

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	7
<b>1. Einleitung: Die Macht der Körpersprache</b>	9
Jeder Körper spricht anders	10
Mit der passenden Körpersprache überzeugen	13
Körpersprache richtig entschlüsseln	15
Special: Digitale Körpersprache für Social Media	40
<b>2. Körpersprache im Vorstellungsgespräch</b>	43
Gut vorbereitet – die beste Voraussetzung	44
Der erste Eindruck? Das A und O!	51
Machen Sie sich zum Favoriten	57
Special: Das perfekte Foto für Bewerbungen und Social-Media-Profile	71
<b>3. Körpersprache unter Kollegen</b>	75
Verständigung ohne Hierarchie	76
Teamwork – auch ohne Worte	86
Deutliche Gesten und klare Mimik	92
Special: Aufschlussreiche Aufzugfahrt	101
Männliche und weibliche Körpersprache	104
Ein Plädoyer für weibliche Körpersprache	109
Special: Kleider machen Leute	115
<b>4. Körpersprache bei Präsentationen</b>	118
Von Beginn an überzeugen	119
Rücken Sie sich in ein günstiges Licht	121

Lampenfieber verhilft zum Erfolg	127
So wird der Vortrag perfekt	135
Special: Der optimale Umgang mit Folien, Laserpointer & Co.	140

## **5. Körpersprache im Verkaufsgespräch** 145

Das »Wie« verkauft das »Was«	145
Statusdenken – kleine Machtmittel zum Erfolg	149
Die richtigen Gesten für handfesten Erfolg	152
Special: Die Sitzhaltung entscheidet	153

## **6. Körpersprache erfolgreicher Führungskräfte** 156

Die Führungskraft von heute	157
Die eigene Rolle finden – Selbstreflexion ist das A und O	161
Führen heißt: adäquat kommunizieren	163
Special: Charisma – gewinnende Ausstrahlung als Erfolgs-Booster	176

## **7. Internationale Körpersprache** 186

Souveräner Auftritt rund um den Globus	187
Begrüßung: die erste Herausforderung	193
Andere Länder – andere Signale	197
Special: Die wichtigsten Businessregeln für alle Kontinente	213

**Zum Nachschlagen** 218

**Register** 220

**Die Autorin** 223