



## Ein Bild sagt mehr als 1.000 Worte! Willkommen in der Welt der digitalen Körpersprache.

von Monika Matschnig

**„Ja sag mal: Wird meine Körpersprache nun auch am Smartphone, iPad oder PC beobachtet?“ Diese Frage stellte sich jetzt vielleicht der eine oder andere Leser. Die Antwort lautet: „Ja.“ Aber nicht wie Sie meinen. Sofern Sie keiner gehackt hat, wird Ihr Verhalten via Kamera vor dem PC nicht beobachtet und Sie können weiterhin gelassen vor dem PC lümmeln und ungekämmt aus Ihrer abgenutzten Lieblingstasse Kaffee schlürfen.**



® Thinkstock: champja

Bei der digitalen Körpersprache handelt es sich um eine Form der non-verbale Kommunikation. Auch wenn es kein face-to-face Gespräch gibt, kann ich aufgrund des digitalen Verhaltens Rückschlüsse auf meine Gegenüber ziehen und durch gute Recherche im Vorfeld seinen Wünschen, Bedürfnissen, Intentionen näher kommen. Digitale Transformation lässt grüßen!

Aber was ist nun die digitale Körpersprache (Digital Body Language)?

Fast alle digitalen Aktivitäten werden beobachtet und analysiert. Jedes Mail das Sie öffnen, jeder Anruf, Webbesuch, jede Suche im Google, soziale Netzwerke, Portale, Webinare können zur Analyse Ihrer Person herangezogen werden. Trägt man all Ihre Daten zusammen, dann bekommt man ein ziemlich eindeutiges Bild über Ihre Person und so mancher Persönlichkeitstest würde dagegen blass aussehen. Für Unternehmen ist das eine hervorragende Möglichkeit, um seine Kunden besser kennenzulernen und gute Einblicke in ihr Entscheidungsverhalten zu bekommen.

## Und wir alle hinterlassen eine Menge Spuren in der digitalen Welt.

Überprüfen Sie nur mal Ihre nonverbale Wirkung im World Wide Web!

**Welche Rolle wollen Sie im Internet verkörpern?** Sympathisch, seriös, humorvoll, dynamisch, kompetent? Überprüfen Sie Ihre Bilder auf Google, ob Sie Ihrem Rollenbild entsprechen. Ein paar Klicks genügen und schon spuckt die Suchmaschine eine Vielzahl an Fotos aus. Bedenken Sie, ein Lidschlag genügt und der User bildet sich sofort ein Urteil über Sie. Behalten Sie immer im Hinterkopf, die zukünftigen Auftraggeber, Kunden, (Lebens)Partner werden im Vorfeld digital analysiert, um bestens vorbereitet in die Verhandlung oder das Gespräch zu gehen. Man wird digital beurteilt und vielleicht sogar schon verurteilt.

**Was geben Sie auf xing, LinkedIn, Facebook, Instagram und Co preis?**

Überprüfen Sie auch ob die analoge und digitale Körpersprache kongruent sind. Geben Sie sich auf Facebook, Instagram und Co als konservativer Charakter aus und in Wirklichkeit sind sie dynamisch und sportlich, so könnte sich so manch einer getäuscht fühlen. Dass Fotos von exzessiven Partys und Saufgelagen tabu sein sollten, versteht sich von selbst. Auf alle Fälle sollte es eine Konsistenz aufweisen.

**Welches Portraitfoto wählen Sie für Twitter, WhatsApp, Facebook, xing und Co?**

Forscher der University of Pennsylvania analysierten 66.502 Twitter-Profilbilder. Mit einer Textanalyse versuchten die Experten, die Persönlichkeitsmerkmale nach den Big Five zuzuordnen: Offenheit, Gewissenhaftigkeit, Extraversion, Verträglichkeit und Neurotizismus.

1. **Offenheit:** Menschen dieses Typs sind wissbegierig, neugierig, offen für neue Erfahrungen. Sie zeigen sich auf dem Foto mit eher ernsten Gesichtsausdruck, tragen Lesebrille. Häufig aber sieht man nur einen Part des Körpers, oder gar ein anderes Motiv. Aber alles mit hoher Präzision.
2. **Gewissenhaftigkeit:** Sind diszipliniert, zuverlässig, planen gerne, hohe Leistungsbereitschaft. Man sieht ein präzises frontales Portraitfoto, und starken emotionalen Ausdruck, eine gute Laune oder ein breites Lächeln. Auf Fotos wird nun mal gelächelt und man hält sich an Normen.
3. **Extraversion:** Er liebt es in Gesellschaft zu sein und strotzt vor Optimismus. Was liegt hier naheliegender als ein buntes Bild mit mehreren Menschen. Es muss nicht hohe Ästhetik aufweisen, aber er gibt sich gerne jünger. Und unbedingt gute Laune ausstrahlen.

4. **Verträglichkeit:** Diesem Typus ist Harmonie wichtig, er hilft und kooperiert gerne und ist nachgiebig. Der Kontakt mit seinen Liebsten ist ihm wichtig. Die Fotos sind farbenfroh und er strahlt auf dem Bild, dennoch nicht so expressiv wie der Extravertierte. Ganz präzise und scharf muss das Foto nicht sein, Hauptsache hell, und natürlich wird das Foto noch einmal durch einen Filter optimiert.
5. **Neurotizismus:** Sie neigen zu emotionaler Labilität, sind ängstlich und auch mal traurig. Die Fotos sind häufig schwarz-weiß, das Gesicht erscheint überdurchschnittlich groß und es zeigt eine neutrale Mimik. Sie tragen auch gerne Brille.

### Wie glaubwürdig sind Ihre Videos?

Wie wirken Ihre Videos? Wirken Sie auf den Zuseher authentisch und kongruent, dann ist alles wunderbar. Oder wirken die Videos inkongruent? Sind also, Körpersprache, Stimme und Worte nicht in Einklang? Wenn ja, dann erzeugt es sofort ein Störgefühl beim Betrachter. Es führt zu Irritationen und es entsteht das Gefühl eines künstlichen Rollenspiels. Das ist nicht sympathiefördernd. Das Agieren vor der Kamera erfordert Übung und Training ist für viele ein MUSS. Hier ermutige ich alle, die professionell vor der Kamera agieren wollen, daran zu arbeiten. Holen Sie sich dafür eine Person Ihres Vertrauens, einen Coach, einen Mentor.

[Hier geht es zu meinem Kameratraining!](#)

**Weitere Fragen-Anregungen für Ihre Analyse:** Auf welchen Portalen sind Sie vertreten? Welche Sprache verwenden Sie? Welche Bewertungen haben Sie veröffentlicht? Wie lange benötige Sie für eine Antwort? Welche Kommentare schreiben Sie? Wie lange verweilen Sie auf einer Homepage und auf welchen Seiten?

Analysieren Sie mal bewusst Ihre digitale Körpersprache und denken Sie mal darüber nach und überlegen Sie sich, welche Daten und in welcher Form Sie diese preisgeben. Das Netz vergisst nie!

### Wie wirken Sie? Überprüfen sie Ihre Wirkung!

.....

### Kommen Sie zu einem meiner 2-Tages Seminare Wirkung.Immer.Überall.



#### Teil 1

27. / 28.04.2018

21. / 22.09.2018

30.11. / 01.12.2018

Nähe Flughafen München

Nähe Flughafen München

Nähe Flughafen München

05. / 06.04.2019

Nähe Flughafen München

#### Teil 2

06. / 07.12.2019

Nähe Flughafen München

Mehr Infos finden Sie [HIER](#)

**Oder besuchen Sie mein Online-Seminar bei LinkedIn:**



Mein Videotraining in Zusammenarbeit mit LinkedIn – Körpersprache für Führungskräfte ist online. Sehen Sie gleich mal rein und testen Sie den Kurs 10 Tage kostenfrei!

[Hier geht es zum Videotraining.](#)

**Teilnehmerstimme**

„Nicht nur etwas für Führungskräfte! Meinung: Insgesamt sehr informativ und lehrreich - für Jeden, der im Berufsleben vorankommen möchte. Sehr erfrischend vorgetragen! Sehr gut zur Veranschaulichung sind auch die Filmeinspieler. Die Arbeitsblätter runden das Ganze gelungen ab. Vielen Dank, Frau Matschnig!  
(Annina Schmitz)

**Firmeninterne Workshops | Tages- und 2 Tagesseminare können Sie per Mail direkt bei Monika Matschnig anfragen: [info@matschnig.com](mailto:info@matschnig.com)**

**Weitere öffentliche Veranstaltungen finden Sie [hier](#).**

---

**02 Aktuelle Veröffentlichungen von Monika Matschnig**

**INCLUDE**

Als König zum Erfolg



**Grazetta**

Stilsicher



## 03 Bücher, Hörbücher & DVD

### Aktuelle Bücher von Monika Matschnig



#### Lampenfieber

Soforthilfe bei Nervosität, Blackout & Co.

Kösel Verlag 2017 | Neuerscheinung Oktober 2017

ca. 48 Seiten | ca. 9,99 EUR

Bestellung und mehr Infos finden Sie [HIER](#)



#### Die Macht der Wirkung

Selbstinszenierung verstehen und damit umgehen

dtv Verlag 2016 | Neuerscheinung 22.04.2016

240 Seiten | 16,90 EUR

Bestellung und mehr Infos finden Sie [HIER](#)



#### Körpersprache: Gestik, Mimik & Haltung - Sicher auftreten, Menschen gewinnen

GRÄFE UND UNZER Verlag GmbH |  
Neuerscheinung 22.08.2016

144 Seiten | 14,99 EUR

Mit über 120 Bildern!

Bestellung und mehr Infos finden Sie [HIER](#)

### Mehr Wissen rund um den persönlichen Auftritt finden Sie auch in meinen Büchern:

**Bücher:** Körpersprache im Beruf | Körpersprache | Macht der Wirkung | Mehr Mut zum ICH | 30 Minuten Körpersprache | **DVD:** Tausend Augen. Tausend Blicke. Eine Sprache: KÖRPERSPRACHE | **Audio-CD's:** Durch Körpersprache wirken | 30 Minuten Körpersprache verstehen



Bestellung über Buchhändler und Amazon.



**Monika Matschnig**  
**Dipl. Psychologin und Expertin für Körpersprache und**  
**Wirkungskompetenz**

Profil zum Download

Die Wirkung der  
Führungskraft steht in  
direkter Korrelation  
mit der Wirkung des  
Unternehmens.  
WELCHE WIRKUNG HAT  
IHR UNTERNEHMEN?



**Adresse, Impressum und Copyright 2018:**

Monika Matschnig  
Expertin für Körpersprache und Wirkungskompetenz  
Am Hart 1a  
85375 Neufahrn bei Freising  
Telefon: +49.(0) 8165.647 777 5  
Fax: +49.(0) 8165.924 89 33  
E-Mail: [info@matschnig.com](mailto:info@matschnig.com)  
Internet: [www.matschnig.com](http://www.matschnig.com)

Verbinden Sie sich mit mir!

