

Simone Janson (Hrsg.)

Best
of HR 
BERUFEBILDER.DE®



Gestik Mimik Stimme Kleidung Dress-Code & Signale deuten
wie FBI-Agenten, Menschen richtig lesen, Lügen &
Manipulation rechtzeitig erkennen

PROFILING

& KÖRPERSPRACHE IM BERUF

BEST OF HR - BERUFEBILDER.DE®

Profiling & Körpersprache im Beruf

Gestik Mimik Stimme Kleidung Dress-Code & Signale deuten wie FBI-Agenten,
Menschen richtig lesen, Lügen & Manipulation rechtzeitig erkennen

Simone Janson (Hrsg.)

Erschienen im Verlag Best of HR – Berufebilder.de®

Inhaltsverzeichnis

Impressum

Einleitung: Informationen, Erfolgserlebnisse, Inspiration - All das finden Sie in diesem Buch

Interaktiv Ziele erreichen: Auszeichnungen, Pressestimmen,

Kundenmeinungen

Ihr Nutzen konkret: Inhalt, Aufbau und Struktur des Buches

Infos nach Wunsch mit Mitgliedsrabatten, eKursen, Workbooks und individuellen eBooks

Nutzen Sie erfolgreich die KI-Erweiterung zum Buch für Ihre Ziele und zum Geld verdienen

Erfolg erleben, Inspiration hautnah erfahren: Entdecken Sie Ihren Weg und fördern Sie nebenbei Nachhaltigkeit

Die Macht der Stimme: 6 Tipps für bessere Sprechen // Von Dr. Roland Forster

Lügen erkennen im Profiling durch Körpersprache dank Micro Expressions: Wie FBI Agenten // Von Dr. Jens Hoffmann

Dresscode und Geschlechter-Klischees: So wirkt Kleidung im Job // Von Susanne Beckmann

Dresscode und Business-Kleidung: 2 X 17 Tipps für den Stil-Knigge // Von Maria Theresia Radinger

Der Dresscode der Coca-Cola-Direktorin: Kleidung als Karriere-Booster für Frauen? // Von Simone Janson

Körpersprache: Blick statt Worte // Von Dr. Gabriele Cerwinka, Gabriele Schranz

Körpersprache: Lächeln als Waffe // Von Dr. Gabriele Cerwinka, Gabriele Schranz

Esoterik in Recruiting und Personalauswahl: 5 Gründe gegen Profiler,

Physognomen und Hellseher // Von Simone Janson

Körpersprache im Vorstellungsgespräch: 5 Tipps für die richtige Gestik und

Mimik // Von Jürgen Hesse

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

Mit der Kraft der Stimme zum Erfolg: 30 Sekunden Elevator Pitch // Von Gottfried Hoffmann

Definieren Sie genau, was Ihr Problem ist: Die CIA-Checkliste // Von Prof. Dr. Martin-Niels Däfler

Schlusswort: So erweitern Sie kostenlos Ihr Wissen und Ihre Erfahrungen mit interaktiver KI und rabattierten Zusatz-Angeboten

Autoren-Übersicht

Susanne Beckmann

Dr. Gabriele Cerwinka

Professor Dr. Martin-Niels Däfler

Dr. Roland Forster

Jürgen Hesse

Dr. Jens Hoffmann

Gottfried Hoffmann

Simone Janson

Maria Theresia Radinger

Gabriele Schranz

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

Anhang: Tipps und Prompts zur Verwendung der KI-Erweiterungen

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: 9783965960329

ISBN der englischen eBook-Ausgabe: 9783965960336

Deutsche Website des Verlags: <https://berufebilder.de>

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

Profiling & Körpersprache im Beruf

4. komplett überarbeitete und erweiterte Auflage, 10.01.2024

©2024 by Best of HR – Berufebilder.de®, eine Marke der Janson Pressgroup Print & Online

Herausgegeben von Simone Janson

Düsseldorf, Deutschland

Konzeption, Redaktion, Grafikdesign & Layout: Simone Janson

Coverdesign mit Canva

eMail: verlag@berufebilder.de

Für Ihr [erfolgreiches, gutes Leben](#) Informationen, die Sie wirklich brauchen: Staatlich geförderter Verlag, ausgezeichnet mit dem Global Business Award als [Publisher of the Year: Bücher, Magazine, eKurse, datengestützte KI-Services](#). Print- und Onlin epublikationen 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](#), deutsche [Top10 Bloggerin](#), 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, bei dem die Expertise renommierter Fachleute Hand in Hand geht mit neuster KI-Technologie zur Informations-Analyse und Optimierung von Texten. 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: Informationen, Erfolgserlebnisse, Inspiration - All das finden Sie in diesem Buch

Liebe Leserinnen und Leser,

schön, dass wir Sie für die 4., deutlich erweiterte 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 Kulturstatsministerin 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://berufebilder.de/presse/>.

Die **FAZ** bescheinigt einem unserer Titel „*gut umsetzbare Tipps*“, auch sonst wurde unsere Arbeit von Zeitungen oder Fachmedien wie **ZEIT**, **Süddeutsche**, **personalmagazin** oder **Personalführung** positiv bewertet und Kunden wie das **Presse- und Informationsamt der Deutschen Bundesregierung** zeigen sich dankbar. Weitere Rezensionen sowie Informationen zu kostenlosen Rezensionsexemplaren finden Sie unter <https://berufebilder.de/presse/>.

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 im Beruf und auch Alltag ist es wichtig, Menschen gut und schnell richtig einschätzen zu können. Das aus der Kriminialistik bekannte Profiling kann hier helfen, anhand von Gestik, Mimik, Stimme und sonstigen Verhaltensmerkmalen andere besser zu durchschauen und Lügen und Manipulation rechtzeitig zu erkennen, jedoch stößt diese Methodik auch an ihre Grenzen. Dieses Buch gibt einen Überblick.

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.

Infos nach Wunsch mit Mitgliedsrabatten, 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://berufebilder.de/verlag/> 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.

Nutzen Sie erfolgreich die KI-Erweiterung zum Buch für Ihre Ziele und zum Geld verdienen

Für alle, die weitergehende, individuelle Beratung und Services suchen, bietet unser Konzept der AI Extended Books das Potenzial, Informationen zu analysieren, wertvolle Erkenntnisse zu gewinnen und so Wege zum Erreichen Ihrer Ziele aufzuzeigen. Indem Sie KI für Ihre Arbeit oder in Ihr Privatleben einsetzen, können Sie viele Vorteile erlangen und deutlich effizienter arbeiten. Durch die KI-Lösungen erfahren Sie neue Möglichkeiten, Ihren Horizont auf innovative Weise zu erkunden, 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 den erfolgreichen Umgang mit der KI erleichtern soll.

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

Denn eine der größten Stärken von KI ist ihre Fähigkeit, große Mengen an Daten zu verarbeiten und Muster zu erkennen. Durch den Einsatz von Machine Learning-Algorithmen kann KI aus diesen Daten lernen und Vorhersagen treffen. Dies ermöglicht es Ihnen, fundierte Entscheidungen zu treffen, 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 - KI kann Ihnen dabei helfen, Ihre Ziele effektiver zu erreichen.

Mit den KI-Tools des Verlags Best of HR – Berufebilder.de® können Sie sogar Geld verdienen. Das funktioniert über ein sogenanntes Affiliate-Programm, eine Marketingstrategie, bei der 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](#).

Erfolg erleben, Inspiration hautnah erfahren: Entdecken Sie Ihren Weg und fördern Sie nebenbei Nachhaltigkeit

Doch das ist noch nicht alles! Wir möchten Ihnen eine ganz besondere Gelegenheit bieten, die Ihre Reise zu persönlichem Wachstum und Erfolg noch unvergesslicher macht. Denn wir wissen, dass es nicht nur um das Lesen geht, sondern auch um das Erleben und Anwenden des Gelernten. Deshalb möchten wir Ihnen exklusive Gutscheine für passende Reisen und andere Gegenstände anbieten, die perfekt zu Ihrem gewählten Ratgeber passen. Um das zu erreichen, arbeiten wir gemäß unserer Compliance-Richtlinien mit zahlreichen Netzwerk-Partnern zusammen.

Stellen Sie sich also vor, wie Sie die inspirierenden Weisheiten und motivierenden Anregungen Ihres Buches in die Tat umsetzen und gleichzeitig unvergessliche Erinnerungen schaffen können. Ob es eine erholsame Auszeit in einem Wellness-Resort ist, eine abenteuerliche Reise in die Natur oder ein Workshop, der Ihre Fähigkeiten weiterentwickelt – mit unseren speziell ausgewählten Gutscheinen können Sie das Gelernte direkt in die Praxis umsetzen und gleichzeitig unvergessliche Erlebnisse genießen.

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 gehen 5 Prozent Ihrer Ausgabe an gemeinnützige Organisationen, die sich z.B. für Aufforstungsprojekte und Klimaschutz einsetzen.

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.

Die Macht der Stimme: 6 Tipps für bessere Sprechen

// Von Dr. Roland Forster

Nun haben Sie viel über die Macht der Stimme und Sprechverhalten gelernt. Was aber können Sie tun, um Ihrer eigene Sprachleistung zu verbessern? Dazu einige Tipps:

Über den Tellerrand blicken

Generell empfiehlt es sich, über den Tellerrand zu blicken und über aktuelle Entwicklungen informiert zu sein, in Politik, Kultur, Sport, Wirtschaft.

Dies ist insbesondere in interkulturellen Situationen wichtig, weil Berater hier oft als Repräsentanten Deutschlands begriffen werden.

Den Wortschatz entwickeln

So lässt sich Fachidiotentum zu einem gewissen Teil vermeiden, da man auf diese Weise nicht nur seine Themenpalette vergrößert, sondern auch seinen aktiven und passiven Wortschatz weiterentwickelt.

Die eigene Ausdrucksfähigkeit sollte schriftlich und mündlich ständig optimiert werden, es wäre falsch zu glauben, dieser Prozess sei irgendwann abgeschlossen.

Zielgerichtet kommunizieren

Dabei ist vor allem anderen an der Gerichtetheit der eigenen Kommunikation zu arbeiten, nur Phrasen und Textbrocken abzusondern und soziale Geräusche hervorzubringen genügt nicht.

Zentral ist es, durch ganz individuelle Kommunikationsformen, die effektiv und vor allem zielführend sind, etwas erreichen zu wollen.

Einen guten Berater suchen

Wenn Sie qualifizierte Rückmeldung zum eigenen Kommunikationsverhalten haben möchten, sollten Sie einen guten Coach oder Berater suchen.

Üblich sind heute ganz verschiedene Formen, die nicht immer eine persönliche Präsenz erfordern; Beratung per Mail und Telefon ist inzwischen gang und gäbe. Das muss auch nicht längere Zeit dauern und damit sehr teuer werden, ein gelegentlicher ‚technischer Halt‘ genügt meistens.

Was professionelle Hilfe bringt

Vor allem sollte Zeit und Geld investiert werden in konkrete Weiterbildung in Gesprächs- und Redefähigkeit, das heißt: an Seminaren, Veranstaltungen, Trainings teilnehmen.

Die Thematik sollte breit gefächert sein, anzuraten sind auch Soft Skills im weitesten Sinn wie Gestalttherapie, Psychodrama, Yoga (unter anderem wegen Atemarbeit).

Wie findet man einen guten Trainer?

Dazu sollte man sich möglichst Trainer suchen, die sehr individuell arbeiten, in eher kleinen Gruppen. Einen solchen Trainer erkennt man daran,

- dass er nicht Wochen vor der Veranstaltung eine Agenda verschickt, sondern damit wartet, bis er die Teilnehmenden zum ersten Mal gesehen hat,
- dass er keine Rezepte ausstellt, sondern Vorschläge macht,
- und dass er bei Fragen und Problemen nicht sofort reagiert, sondern erst einmal nichts sagt und nachdenkt.

6 Tipps für besseres Sprechen

Viele dieser Phänomene sind habituell, das heißt: sie sind angelernt, antrainiert und können deshalb auch wieder verlernt werden, oft mit wenig Aufwand.

Was verwunderlich bleibt: Wieso hat noch nie ein Lehrer oder Dozent die Betreffenden darauf aufmerksam gemacht? Die folgenden Punkte beschreiben Standards bzw. verweisen auf Normen und beantworten die Frage: Was sollte beherrscht werden?

1. Artikulation

Artikulation = normiert, zu überprüfen im Ausspracheduden. Dort findet man zum Beispiel, dass es tatsächlich [Könich] heißt, und nicht [Könick]. Zentral bei der Artikulation der Laute der deutschen Sprache sind großräumige Mundbewegungen, man muss also richtig etwas tun, will man verstanden werden. Ansonsten klingt jemand schnell vernuschelt, geradezu maulfaul, besonders wenn er noch dazu alle Endsilben ‚verschluckt‘.

2. Melodie

Ziel ist eine Intonation (= Melodieführung), die als ‚interessant‘ bewertet wird; dazu ‚arbeitet‘ die Stimme auf verschiedenen Tonhöhen, erscheint sehr beweglich und dadurch nicht monoton und langweilig; kann man sich vorstellen wie das Absingen von Noten auf einem Notenblatt.