

WINTER 2020/2021

INNENANSICHTEN



Online-Knigge:

Tipps von Angela Michael

**Professionelle Kommunikation
in digitalen Zeiten:
Viel Erfolg in 2021!**

Die Macht des Blickes nutzen

„Nutzen Sie die Macht Ihres Blickes und schauen Sie direkt in die Kameralinse! Der Blick ist die kürzeste Verbindung zwischen zwei Menschen! Wenn Sie mit mehr als einer Person kommunizieren, stellen Sie sich einen sympathischen Menschen aus Ihrem Zielpublikum vor. Diesen sehen Sie vor sich in der Kamera und sprechen ihn an. So bleiben Sie locker und vermeiden eine gewisse Starre vor der schwarzen Linse. Kleben Sie sich einen Smiley darunter!“



Online-Knigge: Tipps für einen guten medialen Auftritt

Technik: Angemessener Standard

- Kamera mit guter Auflösung nutzen
- Möglichst keine Kopfhörer, wenn, dann schlicht und drahtlos
- Externes Standmikro oder Ansteckmikro verbessert den Ton
- Kamera/Laptop auf Augenhöhe einstellen, damit man nicht auf die anderen Teilnehmenden herabsieht

Verhaltensregeln einhalten

- Rechtzeitig im digitalen Raum eintreffen
- Kamera einschalten, um sich selbst zu zeigen
- Puffer einplanen, um Technik und Verbindung zu testen
- Keine Nebentätigkeiten wie z. B. Handy oder Mails checken bzw. private Dinge vor laufender Kamera erledigen

Raum: Optisch entlastet und hell

- Hintergrund: schlicht, beruhigend, ästhetisch, ablenkende Symbolik vermeiden
- Keinen virtuellen Standardhintergrund
- Gut ausgeleuchtetes Gesicht: am besten natürliches Licht von vorne oder der Seite
- Wenn künstliches Licht, dann ein sogenanntes Ringlicht
- Für Brillenträger: LED-Flächenleuchte, leicht seitlich erhöht

Körpersprache: Leichte Bewegung, locker bleiben

- Augenkontakt halten, aktiv zuhören,
- Lächeln ist sehr wichtig, da wo es passt, um den/die Sprecher*in zu motivieren
- Ruhige Körperhaltung, ohne steif zu wirken: leichte Bewegungen sind gut, das macht es lebendig
- Bei einem Vortrag gerne stehend, da Atmung unterstützt wird

Privatsphäre achten

- Einladungen sind persönlich, deshalb nicht an andere weitergeben
- Einblicke in die Privatsphäre der anderen vertraulich behandeln
- Aufzeichnungen oder Mitschnitte nur mit Einverständnis der anderen vornehmen

Fehlerkultur bejahen

- Verzögerungen und technische Probleme einkalkulieren
- Locker damit umgehen, geduldig bleiben

■ IMPRESSUM
BRAHMS KONTOR
Johannes-Brahms-Platz 1
20355 Hamburg
040 524 76 02 12
service@brahms-kontor.de
www.brahms-kontor.de

WINTER 2020/2021

INNENANSICHTEN



Online-Knigge:

Tipps von Angela Michael

**Professionelle Kommunikation
in digitalen Zeiten:
Viel Erfolg in 2021!**

Die Macht des Blickes nutzen

„Nutzen Sie die Macht Ihres Blickes und schauen Sie direkt in die Kameralinse! Der Blick ist die kürzeste Verbindung zwischen zwei Menschen! Wenn Sie mit mehr als einer Person kommunizieren, stellen Sie sich einen sympathischen Menschen aus Ihrem Zielpublikum vor. Diesen sehen Sie vor sich in der Kamera und sprechen ihn an. So bleiben Sie locker und vermeiden eine gewisse Starre vor der schwarzen Linse. Kleben Sie sich einen Smiley darunter!“



Online-Knigge: Tipps für einen guten medialen Auftritt

Technik: Angemessener Standard

- Kamera mit guter Auflösung nutzen
- Möglichst keine Kopfhörer, wenn, dann schlicht und drahtlos
- Externes Standmikro oder Ansteckmikro verbessert den Ton
- Kamera/Laptop auf Augenhöhe einstellen, damit man nicht auf die anderen Teilnehmenden herabsieht

Verhaltensregeln einhalten

- Rechtzeitig im digitalen Raum eintreffen
- Kamera einschalten, um sich selbst zu zeigen
- Puffer einplanen, um Technik und Verbindung zu testen
- Keine Nebentätigkeiten wie z. B. Handy oder Mails checken bzw. private Dinge vor laufender Kamera erledigen

Raum: Optisch entlastet und hell

- Hintergrund: schlicht, beruhigend, ästhetisch, ablenkende Symbolik vermeiden
- Keinen virtuellen Standardhintergrund
- Gut ausgeleuchtetes Gesicht: am besten natürliches Licht von vorne oder der Seite
- Wenn künstliches Licht, dann ein sogenanntes Ringlicht
- Für Brillenträger: LED-Flächenleuchte, leicht seitlich erhöht

Körpersprache: Leichte Bewegung, locker bleiben

- Augenkontakt halten, aktiv zuhören,
- Lächeln ist sehr wichtig, da wo es passt, um den/die Sprecher*in zu motivieren
- Ruhige Körperhaltung, ohne steif zu wirken: leichte Bewegungen sind gut, das macht es lebendig
- Bei einem Vortrag gerne stehend, da Atmung unterstützt wird

Privatsphäre achten

- Einladungen sind persönlich, deshalb nicht an andere weitergeben
- Einblicke in die Privatsphäre der anderen vertraulich behandeln
- Aufzeichnungen oder Mitschnitte nur mit Einverständnis der anderen vornehmen

Fehlerkultur bejahen

- Verzögerungen und technische Probleme einkalkulieren
- Locker damit umgehen, geduldig bleiben

■ IMPRESSUM

BRAHMS KONTOR
Johannes-Brahms-Platz 1
20355 Hamburg
040 524 76 02 12
service@brahms-kontor.de
www.brahms-kontor.de