



# MASTER STORYTELLING CHEATSHEET

## 1. Der Tanz (Kontext & Konflikt)

### Grundprinzip

Geschichte = Wechselspiel zwischen Kontext (Setup) & Konflikt (Spannung)  
Psychologie: Konflikt öffnet Loop → Kontext schließt Loop → neuer Konflikt

### Checkpunkte

- ✓ Statt „und dann“ nutze:
  - „deshalb“ (Konsequenz)
  - „aber“ (Konflikt)

### Beispiel-Struktur

**Kontext:** König regiert friedlich

↓ aber

**Konflikt:** Dürre trifft das Land

↓ deshalb

**Kontext:** Menschen hungern

↓ aber

**Konflikt:** König ignoriert Problem

### Quick-Fix

- Markiere alle „und dann“ im Text
  - Ersetze durch „deshalb“ oder „aber“
  - Prüfe, ob jeder Konflikt aufgelöst wird
- 

## 2. Der Rhythmus

### Satzlängen-Mix

1. Kurz.
2. Etwas länger und fließend.
3. Dann wieder ein kurzer Satz.
4. Gefolgt von einem ausführlichen, detaillierten Satz, der sich durch seine Länge und Struktur deutlich von den anderen abhebt.

### Checkliste

- ✓ Jeder Satz neue Zeile
  - ✓ Von der Seite betrachten
  - ✓ Gezacktes Profil = gut
  - ✓ Gerade Linie = monoton
-

### 3. Die Tonalität

#### Gesprächs-Formel

- Stelle dir EINEN konkreten Freund vor
- Schreibe/sprich, als wärst du mit ihm im Café
- Frage dich: „Würde ich das so einem Freund sagen?“

#### Tonalitäts-Check

| <b>Förmlich</b> ❌                | <b>Conversational</b> ✓   |
|----------------------------------|---------------------------|
| „Im Folgenden wird erläutert...“ | „Lass uns mal schauen...“ |
| „Man könnte argumentieren...“    | „Ich denke...“            |
| „Es ist festzustellen...“        | „Mir ist aufgefallen...“  |

#### Pro-Tipps

- Foto vom „Zielfreund“ an Monitor kleben
  - Text laut vorlesen – stolperst du?
  - Bei Videoaufnahme: Person visualisieren
- 

### 4. Die Richtung

#### Ende-Zuerst-Methode

1. Definiere das Ende
2. Plane den Anfang
3. Verbinde beides mit Konflikt-Kontext-Tanz

#### Last-Dab-Formel

- Muss teilenswert sein
- Sollte überraschen
- Muss zum Anfang zurückführen (bei Kurzform)

#### Planungs-Template

**ENDE:** [Finale Erkenntnis]

↑

**MITTELTEIL:** [Konflikte & Kontexte]

↑

**START:** [Attention Grabber]

---

## 5. Story-Linsen

### Perspektiven-Matrix

| <b>Standard</b> | <b>Unique</b> |
|-----------------|---------------|
| Mode            | Wirtschaft    |
| Reaktionen      | Gesellschaft  |
| Oberfläche      | Tiefenanalyse |

### Linsen-Finder

1. Deine Expertise
2. Deine Erfahrungen
3. Dein Blickwinkel
4. Deine Zielgruppe

Beispiel: Taylor Swift beim Super Bowl

Standard-Linse: „Taylor trägt Designer XY“

Unique-Linse: „Taylors Anwesenheit steigert NFL-Umsatz um X%“

---

## 6. Der Hook

### Verbaler Hook

[Unerwartetes Element] + [Klares Versprechen] + [Zeitrahmen]

Beispiel:

**✗** „Heute zeige ich euch was...“

✓ „Diese ungewöhnliche Methode verdoppelte meine Ergebnisse in 3 Tagen“

### Visueller Hook

- ✓ Unterstützt verbale Aussage
- ✓ Sofort erkennbar
- ✓ Erzeugt Emotion
- ✓ Zeigt Kontrast/Transformation

### Hook-Matrix

| <b>Audio</b>                | <b>Visual</b>                   |
|-----------------------------|---------------------------------|
| „Dieser Garten-Hack...“     | Bild: Vorher/Nachher            |
| „In nur 30 Tagen...“        | Clip: Transformation            |
| „Die unerwartete Lösung...“ | Grafik: Überraschendes Ergebnis |

---

## Quick-Start Guide

### 1. **Erste Story**

- Wähle EINE Technik
- Übe sie eine Woche lang
- Analysiere Ergebnisse

### 2. **Nach 1 Monat**

- Kombiniere zwei Techniken
- Dokumentiere Verbesserungen
- Hole Feedback ein

### 3. **Profi-Level**

- Alle Techniken natürlich integrieren
- Entwickle eigenen Stil
- Experimentiere mit Variationen

---

*Denk dran: Große Geschichten entstehen nicht zufällig - sie werden bewusst konstruiert! 📖*