

LOKALES

Ein „Hauch von Nichts“ entscheidet

Vortrag: In Millisekunden wird das Gegenüber beurteilt

Von unserer Mitarbeiterin
Karin Neukirchen-Stratmann

BRUCHHAUSEN-VILSEN. Der erste Eindruck zählt. Ob jemand als positiv oder negativ empfunden wird, ob wir selber in unserer Präsentation positiv oder negativ von anderen empfunden werden, entscheidet sich beim ersten Kennenlernen schon in kürzester Zeit – genau genommen in „150 Millisekunden“. „Das ist ein Hauch von Nichts“, erklärt Monika Matschnig, Diplom-Psychologin und Fachfrau in Sachen Körpersprache.

Vor rund 120 Besuchern referierte die Österreicherin am Donnerstagabend bei „Puvogel“ über das Thema „Wir wirken immer, die Frage ist nur wie?“, eine Veranstaltung im Rahmen der jährlichen Reihe „Wirtschaftsgespräch in der Samtgemeinde“. Sie wird in Zusammenarbeit mit der Kreispar-kasse veranstaltet.

Ganz schnell also verschwindet jemand in einer ganz bestimmten Schublade. Die Referentin erklärte, wer als sympathisch eingeschrieben, dem werde gleich Kompetenz zugeschrieben. Wer im ersten Moment unsympathisch wirkt, dem werde nicht selten Inkompetenz unterstellt und er muss viele Argumente liefern, um sein Können zu beweisen. In jeder Situation seien deshalb Redegewandtheit und Überzeugungskraft entscheidend.

Menschen überzeugen

Monika Matschnig: „Wer beruflich und persönlich erfolgreich sein will, braucht außer

Fachwissen auch die Fähigkeit, seine Ideen überzeugend auszudrücken, Menschen zu führen, zu begeistern und für sich zu gewinnen.“ Die Referentin, eine ehemalige Leistungssportlerin aus Kärnten, startete fast schon überzogen gestenreich ihren Vortrag, den sie mit viel eigener Körpersprache unterstich. Wie stark die innere Haltung den Ausdruck des Körpers beeinflusst und wie wichtig es ist, sich sowohl auf sich selber wie auch sein Gegenüber einzustellen, versuchte die Psychologin anhand vieler Details und praktischer Übungen zu vermitteln.

„Souverän und charismatisch zu wirken, ist der Schlüssel zum persönlichen und beruflichen Erfolg“, ist Monika Matschnig überzeugt. Ihr Publikum verstand sie jederzeit in den Vortrag mit einzubeziehen, für „Aha-Effekte“ zu sorgen. „Lehnen Sie sich zurück, verschränken Sie Arme und Beine“, forderte sie etwa auf. „Wie wirkt das?“ „Ab-lehnen?“ waren sich die Besucher einig. „Das ist Quatsch“, erklärte Matschnig. „Verschränkte Arme bedeuten nur, dass der Mensch zu diesem Zeitpunkt nicht handeln will oder muss.“

Die Haltung zählt

Dass man nicht nur auf ein Körperteil achten muss, sondern „den gesamten Menschen von Kopf bis Fuß“ zu betrachten hat, erklärte die Psychologin anschließend an weiteren Beispielen. Die Haltung von Armen, Beinen, Händen und die des Kopfes wurde erklärt und die unterschiedlichen Wirkungen erläutert. Monika Matschnig sparte da-



Ob wir positiv oder negativ von anderen empfunden werden, entscheidet sich beim ersten Kennenlernen in 150 Millisekunden. „Das ist ein Hauch von Nichts“, erklärt Monika Matschnig, Diplom-Psychologin und Fachfrau in Sachen Körpersprache. FOTOS (3): PETER SCHMIDT-BORMANN

bei nicht mit Tipps. „Blamieren Sie sich täglich“, meinte sie. Denn nur wer Fehler mache und diese reflektiere, könne sich weiter entwickeln. Angst vor Blamage hat sie selber jedenfalls nicht. So gab es während des Vortrages sogar einen Heiratsantrag an einen Besucher, Jürgen Stubbemann aus Martfeld war der „Auserwählte“. „Wollen Sie mich heiraten?“ fragte Matschnig mal mit Lächeln mal ohne und demonstrierte damit die Wirkung der Mimik. „Man kann sämtliche Eigenschaften eines Menschen

am Gesicht ablesen“, erklärte die Referentin. „Das ist eine hochspannende Sache“, meinte sie weiter und versäumte es nicht, auf ihr neues Fachbuch hinzuweisen. Wer lernt sein! Was wirkt immer, um einen positiven Eindruck zu hinterlassen? Die Antwort war eigentlich allen klar: „Lächeln Sie – aber bitte richtig! Schenken wir einem Menschen ein authentisches Lächeln, dann bekommen wir unwillkürlich ein Lächeln zurück“, erklärte Monika Matschnig.

Wie viel von diesem Vortrag die Besucher mit nach Hause nehmen und umsetzen werden? Das relativierte Monika Matschnig selbst während des Vortrages: „Der Mensch ist in der Lage, nur acht Minuten am Stück einem Vortrag zu folgen. Dann schaltet er erst einmal ab und steigt später wieder ein.“