

Medientraining mit Videofeedback
"Es gilt das telegen gesprochene Wort!"
2 Tage a 4 x 90 Minuten Einheiten

2. Tag
Dispo

I. / 08:30 Uhr - 10:00 Uhr

warm up:
Schwelltonvermögen und Körperübungen
Einsprechen: Zungenbrecher
Technik und Stil: Textpräsentationen in
verschiedensten Ansprechhaltungen
mit Kamera AZ
Gestaltungselemente eines Textvortrages,
Versprechermanagement

II. / 10:20 Uhr - 11:50 Uhr

Interviews- Präsentationen und
Videofeedback
Nach Auswertung evtl. Wiederholung

III. / 12:30 Uhr - 14:00 Uhr

Dialektischer Fünfsatz, Rhetorik, Kinesik
Anwendung an akt. polit. Fragestellungen
Präsentation mit Kamera AZ
Auswertung

IV. / 14:20 Uhr - 16:00 Uhr

Sprechen auf Stichwort
Auswertung der Statements des 1. Tages
Anmoderation 20 sec zu einem Thema
freier Wahl

Auftakt Gutzeit CD

Position 5.

Schwelltonvermögen (Lautstärke)

Lautstärkeregelung benötigen Sie einerseits zum Variieren der Stimmelmelodie für abwechslungsreiches, interessantes Sprechen. Andererseits gibt es manchmal in Sprechsituationen Hintergrundlärm oder ungünstige Raumakustik. Für diese Fälle sollten Sie in der Lage sein, lauter zu sprechen, ohne das Stimmsystem zu überlasten.

Das Lautwerden wird primär über den Atemdruck trainiert. Den Kehlkopf sollten Sie nicht pressen. Deshalb beginnen wir mit einem Ton auf O in Ihrer individuellen Sprechstimmelage, sehr sehr leise, werden lauter und anschließend wieder leiser. Das Wichtigste dabei ist, der Ton darf die Tonhöhe nicht verändern; Sie sollten immer auf einem Ton in Ihrer Indifferenzlage bleiben.

Den Körper kennen lernen

Allgemeine Übungen

A:

Kreuz und Kreis :

Im Stehen: Mit der rechten Hand / rechten Arm einen Kreis beschreiben. Nach Belieben klein oder groß. Danach mit der linken Hand ein Kreuz schlagen.

Und nun: beides zugleich!

B:

Variante Kreuz und Kreis:

Mit dem rechten Fuß einen Kreis zeichnen. Dann mit der rechten Hand den eigenen Vornamen in die Luft schreiben. Und nun: beides zugleich!

Etwas leichtere Variante:

Den Kreis mit dem linken Fuß zeichnen und mit der rechten Hand den Namen schreiben.

C:

Hypnotisieren:

Zwei Teilnehmer stehen sich gegenüber. Der „Hypnotiseur“ hält dem anderen die Hand ganz nah vor das Gesicht, bewegt sie von oben nach unten, von unten nach oben, nach rechts und links, vor und zurück, senkrecht, waagrecht und schräg. Der „Hypnotisierte,, muss der Hand im gleichen Abstand mit dem Gesicht folgen. Der Hypnotiseur darf seine Hand nicht zu rasch bewegen, damit der Hypnotisierte immer folgen kann. Es sollen aber auch keine Pausen entstehen.

Der Hypnotiseur animiert seinen Partner, alle möglichen bequemen und unbequemen Positionen einzunehmen, z.B. zwischen seinen Beinen hindurch zu kriechen etc.

Spiegelübungen:

A:

Einfaches Spiegeln:

Wir stehen uns in zwei Reihen gegenüber und blicken unserem Gegenüber in die Augen.

Spiegel und Gespiegelte. Jeder Gespiegelte bewegt sich vor dem Spiegel, verändert seinen Gesichtsausdruck. Der Partner gegenüber, der Spiegel, reproduziert alles so genau wie möglich. Keine Aggression! Kein Karikieren! Keine heftigen Bewegungen, die im Spiegel nur schwer nachvollziehbar sind.

Erstrebte werden möglichst synchrone Bewegungsabläufe, sodass der Zuschauer Nachahmer und Nachgeahmten kaum auseinander zu halten vermag. Die Bewegungen sind langsam und fließend, damit der Spiegel sie mühelos nachvollziehen, am besten vorausahnen kann.

Gucken

Zwei Personen sitzen auf zwei Stühlen. Die anderen Personen studieren diese zwei genau, prägen sich jedes Detail ein - 1 Minute Zeit - und gehen hinaus. Nun verändern die beiden

"Stuhlsitze " 4 - 5 Details an ihrer Haltung oder / und ihrem Äußeren.

Der kleine Finger der sonst geschlossenen Finger an der linken Hand könnte abgespreizt werden, eine vor dem Ohr befindliche Haarsträhne könnte hinter das Ohr

gestrichen werden, ein geschlossener Schnürsenkel kann geöffnet werden, die fest aufeinander gepressten Lippen könnten einen Spalt geöffnet werden. Nun kommen die anderen Personen wieder hinein und bemerken - hoffentlich - die Veränderungen. (Varianten: In der Gruppe oder einzeln) Sie bringen die "Stuhlsitze " wieder in ihre Ausgangspositionen zurück.

Auswertung.

Rollentausch.

Training, Wiederholung wenn " Bemerkquote " zu gering.

I./2. 09:15 Uhr - 10:00 Uhr

[Einsprechen](#)

CD Martini Zungenbrecher sprechen (alle zusammen)

Position 33

Zungenbrecher

33 / A

**Da wir nicht in Baden Baden baden,
darf ich Euch in Baden Baden in einen Schokoladenladen laden.**

34 / Ä

Bären essen Äpfel nicht, Äpfel essen Bären nicht.

35 / E

Elektrizitätswerksdirektor

36 / I

Iris irrt irre im Irrgarten, denn Iris trinkt immer irre viel Bier.

37 / O

**Ob Opa in Oberammagau oder ob Opa in Unterammagau wohnt,
oder ob Oma in Oberammagau oder ob Oma in Unterammagau
wohnt, ist nicht gewiß.**

38 / Ö

**Öffner öffnen öfter die Öfen als den Öffnern das Öffnen der Öfen
lieb ist.**

39 / U

Kunst und Kultur rund um die Uhr.

40 / Ü

**Kühl ist es wenn statt schwül kühl ist,
und schwül ist es wenn statt kühl schwül ist.**

15.

Doppellaute

41 / Ai / Ei

Eile mit Weile, eile im Mai mit Weile.

42 / Au

Au schreit die Katze, miau macht sie ganz laut.

43 / Äu / Eu

**Träume sind wie Schäume und Schäume sind wie Träume.
Eulen in Äupen kreuchen und fleuchen, weil wir sie scheuchen.**

44 / Konsonant B

Blaukraut bleibt Blaukraut und Brautkleid bleibt Brautkleid.

45 / D

**Der dicke Dachdecker deckt Dir dein Dach,
drum danke dem dicken Dachdecker,
dass der dicke Dachdecker Dir dein Dach deckt.**

46 / F

Fünf fette Ferkel fangen flink fette flotte flinke Fliegen.

47 / G

**Gips gibt's in der Gipsfabrik,
gibt`s keinen Gips in der Gipsfabrik,
gibt `s keinen Gips.**

48 / H

**Hinter Hansens Haus hab ich hundert Häschen heulen und husten
gehört.**

49 / J

**Jeder wird jedem jenes und jedes geben.
Jenes und jedes wird jeder jedem geben.**

50 / L

**Liebe Lilli Lehmann ,
leih` mir dein leinernes Wollläppchen.**

51 / M

Meine Muhme Minna Neumann nahm in Memmingen eine Menge neuer Meinungen an.

52 / N

**Nanni, Nanni, nimm den Rat an:
Nun und nimmer neck` den Nathan.
Nämlich Nathan schnappt noch zu
Nach Nase und nach Hand im Nu.**

53 / P

**Papperlappap.
Pappplakat.
Paule Popp putzt poppige putzige pinkene Pumps.**

54 / Q

**Quark ist Quark.
Und quaken ist quaken.**

55 / R – vorderes rollendes Zungen R

R – Hinteres Zungen R

**Rolle rolle, rundes Rad,
Rauf und runter, krumm und grad.**

56 / S

Süße Susi, sag mal süß – saure Sahne

57 / Ch / Sch

Der Fischer verkauft Räucherfisch und fischte frische Fische aus den Räuchenberger Teichen

58 / Sp

Spornstreichs springen beanspruchte Sportler wie Spatz und Sperber springen.

59 / St

Ist die Streusalzsteuer teuer, zahlt der Streusalzstreuer keine Steuer.

Also zahlt der Streusalzstreuer keine Streusalzstreuersteuer.

60 / Tü

Tausend Typen tragen tausend Tüten, tausend Tüten werden von tausend Typen getragen.

61 / Tr / kr

Die Katze tritt die Treppe krumm.

62 / V

Vierundvierzig Vogelväter rechnen mit ihren vielen vielen kleinen Vogelkindern, wieviel vier Vogelkinder mal vier Vogelkinder sind.

63 / W

Wir Wiener Waschweiber würden weiße Wäsche waschen, wenn wir wüssten, wo warmes weiches Waschwasser wär.

64 / X / Chs / Sk

**Der Whiskeymixer mixt den Whiskey im Whiskeymixer,
im Whiskeymixer mixt der Whiskeymixer den Whiskey.**

65 / Z

**Zwischen zwei Zwetschgenzweigen zwitschern zweiundzwanzig
Zeisige,
zweiundzwanzig Zeisige zwitschern zwischen Zwetschgenzweigen.**

Übungen zur Sprechtechnik

Dieser Text ist ein einziger Satz, aber natürlich nicht ein einziger Gedanke. Teilen Sie den Satz ein und sprechen Sie ihn so, dass man ganz entspannt mitbekommt, worum es da geht.

Wenn man die nun wichtige Rolle betrachtet, welche die Geschlechtsliebe in all ihren Abstufungen und Nuancen, nicht bloß in Schauspielen und Romanen, sondern auch in der wirklichen Welt spielt, sich als die stärkste und tätigste aller Triebfedern erweist, die Hälfte der Kräfte und Gedanken des jüngeren Teiles der Menschheit fortwährend in Anspruch nimmt, das letzte Teil fast jeden menschlichen Bestrebens ist, auf die wichtigsten Angelegenheiten nachteiligen Einfluss erlangt, die ernsthaftesten Beschäftigungen zu jeder Stunde unterbricht, bisweilen selbst die größten Köpfe auf eine Weile in Verwirrung setzt, sich nicht scheut, zwischen die Verhandlungen der Staatsmänner und die Forschungen der Gelehrten störend mit ihrem Plunder einzutreten, ihre Liebesbriefchen und Haarlöckchen sogar in ministerielle Portefeuilles und philosophische Manuskripte einzuschieben versteht, nicht minder täglich die verworrensten und schlimmsten Händel anzettelt, die wertvollsten Verhältnisse auflöst, die festesten Bande zerreißt, bisweilen Leben oder Gesundheit, bisweilen Reichtum, Rang und Glück zu ihrem Opfer nimmt, ja den sonst Redlichen gewissenlos, den bisher Treuen zum Verräter macht,

demnach im Ganzen auftritt als ein feindseliger Dämon, der alles zu verkehren, zu verwirren und umzuwerfen bemüht ist - da wird man veranlasst auszurufen:

Wozu der Lärm ?

Wozu das Drängen, Toben, die Angst und die Not ?

Es handelt sich ja bloß darum, dass jeder Hans seine Grete findet.

Im nächsten Text geht es um englische Ausdrücke in einem deutschen Text. Es sollte so klingen, als ob da ein wirklicher Fachmann spricht, der sich nicht durcheinander bringen lässt, sondern stets kompetent ist.

Alle auf Zwei / Sechsendachtzig basierenden Kommunikationsprodukte, einschließlich des SNA Gateways und der Netware Link Router können weiterhin im Netware Drei / Sechsendachtzig LAN zusammenarbeiten. Hinzu kommt in diesem Herbst noch ein neues Produkt: Der Communications Server. Er bietet als erstes Modul Zugriff auf IBM - Großrechner an. Bis zu 1000 Sessions können gleichzeitig auf SNA - und AS - vierhundert Hosts getätigt werden. Als Arbeitsplatzrechner werden Dos, Macintosh, UNIX, und Windows Stationen unterstützt.

Die Begriffe im folgenden Text sind so schwierig, dass die Aufgabe schon gelöst ist, wenn Sie es schaffen, den Text flüssig durchzusprechen. Versprechen Sie sich oder müssen Sie lange Pause machen, kein Problem! Einfach weiter üben.

In der vorliegenden Arbeit werden die physikalisch - chemischen Eigenschaften homologer quartärer Ammoniumverbindungen vom Typ der Cholinesterbromide untersucht. Im Hinblick auf ihre Resorption in - vivo aus dem Gastrointestinaltrakt werden Verteilungsversuche in Mehrkompartimentensystemen - Wasser / n - Octanol bzw. Wasser / n - Octanol / Wasser - vorgenommen und die Ionenpaardissoziationskonstanten in n - Octanol und seinen Wassermischungen, sowie die Verteilungskoeffizienten und Phasenübertrittsgeschwindigkeitskonstanten der eingesetzten Homologen bestimmt

Eine Sammlung der schönsten Schnellsprechsätze. Lesen Sie die Sätze in Ruhe und vor allem flüssig durch! Lesen Sie laut! Murmeln bringt Sie nicht weiter. Diese Übungen trainieren Ihre Sprechtechnik ganz hervorragend.

Wenn ein Dutzend nuschelnde Duzer dutzende Nuschler nuschelnd duzen, nuscheln die Duzer duzend dolle.

Auf den sieben Robbenklippen sitzen sieben Robbensippen, die sich in die Rippenstippen, bis sie von den Klippen kippen.

Zwischen zwei Zwetschgenzweigen zwitschern zwei Schwalben, zwei Schwalben zwitschern zwischen zwei Zwetschgenzweigen.

Zwei Schweizer Schwertschweißer schweißen schwitzend Schweizer Schwerte. Schweizer Schwerte schweißen schwitzend zwei Schweizer Schwertschweißer.

Wer gegen Aluminium minimal immun ist, besitzt Aluminiumminimalimmunität. Alluminiumminimalimmunität besitzt, wer gegen Aluminium minimal immun ist.

Ludwig Leckermann aus Neck am Leck leckt leckere Lollies. Leckere Lollies leckt Ludwig Leckermann aus Leck am Neck.

Österreichisch " Tschüß " heißt tschechisch " Tschö ". Tschechisch " Tschö " heißt österreichisch " Tschüß ".

Tschechische Chefchemiker auf griechischen Passagierschiffen.

Kauend klaut Klaus Labskaus.

Blaue Blumen blühen bunter als braune Blumen, und braune Blumen blühen bunter als blaue Blumen.

Hinter Hermann Hannes Haus hängen hundert Hemden raus , hundert Hemden hängen raus, hinter Hermann Hannes Haus.

In Ulm und um Ulm und um Ulm herum.

Welcher Metzger wetzt sein Metzgermesser am Wetzstein des Metzgermeisters ?

Achtundachtzig achteckige Jackenknöpfe.

Lila Flanellläppchen. (10 x)

Der Leutnant von Loiten befahl seinen Leuten nicht eher zu läuten, bis der Leutnant von Loiten seinen Leuten das Läuten befahl.

Im dichten Fichtendickicht nicken dicke Fichten tüchtig.

Sieben Zwerge machen Handstand , drei im Wandschrank, vier am Sandstrand.

Sensitive Selektionssimulatoren sondieren sogar sekundär – strukturierte Sonarselektoren , sogar sekundär – strukturierte Sonarselektoren sondieren sensitive Selektionssimulatoren.

Der Whiskeymixer mixt Whiskey. Whiskey mixt der Whiskeymixer.

Der Kaplan klebt Pappplakate an.

Es klapperten die Klapperschlangen, bis ihre Klappern schlapper klangen.

Leicht bröckelt die Rinde der breitblättrigen Linde.

Messwechsel - Wachsmaske, Wachsmaske - Messwechsel.

Spröde Schöne, sei mir nicht böse, wenn ich die Öse, die störende, löse.

Wenn die fischenden Floßflussfloßfahrer aus den Floßflüssen Fische fischen, sind`s nicht Floßfische, auch nicht bloß Fische, es sind Floßflussfische. Es sind Flossenfische, also sind es Floßflussflossenfische.

Die Streusalzstreuer zahlen heuer keine Streusalzstreuersteuer.

Basken, die Taxen wachsen, flachsen beim Wachsen der Baskentaxen. Beim Wachsen der Baskentaxen flachsen Basken, die Taxen wachsen.

Welche der folgenden Wortpaare werden unterschiedlich ausgesprochen?

Weg	weg
wegen	wägen
sucht	Sucht
fang	Fink
herzog	Herzog
Uhrteil	Urteil
Vetter	fetter
Busse	Buße
bis	Biss
das	dass
tagt	Takt
mehr	Meer
Verse	Ferse
wieder	wider
Schoß	schoss
man	Mann
Ehre	Ähre
hält	Held
fällt	Feld
Stelle	Ställe
rußen	Russen
bohrt	Bord

Es gibt 5 Möglichkeiten, ein CH zu sprechen:

ICH - CH, wie in	ich, ärgerlich, Sicht oder China
ACH - CH, wie in	Dach, machen oder Schacht
CH - CK, wie in	Chaos oder Christine
CH - SCH, wie in	Champagner oder Champignon
CH - TSCH, wie in	Chile, Couch oder Churchill

Nun lesen Sie einmal laut vor:

Du wachst die ganze Nacht, aber Du wachst als nächstes die Skier. Dabei sprichst und fluchst du ja immer über den Luchs.

Versuchen Sie, den folgenden Text fehlerfrei vorzulesen. Ein Tipp:

Bei langen, schweren, komplizierten oder scheinbar unaussprechlichen Wörtern hilft es, sich diese so aufzuschreiben, dass sie zu leicht übersehbaren Mosaiksteinen werden.

Sommermädchenküssetauschelächelbeichte

**An der Murmelrieselplauderplätscherquelle
Saß ich sehnsuchtstränentröpfeltrauerbang :
Trat herzu ein Augenblinzeljungeselle
In verweg`nem Hüfteschwingeschlendergang,
Zog mit Schäkerehrfurchtsbittegrußverbeugung
Seinen Federbaumelriesenkrempeuhut -
Gleich verspürt`ich Liebeszauberkeimeneigung,
War ihm zitterjubelschauerherzensgut !
Nahm`er Platz mit Spitzbubglücketückekichern,
Schlang um mich den Eisenklammermuskelarm :
Vor dem Griff, dem grausegruselsiegessichern,
Wurde mir so zappelselig siedewarm !**

Und er rief : " Mein Zuckerschnuckelputzelkindchen,
Welch ein Schmiegeschwatzeschwelgehochgenuss ! "
Gab mir auf mein Schmachteschmollerosenmündchen
Einen schnurrbartstachelkitzelkosekuss.
Da durchfuhr mich Wonneloderflackenfeuer -
Ach, das war so überwinderwundervoll....
Küßt` ich selbst das Stachelkitzelungeheuer,
Sommersonnenrauschverwirrungsrasetoll !
Schilt nicht, Hüselkeifewackeltrampeltante,
Wenn dein Nichtchen jetzt nicht knickeknirschekniet,
denn der Plauderplätscherquellenunbekannte
Küsste wirklich wetterbombenexquisit !

(Hans vom Gumpenberg)

Die Gestaltungselemente für einen Textvortrag sind:

1.
Betonungen
2.
Pausen
3.
Tempo
4.
Lautstärke
5.
Melodie
6.
Stimmlage
7.
Rhythmus
8.
Stimmfarbe

Für Nachrichten gilt:

Klare Gliederung durch Pausen und Betonungen. Sachlicher Gestus. Keine Bögen, keine Schnörkel.

Das betrifft auch Arbeitsaufträge, Verkehrshinweise, Dienstanweisungen, Erklärungen technischer Abläufe.

Für den Wetterbericht folgendes:

Hier geht es über die sachliche Information hinaus auch darum, Gefühle / Emotionen zu erwecken. (Freude auf Ausflugswetter / Sonne etc.) Das eine oder andere Gestaltungselement kann, dem Sender und journalistischen Umfeld entsprechend, eingesetzt werden.

Überschriften :

Sollten so gesprochen werden, dass klar ersichtlich ist, dass dies die Ankündigung ist für etwas, was wichtig ist. Lassen Sie nach der Überschrift immer eine kurze Pause

(1- 2- 3), denn das macht den nachfolgenden Text wichtiger.

Eigennamen

Ob fremdsprachige Wörter so original wie möglich ausgesprochen oder eingedeutscht werden, entscheidet meist die Chefredaktion. Es gilt die Formel " So original wie möglich, aber so deutsch wie nötig ".

Die richtige Aussprache recherchieren:

Zentrale Aussprachedatenbank beim Hessischen Rundfunk. Online zugänglich aus allen Anstalten der ARD.

Agence France Presse (AFP) Phonetik Liste zur Aussprache internationaler Orts- und Personennamen. Vierteljährliche Zusammenstellung, veröffentlicht jeweils am Beginn eines Quartals im deutschen Dienst der AFP.

Versprecher

Am besten einfach korrigieren und kommentarlos weitersprechen.

Finden Sie *nach* der Sendung heraus, warum Sie sich versprochen haben.

Versuchen Sie, die Ursache (unkonzentriert, abgelenkt, aufgereggt, unsicher o. ä.) beim nächsten Mal schon vorher abzustellen / auszuschalten.

Dass einem Versprecher der Nächste auf dem Fuße folgt, ist leider ein Gesetz der Serie. Deshalb keine Panik und während des Sprechens nicht darüber nachdenken. Erst danach: Analyse und Prävention für das nächste Mal. Dann zu den Akten legen, sich nicht damit belasten, stattdessen konkret und praktisch üben.

Warm sprechen!

Sprechen Sie, summen Sie, machen Sie Sprachübungen und unterhalten Sie sich.

Gehen Sie niemals uneingesprochen vor die Kamera oder hinter das Mikrofon.

Teilen Sie sich lange, schwere Wörter in einzelne Silben-Bestandteil auf.

Üben Sie

Elek - trizi - täts - werke

und

Per - chlor - ätylen - dämpfe

solange, bis Sie gar nicht mehr anders können, als fehlerfrei und flüssig zu sprechen.

Gestalten Sie die Texte nie unabhängig vom Inhalt!

II./ 10:20 Uhr - 11:50 Uhr

[Interviews](#)

mit Kamera AZ und Auswertung

Präsentation

Rückspiel

Auswertung

3 x 2er Gruppen.

Achtung:

Es könnten unangenehme Zwischenrufe / Fragen kommen:

Wie gehen Sie damit um?

(Pannen- und Krisenmanagement, Konfrontatives Kameratraining, Unsachliche Taktiken und Fangfragen frühzeitig erkennen und abwehren)

Oft sind es nur ein paar Sekunden, die über Ihre Karriere entscheiden. Nutzen Sie diese, in dem Sie Ihre beste audiovisuelle Performance abliefern, wenn es darauf ankommt.

Dies gilt für den Interviewer genauso wie für den Interviewten.

Seien Sie unüberhörbar, mitreißend, ehrlich, authentisch und offensiv. Setzen Sie all das um, was Sie in den letzten beiden Tagen gelernt haben.

Inhalt und Ausdruck müssen eine kongruente Einheit bilden - nur so können Sie uns überzeugen und Ihre Gedanken und Überzeugungen glaubwürdig transportieren.

Lenken sie Ihren Stress und das Lampenfieber positiv um.

Bedenken Sie, dass Sie - im Close up bzw. Halbtotale agieren / Studio / 2 Leute

Mittagspause

11.50 Uhr - 12.30 Uhr

III./1.12:30 Uhr - 13:15 Uhr

Dialektischer Fünfsatz

Einführung

vorab:

Was ist eigentlich Rhetorik?

Rhetorik, von griechisch: Redner. Bezeichnet jede allgemein reflektierte oder intuitiv entwickelte Technik wirkungsvollen Redens

Im Brockhaus steht: Rhetorik ist die Kunst, gut zu reden.

Die Kunst zu überzeugen und auch mit schwierigen Gesprächspartnern zurecht zu kommen gehört zu den Fähigkeiten, die Schlüsselcharakter haben. Das gilt für den privaten wie auch für den beruflichen Bereich. Wenn Sie das rhetorische und

argumentative Handwerkszeug beherrschen, werden Sie Ihre Ziele und Interessen eher verwirklichen können.

In persönlichen Gesprächen, in Diskussionen und Besprechungen genauso wie beim Telefonieren oder Präsentieren.

Was bedeutet eigentlich Überzeugen? Im Alltag geht es darum, einen oder mehrere Gesprächspartner zur inneren Annahme Ihrer Idee, Ihrer Vorstellungen oder Ihres Standpunktes zu bewegen.

Und zwar durch eine zielgerichtete, sachlich fundierte und psychologisch geschickte Argumentation, aber auch durch ein sicheres Auftreten. Wichtige Erkenntnisse finden Sie in der Dialektik.

Diese Disziplin beschäftigt sich systematisch mit der Frage, wie man andere mit den Mitteln der Argumentation überzeugt. Aber das ist heute nicht unser Thema.

Noch ein wichtiger Fachbegriff in diesem Zusammenhang: Kinesik.

Dies ist eine *angewandte Ausdruckspsychologie* und beschäftigt sich mit der *Beschreibung und Erklärung körpersprachlicher Signale*.

Die Kinesik hat für Sie eine doppelte Bedeutung:

Erst einmal für Sie als Sprecher. Was können Sie tun, um sicher zu erscheinen?

Was ist im Hinblick auf Stand, Haltung, Gestik und Mimik zu bedenken, ehe Sie vor die Kamera gehen?

Zum anderen hilft Ihnen die Lehre von der Körpersprache zu erkennen, ob Ihre Gesprächspartner oder Zuhörer Offenheit, Interesse und Zuwendung oder Widerstand und Bedenken signalisieren. Daran haben wir in den beiden Tagen bereits gearbeitet.

Ob und in welchem Maße Sie als überzeugend wahrgenommen werden, hängt maßgeblich von der *inhaltlichen Substanz Ihrer Argumentation* ab und *der Art*

Dazu gehören diese 9 Bausteine.

1- *Selbstvertrauen*

2- *Faktoren menschlicher Überzeugungskraft*

- 3- *Selbstdarstellung und Rhetorik*
- 4- *Vorbereitung*
- 5- *Regeln überzeugender Argumentation*
- 6- *-Fünfsatztechnik und 30 Sekunden*
- 7- *Fragetechnik*
- 8- *Einwandtechnik / Aktives Zuhören*
- 9 *Unfaire Techniken erkennen und abwehren*

Konkrete Anwendungssituationen sind zum Beispiel:

Gespräche führen, In Diskussionen bestehen, Telefonieren, Besprechungen realisieren, erfolgreich präsentieren, sachgerecht verhandeln und – natürlich vor der Kamera moderieren.

Ich möchte Ihnen zunächst Baustein 6 –

Fünfsatztechnik und max. 45 Sekunden - darlegen:

„Fünfsätze“ sind gedankliche Bausteine, die es erlauben, in fünf Denkschritten (daher:Fünf-Satz) kurz, logisch folgerichtig, einprägsam und zielgerichtet zu argumentieren.

Die Fünf Schritte sind sinnvoll, weil:

Mit dem *ersten Denkschritt* lenken Sie die Aufmerksamkeit des Gesprächspartners auf Ihren Diskussionsbeitrag,

Im *3 fach gegliederten Mittelteil* führen Sie die eigentliche Beweisführung durch. Zum

Beispiel

Gegenüberstellung der Vor – und Nachteile

Pro Kontra Argumente

Eigenes Urteil

Zum Schluss wird der Kerngedanke in *einem Ziel – oder Zwecksatz* zugespitzt und einprägsam zusammengefasst-

Beim dialektischen Fünfsatz entwickeln Sie den eigenen Standpunkt schrittweise durch Abwägung, Für und Wider.

Durchführung des dialektischen Fünfsatzes zum Thema Rauchen:

1. *Gern sage ich meine Meinung zum Thema Rauchen am Arbeitsplatz.*
2. *Für das Rauchen wird häufig angeführt.....Als weiteres Argument*
3. *Gegen das Rauchen spricht vor allem.Hinzu kommt*
4. *Daraus kann nur folgen: Es muss und sollte so und so sein.*
5. *Daher mein eindringlicher Appell an Sie.....message / Statement*

Und warum nun 30 bis max. 45 Sekunden?

Zeit ist knapp. Für Sie genauso wie für Ihren Gesprächspartner. Wer ärgert sich nicht über zu lange Wortmeldungen, Vielredner, den fehlenden roten Faden in Gesprächen und Besprechungen, langatmige Telefonate und andere Zeitfresser.

In der *Psychologie des Behaltens* gibt es die Erkenntnis, dass die durchschnittliche Aufnahmefähigkeit des Menschen etwa 30 Sekunden beträgt. Nach dieser Zeitspanne neigen viele Zuhörer dazu, sich anderen Reizen oder Themen zuzuwenden. Die Aufmerksamkeit schwindet.

Je mehr Sie reden, um so größer ist die Gefahr, dass Sie überflüssige Sachen sagen und durch Vielreden Sympathie verlieren.

Fast alle Werbespots in Fernsehen und Radio dauern maximal 30 Sekunden, meist jedoch nur knapp die Hälfte. Lange Spots wären für die meisten „Werber“ auch zu teuer, aber davon abgesehen bringt es keinen Effekt, Spots über die 30 Sekunden Marke hinaus zu strecken.

III./2. 13:15 Uhr - 14:00 Uhr

Anwendung Rhetorik

Wir arbeiten in 2 er Gruppen / andere Paarungen als die Interviewteams;
Sie als Team sind 2 Seiten einer Medaille, jeweils 1 Pro Vertreter, 1 Contra Vertreter zu einer Fragestellung.

Themenbeispiele:

Thema 1:

Die Futtermittelhersteller, die verantwortlich sind für den Dioxin Skandal, müssen hart bestraft werden!

Thema2:

Private Flüge sollen – wegen des Kerosinausstoßes und der Umweltverschmutzung – verboten werden!

Thema 3:

Soll der Bundespräsident künftig direkt vom Volk gewählt werden?

Thema 4:

Für das Abspielen deutscher Musik / deutscher Texte im Hörfunk muss es eine Quotenregelung geben.

Thema 5:

Dopingsünder im Leistungssport müssen zu Gefängnisstrafen verurteilt werden!

Thema 6:

Das Tragen aller religiösen Symbole soll in der Öffentlichkeit verboten werden!

Thema 7:

Das private Surfen und mailen während der Arbeitszeit ist ein grundlegendes Recht auf Information und muss gestattet sein!

Thema 8:

Das Caroline Urteil muss außer Kraft gesetzt werden !

Beispiel für **NEIN:**

Meine Damen und Herren,

1. Thema nennen

Unser Thema heute: Das Caroline Urteil muss außer Kraft gesetzt werden.

2. Standpunkt / 1 – 2 PRO Argumente

Selbstverständlich NEIN.

Selbstverständlich hatte der Europäische Gerichtshof im Mai 2004 Recht mit dieser Festlegung: Auch Prominente sind Menschen, deren Privatleben, sofern nicht von gesellschaftlicher Relevanz, für die Öffentlichkeit tabu sein sollte. Diese Einschränkungen sind wichtig, richtig und nötig, um die Presse und die Leser vor ihrer ungesunden Sensationsgier zu schützen.

3. CONTRA / ad absurdum führen / 1 – 2 Argumente

Nun schrie die sensationslüsterne Boulevardjournaliste natürlich sofort auf und zog mit der viel zu oft falsch verstandenen Pressefreiheit ins Feld.

Aber meine Damen und Herren, wollen wir wirklich wissen, dass Paul Mc Cartney seine EX Heather misshandelt und gedemütigt hat?

4. Zusammenfassung / Synthese

Besinnen wir uns statt Boulevard auf Kunst, sprich: Goethe: Edel sei der Mensch, hilfreich, gut und vor allem kultiviert und diskret.

5. message / Appell / Aufforderung

Deshalb mein Appell an Sie:

Das Caroline Urteil ist gut und muss bleiben!

Beispiel für **JA**:

Meine Damen und Herren,

unser Thema heute: Das Caroline Urteil muss außer Kraft gesetzt werden ?!

Mein Standpunkt: JA.

Dieses Schandurteil muss natürlich weg, denn wo leben wir denn?

Wir alle haben ein Recht auf umfassende und detaillierte Berichterstattung, und Einschränkungen im Informationsrecht und der Pressefreiheit sind unerträglich diktatorisch!

Über Prominente – als Prototypen der menschlichen Spezies – wollen und müssen wir alles wissen. Natürlich auch, mit welchen Waffen hier Rosenkriege stattfinden.

Das Leben ist kurz genug, viel zu kurz, um sich zu langweilen.

Machen wir aus unserer irdischen Zeit ein aufregendes Fest von Sensationen. Da gerade Promis viel davon zu bieten haben, wollen wir – ohne Vorschriften und Einschränkungen – daran teilhaben.

Das Grundbedürfnis nach umfassender Information darf nicht reglementiert werden.

Deshalb sagen Sie mit mir:

Weg mit dem Caroline Urteil – Klares NEIN dazu!

Wichtig:

Kurze Beiträge, Faustregel: bis max. 45 Sekunden

Fünfsatztechnik nutzen

Prägnanten Satzsatz finden mit der Botschaft / message

„Schlussapotheke“

Was wollen Sie von Ihrem Zuhörer?

Die Antwort auf diese Frage ist Ihr gesuchter Abschluss.

Reihenfolge ist immer:

1.

Einleitung

2.

Einerseits – JA

3.

Andererseits – Einwand

4.

Meine Meinung ist (deshalb) so und so

5.

Appell: Ich will, dass Sie sich anschließen.

Präsentationen mit Kamera AZ

Beurteilung:

Rhetorische Fähigkeiten

Zeitmanagement / Zeitgefühl

Körpersprache

Vermittlung der Kernbotschaft unter Stress

Offensive Gesprächshaltung

Schlagfertigkeit / Sympathie

Emotionen eingesetzt?

Persönlicher Stil?

Redezeit optimal genutzt?

Authentisch und glaubwürdig?

Mitreißend und prägnant?

Treffsichere Botschaft?

Image, outfit und Dresscode - optimal?

Dies sind einige der Kriterien, nach denen Sie nun beurteilt werden.

Wenn Sie statt bei 45 sec bei 1:45 gelandet sind, sich verhaspelt, die Kamera vergessen haben oder einen black out hatten - macht nichts!

Wir sind nicht live und können immer wieder üben, üben, üben.

Wie lerne ich frei zu sprechen?

Und wie werde ich ein guter Moderator?

Die Kommunikation mit dem Fernsehzuschauer ist einseitig -
und dennoch sollte eine Fernsehmoderation ein Dialog sein!

Bei einem Kommunikationsprozess kommen diese drei Komponenten zusammen:

Verbale Aussage

Wortaussage,

Paraverbale Aussage

Ton, bzw. Subtext

Nonverbale Aussage

Körpersprache

Dies alles gilt es, vor der Kamera zu beachten, zu befolgen und in Übereinstimmung zu bringen. Nur dann wirkt man authentisch und überzeugend!

Wer wirken will, muss zu schneller, scharfer Begriffsbestimmung fähig sein.

Fragen Sie einmal einen Redner: "Was verstehen Sie eigentlich unter..." ?

So können Sie mit dieser unauffälligen, aber oft wirksamen Waffe des Rededuells die scheinbare Standfestigkeit Ihres Kontrahenten testen.

Die Erfordernisse von Rede und Verhandlung, ob mit oder ohne Kamera sind :

Definieren, Disponieren, Formulieren, Vortragen.

Das kann man trainieren.

Die Begriffsbestimmung von Dingen und Vorgängen kann man üben.

Jeder weiß, was ein Globus ist.

Jedoch kann nicht jeder, spontan aufgefordert, eine genaue Bestimmung geben und im Augenblick antworten.

[Also, was ist ein Globus?](#)

Teilnehmer denken kurz nach und geben ihre Definition ab.

" Ein Globus ist eine drehbare Kugel mit einem farbig ausgeführten Abbild der Erdoberfläche".

In einem Vortrag oder einer Rede ist es nicht immer nötig, die knappste und schärfste begriffliche Erklärung zu geben. Man sollte jedoch jede grundlegend wichtige Sache veranschaulichen oder umschreiben.

Die Fähigkeit, " aus dem Stand " präzise und knapp zu definieren, sollte man sich dennoch aneignen und trainieren.

Eine Übung, um sich dem freien Sprechen zu nähern, besteht im Sprechen auf Stichwort.

Ein paar Tipps dazu vorab :

Je persönlicher, desto interessanter!

Suchen Sie bei jedem Thema den Bezug zu sich. Holen Sie sich den jeweiligen Gegenstand auf Ihre persönliche Ebene, dann können Sie gut und locker über alles sprechen.

Geben Sie Unwissen zu, aber kommunizieren Sie weiter.

Machen Sie die Übung mit den Stichwörtern so lange, bis Sie das Gefühl haben, sicher zu sein. Der Rest ist dann einfach.

Dass Sie später in einer realen Fernsehsituation keine Stichwörter bekommen, sondern Fragen, Sätze, Gefühle und Ereignisse, ist nur ein gradueller Unterschied.

Puffer: Eventuell Hörbeispiele anspielen:

CD Rossie " Frei sprechen " / Hörbeispiele 1 - 4

Sprechen auf Stichwort :

1. Schiller
2. Ägypten
3. Natronlauge
4. Sex
- 5.

Aufgabe :

Auf Stichwort sprechen / präsentieren, " aus dem Stand ".

Zeitvorgabe bis 45 sec.

Kursleiterin präsentiert mit dem Rücken nach oben liegende Zettel, darauf begriffe wie s.u.

Jeder Teilnehmer kommt nach vorne an`s Pult, zieht einen Zettel.

Inflation

Dioxin Skandal

Relativitätstheorie

Deutsche Bahn

Fußball

Manipulation

Klimawandel

Angela Merkel

Atmung

Indifferenzlage

Die Farbe Blau

Mein Job

Mein Traum

Meine Familie

Brainstorming

black out

Start Up Unternehmen

Close up

Globus

Pressefreiheit

Heinrich von Kleist

Schrott Immobilien

Steuerhinterziehung

Innovation

Präsentation.

Rückspiel

Auswertung.

IV. / 2. 15:00 - 15:30 Uhr Auswertung der statements des 1. Tages

Die Aufgabenstellung am 1. Tag lautete:

Nun meine Fragen:

Was gehört für Sie zum professionellen Medienverhalten?

Wo fühlen Sie sich sicher?

Was beherrschen Sie gar nicht?

Versuchen Sie jetzt bitte, diese 3 Fragen nacheinander als ein Statement innerhalb von 1:30 - 2:00 zu beantworten.

Sie können sich Stichworte dazu notieren.

Versuchen Sie bei der Antwort ohne ähs, Stocker und größere Hänger durchzukommen und blicken Sie während der Antwort der Kamera fest in`s Auge/ Objektiv.

Versuchen Sie, ruhig mit beiden Beinen auf dem Boden zu stehen und so locker, natürlich und authentisch zu sein, als ob Sie mit Ihrem besten Freund reden.

Rückspiel der Aufzeichnungen.

1.

Selbsteinschätzung

2.

Einschätzung durch die anderen Teilnehmer

3.

Beurteilung / Analyse durch die Kursleiterin bezüglich der

Entwicklung,

Stärken,

Schwächen -

analysiert auf:

Rhetorik,

Sprechtechnik,

Sprachstil,

Körpersprache,
Extrovertierheit,
Körpersprache
Vermittlung der Kernbotschaft unter Stress
Formulierungen präzise, medientauglich?
Publikumswirksam?
Offensive Gesprächshaltung
Schlagfertigkeit / Sympathie
Emotionen eingesetzt?
Persönlicher Stil?
Redezeit optimal genutzt?
Authentisch und glaubwürdig?
Mitreißend und prägnant?
Treffsichere Botschaft?

Dreieinigkei von Inhalt/Präsentation und Person?

Jetzt ist es auch Zeit für einige Garderoben - und Schminktippss.....

War Ihr outfit und Dresscode - optimal ? Die Aufzeichnung sagt es uns!

IV. /3. 15:30 Uhr - 16:00 Uhr

Anmoderation 20 sec.
zu einem Thema freier Wahl

So, wie es zu Beginn des 1. Tages warm up hieß - heißt es - nach der Arbeit und dem Heiss Laufen - cool down.

Völlig entspannt und gelöst, weil ja auch schon ein bisschen ermattet von all den Strapazen, überbringen Sie nun Ihrem neuen Freund, der Kamera, eine Videobotschaft, pointierte, geschliffene 20 sec. lang!

Vielleicht erzählen Sie Ihrem neuen Freund etwas über den Stand der Dinge, was die Bauarbeiten an Ihrem Medienhaus betrifft.

Der Keller ist fertig, darauf einen tiefen Flankenatmer?.....

Das Erdgeschoss wunderbar dekoriert, ha, es hat Platz für 1000 Leute und stadionweit hörbare Interviews - darauf ein kräftiges ho ho ho ?.....

Aber auch im Dachgeschoss tun sich unüberhörbare Dinge: Da klebt der Kaplan Pappplakate an und diskutiert mit einer die Treppe krummtretenden Katze über den Dialektischen Fünfsatz.....

Da staunt Ihr neuer Freund und reißt sein Objektiv ganz weit auf, um einen 360% Grad Schwenk durch Ihr neues Medienhaus anzusetzen. Aber Sie, nein, Sie wollen etwas ganz anderes.

Sie winken ihn mit Ihrem Zeigefinger heran, er zoomt schön nah, schon sind Sie beide ganz dicht an dicht - Sie wissen, in der Großaufnahme können Sie mimisch ganz sparsam sein, umso intensiver ist Ihre Artikulation und Atemstütze, wenn Sie zart flüstern:

Du, ich hätte gar nicht gedacht, dass ich Dich so mögen kann und wie schön Du mich abbildest! Ein paar klitzekleine Probleme habe ich aber noch, aber die.....

Und da zieht der Freund Kamera wie jeder echte Freund dezent in die Unschärfe, den Kameraton herunter - und wir Zuschauer?

Respektieren Ihr Geheimnis und freuen uns auf den nächsten Kurs, in dem es wieder heißt:

Es gilt das telegen gesprochene Wort!

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit und Aktivität -

Susanne Schwab

30sec Anmod./ Eröffnung eines workshops

Wecken Sie innerhalb von 30 sec unser Interesse für ein 2 tägiges Medientraining!

Sprechen Sie frei!

Formulieren Sie Ihre Kernbotschaft knapp und klar, nämlich: Teilnehmen, weil:

Achtung:

Oft sind es nur ein paar Sekunden, die über Ihre Karriere entscheiden. Nutzen Sie diese, in dem Sie Ihre beste audiovisuelle Performance abliefern, wenn es darauf ankommt.

Seien Sie unüberhörbar, mitreißend, ehrlich, authentisch und offensiv. Setzen Sie all das um, was Sie in den letzten beiden Tagen gelernt haben.

Inhalt und Ausdruck müssen eine kongruente Einheit bilden - nur so können Sie uns überzeugen und Ihre Gedanken und Überzeugungen glaubwürdig transportieren.

Lenken Sie Ihren Stress und das Lampenfieber positiv um.

Für zu Hause:(oder das nächste Training)

Was wissen Sie über Body Talk? (Körpersprache / Kinesik)

Der Körper kommuniziert immer. Der enorme Einfluss der Körpersprache auf die Qualität der Kommunikation ist wissenschaftlich belegt. Sind Sie sicher in Ihrer Körpersprache und in der Deutung körpersprachlicher Signale anderer?

Bewerbungstraining

Gestaltung von meetings

Diskussionsleitung / Podiumsdiskussionen

Talkshowtraining: Moderation und Teilnehmer

Einzelcoaching

Mikrofontauglichkeit / Live Interviews / Hörfunk-Schwerpunkt

Training von Sprechtechnik und Sprechstil

Hochdeutsche Auslautung

Umschreiben Print Texte in Anmoderationen, Präsentation

Umschreiben Print Texte in Nachrichten, Präsentation

Interpretation und Präsentation von klassischer - und Gegenwartslyrik

Freie Rede texten und Vorträge texten u. halten

Erarbeiten und Präsentation von Spielszenen / Sketchen

camera acting

und vieles mehr.....
