



## Die Hand des Vertrauens – Wissenswertes über den Händedruck

Jeder Händedruck ist aufschlussreich und sagt viel über einen Menschen aus. Ist er temperamentvoll, schlaff, schwach oder dominant: Achten Sie sich, was er Ihnen sagt. Je besser und schneller Sie auf dieses Zeichen reagieren können, desto erfolgreicher werden Sie verhandeln.

Bei der Begrüssung mit Händeschütteln dringen wir bis an die Grenze der persönlichen Distanzzone vor. Diese ist bei jedem Menschen unterschiedlich. Den meisten ist eine Armlänge Abstand angenehm. **Versuchen Sie zu spüren, wo bei Ihrem Gegenüber die Grenze ist.** So treten Sie ihm nicht zu nahe. Sonst kann es vorkommen, dass der andere bewusst oder auch unbewusst zurückweicht.

Bei uns wird es als aufdringlich empfunden, wenn man vom Gegenüber mit der anderen Hand am Arm oder an der Schulter festgehalten wird. Dies kann sich ändern, wenn man sich gut kennt. Dann ist auch eine Umarmung in Ordnung.

Man spricht von «Hände schütteln». Dabei: **Schütteln ist unhöflich.** Am besten reicht man seinem Gegenüber die Hand mit einem kurzen, festen Druck. Reicht Ihnen jemand die Hand, schlagen Sie bitte ein. Auf der politischen Ebene kommt es manchmal vor, dass sich zwei Präsidenten die Hand nicht geben wollen – eine grosse Beleidigung. Die Diplomaten brauchen Wochen, um das Ganze wieder einzurenken.

Der Händedruck sollte normal fest sein. Ist er zu stark, so wirkt er dominant und bedrohlich. Achten Sie bei Frauen darauf, ob sie viele Ringe an den Fingern tragen. Es kann sehr schmerzhaft sein, wenn die Ringe in die Haut gedrückt werden.

Bei einer Grippe sammeln sich Bakterien auf den Handflächen. Verzichten Sie dann auf den Händedruck. Das versteht jeder.

Übrigens: Ein alter Aberglaube hat sich gehalten. Hände werden nicht übers Kreuz gereicht. Treffen zwei Paare aufeinander, so geben sich zuerst die Damen die Hände, danach die Damen den Herren und schliesslich die beiden Herren einander.

Herr Müller ist zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen und entsprechend nervös. Seine Hände sind kalt und nass. Was tun? Es ist normal, dass der Körper so reagiert. Da muss man durch. Herr Müller erwähnt locker, dass er aufgeregt ist und kalte Hände hat. Seine verschwitzten Hände trocknet er kurz vor der Begrüssung mit einem Taschentuch.