

# annabelle

7/09

8. April 2009  
6.20 Fr. 4.80 €



Glamour der  
Vierziger: Nie  
war Eleganz  
so verführerisch



Liebe, Lust & Libido:  
Alles über Sex heute



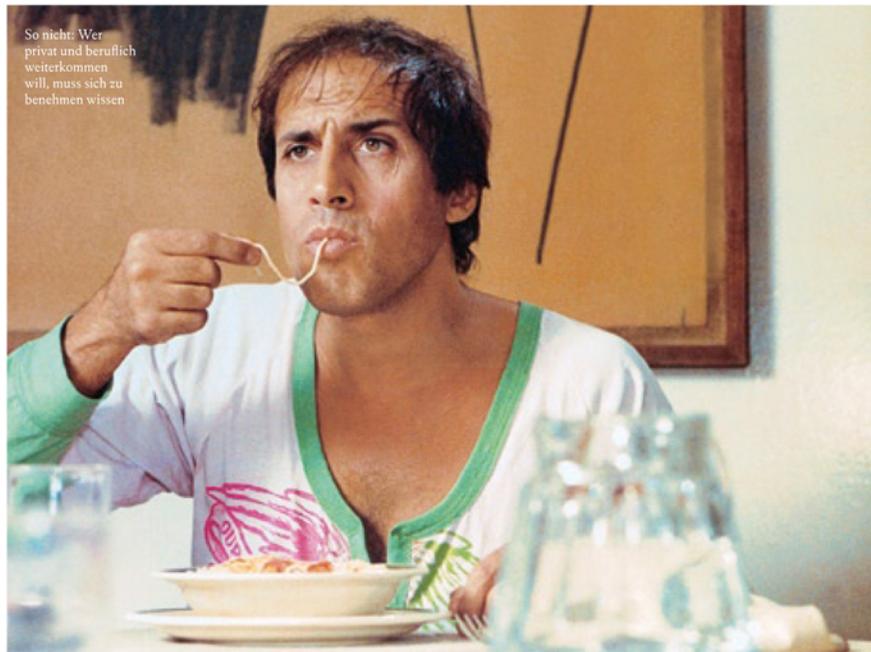
Pioniere einer  
neuen Fertighaus-  
Ästhetik:  
Charles  
und Ray Eames  
zu Hause



## ACHTUNG, FERTIG-HAUS!

33 SEITEN WOHNEN EXTRA: DIE NEUE ZAUBERFORMEL  
«PREFAB», MÖBEL NACH MASS, BAUEN IN DER CITY

So nicht: Wer privat und beruflich weiterkommen will, muss sich zu benehmen wissen



## HÄNDE WASCHEN NICHT VERGESSEN!

«Gute Umgangsformen sind karrierefördernd», sagt Carola von Gleichenstein und bietet Seminare an, in denen sie Benimm lehrt.

**ANNABELLE:** Carola von Gleichenstein, wem bringen Sie Manieren bei?

**CAROLA VON GLEICHENSTEIN:** Zu mir kommen Leute, die ihr Image aufbessern wollen, denn vieles hat sich geändert. Umgangsformen wandeln sich so wie die Sprache. Ich arbeite auch in Firmen, da Geschäftserfolge nicht nur von Fachwissen abhängen. Gute Umgangsformen sind karrierefördernd.

**Können Sie ein paar Beispiele nennen?**

In einem Seminar beriet ich die Assistentin einer Geschäftsleitung, die Kontakte nach Dubai pflegte. Wir haben gemeinsam erarbeitet, wie dieser internationale Austausch stilvoller über die Bühne geht, von der passenden Garderobe bis hin zu angebrachten Gesprächsthemen. Oder da war der junge Mann, der sich auf Vorstellungsgespräche vorbereitete und lernen wollte, wie er sich richtig verhält. Wer zum Beispiel wem zuerst die Hand gibt – dass er eben nicht derjenige ist.

**Wie genau vermitteln Sie diese Umgangsformen?**

In einem lockeren Rahmen, in Seminaren, die einen, manchmal zwei Tage dauern. Dort werden konkrete Situationen anhand von Rollenspielen geübt, wie man zum Beispiel bei einem Apéro gekonnten Smalltalk führt.

**Woran mangelt es denn am meisten?**

Es herrscht allgemein eine Unsicherheit im täglichen Umgang miteinander. Wer lässt wem den Vortritt? Oder wie benehme ich mich bei Tisch? Die Leute wissen zu wenig über die Kraft ihrer Körpersprache und wie sie sie bewusst einsetzen. Zum Beispiel Gestik und Mimik oder was sie etwa damit aussagen, wenn sie während eines Gesprächs die Arme verschränken. Diese Soft Skills kann man ganz gezielt einsetzen. Denn wo früher Fachwissen allein genügte, muss dieses heute auch richtig und angemessen präsentiert werden.

— Interview: Jeremy Gloor

— Infos zu Seminaren und zum Firmencoaching von Carola von Gleichenstein: [www.umgangsformenheute.com](http://www.umgangsformenheute.com)



**Adolph Freiherr von Knigge** veröffentlichte 1788 sein Werk «Über den Umgang mit Menschen». Und bis zur aktuellsten Adaption von 2004 gilt der «Knigge» als das Standardwerk der guten Umgangsformen.

Aber welche sind überhaupt **noch zeitgemäß**, und wie setzt man sie um? Bei Cocktails im bündnerischen Schloss Tarasp und einem Viergangmenü im Schlosshotel Chastè vermitteln Cécile Weber und Claudia Isolda, welche Regeln in Sachen Kultur, Stil und Höflichkeit heute gefragt sind.

— **Etiquette-Seminar** im Schloss Tarasp GR. Sa 6. Juni, 16.30–23.30 Uhr, 990 Fr. **annabelle-Leserinnen erhalten eine Reduktion von 150 Fr.** Anmeldung bis 30. April auf [www.etiquettecoach.com](http://www.etiquettecoach.com)