

# So zeigst du dich im Videochat von deiner besten Seite

Wähle einen neutralen Hintergrund.  
Du solltest kein Fenster im Rücken haben.

Sei freundlich  
und interessiert.

Richte den Blick in  
die Kamera statt  
auf den Monitor.

Vermeide  
Hintergrundgeräusche.  
Schließe den Raum.

Teste vorher  
die Technik.

Setze dich  
aufrecht hin.

Wähle als Sitzplatz  
einen Stuhl am  
Tisch, kein Sofa  
oder Bett.

Achte auf ordentliche  
Kleidung wie Hemd, Bluse  
oder Shirt. Auffällige  
Sprüche oder ein tiefer  
Ausschnitt sind tabu.

Lege deine  
Fragen, Zettel  
und Stift vor  
dich hin.

Leuchte dein  
Gesicht aus.  
Vermeide  
Schattenwurf.

