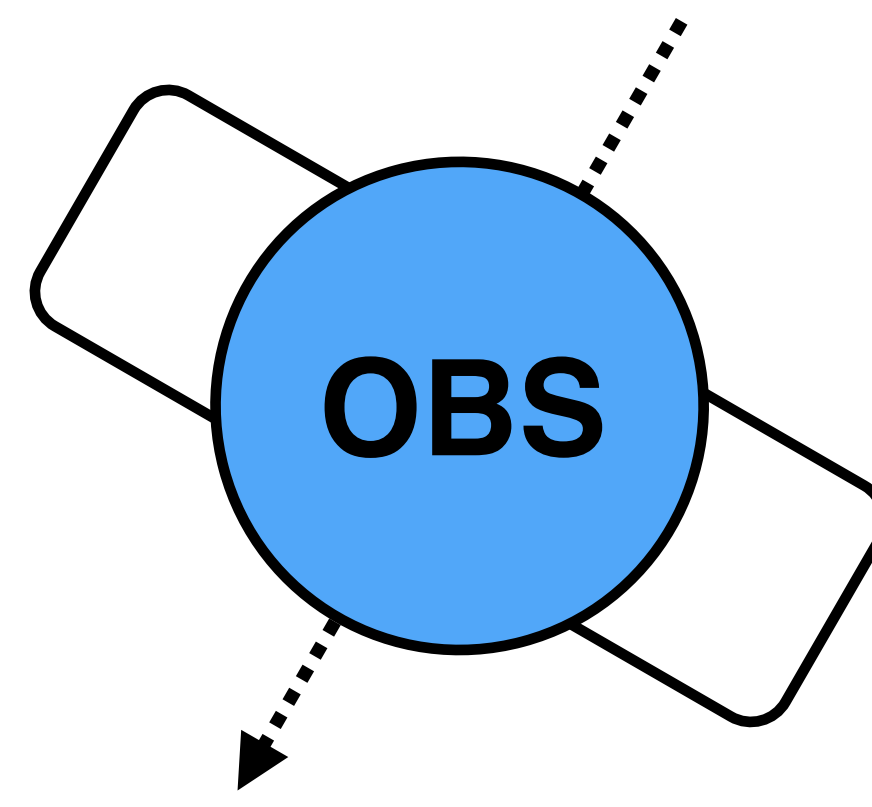
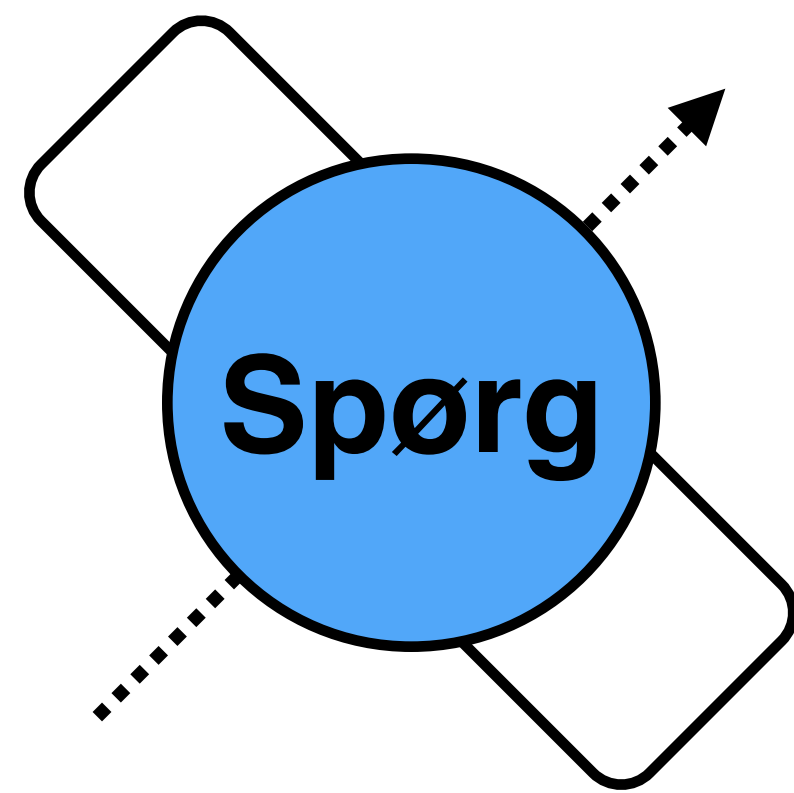
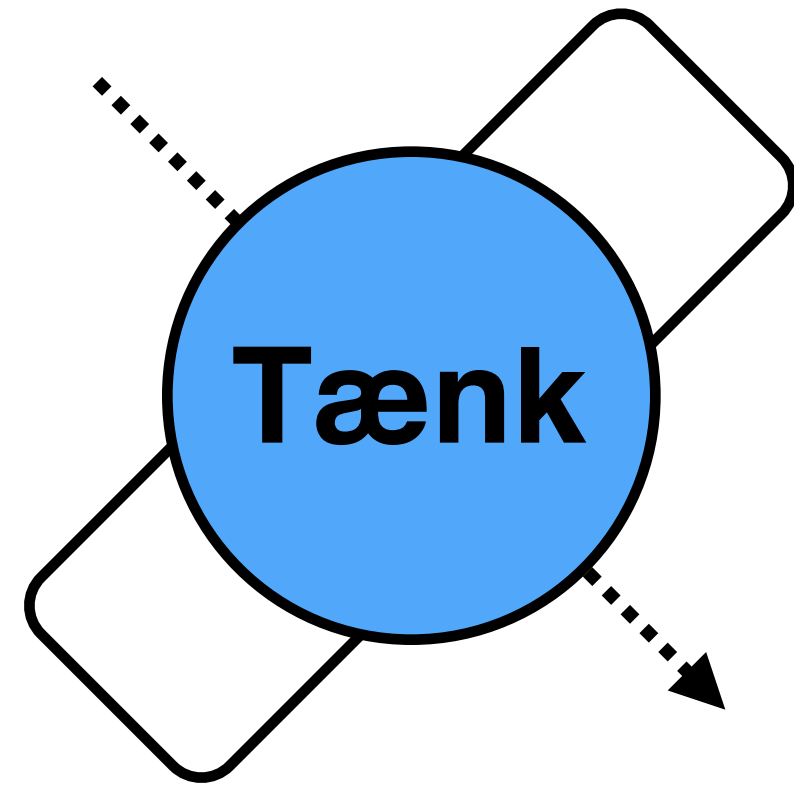




ANALYSERET

LÆR AT “LÆSE TANKER”





TIL “TÆNKER”

Genkald en **negativ** oplevelse fra dit privatliv.

Genkald en **positiv** oplevelse fra dit privatliv.

Vælg hvilken oplevelse du starter med at tænke på.

TÆNK svarene på spørgerens spørgsmål...

TIL “SPØRGER”

Stil følgende spørgsmål. Vent med at stille næste spørgsmål før du observerer en reaktion i ansigtet

1. Hvad fik dig til at vælge det du tænker på nu...?
2. Forklar med dine egne ord hvad du føler omkring dette.
3. Hvad vil du gøre i fremtiden i forhold til det?

TIL “OBSERVATØR”

Hvad **så** du af forskelle på de to spørgerunder?

Hvilke **følelser** detekterede du?

Spottede du, om det var den negative eller positive historie **før** der blev stillet spørgsmål?

TIL “SPØRGER”

Stil følgende spørgsmål. Vent med at stille næste spørgsmål før du observerer en reaktion i ansigtet

1. Hvad fik dig til at vælge det du tænker på nu...?
2. Forklar med dine egne ord hvad du føler omkring dette.
3. Hvad vil du gøre i fremtiden i forhold til det?

Kontakt:

niels@mastermind.dk

www.mastermind.dk