

# Rau C / Rau E Physiognomik

Leseprobe

[Physiognomik](#)

von [Rau C / Rau E](#)

Herausgeber: MVS Medizinverlage Stuttgart



<http://www.narayana-verlag.de/b20338>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.  
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern  
Tel. +49 7626 9749 700  
Email [info@narayana-verlag.de](mailto:info@narayana-verlag.de)  
<http://www.narayana-verlag.de>



## 5 Nase

### 5.1

### Allgemeines

Die Nase befindet sich in der Mitte des Gesichts (► Abb. 5.1) und da es im ganzen Tierreich kein Tier gibt, das eine ähnlich individuell geformte Nase hat, ist davon auszugehen, dass die Nase und ihre Form für die psychophysiognomische Interpretation eine zentrale und individuelle Bedeutung hat. Aus diesem Grund zeigt die Nase spezifisch menschliche Merkmale an, wodurch der Mensch über die Tierwelt hinausragt.

Durch ihre zentrale Lage dient die Nase zunächst als Proportionshilfe, um das Gesicht in 2 Teile zu gliedern, die Länge der oberen und die Länge der unteren Gesichtshälfte einzuschätzen. Ist die obere Gesichtshälfte dominierend, ist die Neigung zur gedanklichen und geistigen Informationsverarbeitung stärker. Ist die untere Gesichtshälfte dominierend, ist die Neigung, Ideen in die Tat umzusetzen und praktische Organisation zu betreiben, stärker.

Die Nase des Menschen wächst und entwickelt sich lebenslänglich. Sie modelliert sich unablässig

zwischen Säuglings- und Greisennase, entsprechend unserer körperlichen und seelisch-geistigen Entwicklung. Sie ist der letzte Ausläufer des Knochensystems im Gesicht und so laufen an ihr die motorischen und psychischen Kräfte zusammen und bilden sie fortwährend.

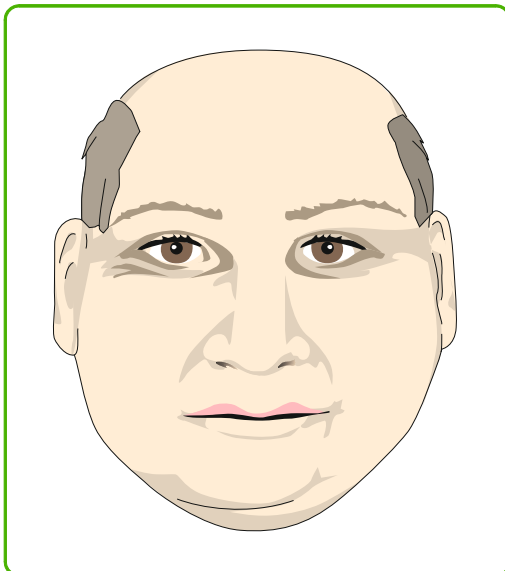
### 5.2

### Ausdrucksbedeutung

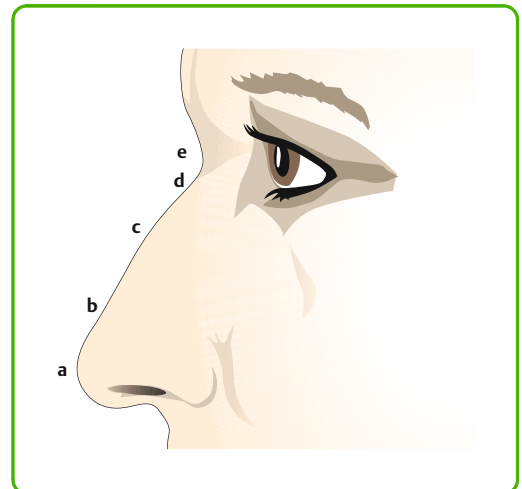
An der Nase kommt der individuelle, charakteristische Wille zum Ausdruck (► Abb. 5.2). Ihre Form gibt Auskunft über Willen zur Selbstverwirklichung und damit über den Charakter des Menschen.

#### Die Nase zeigt also:

- Konzentrationskraft
  - geistige Selbstverwirklichung durch das Denken
  - freien geistigen Willen, der die Persönlichkeit ausmacht, dieser entwickelt sich durch Konzentration bei der Wahrnehmung, beim Denken und beim Wiedergeben



► **Abb. 5.1** Rundes Gesicht und Nase in der Mitte.



► **Abb. 5.2** Anatomie und Ausdruckszonen der Nase: a) untere Nase: Instinkt und Bauchgefühl, b) Übergang zum Knorpel: Gemüt, c) mittlere Nase: Motorik, d) obere Nase: geistige Dynamik und e) Nasenwurzel: geistige Kraft.

- Disziplin und Fleiß, damit Selbsterziehung
  - Entwicklungsstand des Menschen
  - Bereitschaft zu Disziplin und Selbsterziehung
  - wer präzise Leistungen erbringt, hat eine präzise Nasenlinienführung, ein präzises Profil
  - ist dieses Profil nicht klar, ist der Nasenrücken eingedellt, weich und unausgeprägt, dann ist der Impuls zur Selbsterziehung schwach, der Mensch ist auf eine Erziehung von außen angewiesen
- Darstellungskraft
  - wie sich ein Mensch repräsentiert
  - wie er sich mit seinem individuellen charakteristischen Willen durch planmäßiges Handeln zur Geltung zu bringen versucht
  - Persönlichkeit
  - planmäßiges Vorgehen in die Zukunft zeichnet den Menschen aus
  - der Lebensplan ist in der Nase physiologisch und psychologisch angelegt und ausdeutbar
- Gemütsleben und empfindsame Fähigkeiten
  - Gemüt eines Menschen
  - seelische Kraft und die Beeindruckbarkeit im Gefühlsleben
- Willen zur Lebenserhaltung
  - wie ein Mensch aus seinem Instinkt, seinem Bauchgefühl lebt
  - Bedürfnis nach sinnlichem und lebenserhaltendem Genuss

- Feinheit der Nase
  - Qualität der Geistesrichtung

### Was kann man an der Nase beobachten?

- Form und Größe
- Spannung der Haut
- Qualität der Haut
- Dicke/Fülle der Haut
- Farbe der Haut
- Verhältnis der Nasengröße zum Kopf- und Gesichtsbau und zum gesamten Körperbau
- mimische Phänomene: Nase rümpfen ...

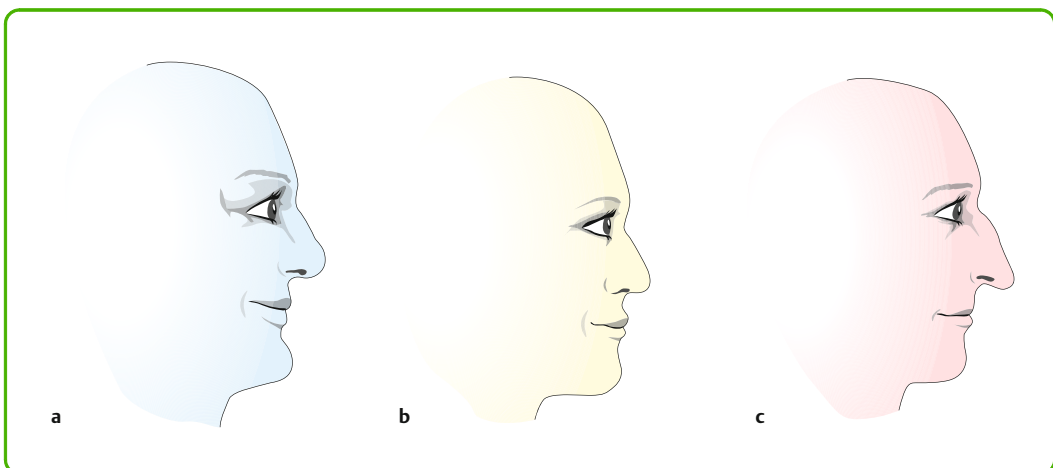
## 5.3

### Naturelltypische Nasen

#### 5.3.1 Primärnaturelle

Die 3 Primärnaturelle sind in ► **Abb. 5.3** dargestellt.

**Ruh-Naturell** Es hat eine kurze bis mäßig lange, fleischige, weiche Nase im mittleren und unteren Bereich und eine dicke, gerundete Nasenspitze. Der Höcker ist nicht nach außen gewölbt. Der Mensch möchte seine leiblich-seelischen Bedürfnisse befriedigen, es zeigt sich darin das Interesse an gutem Essen und Trinken. Bewegung und Aktivität stehen nicht im Vordergrund und das Interesse an psychischen Themen ist weniger aktiv.



► **Abb. 5.3** Wichtige Ausdruckszonen der Nase.

- a Ruhe.
- b Empfindung.
- c Bewegung.

**Empfindungs-Naturell** Es hat eine kleine, feine, zarte Nase mit der Betonung der Nasenwurzel und eine dünne Nasenspitze. Es ist die Nase des Gefühls- und Innerlichkeitsmenschen mit psychologischem Einfühlungsvermögen und Interesse an psychologischen Themen. Die Feinheit zeigt die Qualität der geistigen Ausrichtung. Empfindungs-Naturelle mit einer kräftigen Nase verstehen es besser, sich selbst zur Geltung zu bringen. Es kann sich damit aber auch überfordern und mehr tun, als es körperlich leisten kann.

**Bewegungs-Naturell** Es hat eine lange und harte Höckernase. Die Nasenspitze ist mäßig stark, oft etwas dünner. Der Mensch bringt sich stark zur Geltung, ist mit sich und den anderen hart. Diesen Nasen wird ein Organisations-, Gestaltungs- und Repräsentationstalent zugeschrieben.

#### 5.4

### Untere Nase – Nasenspitze

An der Nasenspitze kommen die Grundfunktionen für das Leben zum Ausdruck. Die Betätigung der

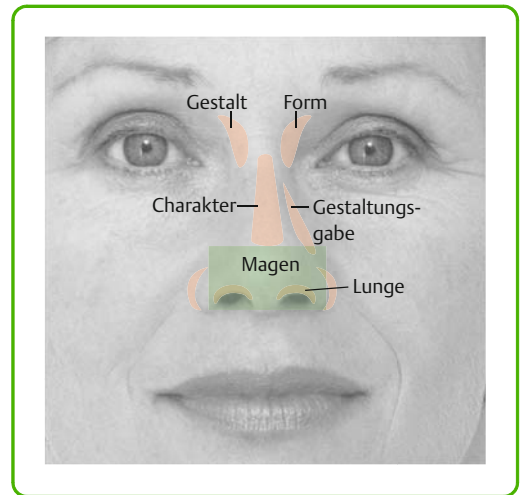
- Atmungsorgane
- Stoffwechselorgane: Magenzustand, Verdauung, die Art des materiellen und physischen Genusses
- Sexualorgane

Die Funktionen der unteren Nasenspitze sind von Natur aus mit Genuss verbunden, um sicherzustellen, dass der Mensch diese lebensnotwendigen Handlungen auch wirklich ausführt (► Abb. 5.4).

#### ! Merke

**Instinktiver Genusswille, Geschmack und Ernährungswille kommen an der unteren Nase zum Ausdruck. Die Intensität, mit der der Genuss gelebt wird und die lebensnotwendigen Handlungen ausgeführt werden, ist an der Spannung, Strahlung, Färbung und Modellierung der Haut zu sehen.**

Wenn diese Grundfunktionen (Atmungs-, Stoffwechsel-, Sexualorgane) alle aus sich heraus gut funktionieren, haben wir es mit einem instinktsicheren Menschen zu tun. Beim Säugling ist die



► **Abb. 5.4** Untere Nase.

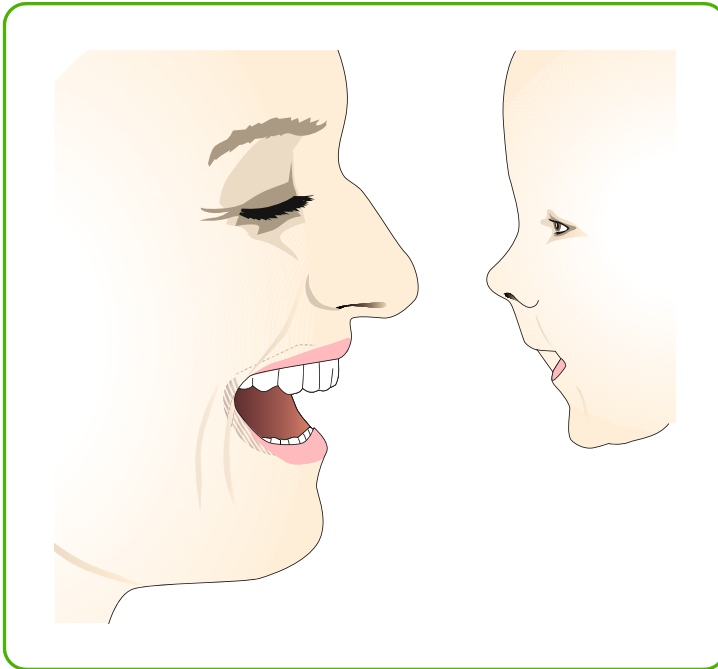
untere Nase bereits rund und ausgeglichen angelegt (► Abb. 5.5). Er möchte körperlich-seelisches Wohlbefinden, so sind ihm der Saug- und Greifreflex angeboren. Bei Unzufriedenheit schreit er lautstark, um auf seine Bedürfnisse aufmerksam zu machen. Erst durch Umweltreize, auf die er reagiert, bildet sich die Nasenwurzel aus. Der Nasenrücken bildet sich mit Einsatz und Gebrauch des Bewegungsapparats aus.

#### i Wissenswert

An der unteren Nase finden wir auch Sympathikusnervenenden. Der Sympathikus hat mit Fröhlichkeit zu tun und Fröhlichkeit kann eine wichtige Ressource für die Gesundheit sein.

#### 5.4.1 „Gute Nase“ = Sinn für Ökonomie?

Physiologisch zeigt uns die **untere Nase** etwas über das Gespür eines Menschen für Nahrung. „Einen guten Riecher haben“ oder „über eine feine Nase verfügen“ sind allseits bekannte Redewendungen. Psychologisch übersetzt bedeutet dies gleichzeitig, wer einen „guten Riecher“ hat, der hat auch ein gutes Gefühl für ökonomische Strukturen, indem er das in der Luft Liegende rechtzeitig riecht und richtig interpretiert und es vielleicht sogar wirtschaftlich realisieren kann.



► **Abb. 5.5** Entwicklung der Nase vom Baby bis zum Erwachsenen.

### 5.4.2 Große, kugelige Nasenspitze

#### **Bedeutung:**

- Genussmenschen
  - sie sind gerne in Gemeinschaft gesellig
  - hören stark auf ihr Bauchgefühl und sind gutmütig
  - sorgen für das leibliche Wohl, essen und trinken gern viel
- Kraft und Bedürfnisse der Verdauungsorgane sind groß
- reales Denken herrscht vor
- Befriedigung materieller, sinnlicher Genüsse steht im Vordergrund
- groß und weich: warmes, weiches Gefühl, weicher Instinkt
- unten sehr dick und stumpf: Rücksichtslosigkeit und starker Egoismus

#### **!** Merke

Es müssen nicht alle Bedeutungen auf einen Menschen zutreffen. Wichtig ist es, dass man die Kombinationen betrachtet. Deshalb ist immer Vorsicht bei der Anwendung der Deutungen geboten.

**Kombinationslehre** Ein Mensch mit einer langen geraden Nase und einer runden Nasenspitze zwei-

felt, wenn er geplant hat, ob er nicht doch lieber die Instinkte laufen lassen soll. Die chinesische Physiognomik sieht eine runde Nasenspitze als gute Möglichkeit, um Geld zu verdienen. Sieht man dabei die Nasenlöcher, fällt das Geld wieder aus dem Sparstrumpf heraus.

### 5.4.3 Kleine, kugelige Nasenspitze

#### **Bedeutung:**

- feines sinnliches Wahrnehmen, Fühlen, Riechen und Schmecken
- Feinschmecker
- mäßige Kraft der Magen- und Verdauungstätigkeit
- häufige Aufnahme kleiner Portionen
- Bedürfnis nach abwechslungsreicher Kost
- Qualität steht vor Quantität

#### **i** Ideen für die homöopathische Behandlung

Bei einer runden Nasenspitze könnte man in folgende Rubrikenauswahl blicken:

- Gemüt – Ehrgeiz – erhöht, vermehrt, sehr ehrgeizig – Geld zu verdienen
- Gemüt – Angst – Geldangelegenheiten, um
- Gemüt – sinnlich

#### 5.4.4 Kräftige, lederartige Nasenspitze

##### Bedeutung:

- physische Bedürfnisse sind von untergeordneter Bedeutung
- Neigung zu weniger ästhetischem Lebensgenuss
- Ernährung wird wenig beachtet
- viel derbe und einseitige Kost wird gut vertragen
- mehr Nüchternheit, auch im psychologischen Sinne
- Lebenskampf und Härte, wenn die Nasenspitze eckig ist

Man muss achtsam nachfragen, ob es sich um eine genetische Anlage handeln könnte, die Hinweise auf entsprechende Verhaltensweisen bezüglich der Ernährung und des psychologischen Verhaltens gibt.

#### 5.4.5 Feine Nasenspitze

##### Bedeutung:

- Klugheit, Gründlichkeit, Wissensdurst – besondere Fachbegabung
- die Nase möchte gerne in die Geheimnisse der Natur eindringen
- instinktgesteuerte Wahrnehmung auch kleiner, feiner und unscheinbarer Dinge und Vorgänge
- machen Entdeckungen und Erfindungen
- Kunstsinnigkeit, wenn auch ein feiner Nasensteg vorhanden ist
- spitz und mager: verminderte Nahrungsaufnahme, wenig sinnlich, eher intellektuell, neugierig, aber auch kritisch, individuell, vorsichtig, wägen lieber ab

##### **i** Ideen für die homöopathische Behandlung

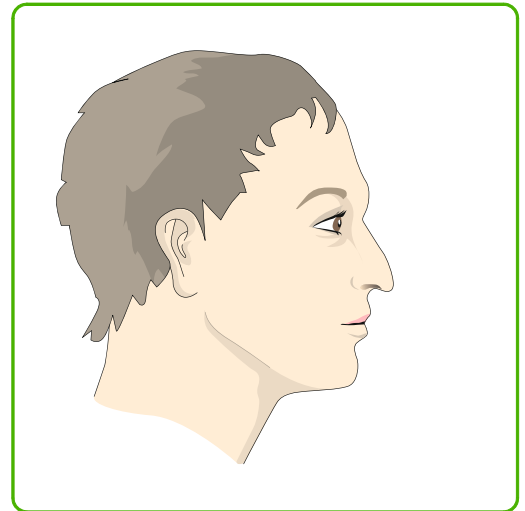
Bei einer feinen Nasenspitze könnte man in folgende Rubrikenauswahl blicken:

- Gemüt – intellektuell
- Gemüt – Gefühle, Emotionen, Gemütsbewegungen – beherrscht; vom Verstand, Intellekt
- Gemüt – Kunst – Talent zur
- Gemüt – erfinderisch, innovativ
- Gemüt – Gedanken – tiefschürfend

#### 5.4.6 Tiefgehende Nasenspitze

##### Bedeutung (► Abb. 5.6):

- Lebensernst und Gründlichkeit
- Freude an genauer, fast pingeliger Lebensweise
- wollen alles genau wissen und überprüfen können
- planmäßig, selbsterzieherisch mit sich
- immer pünktlich und genau
- sehr korrekt
- pflichtbewusst
- gründliches Handeln
- tiefgründig: dringen tief in Sachen ein, auch in menschliche Schwächen und Leidenschaften
- misstrauisch, vorsichtig, diplomatisch und von Natur aus Skeptiker
- prüfen die Nützlichkeit von Konzepten und Produkten
- man kann sie nur mit Fakten und Tatsachen gewinnen
- Beschäftigung mit materiellen Fragen und Dingen
- nach unten gehend: Eindringlichkeit, Pedanterie und Hang zum Pessimismus



► **Abb. 5.6** Tiefgehende Nasenspitze.

**i Wissenswert**

Menschen mit einer nach unten gehenden Nasenspitze sollten lernen, die große innere Skepsis nicht in allen Lebensbereichen zu leben, sondern die Zweifel auf wichtige Punkte zu beschränken. Sie sollten sich darin üben, wohlwollend und freundlich zu beobachten und nicht immer gleich die eigene Meinung zum Besten zu geben, sondern zu warten, bis sie nach der eigenen Meinung gefragt werden. Weitere Hinweise siehe Melancholiker (S. 90).

**i Ideen für die homöopathische Behandlung**

Bei einer nach unten gehenden Nasenspitze könnte man in folgende Rubrikenauswahl blicken:

- Gemüt – heikel, pingelig
- Gemüt – gewissenhaft, peinlich genau in Bezug auf Kleinigkeiten
- Gemüt – Kleinigkeiten, Trivialitäten – wichtig; scheinen
- Gemüt – Reizbarkeit, Gereiztheit – Kleinigkeiten, durch
- Gemüt – Ruhe – kann nicht ruhen, wenn Dinge nicht am richtigen Platz sind
- Gemüt – argwöhnisch, misstrauisch
- Gemüt – vorsichtig
- Gemüt – Verantwortung – ernst; nimmt seine Verantwortung zu
- Gemüt – Pflicht – zu viel Pflichtgefühl
- Gemüt – zweifelt – skeptisch
- Gemüt – Wahnideen – vernachlässigt – Pflichten vernachlässigt; er habe seine

**5.4.7 Forschernase**

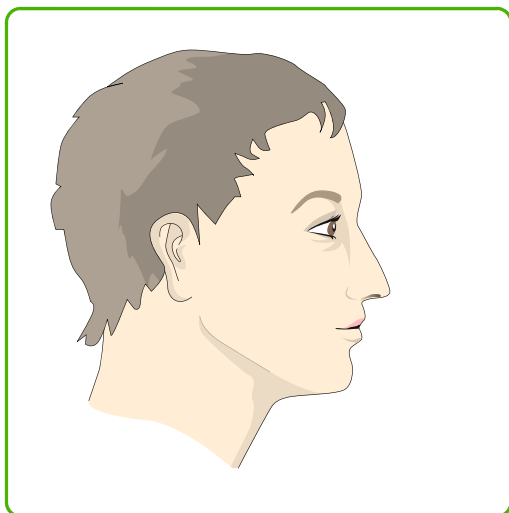
**Bedeutung:** Wenn die Nase gerade nach unten geht, ist das eine Forschernase (► Abb. 5.7).

- sind im Umgang mit Menschen forschend und prüfend
- erspüren feine seelische Regungen im Gegenüber und sind bemüht, diese forschend zu vertiefen, zu suchen und zu nutzen

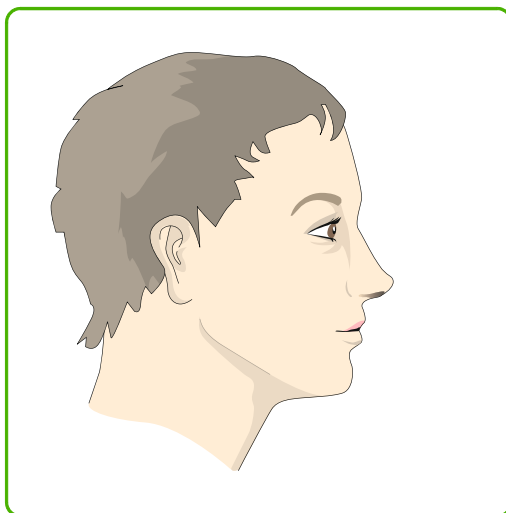
**5.4.8 Hochgehende Nasenspitze**

**Bedeutung** (► Abb. 5.8):

- vertrauensvolle, leichtgläubige Optimisten
- sehen Probleme positiv, optimistisch, neigen dazu, Dinge schönzureden und sich Illusionen zu machen
- wenig an persönlichen Vorteilen interessiert, sondern eher an Dingen, die für die Gemeinschaft gut sind, z. B. gemeinnützige Förderungen
- in der Regel beeinflussbar und neugierig
- ideelle Werte gehen vor kritischer Nachprüfung
- es fehlt eher an Lebensernst, Gründlichkeit und Tiefe
- Fakten, Unterlagen und Präsentationen interessieren sie nur zweitrangig



► **Abb. 5.7** Forschernase.



► **Abb. 5.8** Hochgehende Nasenspitze.

### **i** Wissenswert

Menschen mit nach oben gehender Nasenspitze sollten lernen, kritisch mit Informationen und Menschen umzugehen. Sie sollten sich darin üben, mehr zu hinterfragen, nach Daten und Fakten zu fragen und nichts auf den ersten Blick zu akzeptieren. Sie sollten Entschlossenheit und Willenskraft üben, um das, was sie sich vorgenommen haben, zu Ende zu bringen.

### **i** Ideen für die homöopathische Behandlung

Bei einer nach oben gehenden Nasenspitze könnte man in folgende Rubrikenauswahl blicken:

- Gemüt – optimistisch
- Gemüt – leichtgläubig
- Gemüt – beeindruckt, empfänglich für Eindrücke; leicht zu
- Gemüt – naiv, leichtgläubig
- Gemüt – neugierig
- Gemüt – klatschsüchtig

**Kombinationslehre** Eine kurze Nase, die nach oben geht, kann ein Hinweis sein, dass für diese Menschen Alltäglichkeiten (Mode, Kleidung, Genuss, Vergnügen) wichtiger sind als ernste Lebensfragen (Moral, Sitte, Recht, Religion). Sie neigen dazu, launisch zu reagieren, eher zu tratschen und eine Dummheit zu begehen.

Eine weiche, runde Nase, die nach oben weist, ist ein Hinweis darauf, dass das eigene Fühlen noch weich und unerfahren ist. Der Mensch hatte meist eine gut behütete Jugendzeit, hatte es im Leben leichter, war nicht dem harten Lebenskampf ausgesetzt. Er ist demnach auch leichtgläubiger, voller Optimismus und kann auch ein wenig zur Naivität neigen. Mit der runden Nasenspitze wünscht er sich einen angenehmen Lebensgenuss.

## 5.4.9 Fragestellungen

Mögliche Fragestellungen zum Thema Nasenspitze sind:

- Wie steht es bei Ihnen mit der Freude an sinnlichen Genüssen? Welche lieben Sie besonders?
- Kennen Sie es, dass Sie auch große Mengen essen und vertragen können?
- Welche Rolle spielt materielle Verwirklichung in Ihrem Leben?
- Ihre Nasenspitze ist sehr fein, daraus lesen wir, dass Sie lieber weniger und sehr ausgewählt

essen. Wie stehen Sie zum Thema Sinnlichkeit? Wie und in welchen Bereichen leben Sie das? Kennen Sie es, dass Sie lieber intellektuell und vorsichtig an Dinge herangehen?

- Sie neigen dazu, vertrauensvoll und optimistisch zu sein. Kennen Sie es, dass Sie auch ausgenutzt wurden und Ihr Vertrauen missbraucht wurde?
- Sie sind spontan und neugierig. Kann es sein, dass Sie sich manchmal zu viel vornehmen, sich für zu viele Dinge interessieren und sich leicht verzetteln? Diese Haltung könnte auch in ein Burn-out führen.
- Sie sind sehr gründlich, genau und sorgfältig in der Art, wie Sie an Dinge herangehen. Kann es sein, dass Ihnen das manchmal die Freude und Leichtigkeit im Leben nimmt? Wie viel Leichtigkeit und Sorglosigkeit durften in Ihrer Kindheit gelebt werden? Wie viel frühe Verantwortung mussten Sie übernehmen?

## 5.4.10 Therapeutische Hinweise

### **Kräftige untere Nase**

Ist die untere Nase kräftig, muss der Mensch vom Gefühl her angesprochen werden. Es ist wichtig, dass alles, was man diesem Menschen empfiehlt, auch Spaß macht, denn das ist motivierend für ihn. Er kann alles, was mit Freude, Genuss und Wohlgefühl verbunden ist, leichter annehmen und umsetzen. Ist kein Spaßfaktor dabei, ist die Gefahr groß, dass ein Mensch mit kräftiger Nasenspitze die Vorschläge und therapeutischen Empfehlungen nicht realisiert.

Möchte man diesen Menschen auf gesündere Ernährung umstellen, muss diese auch schmecken und es muss Spaß machen. Sie darf nicht nur gesund sein und muss auch wirklich satt machen. Er hat keine Lust, sich enorm mit Kauen anstrengen zu müssen, für ihn sind gesunde Kräuter-Gemüse-Obst-Smoothies ideal, um die Vitamin-, Mineralien- und Rohkostration abzudecken.

### **Zarte, feine untere Nase**

Ist die untere Nase zart und fein, kann sich dieser Mensch weniger auf sein Bauchgefühl und seinen Instinkt verlassen. Er braucht mehr Erklärungen und möchte verstehen, warum und wieso dies oder jenes für ihn gut ist. Die Verdauungsleistung



der inneren Organe ist auch geringer. Er sollte zwar auf der einen Seite genügend Pausen zwischen den Mahlzeiten haben, um den Verdauungsorganen auch Ruhezeiten zu ermöglichen, aber gleichzeitig kann er auch nicht so viel auf einmal essen. Kleine, leicht verdauliche Zwischenmahlzeiten könnten sinnvoller sein als 3 große Mahlzeiten am Tag.

### 5.4.11 Nasenflügel

An den Nasenflügeln erhalten wir Informationen über das Thema Atmung und Atmungsorgane. Die Lunge steht in Verbindung mit den Kreislauforganen und so lesen wir fortführend von der Nase in der Nasolabialfalte Hinweise auf das Herz und die Koronargefäße. Über den Geruch haben wir eine Beziehung zum Lymph- und Drüsensystem. Diese Organfunktionen laufen alle unwillkürlich, instinktmäßig ab.

Die wichtigste Kommunikation des Lebens erfolgt über die Atmung. Wir leben im ständigen Austausch von Kohlendioxid und Sauerstoff. An der Nase kann ich erkennen, ob die Kommunikation und die Atmosphäre mit dem Umfeld belastet sind. Je nachdem, wie die Nasenlöcher gestaltet sind, ist die Atmung vital, zart oder krankheitsanfällig, und psychologisch sind auch die Kommunikation und das Kontaktverhalten ähnlich gestaltet. In der Aufnahme von Atemluft geschieht über die Atmung auch der Kontakt zum gesamten Umfeld, zu anderen Menschen, zu allem, was in die gleiche Atmosphäre atmet bis hin zum gesamten Kosmos. Wo Hemmungen und Belastungen sind, werden diese Belastungen somatisiert. Wir wissen heute, dass starke Raucher häufig Probleme in Beziehungen unterschiedlichster Art haben, und es ist sinnvoll, in diesen Bereich vorsichtig hineinzufragen.

An den Nasenflügeln und Nasenlöchern lässt sich Folgendes ablesen:

- Zustand der Lungenflügel und der Bronchien
- Atmungszustand, d. h. die Anlage und Qualität der Atmung
- Kraft und Gesundheit oder Schwäche und Krankheit der Lungen
- psychologisch zeigt sich:
  - Fähigkeit, Hemmungen zu überwinden
  - körperliches Wohlfühl und Mut

- Genuss der Sinnlichkeit und der Kommunikation

### Kraftvolle, „geblähte“ Nasenflügel

**Bedeutung** (► Abb. 5.9a):

- gute Atmung, atmen unter Stress einfach tief durch
- gesamtes Lungenvolumen voll nutzbar, dauernde Arbeitsleistung möglich
- sind sehr unabhängig, arbeiten gerne und gut alleine
- sind aktiv und machen es so, wie sie glauben, dass es richtig ist
- wollen nicht zur Entscheidung gedrängt werden
- möchten auf jeden Fall selbst entscheiden

### Kleine, schwache Nasenflügel

**Bedeutung** (► Abb. 5.9b):

- schwache Atmung, Flachatmer, Atmungshemmung
- häufig bei Menschen mit Lungenkrankheiten und Infektionen
- andauernde Arbeitsleistung ist schwierig
- eher schwächlich, neigen zur Erschöpfung
- Hemmung im Kommunikationsverhalten
- ängstlich, schwaches Selbstbewusstsein
- gewohnheitsmäßiges Muster: unter Stress nicht zu atmen, d. h., sie vertrauen auch nicht ihrem Instinkt
- Entscheidung können schlecht alleine getroffen werden, brauchen Rückversicherung von den anderen, dass sie die richtige Entscheidung getroffen haben

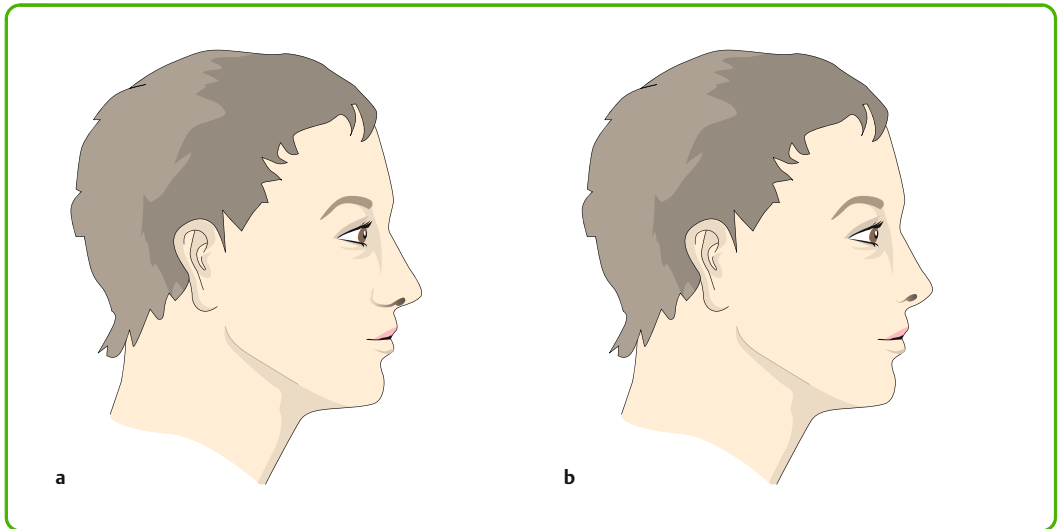
### **i** Wissenswert

Ziel der Therapie ist es, dass Menschen mit kleinen, schwachen Nasenflügeln lernen, Selbstsicherheit zu finden und ihren eigenen Stil zu akzeptieren, ohne von anderen Anerkennung dafür zu erwarten.

### Nasenflügel verhärtet, grob, geschwollen oder gerötet, nicht vibrationsfähig

**Bedeutung:**

- schlechte Atmung und Tendenz zur Mundatmung
- Anfälligkeit für Erkältungskrankheiten und Disposition zu Lungenkrankheiten



► **Abb. 5.9** Nasenflügel.

a Geblähte/kräftige Nasenflügel.

b Feine/zarte Nasenflügel.

- Rötung: sind nicht im Wohlgefühl mit eigenem Kommunikationssystem
- Festigkeit und Spannung zeigen Strenge und Anstrengung
- häufig harte Lebenserfahrungen
- können schlecht genießen
- mögen alles, was mit Genuss zu tun hat, nicht gerne
- Wie leicht fällt es Ihnen, über die Dinge zu sprechen, die Sie innerlich betreffen?
- Können Sie etwas einfordern und Ihre Bedürfnisse in der Umwelt durchsetzen?
- Erschrecken Sie leicht bei plötzlichem Lärm oder unerwarteten Ereignissen?
- Können Sie genießen?

Dies alles sind Fragen, die uns auf Schüchternheit beim Patienten hinweisen können.

## Fragestellungen

Mögliche Fragestellungen bei Auffälligkeiten an den Nasenflügeln sind:

- Gibt es in der Familie Erkrankungen an den Atmungsorganen wie Bronchitis, Asthma oder Tuberkulose?
- Würden Sie sich als mutigen Menschen bezeichnen oder sind Sie eher vorsichtig in Ihren Äußerungen?
- Wie wichtig ist es für Sie, dass Sie unabhängig entscheiden können?
- Wie entscheidungsfreudig sind Sie? Brauchen Sie die Bestätigung von anderen, wenn Sie eine Entscheidung fällen müssen?
- Wie geht es Ihnen, wenn Sie gedrängt werden?
- Greifen Sie schnell ein, wenn unrechte Dinge in Ihrem Umfeld passieren?
- Wie sieht Ihr soziales Leben aus? Haben Sie viele Beziehungen oder lieber wenige intensive?

## Therapeutische Hinweise

Bei engen Nasenflügeln haben wir es häufig mit schüchternen Menschen zu tun, mit Menschen, die durch ihre Ängste und Befürchtungen gehemmt werden. Psychologisch ist es sinnvoll, auf das Kommunikationsverhalten des Menschen zu achten, denn diese Menschen brauchen viel Unterstützung und Ermutigung, sich zu zeigen, sie brauchen Anleitung, auf das zu hören, was aus ihrem Körper kommt, ohne vorab zu bewerten. Wenn ein Mensch Angst vor Konsequenzen hat, neigt er dazu, zögerlich, scheu oder sogar gehemmt zu werden. Es ist durchaus aufschlussreich, die Geschichte des Patienten, aber unter Umständen auch die Geschichte seiner Eltern zu hinterfragen, um die Zusammenhänge seiner Schüchternheit zu verstehen.

