

Zu A 1.7 Die Körpersprache gezielt einsetzen

In der folgenden Liste sind verschiedene Signale der Körpersprache und Tipps zum Blickkontakt angeführt:

- Anklammern am Tisch oder am Vortragspult
- Arme seitlich in ruhiger Position, leicht abgewinkelt
- Rasch auf und ab gehen
- Beine in Hüftbreite
- Herumzupfen an der Kleidung und am Schmuck
- Blick ins Leere
- Blick nach unten in die Stichwortkarten
- Sich an der Wand anlehnen
- Körper der Projektion zugewandt
- Gesicht dem Publikum zugewandt
- Blickkontakt (ca. 3 Sekunden)
- Hände in den Hosentaschen
- Mit überkreuzten Beinen stehen
- Mit dem Kugelschreiber spielen
- Zeigegesten bei Grafiken
- Körper aufrecht und zum Publikum gewandt
- Am Rand des Raumes stehen
- Ruhig mit den Hilfsmitteln (Pointer, Tastatur) umgehen
- Das Körpergewicht immer wieder von einem Bein auf das andere verlagern
- Handbewegungen vor dem Oberkörper
- Langsame Ortsveränderungen

Beim Präsentieren positive Signale senden		
		
Körperhaltung		
Arme und Hände		
Gesicht		
Bewegung		