

# „Vor der Kamera zu agieren, ist für viele neu“

Gespräch über Benimmregeln in der digitalen Welt (2): Wie verhalten wir uns in der modernen Arbeitswelt richtig?

**Soltau.** Die Frage nach dem richtigen Umgang in der digitalen Welt muss nicht in einem Generationskonflikt münden, betonte Gabriela Meyer im ersten Teil des Gesprächs mit der Böhme-Zeitung. Im zweiten Teil spricht die Soltauer Ratgeber-Autorin über Fragen, die die moderne Berufswelt mit Homeoffice und Zoom-Konferenzen vor allem an die Elterngeneration stellt.

**Die digitalen Medien bringen auch eine neue Form der Selbstpräsentation mit sich. Ist das nicht eine ziemliche Gratwanderung zwischen modern und peinlich?**

**Gabriela Meyer:** Ohne Erfahrung und Fingerspitzengefühl kann es schon mal danebengehen mit der Inszenierung und Online-Reputation auf Instagram, Facebook und Co. Aber das lässt sich alles lernen. Wer sich mit dieser Kulturtechnik auseinandersetzt und sie versteht, profitiert von sozialen Netzwerken.



## Familie im Mittelpunkt

**Sind analog und digital überhaupt noch zu trennen? Schließlich sind beide Formen ja Teile ein- und derselben Realität.**

Sie können heute jederzeit von der analogen Welt auf die digitale Bühne kommen. Ein Besuch in einer konventionellen Hotel-Lobby oder in einem Shopping-Center kann plötzlich zu einem öffentlich beachteten Moment auf Twitter oder Instagram werden. Wie verhalte ich mich dann? Grundsätzlich ist es immer richtig, sich an den Eckpfeilern eines guten Benehmens zu

orientieren: Respekt gegenüber anderen Menschen als Fundament. Freundlichkeit, Gelassenheit und gute Manieren.

**Dennoch hat man den Eindruck, dass viele Menschen noch mit dem richtigen Umgang mit der Digitalität fremdeln.**

Ja, als Social-Media-Trainerin erlebe ich oft Unsicherheit bei meinen Kunden. Ganz unabhängig vom Bildungsstand bereitet es offenbar vielen Menschen Schwierigkeiten, sich selbst oder ihr Angebot digital darzustellen und ein authentisches Online-Profil aufzubauen. Aber wenn Sie wissen, wie sie ihr Online-Profil oder Angebot erfolgreich kommunizieren und authentisch gestalten können und den Nutzen für sich erkennen, macht es ihnen viel Spaß.

**Was raten Sie in diesen Fällen?**

Investieren Sie in Ihre Weiterbildung. Holen Sie sich professionelle Hilfe oder besuchen Sie Seminare. Wir haben alle einen Automechaniker, Fachanwalt oder eine Zahnärztin. Eine professionelle Social-Media-Beratung für sich oder seine Mitarbeiter zu buchen, sich hier fachkundige Hilfe und Unterstützung bei Profis zu suchen, sollte auch normal werden. Zumal alle Social-Media-Plattformen auch

immer komplexer werden. Verblüffend bleibt für mich, wie viele ihren Vorgarten hübsch machen, ihr Auto regelmäßig waschen, aber nicht ihre digitalen Profile pflegen, die weltweit sichtbar sind.

**Ein anderer Aspekt beim Thema digitaler Stress ist der Druck, nicht nur ständig erreichbar zu sein, sondern auch ständig reagieren zu müssen. Wie lange darf man heutzutage offline sein? Wie schnell muss man antworten? Was muss man überhaupt immer?**

Im Geschäftsleben sollten Sie zeitnah antworten, am besten innerhalb von 48 Stunden. Wir leben im Zeitalter von Echtzeitkommunikation, schnelles Reaktionsvermögen ist gefragt. Dauert es doch mal länger, dann ist es höflich, wenn Sie sich kurz für Ihre verspätete Antwort entschuldigen. Die meisten Nutzer haben wenig Zeit. Schreiben Sie kurze Nachrichten, nicht übertrieben ausführlich. Nicht zu antworten oder zurückzurufen, ist nicht besonders schöpferisch. Natürlich gibt es auch Anfragen oder Nachrichten, die dürfen Sie komplett ignorieren und ins Leerlaufen lassen.

**Der Komplex Homeoffice wird immer wichtiger und damit die**

**alltägliche digitale Kommunikation. Gibt es dort Bereiche mit anderen Regeln als im „analogen“ Zusammenleben?**

Wie im analogen Leben gilt auch hier: Ziehen Sie sich etwas an, seien Sie pünktlich und begrüßen Sie die Anwesenden. Ein paar unkomplizierte, heitere Wortwechsel zum Start lockern die Atmosphäre auf. Jeder sollte sich willkommen und „abgeholt“ fühlen. Sprechen Sie Menschen mit Namen an und schenken Sie ihnen Ihre Aufmerksamkeit.

**„Homeoffice kann uns isolieren, Smalltalk ist deshalb wichtig“**

**Gabriela Meyer**  
über Videokonferenzen

**Nicht jeder Mensch fühlt sich vor einer Kamera wohl, und sei es nur die des eigenen Laptops. Andere hingegen scheinen manchmal zu vergessen, dass sie nicht mehr allein im Arbeitszimmer sind.**

Ja, witzig wie wir uns manchmal unbeobachtet fühlen oder die Kamera vergessen. Einigen entgeht es schon mal die Mimik und

die eigene passive Ausstrahlung. Die Kamera kann da wie ein Vergrößerungsglas wirken. Bleiben Sie präsent, freundlich und körperbewusst. Wir sollten alle virtuell etwas Fröhlichkeit mitbringen. Das ist etwas, das wir derzeit alle gut gebrauchen können.

**Gibt es typische Fehler bei einer Homeoffice-Konferenz?**

Mir fallen spontan drei ein: die Kamera nicht auf Augenhöhe platzieren, im Dunkeln sitzen und das Mikro nicht stimmenstellen. Vor der Kamera zu agieren ist natürlich für viele noch ungewohnt oder neu. Manchmal empfiehlt es sich, eine individuelle Technikprobe als Vorbereitung auf wichtige Online-Sitzungen oder Aufzeichnungen einzuplanen. Ich hatte mal ein eintägiges Online-Seminar, da haben im Hintergrund Möbelpacker die Wohnung leer geräumt. Das war sehr lustig.

**Die Videokonferenz wird gerade in Coronazeiten zum zentralen Ort des kollegialen Austauschs. Wie kann man hier die Balance halten zwischen beruflichem und privatem Austausch? Wie kann man den lockeren Büropausch ersetzen, ohne die Konferenzen hinauszuzögern, schließlich haben die Kollegen ja alle ihre Termine.**

Das Homeoffice kann uns isolieren, Smalltalk ist deshalb wichtig. Die Idee, diese Form der informellen Kommunikation in der eigenen Sitzungskultur zu ritualisieren, ihm bewusst Raum zu geben, wie es einige Unternehmen machen, finde ich klasse. Intern könnten Sie bei spielsweise bei Ihren virtuellen Teammeetings einführen, immer mit einer kleinen zeitlich festgelegten fünf bis zehn Minuten Plauderei bei einer Tasse Kaffee oder Tee zu starten. Es geht ja darum, miteinander warm zu werden, sich zu vergewissern, ob es meinen Gesprächspartnern gut geht, bevor ich über Geschäftliches rede oder in Projekte einsteige. Auch für die Produktivität ist es wichtig, zuvor einen vertrauensvollen Rahmen zu schaffen, in dem sich jeder wohl fühlt.

**Über die Eckpfeiler guten Benehmens haben wir schon gesprochen. Zum Abschluss ganz kurz und knapp: Worauf kommt es am meisten an?**

Verschenken Sie Anerkennung und bringen Sie etwas Freude in das Leben anderer Menschen. Wer andere erhöht und lobt, zeigt Stil und erhöht auch sich selbst. Wer mit sich selbst im Reinen ist, dem sollte das leichtfallen.

Interview: Stefan Grönefeld



**„Ich erlebe oft Unsicherheit bei meinen Kunden“**

**Gabriela Meyer**

Autorin und Social-Media-Trainerin

## ZUR PERSON

**Im „Zorbas“ die Grundlagen des guten Benehmens gelernt**

Seit sie zwölf Jahre alt ist, beschäftigt sich Gabriela Meyer mit gutem Benehmen, Manieren und Kommunikation. Wie das kommt? „Ich bin im griechischen Restaurant Zorbas hier in Soltau aufgewachsen. Mit zwölf konnte ich bereits fünf Teller tragen.“ Was das mit Benehmen zu tun hat? „Wenn Sie in einem Restaurant aufwachsen, immer von unterschiedlichen Menschen umgeben sind, dann lernen Sie die Grundlagen

guten Benehmens von der Pike auf. Beim Bedienen trainieren Sie Ihre Augen, Ohren und Beobachtungsgabe. Dabei entdecken Sie feines, aber eben auch ausgesprochen schlechtes Benehmen.“ Später war die Publizistin fünf Jahre lang als Flugbegleiterin für die Lufthansa im weltweiten Einsatz. Als Mitarbeiterin in der Pressestelle einer internationalen Universität erlernte sie „die hohe Kunst des Protokolls“.

Und auch als Unternehmerin sind die angemessenen Umgangsformen bis heute ein Thema für sie geblieben. „Ich habe all meine Erfahrungen, die ich weltweit und auch in Soltau sammeln durfte, in mein Buch „Erfolgreich lassen“, sagt Meyer. „Moderne Life Etikette. Moderne Umgangsformen, erfolgreiche Selbstpräsentation und digitale Etikette“ heißt der Ratgeber, der im Humboldt-Verlag erschienen ist. grö

## KNIGGE IST BIS HEUTE NAMENSBEGER FÜR GUTES BENEHMEN

**Ein Aufklärer auch im digitalen Zeitalter**

**Als Konrad Zuse** die erste funktionstüchtige programmgesteuerte binäre Rechenmaschine entwickelte, war Freiherr Adolph Franz Friedrich Ludwig Knigge schon 150 Jahre lang tot. Doch auch weitere 80 Jahre später wird der deutsche Schriftsteller und Aufklärer (1752–1796) bemüht, wenn es um das richtige Benehmen in der virtuellen Welt geht: Der korrekte und respektvolle Umgang in den sozialen Medien

oder einer Zoom-Konferenz wird gerne als „digitaler Knigge“ bezeichnet. Knigge wurde durch seine Schrift „Über den Umgang mit Menschen“ bekannt. Sein Name steht heute stellvertretend, aber irrtümlich, für Benimmratgeber, die mit Knigges eher soziologisch ausgerichtetem Werk im Sinne der Aufklärung nichts gemeinsam haben. 1788 erschien die erste Ausgabe seines bekanntesten Werkes

das bis heute als „Knigge“ bekannt ist. Der Autor beabsichtigte damit eine Aufklärungsschrift für Taktgefühl und Höflichkeit im Umgang mit den Generationen, Berufen, Charakteren, die einem auch Enttäuschungen ersparen sollte. Geisteswissenschaftler würdigen seine durchdachten Erläuterungen als angewandte Soziologie. Irrtümlicherweise wurde sein Buch späterhin als Benimmbuch missverstanden. grö