

Inhaltsverzeichnis

EINLEITUNG – DIE DEFINITION DER KÖRPERSPRACHE	9
DIE DEFINITION.....	9
WAS HAT UNSERE MIMIK ZU SAGEN?	12
WAS BEINHALTET DIE KÖRPERSPRACHE?	13
DIE ARTEN DER KÖRPERSPRACHE.....	14
DIE UNBEWUSSTEN SIGNALE UNSERES KÖRPERS DEUTEN	14
DIE BEWUSSTEN SIGNALE UNSERES KÖRPERS	14
KÖRPERSPRACHE IM BERUF	15
WIE TEILE ICH MICH IN EINER GESPRÄCHSRUNDE MIT?	17
DIE GOLDENEN REGELN DER KÖRPERSPRACHE.....	19
ARME	19
AUGENKONTAKT	19
DISTANZ	20
HÄNDEDRUCK.....	20
HÄNDE.....	20
KÖRPERHALTUNG	20
LÄCHELN.....	21
SITZEN	21
STANDFESTIGKEIT	21
VISITENKARTEN	21
WIE VERBESSERE ICH MEINE AUßENWIRKUNG?.....	22
DER ERSTE EINDRUCK ZÄHLT	22
VERTRAUENSWÜRDIGKEIT	22
SOZIALER STATUS	23
EINE GUTE AUSSTRAHLUNG HILFT BEI DER KARRIERE	23
DAS KUNDENGESPRÄCH.....	23
TIPPS FÜR DIE BESSERE AUSSTRAHLUNG	23
WIE WIRKE ICH AUF ANDERE?	23
DIE KÖRPERSPRACHE VERBESSERN	24
DER GANG.....	24
KLEIDUNG	24

DIE AUSDRUCKSWEISE	24
VERANTWORTUNG ÜBERNEHMEN	25
DIE POSITIVE GRUNDHALTUNG VERMITTELN	25
VERBINDLICHKEIT ÜBERZEUGT	25
DIE UMGANGSFORMEN BEHERRSCHEN	26
DER KÖRPER IST DER SCHLECHTESTE LÜGNER	26
DIE KÖRPERSPRACHE RICHTIG DEUTEN	28
SO LERNEN SIE ANDERE GUT ZU LESEN	29
BEHERRSCHEN SIE DAHER FOLGENDES AUS DEM FF:	29
GEHEN WIR AUF EIN SZENARIO IM GESCHÄFTSLEBEN EIN	30
NUTZEN SIE DIE KÖRPERSPRACHE RICHTIG	31
WIE SIE DIE KÖRPERSPRACHE DER CHEFS DEUTEN KÖNNEN	33
DAZU EIN PAAR SEHR PRAKTISCHE BEISPIELE, DIE SIE BEI EINEM CHEF BEOBACHTEN KÖNNEN	34
DIE POSITIVE KÖRPERSPRACHE	34
DIE NEGATIVE KÖRPERSPRACHE	34
ERFOLGREICH SEIN MIT DER KÖRPERSPRACHE	35
SIND SIE EIN REDNERTYP?	37
EIN PAAR TIPPS, WIE SIE ERFOLGREICH REDEN HALTEN	37
DER SCHÜCHTERNE	37
DER SCHAUMSCHLÄGER	38
DER AUSDRUCKSLOSE	38
DER EIGENBRÖTLER	39
DER ZERSTREUTE	39
DER KÖRPER LÜGT NIE, DIE ZUNGE SCHON	40
WARUM LÜGT MAN EIGENTLICH?	43
DIE AUGENBEWEGUNGEN BEIM LÜGEN	45
KÖRPERSPRACHE – DIE MIMIK UND GESTIK BEIM LÜGEN	45
SPRACHE UND STIMME BEIM LÜGEN	46
DIE BEFRAGUNG UND DAS VERHÖR	48
DIE STIMMLAGE UND SPRACHE	48
DIE KÖRPERSPRACHE UND DIE MANIPULATION	50
WAS SIND MANIPULATIONSTECHNIKEN?	52
SO SETZEN SIE DIE MANIPULATIONSTECHNIKEN EIN	53
KOMPROMISSE FINDEN	54

DAZU ZWEI BEISPIELE:	54
DIE WAHLMÖGLICHKEITEN AUFZEIGEN	55
HIER ZWEI BEISPIELE DAZU:	55
KOMPETENZEN BESCHREIBEN	55
KONSEQUENZEN DARSTELLEN	56
WERTUNGSKRITERIEN ANBIETEN	56
DIE RHETORIK UND DIE KÖRPERSPRACHE ARBEITEN HAND IN HAND	57
VOR DER KLASSE SPRECHEN	57
FOLGENDE TIPPS STEHEN IHNEN DAZU PARAT	61
KÖRPERSPRACHE UND NLP	62
KÖRPERSPRACHE – MITARBEITERFÜHRUNG UND FÜHRUNGSKRAFT	64
MIMIK	65
ABSTAND	65
GESTIK	65
KÖRPERHALTUNG	66
TONFALL	66
TIPPS FÜR EINE GUTE FÜHRUNGSKRAFT	67
DIE KÖRPERSPRACHE GANZ PRIVAT	68
DIE PARTNERSCHAFT	70
DIE FAMILIE	71
FREUNDE	71
KÖRPERSPRACHE – MÄNNER VERSTEHEN	72
MIMIK	72
DAZU EIN PAAR TIPPS, WIE EINE ERST NONVERBALE KOMMUNIKATION ABLÄUFT	73
WIE WEIß MAN, OB EIN MANN INTERESSE AN EINER FRAU HAT?	73
DIESE ZEICHEN DER ABLEHNUNG KANN EIN MANN MIT DER KÖRPERSPRACHE INS	
RAMPENLICHT STELLEN:	75
TIPPS FÜR DAS ERSTE DATE	75
KÖRPERSPRACHE – FRAUEN VERSTEHEN	77
WIE MERKE ICH, OB EINE FRAU MEINE GEFÜHLE ERWIDERT?	77
DIE MIMIK	78
ES GIBT NOCH WEITERE INDIZIEN, DIE WORTLOS VONSTATTENGEGEHEN	78
DIE SIGNALE DER FRAU, DIE MEHR SAGEN, ALS MAN DENKT	79

TIPPS FÜR DAS ERSTE DATE	81
KÖRPERSPRACHE – FLIRT UND ANMACHE	82
SIGNALS, DIE SEHR VIELVERSPECHEND SIND.....	82
WELCHE SIGNALS DEUTEN AUF EINE ABFUHR HIN?	83
SCHLUSSTEIL	93
DIE KÖRPERSPRACHE – DIE KOMMUNIKATION DER SINNE.....	93
NÄHE UND DISTANZ.....	94
BESONDERE DISTANZZONE.....	94
INTIME DISTANZZONE	94
PERSÖNLICHE DISTANZZONE	94
ÖFFENTLICHE DISTANZZONE.....	94
SCHLUSSWORT	95
DIE SCHÖNSTEN GEDICHTE UND ZITATE ÜBER KOMMUNIKATION.....	96
IMPRESSUM.....	101