

# Workbook Medientraining

Wie Sie Ihren öffentlichen Auftritt erfolgreich gestalten

Bearbeitet von  
Von: Kathrin Adamski, Katrin Prüfig, und Stefan Klager

1. Auflage 2018. Buch. 280 S. Softcover  
ISBN 978 3 7910 4155 1

Wirtschaft > Betriebswirtschaft: Theorie & Allgemeines > Coaching, Training,  
Supervision

Zu Leseprobe

schnell und portofrei erhältlich bei

  
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beack-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

Kathrin Adamski | Katrin Prüfig | Stefan Klager

# Workbook Medientraining

Wie Sie Ihren öffentlichen Auftritt  
erfolgreich gestalten



SCHÄFFER  
POESCHEL

SCHÄFFER  

---

POESCHEL



Kathrin Adamski/Katrin Prüfig/Stefan Klager

# **Workbook Medientraining**

Wie Sie Ihren öffentlichen Auftritt erfolgreich gestalten

2018

Schäffer-Poeschel Verlag Stuttgart

A decorative graphic consisting of numerous thin, parallel, wavy lines that create a sense of movement and depth, primarily located in the bottom half of the page.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische  
Daten sind im Internet über < <http://dnb.d-nb.de> > abrufbar.

Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem,  
säurefreiem und alterungsbeständigem Papier

<b>Print:</b> ISBN 978-3-7910-4155-1	Bestell-Nr. 10268-0001
<b>ePDF:</b> ISBN 978-3-7910-4157-5	Bestell-Nr. 10268-0150
<b>ePub:</b> ISBN 978-3-7910-4156-8	Bestell-Nr. 10268-0100

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich  
geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen  
des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages  
unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen,  
Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die  
Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

© 2018 Schäffer-Poeschel  
Verlag für Wirtschaft · Steuern · Recht GmbH  
[www.schaeffer-poeschel.de](http://www.schaeffer-poeschel.de)  
[service@schaeffer-poeschel.de](mailto:service@schaeffer-poeschel.de)

Umschlagentwurf: Goldener Westen, Berlin  
Umschlaggestaltung: Kienle gestaltet, Stuttgart  
(Bildnachweis: Kathrin Adamski)  
Satz: Marianne Wagner  
April 2018

Schäffer-Poeschel Verlag Stuttgart  
Ein Unternehmen der Haufe Group

## Ihr Online-Material zum Buch

Für Ihren Alltag als Kommunikator und den praktischen Einsatz finden Sie online kostenloses Zusatzmaterial wie z.B. alle Checklisten, den BotschaftenBaum®, die Fallschirme für schwierige Gespräche sowie Video- und Audiobeispiele.

So funktioniert Ihr Zugang

- Gehen Sie auf das Portal [sp-mybook.de](http://sp-mybook.de) und geben Sie den Buchcode ein, um auf die Internetseite zum Buch zu gelangen.
- Wählen Sie im Online-Bereich das gewünschte Material aus.
- Alternativ scannen Sie die QR-Codes mit Ihrem Smartphone oder Tablet, um einzelne Beispiele direkt abzurufen.



**[www.sp-mybook.de](http://www.sp-mybook.de)**  
**Buchcode: 4155-medien**

### Inhalte zum Download

#### Checklisten

Zu Kapitel 8: Checkliste »So werden Sie verstanden«

Zu Kapitel 21: Der BotschaftenBaum® Entwicklungsformular

Zu Kapitel 25: Checkliste: Fehler vor dem Auftritt – und wie Sie sie vermeiden

Zu Kapitel 30: Fallschirme für schwierige Gespräche

Zu Kapitel 31: Checkliste O-Ton

Zu Kapitel 35: Drei Fotos für die Übung »Stimmung in der Stimme«

Zu Kapitel 35: Checkliste Telefon-Interview

Zu Kapitel 39: Checkliste Radio-Interview

Zu Kapitel 41: Checkliste TV-Interview

Zu Kapitel 44: Checkliste Talk- und Diskussionsrunden

Zu Kapitel 45: Checkliste Schaltgespräch

Zu Kapitel 46: Checkliste Überfall-Interview

Zu Kapitel 47: Checkliste Messe-Interview

## Videos und Audios

Zu Kapitel 2: Der Journalist – das unbekannte Wesen

Video: Die Meute – Dokumentation (Ausschnitte) von Herlinde Koelbl, 2001.

Zu Kapitel 4: Wenn es brenzlich wird

Video: Schaltgespräch DFB mit Rainer Koch

Zu Kapitel 12: Lügendetektor der Kommunikation

Video: »Krisenstatement Diesellaffäre« Martin Winterkorn

Zu Kapitel 16: Aufgezappt: Die Kraft guter Vergleiche

Video: Nanotechnologie – anschaulich erklärt

Zu Kapitel 25: Gut gestimmt

Videos: Vorbereitung/Stimmentfaltung/Artikulation/Haltung

Zu Kapitel 25: Aufgezappt: Wer es mit Druck versucht ...

Video: Cem Özdemir (Die Grünen) auf dem Parteitag

Zu Kapitel 28: Aufgezappt: Einfache Frage – schwere Antwort

Video: Deutsch-Russisches Forum

Zu Kapitel 30: Aufgezappt: Kritische Fragen – Souveräne Antworten

Video: Ralf Stegner (SPD) im Brennpunkt

Zu Kapitel 39: Auf die Stimm(ung)en kommt es an

Audio: Friedrich Schorlemmer zur Flüchtlingsfrage

Zu Kapitel 45: Der Mensch-Maschine-Dialog

Video: Lufthansa-Chef Carsten Spohr zum Germanwings-Absturz

Zu Kapitel 46: Aufgezappt: Getroffene Hunde bellen

Video: Abgeordnetengehälter in der Kritik

Zu Kapitel 48: Im Angesicht der »Meute«

Video: Die Meute – Dokumentation (Ausschnitte) von Herlinde Koelbl, 2001.

Weitere Informationen der Autoren finden Sie auch unter:

**[www.workbook-medientraining.de](http://www.workbook-medientraining.de)**



# Inhaltsverzeichnis

<b>Einführung</b> .....	1
<b>Fünf Fragen an die Autoren</b>	
Warum Sie dieses Buch nicht nur lesen sollten .....	3
<b>1 So besser nicht!</b>	
Wie Sie die zehn häufigsten Fehler vermeiden .....	5
<b>2 Der Journalist, das unbekannte Wesen</b>	
Warum Journalisten so fragen wie sie fragen .....	9
<b>3 Reden ist Gold</b>	
Warum Medienkontakte Chancen sind .....	13
AUFGEZAPPT – Wegducken ist die falsche Strategie .....	15
<b>4 Wenn es brenzlig wird</b>	
Warum Medienkompetenz in der Krise ein Muss ist .....	17
<b>5 Wer sagt was zu wem?</b>	
Wie Sie erfolgreich kommunizieren .....	21
<b>Allgemeine Spielregeln im Medienkontakt</b> .....	23
<b>6 Nur ein Teil der Wahrheit</b>	
Warum Fernsehen nur ein Ausschnitt aus der Wirklichkeit ist .....	25
<b>7 In 30 Sekunden die Welt erklären</b>	
Warum Kürze wichtiger ist als Vollständigkeit .....	27
AUFGEZAPPT – Klartext auf Schwäbisch .....	33
<b>8 So werden Sie verstanden</b>	
Wie Ihre Worte schnell ins Ohr gehen .....	35
AUFGEZAPPT – Freud'scher Verschreiber .....	42
<b>9 Androphobie und Zyklotrone</b>	
Warum Fremdworte zu Stolperfallen werden .....	43
AUFGEZAPPT – Unterwegs mit Denglish und Co .....	46
<b>10 Achtung Aufnahme!</b>	
Warum man vor Kamera und Mikrofon anders agiert .....	47

<b>11 Authentisch sein</b>	
Wie Sie in den Medien Sie selbst bleiben .....	51
AUFGEZAPPT – Wenn es innen stimmt, dann stimmt's.....	54
<b>12 Der Lügendetektor der Kommunikation</b>	
Wie Ideomotorik Sie entlarvt .....	55
<b>13 Erzähl doch mal</b>	
Wie Sie sich mit Kino-im-Kopf Inhalte merken .....	61
<b>14 Du bist, was Du sprichst</b>	
Wie die Wortwahl Ihre persönliche Wirkung prägt.....	65
AUFGEZAPPT – Worte machen Leute – und prägen Verhalten .....	69
<b>15 Gut gezählt ist halb gewonnen</b>	
Warum Sie Zahlensalat vermeiden sollten .....	71
<b>16 Aufgeräumte Botschaften</b>	
Wie Ihr Publikum Ihnen leichter folgen kann .....	73
AUFGEZAPPT – Die Kraft guter Vergleiche .....	76
<b>17 »Merk-würdig« werden</b>	
Storytelling schafft Erinnerungen.....	79
<b>18 Unter Druck</b>	
Was Stress mit Ihrer Wahrnehmung macht .....	85
 <b>Los geht's – Vorbereitung auf den Medienkontakt</b>	 89
<b>19 Ohne geht's nicht</b>	
Warum Kernbotschaften überlebenswichtig sind .....	91
<b>20 Die Zielgruppe fest im Blick</b>	
Wie Ihnen das Pyramidenmodell hilft.....	97
<b>21 Auf den Punkt</b>	
Mit dem BotschaftenBaum® mediengerechte Strukturen schaffen .....	101
<b>22 Aufgeregt?</b>	
Trotz Lampenfieber ent-spannt auftreten .....	111
<b>23 Haltung bewahren!</b>	
Warum Körperspannung so wichtig ist .....	117
<b>24 Wohin mit den Händen?</b>	
Gestik sinnvoll einsetzen .....	119
<b>25 Gut gestimmt</b>	
Wie Sie Atem und Stimme für den Auftritt vorbereiten.....	125
AUFGEZAPPT – Wer es mit Druck versucht .....	131

<b>26 »War das so abgesprochen?«</b>	
Sind Fragen nach den Fragen richtig? .....	133
<b>27 Das Auge guckt mit</b>	
Wie wichtig Kleidung, Make-up und Accessoires sind .....	135
<b>28 Keine Überraschung bitte!</b>	
Warum es sinnvoll ist, Interviews vorzudenken .....	139
AUFGEZAPPT – Einfache Frage – schwere Antwort.....	143
<b>29 Vorsicht Falle</b>	
Wie Sie Fragetechniken mit Fettnapfcharakter entlarven .....	145
<b>30 Fallschirme für schwierige Gespräche</b>	
Wie Sie kommunikativ weich landen .....	153
AUFGEZAPPT – Kritische Fragen – Souveräne Antworten.....	162
<b>Medienformate und ihre Herausforderungen.....</b>	<b>165</b>
<b>31 Der kleine Unterschied</b>	
Interview, Statement und O-Ton gezielt für sich nutzen .....	167
AUFGEZAPPT – Vom Umgang mit Titeln und Funktionen.....	173
<b>32 Mehr als Warming-up und Smalltalk</b>	
Worauf es im Vorgespräch ankommt.....	175
<b>33 Der Journalist am Telefon</b>	
Mit Interviewanfragen professionell umgehen .....	179
<b>34 »Das habe ich so nicht gesagt!«</b>	
Wie Sie Ihre Zitate sinnvoll autorisieren .....	181
<b>35 Vom Hörer aufs Papier</b>	
Was bei Telefon-Interviews für Printmedien wichtig ist.....	185
<b>36 Emotionen für die Tastatur</b>	
Wie Sie in Print-Interviews Gefühle zeigen .....	193
<b>37 Kuselig am Kamin</b>	
Welche Chancen und Risiken Hintergrundgespräche bieten.....	197
<b>38 Experte hoch 2</b>	
Was Sie über Fach-Journalisten wissen sollten.....	199
<b>39 Auf die Stimm(ung)en kommt es an</b>	
Wie Sie Radio-Interviews spannend gestalten.....	203
<b>40 Lächeln in die Linse</b>	
In Video-Statements punkten.....	209
<b>41 Fragen über Fragen</b>	
Die Königsdisziplin »TV-Interview« meistern.....	211
<b>42 Gute Technik, böse Technik</b>	
Wie Sie Dreharbeiten mitgestalten können .....	217

<b>43 Jetzt rede ich!</b>	
Professionell mit Unterbrechungen umgehen.....	221
<b>44 Wer das Wort hat</b>	
Kommunikationschancen in Talkformaten nutzen.....	223
<b>45 Der Mensch-Maschine-Dialog</b>	
Als Gast im Schaltgespräch glänzen.....	231
<b>46 Kalt erwischt</b>	
Überfallinterviews souverän meistern.....	235
AUFGEZAPPT – Getroffene Hunde bellen.....	242
<b>47 In der Ruhe liegt die Kraft</b>	
Wie im Messespektakel ein guter Medienkontakt gelingt.....	245
<b>48 Im Angesicht der »Meute«</b>	
Was es bei Pressekonferenzen zu beachten gibt.....	249
<b>49 Fit für den Auftritt?</b>	
Wie Trainer Sie beim Auftritt unterstützen können.....	253
Lösungsvorschläge.....	257
Literatur.....	259
Stichwortregister.....	261
Die Autoren.....	265