

Inhalt

Vorwort	7
Einleitung	11
Mia	15
Storytelling – das wirksamste Marketing-Tool	17
Mia hat ein Problem	22
Videos – das wirksamste Storytelling-Tool	26
Spielereien	29
Teil 1: Technik und Vorbereitung	31
Technik	31
Vorbereitung	37
Das Konzept (Sieben-Punkte-Plan)	38
Hinter der Kamera	44
Teil 2: Bildgestaltung, Licht und Ton	51
Mia probiert aus	51
Bildgestaltung	53
Bildeinstellung	59
Teil 3: Die Kamera und Du	79
Das schwarze Loch	81
„Meine Güte – ich sehe ja schrecklich aus!“	83
Locker, locker, locker!	86
Haltung, Ausstrahlung, State Management	87
Selbstbewusstsein	93
Die Crux mit dem Kochlöffel	96
Atem, Stimme und Sprechen	97
Mias innere Stimme	103
Deine Affäre mit der Kamera	106

Teil 4: Und was jetzt?	111
Themen für Experten, Trainer und Coaches	111
Zeit- und Redaktionsplanung	114
Die Nachbearbeitung	117
Fünf Überlebens Tipps	119
Das Ende der Geschichte	121
 Das Ende Deiner Geschichte?	125
 Zum Nachlesen	127
 Zum Anschauen	128
 Bildnachweis	129