

KÖRPERSPRACHE

Quelle: Arbeitsgemeinschaft Wirtschaft und Schule (Mai 2007)

Personalverantwortliche sind darauf trainiert, bei Bewerbern und Bewerberinnen auf Körpersignale zu achten, die im Widerspruch zu den gesprochenen Aussagen stehen.

Ihr persönlicher Auftritt (Kleidung, Haltung, Gestik, Mimik) wirkt auf ihr Gegenüber mit 55 %, die Stimme mit 38 % und der Text der Selbstpräsentation mit 7 %. Die körpersprachlichen Signale haben einen hohen Einfluss auf die „Marke-ICH“.

DOs

Körpersignal

Bedeutung

Blickverhalten

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Augen betont weit geöffnet • gerader Blick • häufiger Blickkontakt | <ul style="list-style-type: none"> • Aufmerksamkeit, Aufnahmebereitschaft, Sympathie, signalisiert Welt-offenheit • Offenheit, reines Gewissen, Vertrauen • Sympathie |
|--|--|

Mimik

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Offenes Lächeln/Begeisterung • Heben der Augenbrauen | <ul style="list-style-type: none"> • Offene Heiterkeit, uneingeschränktes Mitfreuen • Verstärkung des Gesagten |
|---|--|

Gestik

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Kräftiger Händedruck ohne Über-treibung • Hände offen und locker am Tisch • Hände während des Gesprächs ein-setzen – z. B. bei Aufzählungen mit den Fingern mitzählen | <ul style="list-style-type: none"> • Aufrichtigkeit, Sicherheit • Selbstsicher- und Offenheit • Selbstsicherheit |
|---|---|

Körperhaltung

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Ruhige, aufrechte Sitzhaltung, bei-de Beine berühren den Boden, leicht vorgeneigter Oberkörper | <ul style="list-style-type: none"> • Selbstsicherheit, Interesse, Sympa-thie |
|--|---|

Sprechweise

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • lautstarke Stimme • mittleres Sprechtempo | <ul style="list-style-type: none"> • Vitalität, Selbstbewusstsein • Temperament |
|--|---|

DON'Ts

Körpersignal

Bedeutung

Blickverhalten

- schräger Blick
- häufiges Wegsehen
- abschätzende Zurückhaltung
- Verlegenheit oder mangelnde Sympathie

Mimik

- Mundwinkel nach unten
- Heben der Augenbrauen
- Bittereffekt – Verbitterung, Pessimismus, depressiv
- Ungläubigkeit oder Arroganz

Gestik

- übertriebener kräftiger Händedruck
- schlaffer Händedruck
- verschränkte Arme bzw. verschränkte Hände
- Anfassen der Nase, Hand vor dem Mund, häufiges Abnehmen der Brille, mit der Hand die Haare aus dem Gesicht streichen, am Kopf kratzen
- spielende Hände (mit Ring, Kugelschreiber)
- Rücksichtslosigkeit, Angeberei
- Unsicherheit, kontaktarm, leicht beeinflussbar
- Ablehnung, Verschlossenheit, Angst
- Verlegenheit, Unsicherheit, Unbehagen
- Nervosität, Unsicherheit

Körperhaltung

- Achselzucken
- alarmbereite Sitzhaltung – Sitzen am Sesselrand, Wackeln in Form von Ausweichbewegungen
- Füße um die Stuhlbeine legen
- steife militärische Körperhaltung
- Hilflosigkeit, Achselzucken
- Mangel an Selbstvertrauen und Sicherheit, auch Misstrauen, innere Unruhe, Angst
- Unsicherheit, Suche nach Halt
- Unterdrückung von Angst

Sprechweise

- leise, flüsternde Stimme
- schnelles Sprechtempo
- schwache Akzentuierung
- Schwäche, mangelndes Selbstbewusstsein
- Temperament, aber auch Nervosität
- Desinteresse, mangelnde geistige Flexibilität