

Die Lebensfrohe

Doris Köck

Knigge-Trainerin

Steckbrief

Doris Köck
Jahrgang 1960
Familie: zwei Kinder
Laufbahn: sieben Jahre als Profimodel gearbeitet, Vertrieb von Anti-Aging-Produkten, seit drei Jahren Knigge-Trainerin
Informationen: www.mit-stil.at
E-Mail: doris.koeck@vol.at



» Träume dein Leben und lebe deinen Traum.«

Benimm-Tipps für die Ballsaison:

Garderobe: Zuerst hilft man der Dame in den Mantel, dann kleidet man sich an. Bei Tisch wird der Tischdame der Sessel vorsichtig untergeschoben. Servietten legt man ungeöffnet auf den Schoß. Das (kleine) Abendtäschchen gehört an die Sessellehne, zwischen Rücken und Stuhllehne, unter den Tisch, oder auf den Schoß. Handschuhe werden nur zum Essen ausgezogen.

Auf dem Parkett: Mit einer leichten Verbeugung und einem „Darf ich bitten?“, tritt der Herr vor die Dame. Ist sie in Begleitung, fragt man: „Gestatten Sie“, bevor man die Frage an die Dame richtet. Der Herr geht links, wenn er die Dame zur Tanzfläche führt und begleitet sie nach dem Tanz wieder zurück.

Bei der Damenwahl dürfen Herren übrigens nie ablehnen, dies würde äußerst schlechte Manieren beweisen.

SIE SIND VIELE JAHRE ALS PROFI-MODEL UM DIE HALBE WELT GEREIST. DA WAR GUTES BENEHMEN SICHERLICH VON VORTEIL?

Wie wichtig angenehme Umgangsformen sind, bemerkte ich immer wieder. Und schon als 17-Jährige, während meiner Mannequin-Ausbildung, interessierte ich mich für Stilsicherheit und Taktgefühl. Ich erinnere mich an eine Begebenheit, als ich als Gast in der Quizshow „Dalli Dalli“ mit Hans Rosenthal gefragt wurde, wie ich gewöhnlich meine Sonntage verbringe. Ich antwortete brav „vorarlbergerisch“: „In die Kirche gehen“. Das hat mir massenweise Fanpost beschert.

WARUM HABEN SIE DAS THEMA „BENEHMEN“ ZU IHREM BERUF GEMACHT?

Als meine zwei Kinder groß waren, wollte ich etwas anderes in Angriff nehmen. Das Thema war für mich stets spannend. Der Beruf soll Spaß machen, dann ist auch das Ergebnis gut. Ich möchte nicht nur über Benimmregeln sprechen, sondern auch das Leben, was ich vermittele. Besonders bei jungen Menschen habe ich das Gefühl, dass ich Tipps geben und ihnen weiterhelfen kann.

WODURCH ZUM BEISPIEL?

Dadurch, dass sie begreifen, wie wichtig Selbstwertgefühl ist und sie sich ihrer positiven Eigenschaften bewusst werden. Wenn ich meine Stärken stärke, komme ich viel selbstbewusster beim Gegenüber an. Wenn ich mich selbst mag, mögen mich auch die anderen. Es ist wichtig, Ziele zu haben und nicht wie ein Blatt im Wind durchs Leben zu flattern. Viele junge Menschen sind sich nicht bewusst, dass sie alles erreichen können, wenn sie nur wollen. Früher haben viele Eltern mit Lob gespart und Träume ihrer Kinder nicht ernst genommen. Aber für mich zählt besonders eines: Träume dein Leben und lebe deinen Traum.

DAS KLINGT EIN STÜCK WEIT NACH LEBENSBERATUNG...

Es geht nicht nur um Regeln und darum, wie ich einen Hummer esse. Wenn ich mich wohlfühle, strahle ich das auch aus und bin dadurch mit Sicherheit erfolgreicher. Ich will Menschen etwas mitgeben. Besonders Frauen möchte ich Mut machen, die vielleicht an einem Scheideweg stehen. Es ist nie zu spät, das Leben zu ändern, mit dem man nicht zufrieden ist. 80 Prozent aller Befürchtungen werden nie Wirklichkeit. Durch Ängste bremst man sich aus und überlässt den Erfolgreichen, die sich an Herausforderungen herantrauen und dadurch wachsen, das Spielfeld.

INWIEWEIT IST STILSICHERHEIT UND BENEHMEN IM BERUFSLEBEN EIN FAKTOR?

Neun von zehn Personalchefs sagen, dass ein gepflegtes Äußeres sehr ausschlaggebend für den beruflichen Erfolg ist. Viele unterschätzen, wie ihr Lächeln, ihre Körperhaltung oder ihre Ausstrahlung wirken und wie sie sich das zunutze machen können. Manche Personalchefs gehen sogar mit Bewerbern essen, um sich ein besseres Bild von ihren potenziellen Mitarbeitern zu machen“. Der erste Eindruck, privat oder beruflich, ist prägend und lässt sich kaum revidieren. In nur drei Sekunden entscheidet sich, ob andere mit Sympathie oder Antipathie reagieren.

SIE WAREN KÜRZLICH IN MALIBU, UM KNIGGE-KURSE ZU GEBEN. WIE HABEN SIE DIESE ZEIT ERLEBT?

Ich habe Persönlichkeiten, die in der Öffentlichkeit stehen, unterrichtet. Die Kurse haben in einem palastähnlichen Privathaus einer reichen Iranerin stattgefunden und wurden mit Begeisterung angenommen. Die Amerikaner wollen die europäischen Benimmregeln beherrschen. Europäer gelten in den USA gemeinhin als sehr kultiviert.

UND WIE BENEHMEN SICH DIE AMERIKANER BEI TISCH?

Ihre Art, die Speisen zuerst zu zerkleinern, eine Hand auf den Schenkel zu legen, um mit der anderen zu essen, ist nicht sehr elegant. Während eines Essens mit Unternehmern war ich irritiert über deren Manieren. Einige Firmenbosse schmierten sich etwa die Butter mit der Gabel aufs Brot und aßen mit auf den Tisch aufgestützten Ellenbogen.

WAS MACHEN DIE MEISTEN MENSCHEN IM ALLTAG FALSCH?

Nach meinem Empfinden wird grundsätzlich zu wenig gegrüßt. Es kostet nichts und macht dem anderen Freude. Auch beim Essen kann man viel falsch machen. So legt man etwa keine Handys, Schlüssel oder gar Taschen auf den Tisch, benützt auch keine Zahnstocher beim Essen. Beim Niesen oder Husten die Hand nicht vor den Mund zu halten oder Kaufgummi zu kauen, sind weitere „No Go's“.

WAS MACHT FÜR SIE EIN WAHRER GENTLEMAN AUS?

Ein Herr, welcher der Dame in den Mantel hilft, die Autotür öffnet, oder den Stuhl geraderückt, muss keine Angst haben, altmodisch zu gelten. Frauen mögen das. Besonders aber, wenn er aufmerksam zuhören kann.