



## Medientraining und Kameratraining

- Rhetorik: Souveräne Interviews und starke Statements mit mediengerechten Botschaften
- Sprechtraining: stimmliche Überzeugungskraft
- Körpersprache: Ausdruckskraft und Charisma vor der Kamera

Starkes Auftreten vor Kamera und Mikrofon: Vor Kamera und Mikrofon kommt es nicht nur darauf an, was Sie sagen, sondern auch, wie Sie es sagen. Bereiten Sie sich wirkungsvoll vor!

### Starkes Auftreten vor Kamera und Mikrofon

Kennen Sie Ihre Wirkung vor der Kamera? Ihre persönliche **Ausstrahlung** vor der Kamera hat einen entscheidenden Einfluss auf den Erfolg Ihres Medienauftritts und erhöht die Chance, dass die Zuschauer Ihnen ihre volle Beachtung schenken. Was aber müssen Sie wissen und bei Ihrem Auftritt beachten, um glaubwürdig und überzeugend vor der Kamera zu agieren? Welche **Signale** senden Sie an das Publikum hinter der Kamera z.B. mit der Wahl Ihrer Kleidung?

In diesem Medientraining und Kameratraining vermitteln unsere Medienprofis Techniken, die Ihnen helfen, sich sicher und **souverän vor der Kamera** zu bewegen. Das Medientraining trägt auch dazu bei Ihre Wirkung auf die Zuschauer zu verbessern und Ihren Gesamteindruck zu optimieren. Sie lernen im Medientraining Ihre Themen mediengerecht zu vermitteln sowie Ihre Botschaft klar und verständlich im Scheinwerferlicht zu transportieren. Insgesamt bringt Ihnen das Medientraining vor der Kamera mehr Präsenz, Glaubwürdigkeit und Überzeugungskraft bei Medienauftritten.

## Lerninhalte in Stichpunkten

1. Zielgerichtet argumentieren und mit klaren Statements überzeugen
2. Persönliche Präsenz vor der Kamera steigern: Rhetorik, Mimik, Gestik, Körpersprache
3. Souveräner Umgang mit Stress, Kritik und Anspannung
4. Sympathie, Anerkennung und positive Ausstrahlung unter Druck
5. Mehr Souveränität: Stehvermögen bei persönlichen Angriffen
6. Mehr Glaubwürdigkeit durch stimmigen Gesamteindruck
7. Simulation vor der Kamera mit Feedback

## Beschreibungstext des Seminars

Ob in Interviews, bei öffentlichen Auftritten oder als Gast einer Talkshow: Vor Kamera und Mikrofon kommt es nicht nur darauf an, was Sie sagen, sondern auch, wie Sie es sagen. Eine klare und verständliche Sprache ist ebenso wichtig für einen **starken Auftritt** wie Souveränität und mediengerechte also kurze und prägnante Sätze. Kritische Fragen des Journalisten müssen souverän aufgefangen, komplexe Sachverhalte für Zuschauer und Zuhörer übersetzt werden. Körpersprache, Gestik, Mimik und Ihre Stimme können Sie dabei unterstützen, **vor der Kamera** und vor dem Mikrofon authentisch zu bleiben. Sie können viele Pluspunkte verbuchen, wenn Sie diese Faktoren beachten und eine Art Beziehung zum Journalisten aufbauen.

All das lässt sich durch ein Medientraining erlernen. In einem Medientraining in Kombination mit einem Kameratraining zeigen Ihnen Medienprofis im Seminarraum zum Beispiel mit einem **Sprechtraining** wie Sie Ihre mediale Wirkung im TV verbessern und souveräner vor der Kamera wirken. Dieses Medientraining stärkt auch Ihre Überzeugungskraft und die Glaubwürdigkeit Ihrer Botschaften im Umgang mit Journalisten. Denn gemeinsam mit Ihnen optimieren unsere Trainer in dem Medientraining mit Kameratraining Ihre Rhetorik und Körpersprache vor der Kamera Ihre Stimme für Statements vor dem Mikrofon.

In diesem Medientraining erfahren Sie auch, wie Sie mit Lampenfieber umgehen, sodass Sie nach dem Medientraining Ihrem nächsten Auftritt entspannt entgegenblicken können. Dazu trägt bei, dass Sie in diesem Medientraining wertvolle Erfahrungen unter Live-Bedingungen und vor Journalisten bei einem **Kameratraining** machen.

Denn der praktische Teil dieses Medientrainings findet in unserem voll ausgestatteten TV-Studio in München statt. Das Kommunikationstraining wird als Einzeltraining oder Gruppentraining durchgeführt.

# Infos zu Kamera- & Medientraining im Überblick

## Inhalte

In diesem Medientraining und Kameratraining lernen Sie von Experten:

1. Wie formuliere ich meine Inhalte mediengerecht?
2. Wie transportiere ich meine Botschaften im TV und vor Journalisten deutlich?
3. Wie trete ich wirkungsvoll vor der Kamera auf? Wie inszeniere ich meinen Auftritt authentisch?
4. Wie gehe ich mit kritischen Fragen von Journalisten um?
5. Wie verbessere ich meine nonverbalen Signale? (Gestik, Mimik und Körpersprache)
6. Wie setze ich meine Stimme unterstützend beim Auftritt ein?
7. Wie gehe ich mit Lampenfieber und Blackout beim Auftritt um?

## Zielgruppe

Dieses Kommunikationstraining mit Medientraining und Kameratraining richtet sich an:

1. Führungskräfte
2. Geschäftsführer
3. Präsidenten und Vorstände
4. Abteilungsleiter und Bereichsleiter
5. Projektleiter und Projektmanager

## Nutzen

So profitieren Sie:

1. Glaubwürdiger und authentischer Auftritt vor der Kamera und vor Journalisten
2. Mehr Sicherheit und Souveränität: Verbesserung der persönlichen Präsenz und medialen Wirkung
3. Umgang mit Aufregung und Anspannung beim Auftritt
4. Mehr mediale Aufmerksamkeit für Ihre Themen

## Ablauf / Dauer

- Eintägiges Medientraining und Kameratraining
- Als individuelles Einzeltraining oder Gruppentraining (mit bis zu 6 Mitarbeitern/-innen Ihres Unternehmens) buchbar
- Teile des Trainings finden vor der Kamera statt und werden aufgezeichnet, um die Kommunikationssituation besser analysieren zu können
- Das Training findet in den Seminarräumen und im TV-Studio des hbw, Max-Joseph-Straße 5, 80333 München, statt.
- Termine nach Vereinbarung Inhouse-Training bei Ihnen vor Ort möglich
- Preis aus Anfrage

## Trainer/innen



### Michael Harles

Michael Harles ist Fernsehmoderator (Bayerisches Fernsehen und ARD), Medien-Trainer und -Consultant, personal Coach sowie Autor mehrerer Bücher.



### Eggolf von Lerchenfeld

25 Jahre Erfahrung in Training und Beratung der Top-CEO's und Führungskräfte aus Politik, Wirtschaft und Industrie, sowie zahlreiche Radio und Fernsehmoderatoren. 25 Jahre Leidenschaft für Rhetorik, Persönlichkeitsentwicklung und Musik.



### Manfred Ahlers

Journalist, Medientrainer und Berater



### Ekkehard Mayr-Bülow

Fernsehjournalist, Kommunikations-und Medientrainer

Schwerpunkt: Führungspersönlichkeiten aus Politik, Wirtschaft und Verbänden.



### Sabine Appelhagen

Zertifizierte Trainerin, Business-Coach und Medienfrau. Seit vielen Jahren setzt sie sich dafür ein, dass Frauen auch die Anerkennung bekommen, die sie verdienen.



## Roman Roell

Coach für authentische Kommunikation und typgerechte, begeisternde Live-Präsentation. Vermittlung von Kompetenzen für die perfekte Wirkung – vor Kunden, Kollegen, Konkurrenten oder der Presse.



## Markus Sturm

Medien- und Redetrainer für Führungspersönlichkeiten

Wichtigste Aussage in seinen Trainings: Präsenz! Statt nur Rhetorik.



## Michael Zimmerer

Aus der Praxis – für die Praxis. Zielstrebig, lässig, charismatisch & dynamisch – ein Trainer der neuen Generation