

## Constanze Polaschek | Journalistin, TV-Moderatorin und Mediencoach



Constanze Polaschek ist Journalistin, TV-Moderatorin und Mediencoach mit über 20 Jahren Erfahrung vor und hinter der Kamera. Sie arbeitet genreübergreifend – von Nachrichten über Boulevard bis Unterhaltung, Live-Formate und Bühne – und verbindet journalistische Präzision mit Präsenz, Leichtigkeit und Humor.

Bekannt wurde sie als Moderatorin und On-Reporterin im ZDF-Boulevardmagazin *hallo deutschland*. Zuvor arbeitete sie unter anderem als Redakteurin und Moderatorin für die ZDF *heute*, und die *heute – 100 Sekunden* auf ZDFinfo. Ihr besonderes Gespür für Gesprächsführung, Timing und Nähe prägt ihre Arbeit bis heute.

Auch live auf der Bühne ist Constanze Polaschek seit vielen Jahren präsent – als Moderatorin von Galas, Firmenveranstaltungen, Messen und Events. Sie führt sicher durch komplexe Inhalte ebenso wie durch unterhaltende Formate und sorgt für eine Atmosphäre, in der Veranstaltungen leicht wirken und gleichzeitig in guten Händen sind.

Als TV- und Mediencoach begleitet sie Nachwuchs und etablierte Persönlichkeiten aus Journalismus, Fernsehen, Comedy, Online und Wirtschaft. Der Fokus liegt auf Auftritt, Präsenz und Performance vor Kamera, auf der Bühne und vor Publikum – ebenso wie auf strategischen Fragen der beruflichen Entwicklung. Viele ihrer Kunden arbeiten für führende Fernsehanstalten in Deutschland sowie für Produktionsfirmen.

Constanze Polaschek arbeitet 1:1, persönlich und sehr individuell. Als zertifizierter Coach und Trainerin – unter anderem an der ARD.ZDF Medienakademie sowie am Logo-Institut – verbindet sie langjährige Praxiserfahrung mit Struktur und Intuition. Dabei geht es immer um eines: Menschen in anspruchsvollen Auftrittssituationen genau das zu geben, was sie wirklich brauchen.