

Spruch des Monats:

Der ideale Tag ist heute, wenn wir ihn dazu machen!

Horaz

*... und das auch ausstrahlen! Dazu gehört auch, die nonverbale Komponente der Kommunikation oder eines Vortrages, die einen sehr großen Anteil ausmacht. Der ist der amerikanische Forscher Mehrabian mit verschiedenen Kommunikations-experimenten nachgegangen. Mit der **55-38-7- Regel** lieferte er ein ebenso erstaunliches wie viel diskutiertes Modell zum Verständnis der Bedeutung von nonverbaler Kommunikation. Demnach hängt die Wirkung einer Botschaft zu 55 Prozent von der Körpersprache ab, d.h. von Körperhaltung, Gestik, Mimik und Augenkontakt. 38 Prozent des Effekts werden durch die Stimme erzielt, also durch Tonfall, Betonung und Artikulation, und nur 7 Prozent durch den Inhalt des Vortrags.*

Einige Tipps um gut „rüber zu kommen“:

Atmung: *Bewusstes Atemholen, ruhige Atmung, kleine Pausen*

Stimme: *Entspannt und tief. Finden Sie Ihren „Eigenton“! Modulieren!*

Gesicht: *Bewusster Blickkontakt mit dem ganzen Publikum, immer wieder mal ein Lächeln sorgt für Sympathie*

Hände: *Offene Handhaltung, Hände und Arme für bildhafte Gesten nutzen*

Haltung: *Fester Stand der Füße, Knie entspannen, zum Publikum hin gewandt stehen*

*Wie schon Watzlawick sagte: Man kann nicht **nicht** kommunizieren!*

Interesse an mehr? Sprechen Sie mich an. Die Kontaktdaten finden Sie unten rechts ...

Ich freue mich auf Sie!



Ihr Hansjörg Schütz



Kontakt Daten:

**H.Schütz Consult
Hansjörg Schütz
Hegnacher Straße 22
70736 Fellbach**

Tel.: 0175/41 94 993

**Mail:
schuetz-fellbach@t-online.de**