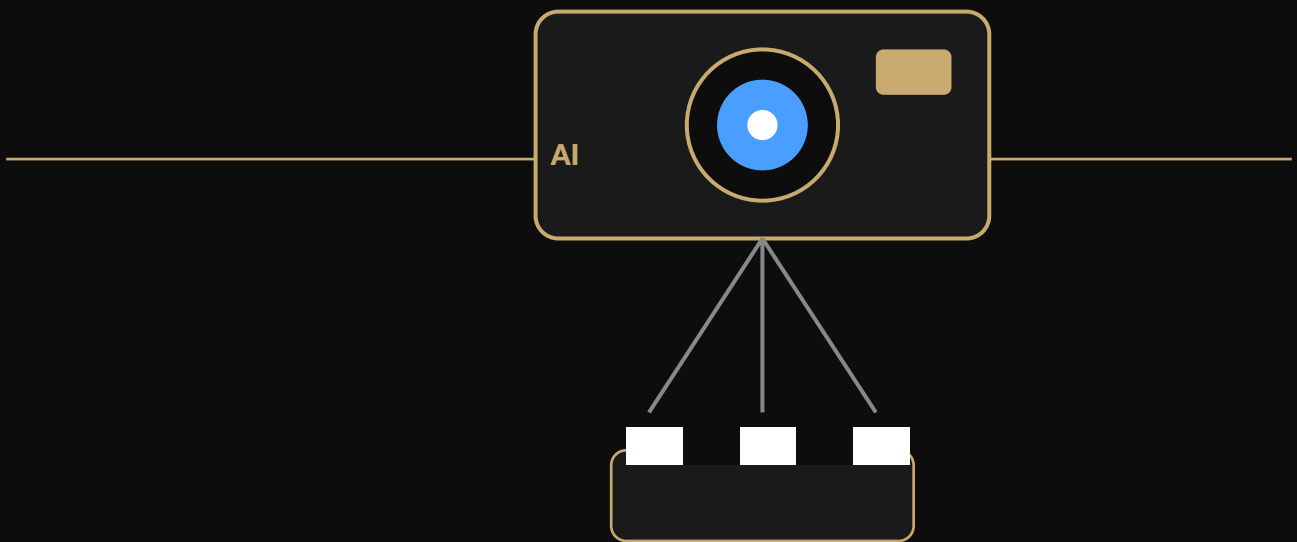


KI VIDEO PRODUKTION

SORA 2 PROMPT GUIDE



Erstellt von unserTRAINING | unsertraining.de 2026

KI-Schulungen von Experten aus der Praxis



Inhaltsverzeichnis

- 01** Einführung
- 02** Wie schreibt man einen guten Prompt?
- 03** Hooks – Die ersten Sekunden entscheiden
- 04** Kamerastile
- 05** Lichtstile
- 06** Audio-Stile
- 07** Film-Stile
- 08** Serien-Stile
- 09** Animations-Stile
- 10** Videospiele-Stile
- 11** Globale Filmstile
- 12** Kreative Prompt-Ideen
- 13** Vorher + Nachher
- 14** Bekannte Persönlichkeiten (mit Rechtshinweis)
- 15** Profi-Tipps

01 – Einführung

Stell dir vor, du beschreibst einfach eine Szene – und schaust zu, wie sie zum Leben erwacht. Genau das verspricht Sora 2, das KI-Videowerkzeug von OpenAI. Es verwandelt Worte in bewegte Bilder: cineastische Aufnahmen, animierte Abenteuer und surreale Szenen, die wie aus einem Spielfilm wirken.

Als wir uns intensiv mit Sora beschäftigten, wurden wir gleichzeitig begeistert und überwältigt. Man möchte etwas Großartiges erschaffen, weiß aber nicht genau, wie man es in Worte fasst. Also haben wir gesammelt, getestet und verfeinert. Das Ergebnis hältst du gerade in Händen.

Dieser Guide ist kein technisches Handbuch, sondern ein kreatives Werkzeug für Content Creator, Storyteller, Marketing-Profis und alle, die ihre Ideen ohne Filmteam zum Leben erwecken möchten.

Was dich erwartet:

- Kamerawinkel, Lichtstile und Audio-Beschreibungen – direkt einsetzbar
- Dutzende Prompt-Ideen zum Remixen und Weiterentwickeln
- Vorher-Nachher-Vergleiche für sofort sichtbare Ergebnisse
- Profi-Tipps für mehr Kontrolle über Ton und Realismus
- Kritische Hinweise zu Rechtsfragen und technischen Grenzen von Sora 2

02 – Wie schreibt man einen guten Prompt?

Die wichtigste Erkenntnis im Umgang mit Sora: Denke wie ein Regisseur, nicht wie ein Suchmaschinennutzer. Wer kurze Schlagwörter eintippt, bekommt generische Ergebnisse. Wer eine Szene vollständig beschreibt – mit Kamera, Licht, Bewegung und Klang – bekommt etwas qualitativ anderes.

Schreibe deinen Prompt wie ein Mini-Drehbuch oder eine Shot-Liste: kurz, bildlich, präzise. Die fünf Elemente unten geben dir die Struktur dafür.

Die 5 Elemente eines perfekten Prompts

- 1 Subject + Action – Wer handelt, was passiert?** "A dog rides a skateboard through Times Square..."
- 2 Setting + Time – Wo und wann spielt die Szene?** "...at night, lights flashing, in the middle of traffic..."
- 3 Camera Style – Perspektive und Bewegung der Kamera** "...shot from a low-angle fisheye lens, following behind..."
- 4 Lighting + Texture – Stimmung, Materialwirkung und Lichtqualität** "...with glossy reflections on wet pavement, neon glow."
- 5 Audio + Tone – Die Klangwelt der Szene** "The dog barks happily; crowd cheers in the distance."

Vollständiges Beispiel:

"A dog rides a skateboard through Times Square at night. Shot from a low-angle fisheye lens, following behind. Neon lights reflect off the wet street. The dog barks happily as the crowd cheers in the distance."

03 — Hooks: Die ersten Sekunden entscheiden

In der Aufmerksamkeitsökonomie sozialer Medien gilt: Wer die ersten Sekunden nicht nutzt, hat den Zuschauer bereits verloren. Ein starker Hook gibt deinem Video sofort Energie und Richtung.

Tipp aus dem Guide: Beginne deinen Prompt mit der Anweisung "First 2 seconds: [Hook]" – also zum Beispiel:

"First 2 seconds: Door bursts open suddenly. A figure steps into the light."

Visuelle Hooks

- Explosion in the background – Sofortige Energie und Dynamik
- Glass shattering mid-air – Überraschungsmoment, hohe visuelle Spannung
- Slow zoom on a wide-eyed stare – Baut Mysterium und emotionale Verbindung auf
- Lightning strike on a dark field – Dramatische Enthüllung, visueller Schockmoment
- Confetti blast from offscreen – Fröhliches Chaos, unmittelbare Energie
- Door bursts open suddenly – Spannung und Bewegung in einem Bild
- Object falls in slow motion – Stilisierte Pause, betont Details
- Silhouette appears in fog – Geheimnisvoller Auftritt, Ungest vor dem Unbekannten
- Birds scatter from tree branches – Natürliche Bewegung, filmisch und lebendig
- Mirror breaks into shards – Emotionale Metapher für Bruch oder Wendepunkt
- Toy blinks to life on shelf – Subtile Magie, erzeugt sofortiges Staunen
- Eyes open suddenly – Persönlich, überraschend, direkt
- Blinding spotlight turns on – Harter Kontrast, theatralische Wirkung
- Paper airplane hits camera – Verspielt, unerwartet, sympathisch
- Mug falls off a table – Klein aber wirkungsvoll – perfekt für ruhige Genres

Audio-Hooks

- Glass clink → silence – Erzeugt Spannung durch akustischen Kontrast
- Slam + echoed footsteps – Vermittelt Autorität und Bedrohung
- "Don't move." – Gesprochener Befehl – fesselt sofort die Aufmerksamkeit
- Heartbeat SFX – Körperliche Reaktion beim Zuschauer, steigert Anspannung
- Ambient noise cut – Abrupte Stille erzeugt sofortigen Fokus

04 – Kamerastile

Kamerabewegung und Perspektive verändern den emotionalen Charakter einer Szene komplett. Sora reagiert auf filmsprachliche Begriffe deutlich besser als auf technische Kommandos. Beschreibe, was du siehst – nicht, was die KI technisch tun soll.

Kameratypen und Winkel

Dashcam	Fixierte Perspektive aus fahrendem Auto; wirkt realistisch und gegenwärtig
Body cam	Wackelige, immersive POV-Aufnahme; ideal für Action oder Chaos
Drone shot	Weitläufige Luftaufnahme; majestätisch oder cineastisch
Handheld camera	Roh, unmittelbar, dokumentarischer Stil
GoPro-style	Actionreich, Weitwinkel, abenteuerlich
Security camera	Statisch, von oben oder aus der Ecke; erzeugt Unruhe oder Humor
Over-the-shoulder	Persönliche, gesprächsnahe Rahmung
First-person POV	Durch die Augen der Hauptfigur – maximale Immersion
Top-down	Vogelperspektive; strategisch und distanziert
Rear follow shot	Kamera folgt Subjekt von hinten
Mirror reflection	Zeigt das Subjekt indirekt; erzeugt Doppelböden
Hidden camera	Fügt Geheimnis, Spannung oder Humor hinzu

Objektiv & Bildausschnitt

- Fisheye lens – Verzerrte Ränder – verspielt oder Extremsport-Ästhetik
- 35mm film – Klassische cineastische Tiefe mit leichter Körnung
- Wide angle (24mm) – Weitläufige Landschaften und große Innenräume
- Portrait lens (85mm) – Weiche Hintergründe, emotionale Nahaufnahmen
- Zoom-in / push-in – Baut Spannung oder Drama auf
- Crane shot – Langsame vertikale Bewegung; für große Enthüllungen
- 360° spin – Immersiv und stilvoll
- Extreme close-up – Mikro-Emotionen oder Texturen im Detail
- Time-lapse shot – Schnellvorlauf – ideal für Zeitübergänge

05 – Lichtstile

Licht ist in der Filmsprache das primäre Mittel zur emotionalen Steuerung. Wer Licht im Prompt benennt, steuert nicht nur, wie die Szene aussieht – sondern auch, wie sie sich anfühlt.

Natürliches Licht

- Golden hour – Warmes, glühendes Sonnenlicht kurz vor Sonnenuntergang – Nostalgie, Romantik
- Blue hour – Kühles Zwielflicht kurz nach Sonnenuntergang – ruhig, melancholisch
- Overcast – Diffuses Licht ohne harte Schatten – grau, nachdenklich, ehrlich
- Harsh daylight – Grell, scharf, schattenreich – realistisch und ungeschminkt
- Foggy / misty – Traumhaft, weiche Kanten – magisch oder bedrohlich je nach Kontext
- Dappled sunlight – Licht durch Bäume oder Jalousien – natürlich, intim
- Moonlight – Kaltes, blasses Leuchten mit weichen Schatten – romantisch oder unheimlich
- Sunbeams through clouds – Dramatisch und hoffnungsvoll – epische Landschaften

Künstliches und stilisiertes Licht

- Neon glow – Kräftig, farbenfroh – Cyberpunk, Großstadtnächte
- Candlelight – Warm, flackernd – intime, historische oder dramatische Szenen
- Studio lighting – Ausgewogen, kommerziell, gut beleuchtet – neutral und professionell
- Strobe / flashing – Club-Vibes, Chaos, Spannung – intensiv und fragmentiert
- Backlit silhouette – Dramatische Umrisse – Geheimnis und Symbolik
- Flickering TV light – Nostalgisch, unheimlich oder einsam – leise Dramatik
- Spotlight / theater – Betont eine Figur, fügt Theatralik und Drama hinzu
- Softbox lighting – Gleichmäßige Hauttöne – ideal für Gesichter und Interviews
- Color wash – Szene in einem einzigen Farbton – emotional und stilisiert
- Fluorescent lighting – Hart, steril – Büro, Krankenhaus, Verhörraum

06 – Audio-Stile

Audio ist die unterschätzte Dimension der Videoproduktion. Sora 2 kann laut eigener Beschreibung Soundscapes generieren – von Umgebungsgeräuschen bis hin zu synchronisiertem Dialog. Wer Klang explizit beschreibt, macht seine Videos emotional greifbarer.

Sprache und Dialog

- Whispered – Weich, geheimnisvoll, intimer Ton
- Urgent – Schnell, emotional, steigert die Spannung
- Playful – Unbeschwert, frohgemut, energetisch
- Monotone – Roboterhaft oder emotional distanziert
- Echoing voice – Wirkt weiträumig, surreal oder machtvoll
- Voiceover narration – Erzählerstimme aus dem Off – "voiceover begins..."
- Laughter / gasping – Fügt Realismus zu Menschenmassen-Szenen hinzu

Umgebungsgeräusche und Musik

- Rain on tin roof – Friedlich, introspektiv – ideal für nachdenkliche Szenen
- Crowd chatter – Urban, energetisch, lebendig
- Footsteps on gravel – Immersives, klares Detail
- Lo-fi background music – Chill, modern, zeitgemäß
- Distant thunder – Spannungsaufbau oder nahende Gefahr
- Ocean waves crashing – Entspannend oder kraftvoll-dramatisch
- Soft piano score – Emotional, cineastisch, nachdenklich
- Synth pad rising – Spannung, futuristisches Feeling
- Birdsong / forest ambience – Natürlich, ruhig, friedlich
- Muffled music from another room – Gibt dem Raum akustische Tiefe und Realismus

07 — Film-Stile

Sora erkennt die visuelle Sprache ikonischer Filmwerke. Filmreferenzen funktionieren als kompakte Stilanker: Mit wenigen Begriffen aktivierst du eine konsistente Bildsprache, Farbwelt und Atmosphäre.

Star Wars	Galactic sci-fi, desert moons, retro-futuristic ships, slow pans, synth ambience
Blade Runner	Neon rain, reflective streets, noir trench coats, smoky interiors, slow synths
The Godfather	Dark offices, dramatic lighting, whispered dialogue, 1940s suits, family tension
The Matrix	Urban minimalism, black leather, bullet-time slowmo, digital green tint
Lord of the Rings	Misty mountains, ancient castles, medieval armor, crane shots, orchestral drama
Inception	Skyscraper gravity shifts, spinning hallways, ticking clock tension
La La Land	Jazz club glow, rooftop dancing, vibrant colors, golden-hour magic
Mad Max	Dust storms, scavenger vehicles, fire bursts, wide desert pans
Dune	Vast sandy dunes, tribal garb, ethereal chants, mythic mood
Jurassic Park	Rain-soaked jungle, crashing footsteps, dinosaur roars, shaking flashlights
Oppenheimer	1940s labs, moral tension, black-and-white intercuts, atomic urgency
Indiana Jones	Ancient ruins, torch-lit caves, whip cracks, booby traps, desert winds
Titanic	Foggy ship deck, vintage clothing, crashing waves, urgent violins
Gone With The Wind	Sweeping Southern landscapes, 1800s gowns, plantation sunsets, romantic lighting

08 – Serien-Stile

Klassische und moderne TV-Ästhetiken – beschrieben in Prompt-Sprache. Von Sitcoms über Thriller bis zu Retro-Spielshows.

I Love Lucy	1950s black-and-white sitcom, static wide angles, bright lighting, slapstick expressions
The Twilight Zone	High-contrast black-and-white, slow zooms, surreal close-ups, eerie narration
The Office	Mockumentary, handheld camera, talking-head interviews, fluorescent office lighting
The X-Files	90s paranormal thriller, flashlight-lit darkness, grainy film, synth-heavy tension
Planet Earth	Ultra-HD documentary, slow zoom on animals, orchestral score, drone landscape shots
The O.C.	Early 2000s teen drama, golden hour beach, soft focus, emotional pop-rock
Law & Order	Crime procedural, neutral lighting, time-stamped intros, mid-zoom dialogue shots
Survivor	Reality competition, tropical outdoor setting, dramatic tribal council lighting
Cheers	Multi-camera 80s sitcom, wood-paneled bar, soft key lighting, canned laughter
Iron Chef	Competitive cooking show, overhead kitchen cams, time-lapse food prep, crowd cheers

09 — Animations-Stile

Bekannte Animationsästhetiken als Prompt-Beschreibungen – damit Sora den richtigen Stil, Bewegungsrhythmus und Ton trifft.

The Simpsons	Bright 2D, yellow-skinned characters, thick outlines, suburban settings
Family Guy	Smooth vector animation, pastel interiors, stiff motion, expressive faces
South Park	2D cutout style, low frame rate, paper-textured characters, flat backgrounds
Naruto	Stylized 2D, big eyes, dramatic poses, speed lines, fast action cuts
Spirited Away	Hand-drawn, painterly textures, dreamlike motion, detailed environments
Rick and Morty	Neon sci-fi, grotesque character detail, quick cuts, chaos-driven transitions
Adventure Time	Flat 2D design, surreal shapes, abstract backgrounds, loose motion
Wallace & Gromit	Claymation texture, 12fps motion, stop-motion flicker, squash-and-stretch
Toy Story (Pixar)	3D animation, polished lighting, expressive rigs, cinematic angles, soft shadows
Looney Tunes	Elastic physics, high-contrast color, slapstick motion, orchestral stings
Paper Mario	2D paper texture, flat cutout effects, jumpy transitions, stage-like backdrops

10 — Videospiele-Stile

Ikonische Spiele als visuelle Stilvorlagen – von Pixel-Art-Nostalgie bis Open-World-Realismus.

Super Mario Bros.	2D side-scrolling, blocky environments, floating bricks, bold primary colors
Minecraft	Blocky voxel art, overhead or first-person view, low-res textures
GTA V	Open-world modern city, gritty realism, over-the-shoulder camera
Atari 2600	Pixel art, ultra-low resolution, flickering sprites, limited color palette
Final Fantasy VII	Pre-rendered backgrounds, polygon characters, JRPG turn-based drama
Street Fighter II	2D side-view brawler, exaggerated punches, arcade HUD overlay
The Sims	Isometric top-down view, green plumbob, pastel suburban houses
Pokémon Red/Blue	Top-down pixel map, turn-based battles, 8-bit sprites, minimalist HUD
Halo 3	Sci-fi military FPS, widescreen HUD, deep shadows, glowing energy weapons
Metal Gear Solid	Stealth action camera, dramatic zooms, codec overlays, cinematic cutscenes

11 — Globale Filmstile

Sora wurde auf einem globalen Inhaltsdatensatz trainiert. Dadurch erkennt es internationale Filmsprachen und kann deren visuelle Charakteristika gezielt reproduzieren.

Korean Drama	Pastel tones, shallow depth of field, intimate camera angles, soft lighting, city streets at night
French New Wave	Black-and-white, handheld camera, jump cuts, moody café interiors, philosophical tone
Bollywood Musical	Vibrant colors, sweeping crane shots, choreographed movement, ornate costumes
Hong Kong Action	Neon lights, slow-motion stunts, gritty alleyways, handheld chaos, 1990s cinematic tone
Italian Neorealism	Natural lighting, on-location shooting, wide framing, quiet everyday realism
Japanese Samurai Film	Wide static shots, dramatic landscapes, traditional armor, slow pacing, poetic visuals
German Expressionism	Harsh shadows, surreal architecture, black-and-white, distorted perspective
Scandinavian Minimalism	Snowy landscapes, muted colors, still camera, sparse dialogue, emotional stillness
Russian Arthouse	Gray skies, slow motion, wide barren landscapes, philosophical visual tone
Mexican Cinema	Long tracking shots, natural lighting, earthy tones, emotionally grounded realism
Egyptian Golden Age	Black-and-white, glamorous lighting, orchestral soundtrack, vintage film grain
Indonesian Action	Single-location brawls, fast handheld camera, gritty textures, brutal choreography

12 — Kreative Prompt-Ideen

Hier sind fertige, abgefahrene Prompt-Ideen zum direkten Ausprobieren oder als Inspirationsquelle für eigene Kreationen. Alle Prompts können direkt so in Sora eingegeben werden.

- Bodycam footage of a raccoon getting pulled over for speeding on a tiny tricycle, flashing lights and sirens
- A sentient toaster gives a TED Talk on overcoming self-doubt, spotlight on stage, audience applauds
- A toddler runs on a treadmill in a dramatic workout montage, 80s music, sweatband, jump cuts
- Caveman discovers a smartphone in a cave, confused swipes, cave painting comparisons, torch-lit stone walls
- Sloth delivers a pizza in under 10 seconds, montage of super speed, traffic blur, triumphant music
- Kid accidentally turns on time machine and meets a future version of their dog, glitchy sci-fi glow
- A teddy bear leads a secret midnight rebellion against the toy store manager, security cam footage
- Alien gets rejected from clown college, sits alone on a bench with balloon animals, sad kazoo music
- Fortune teller predicts someone's future, but it's just scenes from old sitcoms, crystal ball flickers
- T-Rex becomes a barista in Brooklyn, struggles with tiny arms, customers clap as he pours latte art
- Robot dog gets adopted at a shelter by a lonely elderly woman, slow zoom, emotional music
- A sock puppet realizes it has no soul, weeps beside a mirror in a dimly lit bedroom
- Genie comes out of a jar of pickles, confused, floats in a diner, awkward silence
- A haunted vending machine grants wishes, neon glow, slow pullback to reveal ominous twist

13 – Vorher + Nachher

Der Unterschied zwischen einem mittelmäßigen und einem cineastischen Clip liegt meist nur in der Qualität des Prompts. Diese Vergleiche zeigen, wie viel Sora aus einer präzisen Beschreibung herausholt.

VORHER (schwach)	NACHHER (cineastisch)
A man walks in a city	Handheld camera follows a tired man through rainy neon-lit Tokyo alley, 35mm film, glistening asphalt
A cat sleeps on a couch	Warm close-up of an orange cat napping on a velvet couch, sunbeam from window, soft focus, cozy tone
Robot in a factory	Slow pan of a rusted humanoid robot assembling parts alone in a flickering warehouse, moody lighting, low hum
Spaceship lands	Dust kicks up as retro chrome spaceship lands in desert, viewed through binoculars, 1970s sci-fi aesthetic
Chef cooking in kitchen	Top-down time-lapse of tattooed chef prepping ramen in small Tokyo kitchen, steam rising, jazz in background
Dog runs through field	Slow-motion side profile of golden retriever sprinting through wheat field at sunset, lens flares, dreamy colors
Toy soldier moves	Stop-motion animation style: green plastic soldier crawls across living room carpet, shallow depth of field

14 – Bekannte Persönlichkeiten

Im Web werden oft Listen von Persönlichkeiten präsentiert, die in Sora angeblich ohne rechtliche Bedenken genutzt werden können. Hier ein wichtiger Hinweis.

Rechtlicher Hinweis – unbedingt lesen vor der Nutzung:

Die Darstellung, diese Persönlichkeiten seien "erlaubt" und rechtssicher nutzbar, ist eine gefährliche Vereinfachung. Nachlassverwaltungen (sog. "Estates") und Rechtsnachfolger schützen aktiv die Persönlichkeitsrechte Verstorbener – auch bei KI-generierten Darstellungen. Im deutschsprachigen Raum gilt das Persönlichkeitsrecht 10–30 Jahre nach dem Tod, teils deutlich länger. Wer solche Darstellungen kommerziell nutzt, sollte vorab rechtliche Beratung einholen.

Schauspieler	Lucille Ball, Gene Kelly, Audrey Hepburn, James Dean, Marilyn Monroe, Humphrey Bogart, Bruce Lee, Charlie Chaplin, Robin Williams, Heath Ledger, Betty White, Elizabeth Taylor
Musiker	Whitney Houston, Michael Jackson, Elvis Presley, Prince, Johnny Cash, Bob Marley, David Bowie, Kurt Cobain, Freddie Mercury, Frank Sinatra, John Lennon, Ray Charles
Sportler	Kobe Bryant, Muhammad Ali, Babe Ruth, Diego Maradona, Pelé, Dale Earnhardt, Lou Gehrig, Jim Thorpe
Politiker	Abraham Lincoln, John F. Kennedy, George Washington, Winston Churchill, Kleopatra, Julius Caesar, Napoleon Bonaparte, Martin Luther King Jr., Malcolm X, Margaret Thatcher
Wissenschaftler	Albert Einstein, Nikola Tesla, Isaac Newton, Carl Sagan, Marie Curie, Charles Darwin, Alan Turing, Stephen Hawking
Künstler & Maler	Bob Ross, Salvador Dalí, Pablo Picasso, Leonardo da Vinci, Vincent van Gogh, Frida Kahlo, Andy Warhol, Claude Monet

15 – Profi-Tipps

Diese fünf Strategien geben dir mehr Kontrolle über Kamera, Ton und Realismus – und helfen dir, wie ein echter Regisseur zu denken.

1 Denke wie ein Filmregisseur

Schreibe deinen Prompt wie eine Shot-Liste – kurz, präzise, bildlich:

"Low-angle dolly shot of astronaut stepping onto red desert, dust kicks up, sunlight glows behind helmet."

2 Beginne mit dem Hook

Starte mit Aktion oder Spannung im ersten Satz: "First 2 sec: Glass shatters. A robotic hand reaches through the window..."

3 Nutze visuelle Sprache statt Tech-Befehle

Vermeide Coding-Syntax. Beschreibe stattdessen, was du siehst: "Stable handheld" statt "kein Shake" – "natural skin tones" statt "vermeide Artefakte".

4 Beschreibe physikalische Interaktionen

Gewicht, Widerstand, Wind und Reibung machen Bewegungen glaubwürdig: "The suitcase tumbles, latches snapping, papers scattering in the wind."

5 Teile komplexe Geschichten in Szenen auf

Für mehrteilige Clips: Pro Handlungssequenz einen eigenen Prompt erstellen, dann in der Nachbearbeitung zusammenfügen.

Sora 2 ist ein leistungsfähiges Werkzeug – kein Selbstläufer. Wer die filmsprachlichen Grundprinzipien versteht und konsequent anwendet, erzielt deutlich bessere Ergebnisse. Das ist kein KI-Zaubertrick, sondern Handwerk. Und Handwerk lässt sich lernen.

Weitere KI-Schulungen und Workshops findest du auf unsertraining.de