



Bewerbertipp

„Distanzzonen“

Einfach logisch, logistisch einfach!

Distanzzonen

Jeder Mensch hat eine gewisse Distanzzone. Damit ist der räumliche Abstand gemeint, den wir zu unserem Gegenüber einnehmen. Kommt uns jemand zu nahe, fühlen wir uns bedrängt. Das Maß körperlicher Distanz richtet sich nach dem Verhältnis in dem wir zum anderen stehen.

Im Job gilt: Bitte Abstand halten!

Ein Abstand von einer Armlänge sollte im Geschäftsleben eingehalten werden.

Wir unterscheiden zwischen vier Distanzzonen:

1. Intime Zone:

Hier halten wir eine sehr geringe Distanz zum Gegenüber von 50 cm. Diese Zone ist nur für Partner, Familie und ganz enge Freunde. Das Überschreiten dieser Distanz kann Ablehnung oder sogar Aggression hervorrufen. Im Berufsleben ist diese Zone absolut tabu.

2. Persönliche Zone:

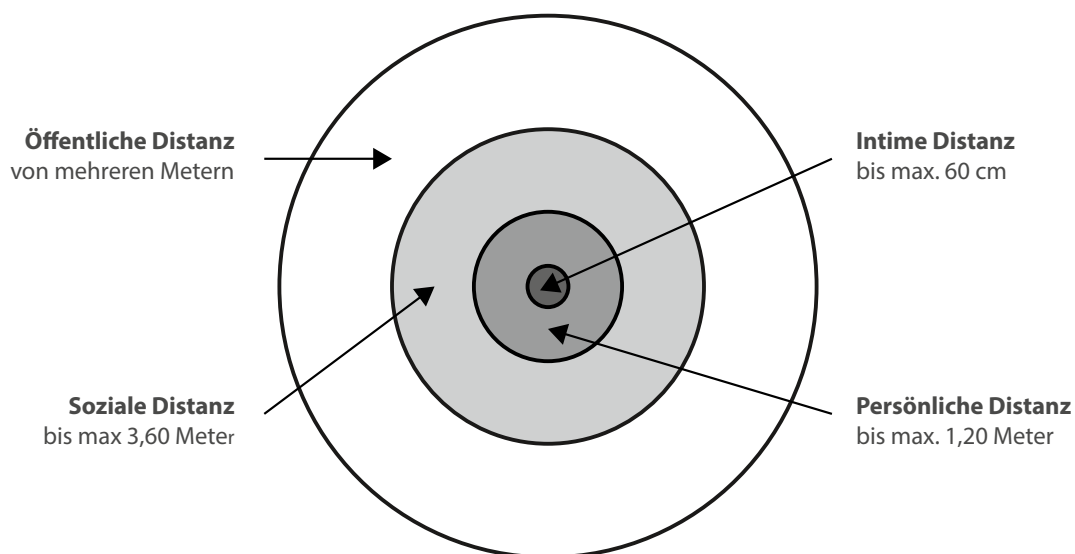
In dieser Zone halten wir eine Distanz zwischen etwa 60 cm und gut einem Meter. Dieser Abstand erlaubt zum Beispiel die bei uns gebräuchlichste Art der Begrüßung, den Hand-schlag, ebenso ein Gespräch mit Freunden und Kollegen oder beim Smalltalk auf einer Party.

3. Soziale Zone:

Diese Distanz reicht von 1,20 bis ca. 3 Meter und wird zu fremden/neutralen Menschen eingehalten, wie beispielsweise Verkäufern und Servicekräften.

4. Öffentliche Zone:

Mit mindestens 3,60 Meter wird dieser Abstand von den meisten Menschen als am wenigsten Stress auslösend empfunden. Diesen Umkreis pflegen wir beispielsweise bei einem Vortrag. Hier ist keine persönliche Beziehung mehr möglich.



Hinweis: Diese Angaben sind westeuropäische Durchschnittswerte und werden in anderen Kulturen auch anders gepflegt.