

INHALT

Geleitwort	4
Vorwort	6

Die Welt ist eine Bühne 8

Emotionale Kommunikation funktioniert über Körpersprache	8
Beeinflusst der Geist die Körpersprache oder umgekehrt?	10
Körpersprache deuten kann man üben	11
Warum ist unser Körper so mitteilungsbedürftig?	12
Was nützt mir das Wissen über Körpersprache?	13

Rollenstudium: So deuten Sie Körpersprache richtig 28

Grundemotionen, die jeder versteht	28
Der Unterschied zwischen Mann und Frau	36
Die Bedeutung des Status	43
Der richtige Abstand	48
Sich in andere hineinversetzen	53
Die Körperhaltung	57
Über die Mimik zum Gefühl	85
Gesten sind Adjutanten des Wortes	107
Was die Stimme verrät	135
Kleider machen Leute	143
Lügen haben inkongruente Beine	150

Der selbstbewusste Auftritt:

So setzen Sie Körpersprache gekonnt ein

155

Die Begrüßung: „Guten Tag“ 155

Das Gespräch: „Wir müssen reden“ 167

Der Beruf: „Den Job krieg ich“ 180

Die Präsentation: Vor anderen sprechen 187

Das Privatleben: „Den angle ich mir“ 196

Kamera läuft – „Bitte!“

216

Videos und weiterführende Lesetipps 225

Tracklist der DVD 226

Register 227