



Überprüfen

Sieh dir ein Video an und verwende die folgende Checkliste, um festzustellen, ob du deine Körpersprache wirkungsvoll einsetzt.

CHECKLISTE			
FRAGEN	JA	NEIN	Was kann verändert oder verbessert werden?
MIMIK			
Passt dein Gesichtsausdruck zu dem was du sagst?			
HALTUNG			
Stehst du gerade, mit den Schultern tief und dem Kopf hoch?			
HÄNDE			
Verwendest du deine Hände, um spezielle Teile deines Vortrages zu unterstreichen?			
BEWEGUNG			
Vermeidest du ablenkende oder nervöse Handbewegungen?			
Stehst du still, ohne ständig dein Gewicht von einem Bein auf das andere zu verlagern?			