

PROF. WOLFGANG HÜNNEKENS

ZUHAUSE ANDERS ARBEITEN: TEIL 2

Tipps zum effizienten und
entspannten Durchführen von
Videokonferenzen



designed by freepik

von Heuen

Inhalt

	Vorwort	Seite 1 - 2
	Audio ist Trumpf	Seite 3
	Richtigen Platz finden Rauschunterdrückung Kopfhörerauswahl	
	Optimieren Sie Ihren Videoauftritt	Seite 4
	Videokamera richtig platzieren Beleuchtung	
	Do's und Don'ts	Seite 5 - 6
	Richtige Verhaltensweisen gesellschaftliche Gepflogenheiten	
	Wenn Sie Meetings leiten	Seite 7 - 8
	Vorbereitungen Setup testen	
	Kontakt	Seite 9

Tipps zum effizienten und entspannten Durchführen von Videokonferenzen

Sie hatten Ihr ganzes Berufsleben lang Zeit zu lernen, wie man sich gut an einem Konferenztisch verkauft. Nun, Videokonferenzen (ViKos) erfordern ein wenig Umlernen.



Seit über einem Jahr verbringen viele Menschen ihre Zeit nicht nur im Homeoffice, sondern auch in Videokonferenzen. Und das ist auch gut so, denn ohne direkten Kontakt wird das Coronavirus ja auch nicht übertragen. Und genau das ist ja nicht zuletzt Sinn der Übung. Man stelle sich eine vergleichbare Ausnahmesituation vor zehn oder gar vierzig Jahren vor.



Auch wenn es in letzter Zeit deutlich besser geworden ist, bemerkt man doch noch immer Unsicherheiten im Umgang mit Videokonferenzen oder positiv ausgedrückt: Es gibt noch Optimierungsbedarf, noch Luft nach oben – noch immer.

Videokonferenzen haben sich im Homeoffice ohne Frage als unschätzbar wertvoll erwiesen, um den Betrieb aufrechtzuhalten. Dennoch dauerte es nicht lange bis der Reiz von Zoom-, Teams-, Skype-, WebEx- oder Goto-Meetings nachließ.



Und das hat einen durchaus nachvollziehbaren Grund. Viele Menschen sind geübt darin, in persönlichen Gesprächen oder Präsentationen gute Leistungen bringen. Sie sind gewohnt auf die Stimmungen ihres Gegenübers, auf die Zuhörer im Raum einzugehen. Nehmen ihre Umwelt, die anwesenden Menschen ganz anders wahr. Diese Live-Profis tun sich nun oft schwer damit, sich an die Zusammenarbeit mit anderen über eine Webcam zu gewöhnen.



Videokonferenzen sind definitiv anstrengender als persönliche Meetings

Eine Videokonferenz ist definitiv anstrengender als ein persönliches Meeting, das bestätigen auch TV-Profis bzw. Menschen die auch vor Corona oft vor der Kamera gestanden haben.



Das Format zehre an den Energien der Mitarbeiter – da sind sich viele Experten einig. Video-Besprechungen sind häufig auch weniger effektiv. Nicht zuletzt deshalb, weil man den Raum nicht auf die gleiche Weise scannen und das Feedback von anderen Personen erhalten kann.

Mehr noch, in Videokonferenzen fühlen sich die Teilnehmer durchgehend beobachtet. Die Leute haben deshalb das Gefühl, 45 Minuten lang in die Kamera schauen zu müssen.



Immer im Brennpunkt, ununterbrochen auf dem virtuellen Präsentierteller – das ist anstrengend.

Hier ein paar Tipps, wie man „Vikos“ noch effizienter und gleichzeitig entspannter durchführen kann.



Audio ist Trumpf

Es heißt zwar Videokonferenz, aber schlechte Videoqualität mit klarem Audio kommt besser beim Gegenüber an als ein HD-Video mit Sprachaussetzern. Beim Video nehmen die Leute allen möglichen Unsinn in Kauf. Aber wenn die Stimme nicht klar rüberkommt, verlieren man schnell sein Publikum.

1. Tipp

Suchen Sie sich einen ruhigen Platz für die Konferenz. Einen unordentlichen Hintergrund können Sie mit den meisten Anwendungen weichzeichnen, aber nervende Hintergrundgeräusche – sind immer störend. Klimaanlage und Kühlschränke, die Sie selbst kaum wahrnehmen, können – per Mikro verstärkt – ihre Gesprächspartner in den Wahnsinn treiben. Zumindest ihnen die Lust an einem Gespräch mit Ihnen vermiesen.

2. Tipp

Die Rauschunterdrückung in Mikrofonen und Video-Apps kann gut funktionieren, muss sie aber nicht. Das Ergebnis sind Aussetzer und Rauschen. Wenn das passiert, suchen Sie nach einer Option wie der von Zoom, um die Rauschunterdrückung auszuschalten. Profis, die häufig auch in lauterer Umgebung an Vi-Kos teilnehmen müssen empfehlen spezielle Apps, wie etwa die Krisp-App (<https://krisp.ai>) zur Rauschunterdrückung.



3. Tipp

Kabelgebundene Kopfhörer und Mikrofone schlagen drahtlose. Sie haben einfach eine bessere Audioqualität. Sie fallen nicht aus, stottern nicht und ein leerer Akku verabschiedet sich nicht mitten im Gespräch. Wenn es keinen Grund gibt, kabellos zu arbeiten, sollten Sie kabelgebundene Mikrofone verwenden.

Ein preiswertes USB-Mikrofon wird Ihnen mit ziemlicher Sicherheit mehr stimmliche Präsenz verleihen als das in Ihrem Computer eingebaute Mikrofon – vielleicht abgesehen von der neuesten Generation der MacBook Pros. Das ist aber jetzt kein Plädoyer für die Apple-Welt, denn: Legen Sie Ihre AirPods weg. Sie haben ein ziemlich schreckliches Mikrofon und sind einfach nicht gut. Mehr noch, ihre eingebaute Rauschunterdrückung verstümmelt oft die Stimmen der Sprecher.

4. Tipp

Stellen Sie Ihr Gerät stumm, bis Sie an der Reihe sind. Hintergrundgeräusche stören andere und können dazu führen, dass Sie von allen gehört werden, während Sie lachen, mit sich selbst reden oder sich die Nase putzen. Sie haben diese Typen schon gesehen. Seien Sie nicht dieser Typ.

Optimieren Sie Ihren Videoauftritt

Wichtig: Erwecken Sie den Eindruck, dass Sie Ihren Gesprächspartnern und denen, denen Sie zuhören, zugewandt sind. Der Sinn von Videos besteht darin, dass Menschen die Gesichter der anderen klar sehen und lesen können. Ein Großteil der Emotionen kommt von den Augen – das weiß jeder halbwegs gute Fernsehreporter.

5. Tipp

Die Kamera Ihres Telefons ist meist besser als die Ihres Computers. Besorgen Sie sich im Zweifel eine hochwertige Webcam und ein Stativ, das Sie fest auf Ihren Schreibtisch stellen. Positionieren Sie Ihre Kamera und die Teilnehmer auf dem Bildschirm so nah wie möglich beieinander. Auf diese Weise scheinen Sie Augenkontakt zu halten und haben eine bessere Sicht auf alle anderen Teilnehmer.

6. Tipp

Platzieren Sie Ihre Kamera auf Augenhöhe. Die Nase hoch erweckt unerwünschte Assoziationen, die Unterseite Ihres (Doppel-)Kinns ist nicht das, was jeder sehen möchte, während Sie sprechen. Vermitteln Sie den Eindruck, dass Sie auf Augenhöhe mit Ihrem Gesprächspartner sind.



7. Tipp

Richten Sie Ihren Kopf und Oberkörper auf. Menschen nehmen Körpersprache nicht nur vom Kopf, sondern auch vom Oberkörper und den Armen eines Sprechers her auf. Denken Sie mal an die Podien oder TV-Nachrichtensprecher. Schauen Sie beim Sprechen ins Objektiv, denn Augenkontakt ist wichtig. Und, seien Sie nicht die Person, die nicht weiß, an welchem Ende ihres Telefons Rechner oder Tablet sich die Kamera befindet...

Gehen Sie nicht zu nah ran. Computer- und Telefonkameras haben Weitwinkelobjektive. Dadurch entsteht der „Ballonkopf“-Blick, wenn Ihr Gesicht zu nahe am Objektiv ist. Wenn Ihre Kamera über einen Digitalzoom verfügt, sollten Sie sich für eine geringere Verzerrung zurücklehnen und dann den Zoom verwenden, um die Ansicht zu beschneiden.

8. Tipp

Richten Sie die Beleuchtung so ein, dass Ihr Gesicht von vorne beleuchtet wird oder zumindest nicht zu weit auf einer Seite liegt. Andere sollten Ihr Gesicht deutlich und nicht im Schatten sehen können. Natürliches Sonnenlicht und bernsteinfarbene LED-Lampen sind am besten geeignet, um Ihren eigenen Hautton hervorzuheben.

Virtuelle Hintergründe: Bitte aufhören! Zu viele Leute verwenden laute, helle oder ablenkende Hintergründe. Sie sind beim ersten Mal lustig, können aber von Ihrer wichtigen Botschaft ablenken. Wählen Sie einen neutralen Hintergrund, bei dem Ihr Gesicht der Star ist.



👍 Do's und Don'ts 👎

Redner und Menschen, die etwas präsentieren, achten in der Regel auf den Aufmerksamkeitsgrad ihres Publikums. Ein wichtiges Indiz sind dabei Gesichtsreaktionen auf das, was gesagt wird. Das macht Video zum zweitbesten Medium im Vergleich zu persönlichen Treffen.

Das bedeutet, Ihre Gegenüber können durchaus erkennen, wenn Sie abgelenkt sind. Sie bemerken es doch auch bei anderen: Wenn sie irgendetwas tippen, auf einen anderen Monitor schauen oder ihr Smartphone checken. Eben, und die anderen bemerken es bei Ihnen genauso. Denken Sie immer daran. Jeder kann Sie jederzeit bildschirmfüllend beobachten.

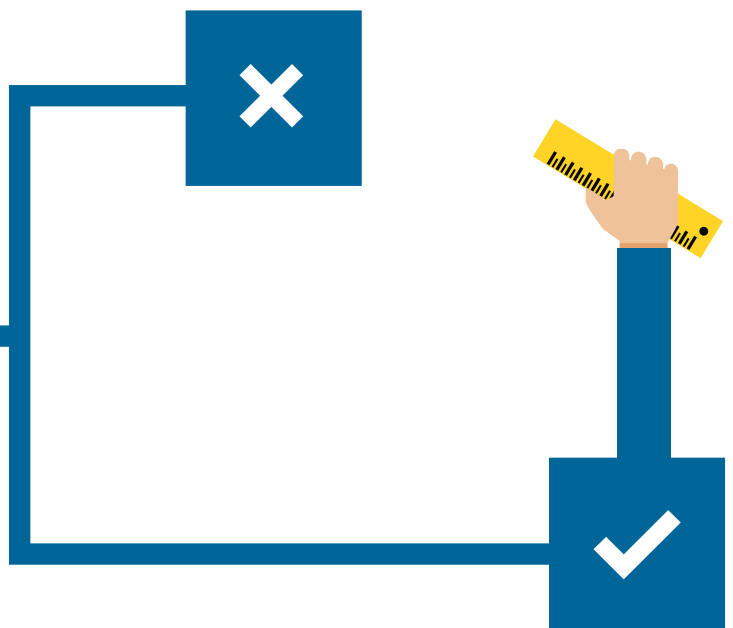


Zeigen Sie in Ihrer Mimik Reaktionen, wenn andere sprechen. Es ist ein bisschen wie Schauspielerei vor der Kamera. Vergessen Sie nie, Sie sitzen nicht hinten irgendwo im Raum, sondern immer auf dem Präsentierteller. Deshalb sind Reaktionen gut und wichtig. Wenn die Redner merken, dass Sie zustimmen, oder sehen, dass Sie skeptisch sind, haben Sie ihnen das unmittelbare Feedback gegeben, das sie brauchen. Das ist den meisten Menschen lieber, ungestört weiter zu monologisieren.



Ja, es ist in Ordnung, sein Video auszuschalten. Manchmal. Nur Audio zu verwenden, kann eine Menge Energie sparen, oder Sie können einfach mal die Spülmaschine einräumen oder in der „Nase bohren“.

Aber: Jede Videokonferenzgruppe hat ihre eigenen ungeschriebenen sozialen Regeln.






Fragen Sie den Leiter der Besprechung, Ihren Manager oder Ihre Chat-Kollegen, ob es in Ordnung ist, eine Stunde lang eine Pause von der Kamera zu machen. Im Allgemeinen gehört es zum guten Ton und zum ersten guten Eindruck, wenn beim ersten Treffen alle die Kamera eingeschaltet haben. Wenn die Teilnehmer Sie erst einmal eine Stunde lang gesehen haben, werden sie wahrscheinlich eher damit einverstanden sein, wenn Sie in zukünftigen Sitzungen nur noch Audio verwenden.

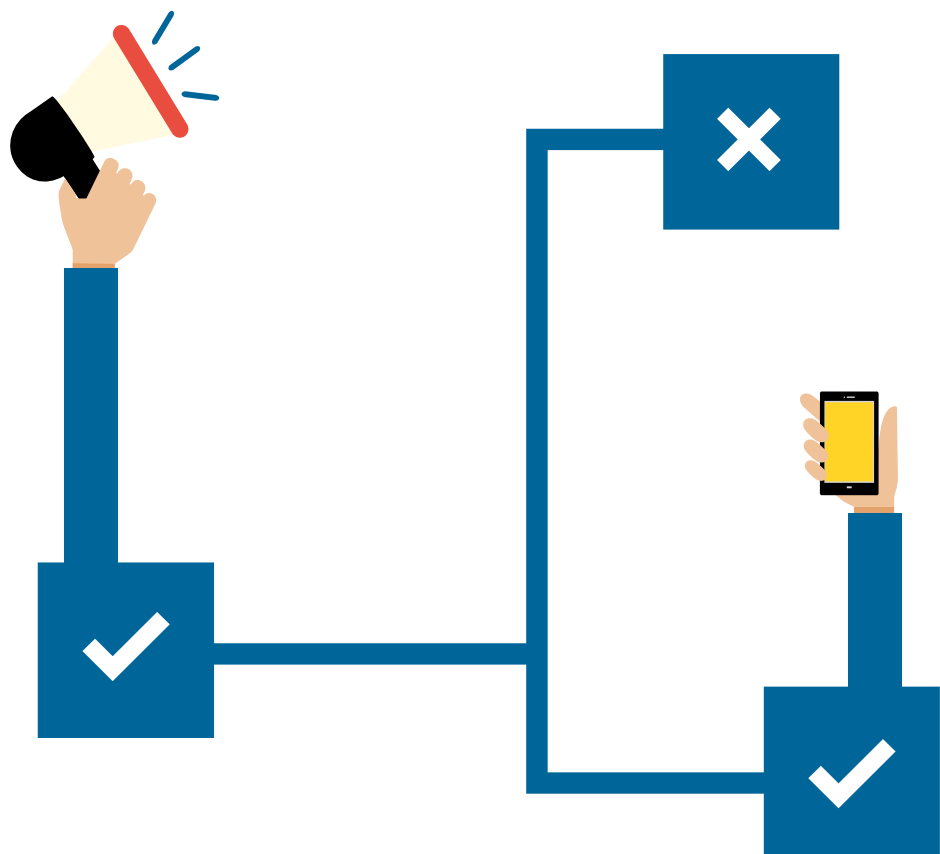
Lernen Sie die gesellschaftlichen Gepflogenheiten jeder Meeting-Gruppe kennen. Können Sie Ihren Pyjama tragen – eher nicht –, oder sollten Sie Ihre „Zoom-Jacke“ für Meetings anziehen?

Sind die meisten in der Gruppe nur mit Audio dabei, oder sind Sie der auffällige Außenseiter? Ist es in Ordnung, während des Meetings zu arbeiten? Darf man essen? Die Antwort auf die meisten Fragen in Sachen Umgangsformen lautet: „Manchmal“. Führen Sie ein ehrliches Gespräch darüber, was in Ordnung ist und was nicht, damit nicht in privaten Chats über Sie gesprochen wird. Oh doch, das tun sie. Und denken Sie daran – Kleider machen Leute, auch in der Eigenwahrnehmung. Im Anzug werden Sie in der Regel auch in einer Video ganz anders auftreten als im „Schlafhemdchen“.

Finden und nutzen Sie die „Hand heben“- Funktion in den von Ihnen verwendeten Anwendungen. Wenn Sie das Meeting leiten, lassen Sie alle wissen, wo sie diese Funktion finden können. Das erleichtert Ihnen das Leben ungemein. Bei Zoom etwa werden „Handheber“ an den Anfang sortiert, so haben Sie das Ganze auch optisch im Blick.



designed by freepik



Wenn Sie Meetings leiten

Denken Sie immer daran, dass Videoanrufe Ihrem Team oftmals Energie rauben. Laden Sie nicht zu Meetings ein, nur weil Sie das schon immer so gemacht haben. Was live und in Farbe im Büro funktioniert, kann per Video anstrengend und fordernd sein.

Fragen Sie sich immer: Brauchen wir dieses Meeting wirklich? Überprüfen Sie Ihre Zielstellung bevor Sie eine Videokonferenz abhalten.

Ganz wichtig: Brauchen Sie alle Teilnehmer auf Video? Manchmal ja, oft nein. Manchmal kann eine simple Audiokonferenz besser und weniger anstrengend sein – zumal, wenn nicht alle im Homeoffice eine schnelle Datenleitung haben sollten oder die Leistungen überlastet sind, weil wieder alle Unternehmen eine Viko abhalten.

Aber: In Situationen, in denen Sie eine neue Idee präsentieren und die Reaktionen der Teilnehmer sehen müssen, sollten Sie natürlich auf Video nicht verzichten.

Erstellen Sie eine Agenda. Veröffentlichen Sie sie im Voraus und halten Sie sich daran. Schalten Sie, wenn möglich, alle Sprecher zu Beginn des Meetings stumm. Es ist zwar gut, vor dem Beginn ein wenig zu plaudern. Aber wenn das Meeting beginnt sollten Sie nicht zulassen, dass versehentliche Hausgeräusche oder noch schlimmer, ein trockener Husten die Teilnehmer „erfreut“. Nicht zuletzt achten Sie darauf, dass die Teilnehmer nicht zu lange reden.

Lassen Sie die Sprecher wissen, wann ihre Zeit um ist. Es ist schwieriger, über Video zu erkennen, wenn Sie zu lange geredet haben. Schicken Sie ihnen eine private Chat-Nachricht oder fragen Sie sie einfach, ob sie zum Ende kommen wollen.

Jemand hat nicht aufgepasst? Schicken Sie ihm eine private Nachricht, bevor Sie ihn in der Gruppe auffordern. Viele Leute, die neu in diesem Format sind, wissen nicht, dass Gesten oder Handlungen, die an einem Konferenztisch in Ordnung wären, vor der Kamera unhöflich wirken können.



Tun Sie dies jetzt: Testen Sie Ihr Setup mit einem Freund

Falls Sie noch kein Viko-Veteran sein sollten: Führen Sie vor Ihrer nächsten Besprechungsrunde einfach ein persönliches Gespräch mit einem Kollegen. Lassen Sie ihn zuerst die Qualität Ihres Tons und dann die Ihres Videos beurteilen. Ein paar Minuten privates Herumtüteln verhindert, dass Sie der glücklose Neuling sind, dem alle dabei zusehen müssen, wie er zu Beginn des Meetings mit Kamera und Ton herumfummelt.

Merke: Sie hatten Ihr ganzes Berufsleben lang Zeit zu lernen, wie man sich gut an einem Konferenztisch verkauft. Videokonferenzen erfordern ein wenig Umlernen. Aber wenn Sie sich ein paar Minuten Zeit nehmen und diese Richtlinien beachten, können Sie das Format, das Sie auch in Zukunft aus dem Arbeitsleben nicht mehr wegzudenken ist, optimal nutzen.



KONTAKT

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Präsenz oder Digital Termin, um den Erfolg Ihrer Digitalen Transformation gemeinsam zu besprechen.



Ihr Ansprechpartner:

Prof. Wolfgang Hünnekens

Geschäftsführer von Neuem GmbH

wolfgang.huennekens@vonneuem.de

+49 30 814 88 500

Über von Neuem

Die von Neuem GmbH mit Sitz in Berlin ist die führende wissenschaftliche Unternehmensberatung für Digitale Transformation im deutschsprachigen Raum. Das sind unsere Versprechen an Sie:



Wir liefern bessere Ergebnisse durch wissenschaftliche Methoden

Wir machen unsere Kunden erfolgreicher durch wissenschaftlich fundierte Beratungsprodukte, gelebte Kooperationen mit Forschungseinrichtungen und ein akademisch exzellentes Team.



Die Kundenperspektive ist immer unser Maßstab

Wir verfolgen eine radikale Kundenzentrierung. Ob unser Kunde oder der Kunde unseres Kunden: Der Mensch steht immer im Mittelpunkt und wir versetzen uns in ihn hinein.



Großes schaffen wir durch gemeinsame Anstrengung

Wir lieben die kooperative und vertrauensvolle Zusammenarbeit mit unseren Kunden: Dafür sind wir ein inhabergeführtes Beratungshaus mit authentischen Menschen, die gerne kommunizieren.

Erfahren Sie mehr:

 www.vonneuem.de

 [linkedin.com/company/von-neuem](https://www.linkedin.com/company/von-neuem)

Stand: 23. Mai 2021