



Aktiv in der Corona-Zeit

Von Peter Cristofolini

Es gibt schon viele Beispiele. Die Zeitschrift Rolling Stone bringt wöchentlich Musikveranstaltungen auf Instagram.

Die Freien Essener Theater feiern den Welt-Theatertag im Netz und rufen zur Solidarität auf. Am 27.03.2020 gab es ein Online-Programm von acht Theatern. Museen intensivieren ihre virtuellen Rundgänge durch die Ausstellungen. Fitness-Studios bieten als Alternative Trainingsvideos. Buchhandlungen geben Tipps per Internet und Brief und liefern die Bücher mit dem Fahrrad aus. Lehrer schicken ihren Schülern Unterrichtsmaterial per Mail. Vom STERN gibt es ein Sonderheft zum Thema Corona. Zeitungen bringen Sonderseiten gegen Langeweile. McDonalds-Mitarbeiter helfen überlasteten Einzelhandelsgeschäften wie Aldi. Restaurants bieten Lieferservice. Hotels richten Behandlungszentren für Krankenhäuser ein. Unternehmen schicken ihre Mitarbeiter ins Homeoffice. Dafür gibt es Führer, wie beispielsweise den Corona Homeoffice Guide, geschrieben von digital pioneers. Die 34 Seiten können im Internet heruntergeladen werden.

Und was kann man selber tun? Eine ganze Menge. Hier ein paar kurze Anregungen:

Video-Telefonie und -Konferenz

In der Krise werden nicht nur Telefon und Mail stärker genutzt, sondern auch Video-Telefonie per Skype & Co.. In vielen Unternehmen werden Meetings und Reisen auf das Nötigste beschränkt und die Mitarbeiter müssen darauf vorbereitet sein, mit ihren Kunden und Geschäftspartnern live zu sprechen. Der Essener Trainer und Berater Volker Maihoff hat in seinem Coaching-Brief 03/2020 auf zwei Seiten sieben Tipps gegeben, die man berücksichtigen sollte:

- Nutzen Sie eine bewegliche Kamera.
- Schaffen Sie Ihr kleines Video-Studio.

- Sorgen Sie für guten Ton und angenehmes Licht.
- Konzentrieren Sie sich zu 100 %.
- Trainieren Sie den Blick in die Kameralinse.
- Bereiten Sie sich noch perfekter vor.
- Vermeiden Sie Pannen.

Die Informationen dazu können angefordert werden unter info@maihoff.de.

Video-Telefonie und -Konferenz werden bestimmt nach der Krise intensiver genutzt werden.

Die neue Kommunikation

Während der Krise und auch danach wird sich einiges ändern. Werden wir uns anders verhalten oder gibt es die Schienbeintritt-Mentalität ähnlich wie beim Kauf von Toilettenpapier jetzt? In jedem Fall werden die Aktivitäten im Internet zunehmen. Statt üblicher Meetings wird es mehr sog. Webinare geben. Dort diskutieren Experten Themen wie „Chancen und Grenzen von live online Veranstaltungen“. Teilnehmer sind dazu eingeladen.

Wird sich auch das bisherige Marketing ändern und die Kommunikation mit sozialen Medien steigen, unser Verhalten sich ändern?

Die eigene Einstellung

Jetzt ist Zeit darüber nachzudenken. Wie wäre es mit der eigenen Analyse:

Wo sind Sie stark, wo sind Sie schwach, wo sind die Grenzen? Was wollen Sie an sich selbst ändern, was verbessern?

Jetzt haben Sie Zeit dazu, strukturieren Sie Ihren Tag, teilen Sie die Stunden nach Aufgaben ein. Vergessen Sie auch den Sport nicht, denn nur in einem gesunden Körper wohnt ein gesunder Geist. Fitnessprogramme gibt es reichlich im Internet.

Werden Sie ein anderer sein in der Zeit nach Corona?