

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

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

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

X

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