

Medientraining - Souverän vor Kamera und Mikro

Zwei TV-Sender, öffentlich-rechtliches Radio und ein paar Tageszeitungen - das war vor 40 Jahren. Heute wird getwittert, geliket, gegooglet - und man könnte glauben, die „alten“ Medien Fernsehen, Radio und Zeitung wären zur Randerscheinung verkommen. Mitnichten!

Vor der Kamera überzeugen und gut „rüberkommen“ ist nach wie ein Muss. Videos auf YouTube oder auf der Firmen-Website sind selbstverständlich, dazu steigt die Zahl lokaler und regionaler Fernseh- und Hörfunk-Sender und verschiedener online-Medien stetig an. Diese berichten vom chronikalen, wirtschaftlichen und kulturellen Geschehen vor Ort, holen die Firmenchefs und Unternehmenssprecher vor die Kamera, fragen die Leute auf der Straße nach ihrer Meinung. Die Chance, in den Medien aufzutauchen, ist stark gestiegen – damit aber oft auch Verunsicherung, Ärger und Enttäuschung. Wer nicht weiß, wie die Medien „ticken“, geht unter. Medienauftritte sind eine Riesenchance für Sie selbst und für Ihr Unternehmen – aber auch gepflastert mit Fallstricken. Machen Sie sich also „medien-fit“!

Wie lauten die „Spielregeln“ der Medien? Wie arbeiten Journalisten? Was müssen Sie beachten, um im Fernsehen und Radio authentisch, unmissverständlich und interessant „rüberzukommen“? Wie gelingt es, in der Zeitung korrekt und ausführlich wiedergegeben zu werden? Was „darf“ man als Interviewter, was sollte man tunlichst vermeiden? Wie gehe ich mit unfairen Fragen um? Und wie ist das eigentlich im Fernsehstudio, mit all dieser Technik?

Das und noch viel mehr erfahren und üben Sie in meinen Seminaren, Einzelcoachings und firmeninternen Trainings. Ich wünsche Ihnen dabei viel Erfolg und Freude!

1. Inhalte Medientraining

Das erste Fernseh-Interviews steht bevor? Ein Interview mit einem Printjournalisten? Eine Talk-Sendung im Radio? Oder eine Pressekonferenz zu einem aktuellen Thema?

Beim Medientraining werden alle relevanten Aspekte rund um Ihren Auftritt analysiert und geübt - von der prägnant formulierten Botschaft über die häufigsten Frage-Strategien bis hin zum mediengerechten Outfit. Sie erkennen im Videofeedback, wie wichtig zielgruppenorientiertes Wording und klare Botschaften sind und wie stark Körperhaltung, Stimmeinsatz und Bildhintergrund Ihr mediales Gesamtbild beeinflussen. Sie erhalten Checklisten, wie Sie sich optimal auf den nächsten Medienauftritt vorbereiten; Sie erfahren, wie Medien und Journalisten "ticken" und wie Beiträge für TV, Radio und Print entstehen. Und vor allem: Sie üben, üben, üben ...

Sie profitieren von meiner langjährigen Erfahrung als Journalistin und Trainerin: 16 Jahre als Journalistin beim ORF haben mich gelehrt, mich rasch auf die unterschiedlichsten Themen - Wirtschaft, Politik, Medizin ... - einzustellen. Das macht meine Medientrainings doppelt effizient: In den Übungs-Interviews schlüpfte ich in die Rolle der versierten Journalistin und frage Sie kritisch und punktgenau; in der Analyse im Anschluss erhalten Sie mein Feedback als langjährige Medientrainerin.

2. Mögliche Bausteine eines Medientrainings:

- So bereiten Sie sich auf einen Auftritt in den Medien vor
- Wie sage ich es prägnant, überzeugend - und v.a. kurz?
- Botschaft - "Sager" - Statement
- ABZ®-Technik für medienadäquate Kurz-Statements
- Überzeugende und authentische Körpersprache
- Die häufigsten Frage- und Antworttechniken beherrschen
- Die Do's & Dont's im Fernsehstudio
- Die Arbeitsweise von Journalisten
- Spezifika: gebauter Bericht, Meldungsfilm, Interview, Live-Schaltung, Statement etc.
- Produktiver Umgang mit Lampenfieber und Stress
- Optimales Outfit, stimmige Stimme, passender Bild-Hintergrund
- Üben Sie: das Statement, das Interview, die Pressekonferenz, die Talksendung

3. Settings:

3.1 Firmeninternes Medientraining - maßgeschneidert, diskret und effektiv

- Höchste Individualität und Effektivität: Wir trainieren punktgenau Ihre Fragen und Anliegen rund um den bevorstehenden Medientermin.
- Diskretion im vertraulichen Rahmen: Innerhalb eines Unternehmens können auch hochsensible Themen diskutiert werden.
- Falls gewünscht, üben wir mit einem professionellen ORF-Kamerateam unter Real-Bedingungen.
- Wunschtermin und Wunsch-Location: Sie wählen den für Sie optimalen Zeitpunkt und den besten Ort - egal ob ein Seminarhotel oder Räumlichkeiten in Ihrer Firma.

3.2 Einzelcoaching - Sie stehen im Mittelpunkt

Gerade im Falle eines Medientrainings für ein bevorstehendes Interview o.ä. entscheiden sich viele Kunden für ein individuelles Einzelcoaching - und dies zu Recht: Niemand, der beim ersten Probe-Interview vor der Fernsehkamera über die Schulter blickt; alle Zeit der Welt, um ein Interview oder

eine Pressekonferenz in aller Ruhe durchzuspielen; die nötige diskrete Atmosphäre, um auch heikle und sensible firmeninterne Themen anzusprechen.

- Sie und Ihr Anliegen stehen zu 100 Prozent im Mittelpunkt
- Hoher Lerneffekt in kürzester Zeit
- Abend- oder Wochenendtermine möglich

3.3 Offene Seminare - Motivation und Spaß in der Gruppe:

Die offenen Seminare sind das ideale Setting für all jene, die sich mit der Thematik "Souverän vor Kamera und Mikro" einen intensiven Tag lang beschäftigen und dabei die "Basics" erlernen möchten.

- Hoher Lernerfolg durch wenige Teilnehmer (max. 6-8 Teilnehmer)
- Interessante Kontakte und Begegnungen
- Feedback im geschützten Rahmen
- Alle in einem Boot - das schafft eine positive Gruppendynamik