

Inhalt

Vorbemerkung	9
1 Warum Körpersprache in der Schule	
eine besondere Bedeutung hat	12
1.1 Der Körper spricht immer	12
1.2 Unser evolutionäres Erbe	14
1.3 Effektive Kommunikation	17
2 Aspekte der Körpersprache	20
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
3 Körpersignale überprüfen	50
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

4 Wirkfaktor Status	58
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
5 Der Lehrer im Spannungsdreieck.	86
6 Präsenz im Klassenzimmer	89
6.1 Was bedeutet Präsenz im Unterricht?.....	89
6.2 Übungen zur Präsenz	93
6.3 Präsenz zeigen	94
7 Die Macht der inneren Haltung	104
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
Dank	120
Bildnachweis.....	120
Literatur.	121
Über die Autorinnen	123