AUF AUGENHÖHE Die 56-jährige Profilerin coacht Kriminalbeamte und Sicherheitsdienste. Ihre Kenntnisse sind aber auch im durchschnittlichen Alltag nützlich.

Status spielt in unser aller Leben eine große Rolle. Damit ist nicht der Besitz der neuesten Markentasche gemeint, sondern das ***eigene erfolgreiche Auftreten***. Verhaltensexpertin Patricia Staniek weiß, wie es geht.

Auch wenn viele sich dessen nicht bewusst sind, bildet jede Alltagsbegegnung eine Arena für Statusspiele. Kontaktaufnahme mit neuen Menschen, Treffen mit der Familie, Plaudereien mit den Kollegen oder Meetings mit dem Chef: Bei jeder auch noch so banal scheinenden Interaktion werden sekundenschnell soziale Rangordnungen festgelegt, die mit Ansehen, Prestige und der letztlichen Durchsetzung von Interessen einhergehen. Die Frage ist nur: wessen Interessen? Ist man sich seiner Wirkung und Fähigkeiten bewusst, steht im nächsten zufälligen Statusspiel nämlich nichts im Wege, den eigenen Willen tatsächlich durchzusetzen. Der aus der Sozialpsychologie stammende Begriff umfasst nämlich viel mehr als nur Ausstrahlung oder Dominanzverhalten.

Nachgefragt. Im Talk erläutert Patricia Staniek, renommierte Expertin für menschliche Verhaltensanalyse, Profilerin und Kriminologin, warum die Frage nach dem eigenen Status die wichtigste von allen ist, und verrät, mit welchen Kniffen man der eigenen Körpersprache ein Status-Upgrade schenken kann.

Positionierung im Alltag: Verhaltenstipps von Expertin Patricia Staniek

STATUS-SPIELCHEN

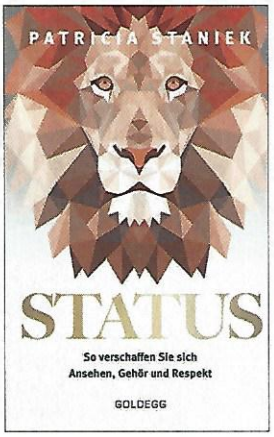
In „Status" schreiben Sie einleitend, dass es die Textzeile aus einem BossHoss-Song war, die Sie zu Ihrem neuen Werk inspiriert hat. Genauer: „My Balls are bigger than yours". Wie groß sind denn Ihre „Balls"?
PATRICIA STANIEK: Sehr groß. Ich glaube nicht, dass der Weg, den ich gegangen bin, funktioniert hätte, wenn ich die nicht hätte. Auch was meine Herkunft betrifft. Mutig war ich schon immer.
Erzählen Sie doch bitte etwas über Ihre Vergangenheit.
STANIEK: Ich komme aus einer Arbeiterfamilie, bin in Stockerau aufgewachsen und habe mich als Kind schon stark für Menschen interessiert. Das liegt auch daran, dass ich die ersten sieben Jahre meines Lebens ohne Geschwister und somit immer viel unter Erwachsenen war. Die habe ich immer intensiv beobachtet. Irgendwann hat meine Mama gesagt: „Kind, halt deinen Mund, denn wenn du ihn aufmachst, streiten die Leute!" Ich war sehr aufmerksam, habe immer beobachtet, was die Erwachsenen machen. Außerdem habe ich mit großer Leidenschaft heimlich durch einen Spalt der Kinderzimmertüre den ganzen *Tatort*, den ganzen *Derrick*, die ganzen *Aktenzeichen XY* verfolgt. Offiziell durfte ich das wegen der Schule natürlich nicht anschauen. Daher kam wohl auch mein frühes Interesse für Kriminalistik.
Was war dann der Schlüsselmoment für Ihre Berufswahl?
STANIEK: Vor wahrscheinlich siebzehn Jahren war ich alleine auf Urlaub auf Gran Canaria. Dort habe ich zufällig einen Deutschen kennengelernt, der Polizist ist, in Rom für eine Anti-Mafia-Organisation arbeitet und für Cold-Case-Fälle zuständig ist. Wir sind ins Reden gekommen, haben auch über einen Fall gesprochen, den er nicht lösen konnte. Als ich wieder zu Hause war, hat er mir ein Video geschickt, und ich konnte ihm darüber helfen, an den Täter heranzukommen. Da habe ich gemerkt, dass ich in meinem Element bin. Er war von meiner Arbeit so begeistert, dass er mich bei Kollegen empfohlen hat. Ich habe daraufhin eine Vielzahl von Ausbildungen absolviert, u. a. Kriminologie oder Mimik- und Verhaltensforschung, aktuell mache ich auch noch Psychologie fertig.
Reden wir über Status. Was bedeutet dieser Begriff heutzutage?
STANIEK: Ich habe zu Anfang des Buchprojekts eine Facebook-Umfrage gestartet, was denn für meine jeweiligen Freunde und Follower Status bedeutet. Ich war überrascht, als die meisten meinten, dass es für sie nichts sei, ihnen nichts gebe, sie diesen nicht brauchen. Und das von zum Beispiel einer Dame, die auf ihrem Profilbild mit einer gefakten Louis-Vuitton-Tasche posiert. Das witzige Resümee ist, dass viele nicht wissen, dass sie ständig auf der Status-Spielwiese stehen. Allein wenn man zum Baumarkt geht, den Verkäufer nach einer Info fragt und dieser sich wortlos umdreht – na ja, dann haben Sie in diesem Statusspiel verloren. Status ist ein Ausdruck von Kommunikation. Wenn man einen neuen Menschen kennenlernt, fragt man auch als Allererstes, was er oder sie beruflich macht, wo er herkommt etc. Das ist nichts anderes als Statusabgleich – ist das Gegenüber höher oder tiefer einzuordnen? Status ist aber nichts Statisches, sondern stets dynamisch.
Mein Level kann sich also immer wieder verändern?
STANIEK: Ja, natürlich. Wichtig zu wissen ist, dass Statusspiele auch bewusst gespielt werden, ob im Unternehmen oder bei diversen Begegnungen. Und wenn ich die Mechanismen von Status kenne, dann spielt der Status nicht mehr mit mir, sondern ich habe Status-Kompetenz und kann im Zuge der Beziehung oder des Gespräches schauen, dass es entweder eine gute Kooperation oder Kommunikation gibt, oder im Endeffekt mich auch bewusst durchsetzen.

VON TIEREN LERNEN Im Wolf Science Center Ernstbrunn gibt Staniek Workshops zum Thema Führung.

> „Der innere Status ist der wichtigere, bin ich da stabil, bin ich auch außen stabil."
>
> Laut Staniek die beste Voraussetzung für erfolgreiche Statusspiele.

Ein Thema, das vielleicht gerade für eher unsichere Personen besonders spannend ist, da diese dann nonverbal auch schon viel aussagen können, ohne lautstark große Szenen machen zu müssen?
STANIEK: Sicherlich. Doch ich plädiere dafür, dass jeder, der Status-Mechanismen kennenlernen will, erst einmal innen und an sich selbst arbeiten sollte. Der innere Status ist der wichtigere, bin ich da stabil, bin ich auch außen stabil. Man sollte immer wieder reflektieren, wo man vor zehn Jahren war, wo man heute ist, was einem heute wichtig ist, wo man zukünftig hinwill. Kann ich mich durchsetzen, nehme ich meine Chancen wahr, oder lasse ich mich immer wieder einschüchtern? Ich beobachte oft auf Networking-Veranstaltungen – und ich bevorzuge die geschlechtergemischten, wir sollen ja miteinander funktionieren, also muss man auch miteinander reden –, dass Männer einerseits die stärkere Körpersprache haben und sich auch besser kleiden. Und wie wir wissen, ist der erste Eindruck entscheidend.
Die körperliche Arbeit muss ja für jeden änderbar sein – worauf sollte man denn dabei achten?
STANIEK: Ein sicherer Gang ist wichtig. Den können Sie ruhig mal im Spiegel beobachten. Dann: Wo ist mein Kopf? Ist er oben, schaue ich meinen Gesprächspartnern in die Augen oder weiche ich Blicken aus? Und weiters: Wie stehe ich? Hängen meine Schultern oder positioniere ich mich gerade. Es macht einen Unterschied, ob ich bei einer Business-Veranstaltungen irgendwo an einem Stehtisch lehne, oder dynamisch und agil wirke. Auch die Stimme ist wichtig. Kann ich sie so einsetzen, dass man mich hört? Und natürlich ist auch die Sprache wichtig. Sprache schafft Wirklichkeit. Achten Sie also darauf, wie Sie sich im Alltag ausdrücken. Zusätzlich ein kleiner Tipp für Frauen: Ich würde mir mal rote Unterwäsche zulegen. Stellen Sie sich den Unterschied vor, wenn Sie diese tragen, im Gegensatz zu einer Panty aus Baumwolle mit Eichhörnchen drauf (*lacht*). Was Sie anhaben, brauchen nur Sie wissen – aber es verschafft Ihnen gleich ein gänzlich anderes Körpergefühl.

JULIA LEWANDOWSKI



RATGEBER
„Status. So verschaffen Sie sich Ansehen, Gehör und Respekt" von Patricia Staniek ist erschienen bei Goldegg und erhältlich um 22 Euro.

Bella Volen, Tischler, Hersteller