

Charisma

Wie Sie noch charismatischer auftreten können

1. **Entwickeln und leben Sie Ihren eigenen Stil!**
Wer eine positive Einstellung zu sich selbst hat, wirkt auf andere sympathischer als die billige Kopie einer anderen Person.
2. **Seien Sie nach Möglichkeit authentisch!**
Sicher kann man nicht in allen Lebenslagen sein Inneres nach aussen kehren - doch eine Person, die echt ist, ist überzeugender als ein Schauspieler.
3. **Strahlen Sie Ruhe und Gelassenheit aus!**
Nutzen Sie in besonderen Stress-Situationen beispielsweise Atem- oder Entspannungstechniken, um Ihre Nervosität in Grenzen zu halten.
4. **Sensibilisieren Sie sich für Ihren internen Dialog.**
Der Dialog mit sich selbst entscheidet wesentlich über Ihre charismatische Wirkung, ob Sie es wollen oder nicht!
5. **Achten Sie auf Ihre Emotionen** und analysieren Sie bei unklaren Situationen den Grund, z. B. für ein Störgefühl.
6. **Suchen Sie den Kontakt zu anderen Menschen** und verbessern Sie Ihre soziale Kompetenz! Charismatische Persönlichkeiten haben keine Scheu vor der Nähe zu anderen und befinden sich im regen Austausch mit Ihrer Umwelt und anderen Personen.
7. **Arbeiten Sie an Ihrer Körpersprache!** Wenn Ihre nonverbale Kommunikation mit den Inhalten des Gesagten übereinstimmt, können Sie andere noch besser mitreißen. Bevor Sie eine Rede halten, können Sie Ihren Auftritt beispielsweise mit einer Videokamera aufnehmen - und auf dieser Basis verbessern.
8. **Halten Sie im Gespräch Blickkontakt!**
So signalisieren Sie Selbstbewusstsein und Aufgeschlossenheit.
9. **Geben Sie anderen Menschen das Gefühl, dass sie sich in Ihrer Nähe wohl fühlen können.** Charismatische Menschen schaffen es, ihre Mitmenschen ein Gefühl von Wärme und Wohlbefinden spüren zu lassen.
10. **Sorgen Sie dafür, dass Ihr Outfit Ihre Stärken unterstreicht** und zu Ihrer Botschaft passt! **Das äussere Erscheinungsbild gehört mit zur nonverbalen Kommunikation.** So ist ein indischer Guru mit Bart und Flattergewändern sicherlich noch überzeugender als mit Kurzhaarfrisur und Nadelstreifen.
11. **Trainieren Sie Ihre Stimme, um Ihre Präsenz zu verstärken!**
Die Stimme ist ein wichtiges Instrument, um andere zu führen und Begeisterung hervorzurufen. Auch an einer hohen, kalten oder schneidenden Stimme können Sie arbeiten - deshalb holen Sie das Beste aus sich heraus!