

# Inhalt

<b>Vorbemerkung .....</b>	<b>9</b>
<b>1 Warum Körpersprache in der Schule</b>	
<b>eine besondere Bedeutung hat .....</b>	<b>12</b>
1.1 Der Körper spricht immer .....	12
1.2 Unser evolutionäres Erbe .....	14
1.3 Effektive Kommunikation.....	17
<b>2 Aspekte der Körpersprache .....</b>	<b>20</b>
2.1 Bereiche der Körpersprache – Übersicht .....	20
2.2 Körperinszenierung.....	21
2.3 Bereiche der Körpersprache im Detail .....	22
2.4 Unvorteilhafte Körpersignale.....	43
2.5 Checkliste: Beobachtungsfragen bezüglich der eigenen Körpersignale .....	44
2.6 Die Beziehungsebene.....	45
2.7 Der erste Eindruck.....	48
<b>3 Körpersignale überprüfen .....</b>	<b>50</b>
3.1 Wahrnehmungsschärfung und Überprüfung .....	50
3.2 Worauf Sie bei der Überprüfung von Körpersignalen besonders achten sollten .....	52
3.3 Checkliste: Missverständnisse vermeiden .....	54

<b>4 Wirkfaktor Status .....</b>	<b>58</b>
4.1 Einleitung zum Thema Status.....	58
4.2 Statusmerkmale .....	61
4.3 Statusvarianten und ihre Auswirkungen.....	66
4.4 Status bewusst gestalten .....	71
4.5 Raus aus einem ungewollten Status! .....	75
<b>5 Der Lehrer im Spannungsdreieck. .....</b>	<b>86</b>
<b>6 Präsenz im Klassenzimmer .....</b>	<b>89</b>
6.1 Was bedeutet Präsenz im Unterricht?.....	89
6.2 Übungen zur Präsenz .....	93
6.3 Präsenz zeigen .....	94
<b>7 Die Macht der inneren Haltung .....</b>	<b>104</b>
7.1 Innere Haltung und Stimmigkeit (Glaubwürdigkeit) .....	104
7.2 Reflexion der inneren Haltung.....	106
7.3 Auswirkung der inneren Haltung anhand von Beispielen.....	109
<b>Dank .....</b>	<b>120</b>
Bildnachweis .....	120
<b>Literatur.....</b>	<b>121</b>
<b>Über die Autorinnen .....</b>	<b>123</b>