

KÖRPER SPRACHE FÜR FÜHRUNGS KRÄFTE

Simone Janson (Hrsg.)

Rhetorik & Psychologie nutzen, Gestik & Mimik verbessern, Nonverbale Kommunikation & Signale des Körpers steuern, Auftreten Wirkung Charisma lernen



Best of HR - Berufebilder.de®

Körpersprache für Führungskräfte

incl. Bonus

Rhetorik & Psychologie nutzen, Gestik & Mimik verbessern, Nonverbale Kommunikation & Signale des Körpers steuern, Auftreten Wirkung Charisma lernen

Simone Janson (Hrsg.)

Erschienen bei Best of HR – Berufebilder.de® an den Verlags-Standorten
Duesseldorf & Berlin

Staatlich gefördert — EU Acclaimed — Engagiert für Klimaschutz & Nachhaltige Wohnformen

Inhaltsverzeichnis

Impressum

Einleitung: Premium-Informationen & stark vergünstigte Reise-Deals - All das finden Sie als Bonus in diesem Buch

Interaktiv Ziele erreichen: Auszeichnungen, Pressestimmen,

Kundenmeinungen

Ihr Nutzen konkret: Inhalt, Aufbau und Struktur des Buches

Premium-Inhalte nach Wunsch mit Mitglieds-Rabatten, eKursen, Workbooks und individuellen eBooks

Goodies für Ihren persönlichen Erfolg: Interaktive Tools zum Buch, mit denen Sie Ihre Ziele erreichen und Geld verdienen

Ihre Inspirations-Reise nach Wunsch mit bis zu 75% Rabatt, nebenbei Nachhaltigkeit fördern

10 Tipps, um virtuelle Teams zu führen: Face to Face oder virtuell kommunizieren? // Von Ghislane Caulat

Körpersprache in der Politik: Obama nennt Putin gelangweiltes Schulkind // Von Simone Janson

Der ideale Chef: Kommunikation als Schlüssel zum Erfolg // Von Jürgen W. Goldfuß

Wie gutes Benehmen der Karriere nützt: 10 Tipps zur Business-Etikette // Von Dr. Cornelia Topf

Mehr Respekt bekommen: Ihr Standing // Von Natalie Schnack

Führung – Authentisch und Sympathisch sein lernen: Ich will so bleiben, wie ich bin? // Von Michael Moesslang

Die Erfolgsprinzipien der Führung: Polarität und Resonanz // Von Heinz Peter Wallner, Kurt Völkl

Gestik Mimik Stimme: Die Macht der richtigen Wirkung // Von Simone Janson

Führung und Motivation von Mitarbeitern: Veränderung in 5 Schritten // Von Stefan Häseli

Mitarbeiter-Führung – Leistungsfähigkeit im Team steigern: Pygmalion-Effekt in 5 Schritten // Von Gerd Mittmann

Körpersprache für Führungskräfte: 10 Tipps zur richtigen Wirkung // Von Simone Janson

Auftreten und Wirkung im Team verbessern: Rollen und Interaktionsmuster // Von Sally Hogshead

Schlusswort: So nutzen Sie kostenlos Premium-Inhalte und stark rabattierte Reise-Deals

Autoren-Übersicht

Ghislane Caulat

Jürgen W. Goldfuß

Stefan Häseli

Sally Hogshead

Simone Janson

Gerd Mittmann

Michael Moesslang

Natalie Schnack

Dr. Cornelia Topf

Kurt Völkl

Heinz Peter Wallner

Fundiertes Expertenwissen, Qualitätssicherung und Innovation: Das Konzept vom Verlag des Jahres Best of HR - Berufebilder.de®

Anhang zur Buch-Erweiterung: Hinweise und Praxis-Beispiele zur interaktiven Wissensreise

Impressum

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <https://dnb.dnb.de> abrufbar.

ISBN der deutschen eBook-Ausgabe: 9783965960558

ISBN der englischen eBook-Ausgabe: 9783965960541

Website des Verlags: <https://best-of-hr.com>

eMail-Adresse des Verlags: verlag@best-of-hr.com

Körpersprache für Führungskräfte

Neuste, überarbeitete und verbesserte Auflage

©Best of HR – Berufebilder.de®, eine Marke der Janson Pressgroup Print & Online

Verlagssitz Düsseldorf, Deutschland

Hauptstadtbüro Berlin, Deutschland

Herausgeberin: Simone Janson

Konzeption, Redaktion, Grafikdesign & Layout: Simone Janson

Coverdesign mit Canva

Für Ihren beruflichen wie persönlichen Erfolg Informationen, die Sie wirklich brauchen: Staatlich geförderter Verlag, beteiligt an geförderten EU-Programmen, engagiert für [Klimaschutz und nachhaltige Wohnformen](#), ausgezeichnet mit dem Global Business Award als [Publisher of the Year: Bücher, Magazine, Daten-Analyse](#). Print- und Onlinepublikationen sowie neuste Technik gehen dabei Hand in Hand - mit über 20 Jahren Erfahrung, Partnern wie dem [Bundesbildungsministerium](#), Kunden wie [Samsung, DELL, Telekom oder Hochschulen](#). Dahinter steht [Simone Janson](#), referenziert in [ARD, FAZ, ZEIT, WELT, Wikipedia](#).

Alle Bücher erscheinen in deutscher und englischer Sprache. Wir nehmen unsere Verantwortung, fundierte und gut recherchierte Informationen zu liefern, sehr ernst. Der Verlag verfolgt daher ein dezidiertes Konzept zur Qualitätssicherung und Compliance. Wenn Sie dazu weitere Fragen haben, können Sie das entsprechende Kapitel am Ende des Buches lesen.

Alle Werke des Verlags Best of HR – Berufebilder.de®, einschließlich ihrer Teile, sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Einleitung: Premium-Informationen & stark vergünstigte Reise-Deals - All das finden Sie als Bonus in diesem Buch

Liebe Leserinnen und Leser,

schön, dass wir Sie für die neuste, erweiterte und verbesserte Auflage begeistern konnten, wie schon tausende Leser vor Ihnen. Denn dieses Buch macht Ihren Erfolg erlebbar: Auf den folgenden Seiten werden Sie nicht nur auf Expertenwissen stoßen, sondern auch auf eine Fülle von praktischen Tools und Ressourcen, die dazu beitragen können, Ihre Ziele zu erreichen und Ihr volles Potenzial auszuschöpfen.

Interaktiv Ziele erreichen: Auszeichnungen, Pressestimmen, Kundenmeinungen

Für sein interaktives Konzept wurde der Verlag nicht nur mit dem Global Business Award als Publisher of the Year vom Magazin Corporate Vision ausgezeichnet und staatlich gefördert von der Kulturstaatsministerin der Bundesrepublik Deutschland, sondern immer wieder auch in Medien wie **ZEIT**, **Süddeutsche**, **personalmagazin** oder der Fachzeitschrift **Personalführung** rezipiert. Die **FAZ** beispielsweise bescheinigt uns *“gut umsetzbare Tipps”* und Kunden wie das **Presse- und Informationsamt der Deutschen Bundesregierung** zeigen sich begeistert. Viele weitere Rezensionen sowie Informationen zu kostenlosen Rezensionsexemplaren finden Sie unter <https://best-of-hr.com/press/>.

Renommierete Experten aus verschiedenen Bereichen - Übersicht im Inhaltsverzeichnis - haben ihr Fachwissen und ihre Erfahrungen zusammengetragen, um Ihnen wertvolle Einblicke und Ratschläge zu bieten, praxisnah & komprimiert. Bestandteil Ihres Buchkaufs sind darüber hinaus auch Arbeitsmaterialien, die Sie als LeserIn unter <https://berufebilder.de/akademie/> kostenlos herunterladen können. Dazu gesellen sich Workbooks, mit denen Sie ergänzend die Inspirationen aus diesem Buch noch einmal reflektieren können.

Alle Leser, die darüber hinaus noch individuelle Lösungen suchen, haben die Möglichkeit, die Beratungs-Angebote kostenlos zu nutzen, für die wir sonst einen monatlichen Subskriptions-Beitrag erheben. Diese stehen Buch-Käufern kostenlos zur Verfügung, um maßgeschneiderte Ratschläge und Empfehlungen zu geben, die auf Ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnitten sind. Nutzen Sie diese Angebote, um Ihren Erfolg voranzutreiben und Ihre persönlichen Ziele zu erreichen.

Neben dieser Vielzahl von Anregungen sollen Sie Ihren Erfolg aber auch erleben und genießen können: Als Leser dieses Buches erhalten Sie Zugang zu einer Vielzahl von exklusiven Services, die Ihnen dabei helfen, nach Ihren Wünschen gut

und erfolgreich zu leben: Von inspirierenden Leser-Reisen, bei denen Sie die Möglichkeit haben, neue Orte zu entdecken und sich mit Gleichgesinnten auszutauschen, bis hin zu Lifestyle-Produkten, die speziell auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten sind, möchten sicherstellen, dass Sie das Beste aus dieser Lese-Erfahrung herausholen.

Ihr Nutzen konkret: Inhalt, Aufbau und Struktur des Buches

Kurz und konkret bringt Ihnen dieses Buch das: Sie unterstützen zertifizierte Klimaschutz-Projekte, erhalten schnell kompakte Informationen und Checklisten von Experten sowie Zugang zu KI-Erweiterungen und die Möglichkeit, Ihre Inspirationen individuell als Erfahrung zu erleben. Denn gerade für Führungskräfte ist es von entscheidender Bedeutung, ihre Körpersprache kontrolliert einzusetzen. Typische Gesten wie Angela Merkels Raute erhöhen dabei die authentische Wirkung der eigenen Persönlichkeit. Charismatisches Auftreten ist für Führungskräfte ein ausgesprochen wichtiger Aspekt bei der Wahrnehmung durch Mitarbeiter oder Kunden und bestimmt maßgeblich über den Respekt, der Vorgesetzten entgegengebracht wird. Dieses Buch zeigt, wie sich nonverbale Kommunikation genutzt werden kann, um die eigene Bedeutung gezielt zu unterstreichen.

Sie erhalten durch dieses [einzigartige Verlagskonzept](#) wertvolle Ressourcen, die Ihr Wissen vermehren, Ihre Kreativität anregen und Ihre persönlichen und beruflichen Ziele erreichbar machen. Das ermöglicht Ihnen, neue Wege zu entdecken, Ihr Denken zu erweitern und Ihre Fähigkeiten zu verbessern, um Erfolg zu erleben. Dabei bekommen Sie konkrete Ratschläge, bewährte Methoden und Strategien, um Herausforderungen zu bewältigen und Hindernisse zu überwinden. Durch die Bereitstellung von konkreten Handlungsschritten und praktischen Anleitungen erfahren Sie, wie Sie Ihre Ziele definieren und Pläne entwickeln, um Schritt für Schritt voranzukommen. Dabei unterstützen Sie die übersichtliche Struktur und unser spezielles, sehr detailliertes Inhaltsverzeichnis, die von Ihnen gewünschten Informationen schnell und je nach Bedarf zu finden und direkt für die Praxis umzusetzen.

Dazu tragen nicht nur die Fachtexte renommierter Experten bei, sondern auch zahlreiche Inspirationen von erfolgreichen Managern, Unternehmern und anderen spannenden Persönlichkeiten. Ihre Geschichten und Erfahrungen dienen als lebendige Beispiele dafür, wie Herausforderungen gemeistert und Ziele erreicht werden können. Durch ihre inspirierenden Erzählungen gewinnen Sie Einblicke in bewährte Strategien und Praktiken, die sie auf ihre eigenen Situationen anwenden können. Ganz bewusst werden dabei verschiedene, unter Umständen auch widersprüchliche Sachverhalte des Themas behandelt. Dadurch können Sie die verschiedenen Pro- und Contra-Aspekte optimal beleuchten, reflektieren und gegeneinander abwägen. Das erlaubt es Ihnen schließlich, verschiedene Perspektiven zu gewinnen und den eigenen Kenntnisstand zu verbessern, um ein tieferes Verständnis für komplexe Themen zu entwickeln und zielgerichtet innovative Lösungswege zu finden.

Premium-Inhalte nach Wunsch mit Mitglieds-Rabatten, eKursen, Workbooks und individuellen eBooks

Unter dem Motto *Infos nach Wunsch* stellen wir Ihnen außerdem genau die Informationen zusammen, die Sie gesucht haben. Zum Buch gehört z.B. auch ein eKurs mit Worksheet zum Durcharbeiten, den Sie als LeserIn in unserer Akademie unter <https://berufebilder.de/akademie/> kostenlos erhalten. Wie das geht, erfahren Sie im Schlusswort des Buches.

Unsere Akademie bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihr Wissen und Ihre Fähigkeiten kontinuierlich zu erweitern und sich mit Gleichgesinnten auszutauschen. Durch die Teilnahme an unseren Online-Kursen und den Austausch mit Experten und anderen Lernenden können Sie Ihre beruflichen Ziele erreichen und Ihren persönlichen Erfolg vorantreiben. Wir glauben daran, dass inspirierende Erfahrungen und kontinuierliches Lernen der Schlüssel zu langfristigem Erfolg sind. Daher laden wir Sie ein, unsere Akademie zu erkunden und von den vielfältigen Lernmöglichkeiten zu profitieren.

Zusätzlich ist der Workbook Erfolgsplaner die optimale Ergänzung zu den Ratgeber-Büchern. Dieses Workbook hilft Ihnen, die Inspirationen und Tipps in unseren Büchern erfolgreich umzusetzen, Schritt für Schritt und Tag für Tag – ganz gleich, ob es sich um Karriere-Ziele, Entscheidungs-Management oder Finanzplanung handelt. Sie können sich den Erfolgsplaner selbst ausdrucken oder als gebundenes Buch bestellen. Zu jedem Workbook gibt es ein eBook gratis dazu.

Sie wollen ein individuelles eBook-Thema oder einen eKurs zu einem speziellen Thema? Auch das können Sie in unserem Verlag unter <https://best-of-hr.com/media/> finden: Wir stellen auf Wunsch Ihr persönliches eBook zu einem Thema Ihrer Wahl zusammen. In der Akademie von Best of HR – Berufebilder.de® finden Sie außerdem eMail-Kurse mit individueller Aufgabenstellung, persönlicher Betreuung und Zertifikat.

Als Buch-Leser haben Sie nicht nur den Vorteil, Informationen und neue Erkenntnisse zu gewinnen, sondern es gibt auch finanzielle Vorteile, die mit dem Kauf unserer Bücher einhergehen. Als [Newsletter-Abonnent](#) oder [registriertes Mitglied](#) erhalten Sie außerdem 50 Prozent Rabatt auf alle eKurse und 20 Prozent auf alle weiteren Bücher als Mitgliedsausgabe. Die Bücher finden Sie unter <https://berufebilder.de/shop/buecher/>. Der Gutscheincode wird wöchentlich per [Newsletter versendet](#). Zudem gibt es die Premium-Mitgliedschaft, eine kostenpflichtige Flatrate für ein Jahr, die alle Lernmaterialien, Downloads und Premium-Artikel beinhaltet.

Goodies für Ihren persönlichen Erfolg: Interaktive Tools zum Buch, mit denen Sie Ihre Ziele erreichen und Geld verdienen

Für alle, die weitergehende, individuelle Beratung und Services suchen, bietet unser Konzept das Potenzial, Informationen zu analysieren, wertvolle Erkenntnisse

zu gewinnen und so Wege zum Erreichen Ihrer Ziele aufzuzeigen. Durch die individuelle Beratung erfahren Sie, wie Sie Ihren Horizont auf innovative Weise erweitern können. Und das Beste: Für Sie als Buchkäufer ist dieser Service kostenlos. Dazu finden Sie im Anhang des Buches eine ausführliche Erläuterung und zahlreiche Anwendungsbeispiele, die Ihnen die erfolgreiche Anwendung erleichtern werden.

Der [interaktive Berater](#) hilft Ihnen daher bei allen Fragen rund um Erfolg, Karriere und persönliche Entwicklung. Der interaktive [eTutor](#) unterstützt die Lernerfahrungen aus unserer Akademie mit individuellen Übungen. Und der interaktive [Reise-Planer](#) hilft Ihnen beim Planen von individuellen Erfolgserlebnissen.

Die individuelle, ganz auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Beratung ermöglicht es Ihnen, gut durchdachte Entscheidungen zu fällen, Ihre Strategien zu optimieren und selbst komplexe Probleme zu lösen. Egal, ob es beispielsweise um Ihr persönliches Karriere-Management, die Optimierung von Kommunikationsprozessen oder verbesserte Arbeitseffizienz geht – Ihr interaktiver Berater kann Ihnen dabei helfen, Ihre Ziele effektiver zu erreichen.

Über den Verlag Best of HR – Berufebilder.de® können Sie sogar Geld verdienen. Das funktioniert über ein Programm, bei dem Unternehmen mit sogenannten Affiliates zusammenarbeiten, um Produkte oder Dienstleistungen zu bewerben und zu verkaufen. Affiliates sind Personen oder Unternehmen, die als Partner fungieren und für jeden Verkauf oder jede Aktion, die sie generieren, eine Provision erhalten. Um an unserem Affiliate-Programm teilzunehmen, registrieren Sie sich bitte [für unser Partner-Programm](#).

Ihre Inspirations-Reise nach Wunsch mit bis zu 75% Rabatt, nebenbei Nachhaltigkeit fördern

Doch das ist noch nicht alles! Wir möchten Ihnen eine ganz besondere Gelegenheit bieten, die Ihre Reise zu persönlichem Erfolg noch unvergesslicher macht. Ob es eine erholsame Auszeit in einem Wellness-Resort ist, eine abenteuerliche Fahrrad-Reise oder ein Workshop, der Ihre Fähigkeiten weiterentwickelt: Wir wissen, dass das Erleben vor Ort enorm wichtig für Ihre persönliche Erfahrung ist. Stellen Sie sich also vor, wie Sie die inspirierenden und motivierenden Anregungen Ihres Buches in die Tat umsetzen und gleichzeitig unvergessliche Erinnerungen schaffen können.

Mit unserer Schwester-Marke [Travel2s.de](#), vorgestellt im Rahmen eines EU-Projekts, konzipieren wir für Sie als Buch-Leser Reisen individuell nach Ihren Wünschen. Vom einzelnen Flug über das Hotelzimmer bis hin zur kompletten Reise wie etwa als Entschleunigungs-Trip an die Atlantik-Küste oder Kultur-Wein-Tour durch Slowenien: Wir bieten Ihnen das gesamte Reise-Spektrum mit exklusiven Rabatten bis zu 75% und verfügen über das passende Netzwerk an ausgewählten touristischen Partnern gemäß unseren [Compliance-Richtlinien](#). Für die Buchung müssen Sie nur Teil unserer Buch-Community werden - wie das geht,

erfahren Sie im Schlusswort Ihres Buches. Falls Sie lieber selbst planen wollen, können Sie natürlich auch den interaktiven [Reise-Planer](#) nutzen.

Lassen Sie sich von unseren Ratgebern inspirieren und entdecken Sie die Möglichkeiten, die sich Ihnen bieten. Denn wir glauben daran, dass wahre Veränderung nicht nur im Kopf stattfindet, sondern auch im Herzen und in der Tat. Machen Sie sich also bereit, Ihr Leben mit individuellen Erfolgserlebnissen auf ein neues Level zu heben und Ihre Träume zu verwirklichen. Übrigens engagiert sich der Verlag auch aktiv mit persönlichem und finanziellem Einsatz in gesellschaftlich relevanten Projekten wie nachhaltigen Wohnformen und Klimaschutz. Mehr Informationen dazu finden Sie auf der Website des [Berufebilder Yourweb Instituts](#).

Sie sehen also: Von der Kostenersparnis über den Zugang zu Wissen und Bildung über die Möglichkeit, Erfolge selbst zu erfahren und zu erleben bis hin zur Inspiration für unternehmerische Aktivitäten und der Möglichkeit, mit unserem Verlag Geld zu verdienen – das Lesen unserer Bücher kann Ihnen auf vielfältige Weise finanzielle Vorteile verschaffen.

10 Tipps, um virtuelle Teams zu führen: Face to Face oder virtuell kommunizieren?

// *Von Ghislane Caulat*

Im Zuge der Globalisierung ist virtuelles Arbeiten im Arbeitsalltag fast schon zur Selbstverständlichkeit geworden. Dennoch halten viele Manager die virtuelle Kommunikation immer noch für den zweitbesten Weg. Doch ist face-to-face Kommunikation wirklich immer der beste Weg?

Neue Führungskonzepte sind notwendig

Um in der virtuellen Arbeitswelt bestmögliche Ergebnisse zu erzielen, müssen Manager sich Führungs-Konzepte erarbeiten und ihre bisherigen Führungsgewohnheiten neu überdenken.

Das „virtuelle“ Führen von Menschen ist eine neue Disziplin, die sich von traditionellen Führungsstrategien unterscheidet. Wenn Manager lernen, die digitalen Möglichkeiten effektiv zu nutzen, werden sie in allen Bereichen zu besseren Führungskräften.

Die Top-10 der Kommunikation in virtuellen Teams

Manager sollten daher folgende 10 Top-Tipps berücksichtigen, um das Beste aus ihren virtuellen Teams herauszuholen.

- 1. Bedenken Sie: Im virtuellen Raum werden viele Bereiche verstärkt:** In virtuellen Meetings hören die Teilnehmer der Führungskraft intensiver zu als dies oft im Rahmen der „face-to-face-Kommunikation“ der Fall ist. Schwachstellen in der Argumentation werden von anderen Teilnehmern viel schneller wahrgenommen. Führungskräfte müssen daher ein starkes Selbstbewusstsein entwickeln und lernen, wie sie ihre Emotionen kontrollieren, auf Situationen reagieren und sich verbal äußern.
- 2. Hören Sie genau zu:** Die meisten Führungskräfte sind darauf trainiert auf die Körpersprache ihres Gegenübers zu achten und visuelle Reize zu berücksichtigen. Dies entfällt im virtuellen Raum. Um hier erfolgreich zu führen, müssen Führungskräfte genauer zuhören und einen „siebten Sinn“ entwickeln, um die Verbindung mit ihren Mitarbeitern herzustellen.
- 3. Schaffen Sie einen gemeinsamen virtuellen Raum:** Jeder einzelne Teilnehmer sollte elektronisch mit den anderen verbunden sein. Ein Mix zwischen virtuellen und anderen Teilnehmern, die zum Beispiel um ein Mikrofon platziert sind, funktioniert nicht.
- 4. Die richtige Arbeitsumgebung ist wichtig:** Die Teilnehmer sollten sich allein und ungestört in einem ruhigen Zimmer befinden – nicht in einem Großraumbüro, einer Flughafen-Lounge oder im Zug. Alle Teilnehmer