

## Checkliste für erfolgreiche lebendige Interviews:

**1. Echtheit:** Wähle Themen und Personen, die dich wirklich interessieren. Begeisterung ist ansteckend. Wenn dich etwas langweilt, lass es und wähle Menschen und Themen, die dich faszinieren oder inspirieren, damit du auch die Zuschauenden mitreißen kannst.

**2. Ego zurückstellen:** Das Interview dreht sich um den Gast und das Thema, nicht um dich. Sei im Dienst des Gesprächspartners.

**3. Mach dir dein Ziel klar:** Warum führst du das Interview? Um welche Botschaft geht es? Was ist der Sinn dieses Interviews? Recherchiere entsprechend über dein Gegenüber, um die passenden Fragen zu der Botschaft stellen zu können.

**4. Interviewfragen:** Formuliere 5-10 klare, offene Fragen. Vermeide komplexe Fragen und improvisiere bei Bedarf und frage nach Emotionen, z.B. „Wie war das für dich, als...?“

**5. Wohlfühlatmosphäre:** Sorge dafür, dass **du** und dein Gast sich wohlfühlen. Alles Wichtige erledigen (Essen, Trinken, Toilette) und heiße deine Gefühle wie Aufregung willkommen. Frag dein Gegenüber, ob es noch etwas braucht.

Bonustipp für Selbstregulation bei Angst oder Nervosität vor dem Interview: Fokussiere dich auf das Hier und Jetzt. Atme.

**6. Technikcheck:** Achte auf gute Audioqualität, funktionierende Kamera und Apps sowie passendes Licht. Stelle sicher, dass alles funktioniert. Saubere Audio ist wichtiger als ein tolles Bild.

**7. Energie aufwärmen:** wärme vor dem Interview deinen Körper und Stimme auf. Sei dankbar und feiere den Moment. Wärm deine Energie auf und feiere dich dafür, dass du deinem Gegenüber und dem Thema hier eine Bühne gibst.

**8. Einführung:** Begrüße deinen Gast herzlich und lass die andere Person direkt von Anfang teilhaben und auch zu Wort kommen. Stelle ggf. eine lockere Einstiegsfrage. Gib Raum für eine kurze Selbstvorstellung oder beschreibe den Gast kurz ca. 20 sek.

**9. Zuhören:** Sei aufmerksam und lasse dich von den Antworten zu neuen Fragen inspirieren.

**10. Sei offen und zeige es:** Zeige deinem Gegenüber durch deine Körperhaltung, dass du offen und interessiert bist. Halte Augenkontakt.