Entspannt vor der Kamera sprechen

Tipps und Tricks zur besseren Vorbereitung

Die größten Bedenken

- Stimme oder Aussehen
- Problem der Selbstwahrnehmung
- Macht euch frei
- Ihr seid einfach nicht daran gewöhnt
- Vielen geht es so
- Sequenz wird möglicherweise später auch von Schnittbildern überlagert

Kontext

- Thema bzw. Fragen sollten euch bekannt sein
- Für wen ist das Video?
- Welchen Zweck hat es?
- Überlegt: Was ist für die Zielgruppe zu diesem Thema interessant und was kann ich persönlich dazu sagen?
- Möglichst hohe Relevanz

Inhalt

- Stichpunkte, nicht ausformulieren
- Fangt mit Überschriften an, dann 3-5 Stichpunkte pro Überschrift
- Konzentrieret euch auf's Wesentliche, streicht, was unwichtig ist.
- Kurz vor Aufnahme auf Stichpunkte schauen und dann frei formulieren
- Keine Schachtelsätze
- Gerne persönliche Note mit einbringen

Gegen die Aufregung

- Vorher üben (Selfie-Videos)
- Mehrmals wiederholen
- Jeder braucht mehrer Takes, das ist ganz normal
- Sprechpausen → Schnitt
- Entspannte Atmosphäre, wenige Personen am Set

Kurz vor der Aufnahme

- Schaut, dass es euch gut geht: Ausgeschlafen, satt, gut druff
- Musik hören
- Spaziergang
- 3x tief einatmen

Während der Aufnahmen

- Blick in die Kamera
- Gerade Haltung, fester Stand
- Lächeln (beim Sprechen)

Kleidung

- Wohlfühl-Klamotten
- Repräsentativ
- Feine Muster vermeiden
- Schultern und Oberarme sollten bedeckt sein

Alle Tipps auch nochmal hier als Video:

https://www.tiwigrafie.de/entspannt-vor-der-kamera/

Copyright 2024 by Tiwigrafie GbR • Anja und Marco Tiwisina • Stockum 7 • 48301 Nottuln • www.tiwigrafie.de