

Inhoud

Voorwoord	8
Inleiding	11
Deel 1 Kom maar op met de inhoud – ook als je met je mond vol tanden staat	15
1 Hoe kun je stralen?	16
1.1 Een pakkend begin	16
1.2 Een magnifiek middenstuk	25
1.3 De afronding	33
1.4 Je tekst onthouden	36
2 Eerste hulp bij falen!	40
Deel 2 Vergroot je zelfvertrouwen – ook als het zweet je uitbreekt	59
3 Hoe kun je stralen?	60
3.1 Je zenuwen in bedwang	60
3.2 Je ademhaling onder controle	64
3.3 Een glorieuze opkomst	65
3.4 Zelfvertrouwen tijdens het spreken	69
3.5 Afgaan zonder af te gaan	71
4 Eerste hulp bij falen!	74
Deel 3 Zet je in de juiste houding – ook als je je klein voelt	87
5 Hoe kun je stralen?	88
5.1 Jij bent het middelpunt: sta stil en imponeer	88
5.2 Strategisch bewegen	93
5.3 Met de handen in het haar	95
5.4 Lichaamstaal: show it, baby!	97
5.5 Gaat u zitten!	99

6	Eerste hulp bij falen!	103
Deel 4 Laat je horen – ook als je een trilling in je stem hebt		115
7	Hoe kun je stralen?	116
	7.1 <i>Een defecte snelheidsmeter</i>	116
	7.2 <i>Wat een (klank)kleur!</i>	120
	7.3 <i>Snik. Emotie in je stem</i>	122
	7.4 <i>Leren articuleren</i>	127
	7.5 <i>Spreken vanuit je buikademhaling</i>	128
8	Eerste hulp bij falen!	130
Deel 5 Kies je kleding strategisch – ook als je geen idee hebt wat passend is		143
9	Hoe kun je stralen?	144
	9.1 <i>Kleding als communicatiemiddel</i>	144
	9.2 <i>Accessoires en make-up</i>	152
10	Eerste hulp bij falen!	156
Deel 6 Maak je samen sterk – ook als de ander onverwacht ánders doet		163
11	Hoe kun je stralen?	164
	11.1 <i>Ja, ik wil</i>	164
	11.2 <i>Eenheid uitstralen</i>	169
	11.3 <i>Van elkaar verschillen</i>	171
12	Eerste hulp bij falen!	175

Deel 7 Bespeel je arena – ook als de omstandigheden lastig zijn	187
13 Hoe kun je stralen?	188
13.1 <i>Op je plek zijn in de zaal, de studio, voor je webcam of buiten</i>	188
13.2 <i>Wát een techniek!</i>	194
13.3 <i>Ken je publiek</i>	195
13.4 <i>Interactie met je publiek</i>	196
14 Eerste hulp bij falen!	201
Gouden Ogen	214
Goud	216
Meer lezen	217
En nu?	219
Wat anderen zeggen over Machteld Kooij	221

Voorwoord

In mijn werk als presentatie- en mediatrainer ontmoet ik fijne mensen. Mensen die iets te vertellen hebben, mensen met ideeën en idealen. Sommige zijn behoorlijk zenuwachtig omdat ze spreken nog heel spannend vinden, andere zijn vol flair en vinden het heerlijk met mij te gaan kijken hoe ze nóg beter kunnen worden. Van presentatoren van de NPO, via woordvoerders en directeuren van goededoelenorganisaties, tot mensen uit de provinciale en landelijke politiek.

Soms krijg ik trainingsaanvragen waarvan ik even moet slikken. ‘Serieus? Heb jij met al jouw ervaring nog training nodig?’ En het antwoord is dan altijd: ‘Ja, graag.’ Want ook ervaren sprekers willen weleens een spiegel voorgehouden krijgen. Willen feedback op hoe ze overkomen, willen zich verbeteren en oefenen met nieuwe presentatievormen. Zelfs de grootste sprekers hebben een klein hartje, laat staan de sprekers die nog maar net zijn begonnen en ertegen opzien om voor het voetlicht te treden. Ik begrijp hoe spannend dat is. En ik weet wat je ertegen kunt doen.

Al een tijdje dacht ik: ik zou het ooit eens moeten opschrijven, dat wat ik in de loop der jaren heb ontdekt, mijn tips en tricks en oefeningen, zodat jij ook een idee krijgt hoe je met meer plezier kunt spreken. Dat moment kwam na een camera-presentatietraining die ik gaf in de studio van Managementboek, aan een schrijver die al veel spreekervaring heeft. Na afloop was ze heel enthousiast en wilde ze graag alles nog eens nalezen. ‘Als jij een boek had geschreven, dan zou ik het lezen,’ zei ze. Bij dezen!

Ik wilde wel een eigen invalshoek. Die vond ik toen ik op het spoor kwam van Scott Berkun, die met zijn *Confessions of a public speaker* inzoomt op alles wat mis kan gaan bij spreken in het openbaar. Dát wilde ik, een open en eerlijk boek vol praktijkvoorbeelden waarin je niet alleen leest hoe geweldig je overkomt als je rechtop staat, maar waarin je óók leest wat de valkuilen zijn. Wat er mis kan gaan, en hoe je dan kunt opkrabbelen. Want dat kun je, dit is een boek vol hoop.

Tijdens de laatste schrijffase brak de coronacrisis uit. Ineens zaten we allemaal thuis en schakelden we noodgedwongen over op online vergaderen. Mijn eerste interview over dit boek werd een podcastinterview waarbij de journalist, mijn uitgever Monique Lindzen en ik alle drie vanuit ons eigen huis spraken, kijkend in onze webcam. Ook op zo'n moment zijn de technieken die ik deel een steun: hoe bereid je je voor, wat moet je wél vertellen en wat niet, wat doe je als je het even niet meer weet?

Misschien heb jij als spreker al vele kilometers op de teller, misschien sta je nog voor de start; dit boek geeft je in alle gevallen een zetje vooruit. Als je met dit boek op zak gaat spreken, zul je merken dat je steeds beter wordt. Natuurlijk moet je het wel allemaal zelf doen. Wil je dat ik mijn camera op je richt zodat we samen kunnen analyseren waar jouw persoonlijke verbeterpunten zitten – kijk en bereik me via mijn website www.HetGeheimeWapenvanHilversum.nl. Ik kan ook komen spreken over de inhoud van dit boek en veel leuke voorbeelden laten zien, of ik kan een interviewend en enthousiasmerend dagvoorzitter zijn – neem dan contact op met @ZijSpreekt.

Of je nu bij me komt voor een persoonlijke training, of je leest dit boek en doet gierend van het lachen alleen of samen met je collega de oefeningen om je voor te bereiden op de spotlights: 'Het Monster met de Gouden Ogen' staat voor je, maar 'Het Geheime Wapen van Hilversum' staat achter je!

Utrecht, mei 2020
Machteld Kooij

wees niet bang
je mag opnieuw beginnen
vastberaden doelgericht
of aarzelend op de tast
houd je aan regels
volg je eigen zinnen
laat die hand maar los
of pak er juist een vast

wees niet bang
voor al te grote dromen
ga als je zeker weet
en als je aarzelt wacht
hoe ijdel zijn de dingen
die je je hebt voorgenomen
het mooiste overkomt je
het minste is bedacht

wees niet bang
voor wat ze van je vinden
wat weet je van een ander
als je jezelf niet kent
verlies je oorsprong niet
door je te snel te binden
het leven lijkt afwisselend
maar zelfs de liefde went

wees niet bang
je bent een van de velen
tegelijk is er maar een als jij
dat betekent dat je
vaak zal moeten delen
en soms zal moeten zeggen
laat me vrij

Freek de Jonge – 3 september 2019 live voorgedragen in *DWDD*.

Inleiding

Dit boek is voor iedereen die weleens als spreker in de spotlights staat. Voor jou dus. Want spreken is belangrijk als je je wilt laten horen en zien. Maar spreken is vaak ook heel spannend, zelfs als je al de nodige vlieguren hebt gemaakt. Niemand wil afgaan voor een groep of camera, met zoveel ogen op zich gericht. Dagen, weken, soms zelfs maanden van tevoren kunnen er allerlei angstscenario's opdoemen. Wat doe je als je door de zenuwen je tekst vergeet of struikelt terwijl je opkomt? Als in een online meeting of interview lastige vragen worden gesteld waarop je zo gauw geen antwoord weet? Of je je nu richt op een virtuele groep kijkers of een livepubliek, met dit boek bereid je je optimaal voor. Werk aan je pitch, speech, toespraak, praatje, een vergadering waar jij het woord gaat voeren, een interview voor een (online) krant, tijdschrift, radio, tv of webinar, een telefonisch interview, een podcast, vlog of een gesprek op een podium – dit boek geeft je kracht. En die heb je nodig. Want er kan zoveel misgaan...

Het monster met de gouden ogen

Sprekersangst is als een monster met gouden ogen, dat continu op de loer ligt. En voor je het weet, heeft het je te pakken. Je hebt in gedachten al trillende poten, een klamme huid, vochtige schubben en een zwavelige bek. Maar hé, het is een monster met *gouden* ogen, want je ziet de gouden beloning al. Wanneer je je laat horen maak je je zichtbaar; dat levert je waardering op, erkenning, de expertstatus, zelfvertrouwen. Dat is het waard om de strijd met het monster aan te gaan. Kijk door die gouden ogen van het monster, dan zie je een gouden toekomst gloren. Het monster is te temmen, als je maar weet hoe.

Je eigen presentatie- én mediatraining

Dit boek is je wapen om het monster met de gouden ogen te verslaan. Het bestaat uit een professionele presentatie- en mediatraining om de basisvaardigheden van het spreken onder de knie te krijgen. Zo leer je bijvoorbeeld hoe je je tekst slim opbouwt zodat het publiek aan je lippen hangt, hoe je je houding strategisch kunt inzetten, hoe je overeind blijft wanneer de journalist heel anders doet dan verwacht. Daarnaast bevat dit boek een schat aan adviezen voor

de momenten waarop het onverwacht toch misgaat. Hoe pak je dán de regie weer terug, zodat je stralend uit de strijd komt?

Kortom, dit boek is de geruststelling vooraf. Het gaat allemaal goed komen. Sterker nog: je gaat stralen! Want ieder spannend moment is om te buigen naar een schitterend moment, als je er zelf maar in gelooft én de juiste bagage op zak hebt.

Kies uit stralen en falen en extra's


Het monster met de gouden ogen bestaat uit zeven delen. Zeven krachtige wapens die je in het heetst van de strijd kunt inzetten:

1. Kom maar op met de inhoud – ook als je met je mond vol tanden staat
2. Vergroot je zelfvertrouwen – ook als het zweet je uitbreekt
3. Zet je in de juiste houding – ook als je je klein voelt
4. Laat je horen – ook als je een trilling in je stem hebt
5. Kies je kleding strategisch – ook als je geen idee hebt wat passend is
6. Maak je samen sterk – ook als de ander onverwacht ánders doet
7. Bespeel je arena – ook als de omstandigheden lastig zijn

Ieder deel bestaat uit twee hoofdstukken: *Hoe kun je stralen?* en *Eerste hulp bij falen!*. In de straalhoofdstukken komen de basisvaardigheden op het gebied van presenteren en omgaan met de media aan bod. De faalhoofdstukken vormen een schatkist aan voorbeelden en oplossingen voor de momenten waarop je in de spotlights staat en er iets onverwachts gebeurt. Hoe reageer je dan?

Je kunt dit boek van kaft tot kaft lezen of je richten op de delen waarmee jij worstelt. Ook bij de hoofdstukken is er niet één juiste volgorde. Lees je eerst alle straalhoofdstukken of juist alle faalhoofdstukken, of pak je ze tegelijk op? De keus is aan jou. Ga lekker grasduinen, leer van de tips en ervaringen van andere sprekers en doe de oefeningen die je aanspreken. Zo stel je je persoonlijke presentatie- en mediatraining samen.

Bij dit boek hoort ook een website.

Op www.HetMonstermetdeGoudenOgen.nl vind je filmpjes bij voorbeelden in dit boek. Deze filmpjes zijn te herkennen aan het volgende icoontje: 

Tot slot nog dit ...

Shakespeare heeft het in zijn *Othello* over een ‘*green-eyed monster*’, dat staat voor jaloezie: ‘*O, beware, my lord, of jealousy; It is the green-eyed monster.*’ Ook voor het monster met de gouden ogen moet je oppassen, maar het is te temmen. Dit boek helpt je daarbij. Daarnaast is het een kwestie van kilometers maken. Zeg dus ‘ja’ tegen die vraag om een presentatie of interview te geven. Want hoe meer kilometers je maakt, hoe kleiner het monster wordt. Totdat het zó klein is, dat je het wegblaast. Kijk maar op het omslag: er is geen monster. Het zat alleen maar in je hoofd...

Ik wens je veel leesplezier!

‘Before I’ve completed my answer, I realize what I’ve done. I wish I could reach out and grab the words and stuff them back in my mouth.’

Uit: *The President is missing*, Bill Clinton en James Patterson.

‘Goed spreken is niet makkelijk. Zeker onervaren televisiegasten hebben de neiging veel zijpaden te nemen voordat ze bij het punt komen waar wij ze willen hebben.’

Rachel Franse, eindredacteur *Op1*, auteur *De slag om de gast*.



DEEL 1

Kom maar op met de inhoud – ook als je met je mond vol tanden staat

Je doet je mond open en er komt een geweldig verhaal uit; het publiek hangt aan je lippen. Tenminste, dat wil je. Maar hoe zorg je ervoor dat het ook écht zo loopt? Hoe kun je pakkend spreken, je publiek meenemen in je verhaal? Hoe bouw je je betoog op? Niet met je mond vol tanden staan, niets vergeten, geen woorden eruit flappen die je eigenlijk niet had willen zeggen? Schrijf je je tekst helemaal uit of gebruik je steekwoorden of bullets? Veel sprekers worstelen met dit soort vragen. Gelukkig kun je na worstelen altijd weer bovenkomen. In dit eerste deel lees je hoe.

1

Hoe kun je stralen?

Je bent gevraagd voor een interview of presentatie. Het onderwerp is duidelijk. Maar wat ga je precies vertellen, en hoe zorg je dat je de aandacht vasthoudt? Je krijgt maar één keer de kans om te stralen. Die kans wil je natuurlijk niet vergooien. Een goed verhaal begint dan ook met een goede voorbereiding. Eerst ga je broeden, je boodschap overdenken en input verzamelen, dan een structuur bedenken, je tekst uitschrijven en bijschaven. Misschien maakt iemand een voorzetje voor je. Dan nog is het belangrijk de tekst zelf te herschrijven in *jouw* woorden. De tekst ‘bekkend te maken’, steeds te bedenken: hoe zou *ik* dat nou zeggen? Dan zal de tekst op een natuurlijke manier overkomen.

1.1 Een pakkend begin

De eerste woorden voor een publiek of camera zijn cruciaal. Daarmee zet je de toon voor de rest van je presentatie of interview. Start vooral niet met loos gebabbel, zoals: ‘Dag allemaal, wat fijn dat u er bent. Gaat u lekker zitten. Ik ga beginnen met de inleiding, laat ik eerst eens even de definitie geven van ...’ Dit is meer een opwarmertje voor je stem dan de juiste toon zetten. Uiteraard mag je je toehoorders best begroeten, maar het hoeft niet in de eerste zin. Je eerste zin moet goud zijn, een zin die verrast en pakt, zodat mensen meteen weten dat het goed gaat worden. En om jezelf in de juiste modus te zetten. Je hebt dan vooraf iets om je op te verheugen of om je aan vast te houden: die eerste zin is goed. Dit geldt voor je presentatie, en ook voor het interview dat je gaat geven.

WAT EEN GEDOE, MAAR WEL LEUK

Meneer Aart oftewel Aart Staartjes is overleden, en Wieteke van Dort, Gerda Havertong en Edwin Rutten zitten aan een talkshowtafel omdat zij zijn collega's waren in *Sesamstraat*. Beide dames geven antwoord op de vraag waar ze waren op het moment dat het nieuws bekend werd. Edwin Rutten krijgt een andere eerste vraag, namelijk of Aart Staartjes de media-aandacht mooi zou hebben gevonden? Rutten denkt even na, lacht en zegt: 'Die Aart! Uhhh ...' Hij gaat ver zitten, neemt een teug adem en gaat op een andere toon verder: 'Eddy – hij zei vaak Eddy tegen me – *ach Eddy, ik heb al die beelden gezien, wat een gedoe, maar wel leuk...* Ik gis het, dat zou hij zó tegen me hebben gezegd.'

De vraag van de journalist had Edwin Rutten ook kunnen beantwoorden met 'ja', 'nee', of 'best wel', maar door Aart Staartjes meteen een stem te geven is hij er als het ware even bij. Rutten had ongetwijfeld het moment in z'n hoofd klaarstaan waar hij was toen hij het hoorde, en moest even omschakelen. Dat hij met dit citaat begint is iets wat hij vooraf kan hebben bedacht of het kwam spontaan in hem op, hij durft te verrassen.

Crime scene-techniek

Naast het beginnen met een citaat is die andere manier van beginnen ook heel effectief: het moment waar je was toen er iets belangrijks gebeurde. Journalisten vragen er graag naar, en toehoorders van je speech zien je dit ook graag doen, mits goed uitgevoerd. Het werkt het meest effectief wanneer je het aanpakt met de 'crime scene-techniek'. Je beschrijft iets wat je hebt meegeemaakt en wat met het onderwerp te maken heeft. Je zet jezelf als het ware weer op die plek; vertel waar je bent, wat je ziet, wat je voelt, en wat er gebeurt. Hoe beeldender, hoe beter. Leid dit niet in – 'Ik neem jullie even mee...' – maar doe het gewoon. Zo verras je de kijker en vang je de aandacht.

HET MOMENT WAAR WE ALLEMAAL IN ZITTEN

'Zondagmiddag rond lunchtijd was het moment dat de telefoon bij de NOS ging trillen,' vertelt politiek verslaggever Xander van der Wulp in *Op1*. Het is maart 2020, de coronacrisis is in volle hevigheid aan het losbarsten in Europa. Minister-president Rutte geeft een speech die veel wordt besproken, zoals in deze talkshow: 'Was het live eigenlijk, de toespraak?' vraagt presentator Erik Dijkstra – 'Ja. Er is ook nog wel een tijdje gesproken over hoe dat precies moest gaan. Het Torentje was al vrij snel de locatie. En Rutte is wel iemand die dat kan, live, maar dit was op de autocue. Dus de tekst op de camera

meelopend, dat is ongebruikelijk voor de premier, hij doet altijd bijna alles uit zijn hoofd, ook speeches op congressen. Ze hebben een paar keer zitten oefenen, kijken hoe je dan moet zitten. Misschien dat ze de boeken...' – Van der Wulp wijst op de achtergrond van een stilstaand shot van Ruttes speech, dat in de studio te zien is – Dijkstra: 'Er is wel over nagedacht! Er staat een mooie foto van Thorbecke daarachter.' – 'Ja, en de boeken over MH17 en dan nog wat klassieke cd's, denk ik. Maar dit is natuurlijk gewoon hoe zijn opgeruimde werkkamer is. En dan heeft hij een beetje geoefend, dan gaan de deuren dicht en dan moet hij het in z'n eentje doen, hij en de camera, en ik denk wel dat alle Nederlanders dat dan gaan zien. (...) Ik denk wel dat deze toespraak op heel veel mensen veel indruk heeft gemaakt, al was het maar de setting en wát hij zei, door het moment waar we allemaal in zitten.'

Het waren in dit interviewvoorbeeld weliswaar niet de allereerste woorden van Xander van der Wulp, maar hij had deze scènebeschrijving duidelijk 'op zak' als bijdrage. In een paar zinnen wordt een situatie neergezet: het Torentje, autocue, achtergrond opruimen, oefenen, deuren dicht, camera aan. Door deze techniek geef je de kijker als het ware een inkijkje in je leven. Meestal geef je een scène uit je eigen leven, maar het kan ook een situatie zijn van een ander, die jij hebt waargenomen. In klassieke Griekse tragedies heet dit de 'teichoscopie': een acteur kijkt in de verte en geeft zijn waarneming, vertelt bijvoorbeeld over een veldslag, die dan niet helemaal geënceneerd hoeft te worden. De verslaggever doet hier hetzelfde: hij geeft weer hoe hij deze situatie ziet. Je praat dan vanuit het beeldcentrum in je hersenen, je bent als het ware op die locatie. Hoe beeldender je beschrijft, hoe fijner. Voor jezelf – omdat je als het ware even op een andere locatie bent en minder aan de spotlights denkt, daardoor raak je op je gemak. En ook voor anderen – als jij dit zou toepassen met een persoonlijk moment, geef je iets bloot van je leven en daardoor kom je meteen bij je publiek binnen; jij en de kijker(s) visualiseren hetzelfde beeld en daardoor krijgen jullie een band.

Beeldende details vertellen is dus fijn, maar pas op: het mag niet te lang duren. Na ongeveer een halve minuut is het wel klaar. In die halve minuut heb je dan wel je stem wakker geschud, jezelf in de sfeer van toen gezet, de kijker ver-rast. Dit moment uit je leven kan eventueel ook een negatief moment zijn, maar dan vooral als de situatie zich inmiddels ten goede heeft gekeerd. Dan krijg je een 'ik worstel maar kom boven'-effect. Ik noem het 'crime scene' omdat er altijd iets bepalends zal gebeuren in de scène die je kiest. Het hoeft natuurlijk

niet een misdaad te zijn, maar je zou er in gedachten wel rood-wit lint omheen kunnen uitrollen zoals bij een échte crime scene.

Behalve in interviews werkt deze crime scene-techniek ook heel goed wanneer je een publiek toespreekt.

EEN VAN DE MEEST AANGRIJPENDE GEBEURTENISSEN

Staatssecretaris Paul Blokhuis (VWS) begint een toespraak over vaccineren zo: 'Goed u allemaal te zien. En goed om met elkaar over dit onderwerp te spreken. Want het is een belangrijk onderwerp – en het gaat mij echt aan het hart. 25 Jaar geleden werd onze oudste dochter geboren. De geboorte van je eerste kind, dat is toch een van de meest ingrijpende, bijzondere gebeurtenissen in je leven – en in je huwelijk. Mijn vrouw en ik spraken dus veel over hoe het zou gaan en hoe we deze bijzondere opdracht zouden aanpakken. Maar over één ding waren we het meteen al eens: we zouden onze dochter in elk geval laten vaccineren. Daar hadden we eigenlijk geen discussie over. Misschien kwam dat wel, omdat we zelf ook als kind waren ingeënt. We komen allebei uit een gereformeerd gezin en we zijn allebei begin jaren zestig geboren. Maar zowel haar ouders als de mijne hebben zonder veel discussie besloten hun kinderen te laten inenten. Dat vonden ze eigenlijk vanzelfsprekend – en ik denk dat wij dat daarom ook vonden. Ik weet dat er mensen zijn die een andere beslissing nemen ...'

Staatssecretaris Blokhuis kiest er bewust voor met een persoonlijk verhaal te beginnen. Hij raakt daarmee zijn publiek, wat belangrijk is voor de rest van zijn betoog. Een heel goede aanpak. Als hij nog een stap verder was gegaan had hij nog specifiekere een moment kunnen kiezen. Dan had hij zijn speech bijvoorbeeld kunnen beginnen met: 'Ik zit in een geruimtelijk groen geschilderde ruimte, wat posters aan de muur, voor me een tafeltje en daarachter een consultatiearts. Op mijn schoot zit onze dochter. Ik kijk mijn vrouw aan die naast me zit, we knikken elkaar dapper toe. Dan is het zover. En we weten dat het goed is. Onze ouders hebben dit ook met ons gedaan.' Mocht je nu denken: dan vind ik de echte speech toch beter – dat is ook zo, omdat ik hier maar een moment fantaseer waarbij je gauw naar een cliché gaat. Als de staatssecretaris zelf een echt moment zou kiezen is het oprecht en sterk; een moment waarmee hij zichzelf blootgeeft. De crime scene-techniek werkt met momenten uit je leven die écht gebeurd zijn.

OP DE LINOLEUMVLOER

Oprah Winfrey gaf een pakkende speech toen ze de Cecil B. DeMille Award ontving. Ze begint met een moment: ‘In 1964 I was a little girl, sitting on the linoleum floor of my mother’s house in Milwaukee, watching Ann Bancroft present the Oscar for Best Actor, at the 36th Academy Awards. She opened the envelope and said five words that literally made history: “The winner is: Sidney Poitier.” Up to the stage came the most elegant man I had ever seen. I remember his tie was white and of course his skin was black and I’d never seen a black man being celebrated like that.’

OEFENING Een moment uit je leven

Bereid een korte introductie van jezelf voor: wie ben je, wat doe je? Doe dit op de gewone manier, met je naam, wat persoonlijke informatie, iets over je werk.

Daarna bereid je een korte introductie van jezelf voor volgens de crime scene-techniek. Vertel een moment uit je leven dat iets voor je heeft betekend; het hoeft helemaal niet lang geleden te zijn, mag wel. Kies eerste woorden die je meteen op die plek zetten. Beschrijf wat je ziet, hoort, ruikt, voelt. Probeer de scène in de tegenwoordige tijd te vertellen. Zo maak je het actief in plaats van een anekdote van vroeger. Dan zeg je: ‘Waarom vertel ik dit?’, koppel de scène aan je huidige situatie en geef nog wat feiten en gegevens.

Haal alles uit de kast: andere verrassende introducties

Wanneer je de crime scene-techniek onder de knie hebt, wil je vast ook variëren met andere verrassende introducties. Er zijn talloze mogelijkheden. Hieronder een paar voorbeelden.

Je kunt beginnen met een mooi citaat, bijvoorbeeld iets wat je vader, oma, leraar, etc. altijd tegen je zei. Geef eerst het citaat en vertel pas daarna wie het zei. Dat is verrassender dan andersom. Zorg dat je het citaat luid en duidelijk uitspreekt, en veel rustiger dan in je gewone spreektempo. Dan til je deze zin echt op. Leg vervolgens de link met het onderwerp van je verhaal.

lets in je handen

lets laten zien werkt ook goed, vooral als je de ‘unboxing-scène’ meteen meepakt. Je neemt een bijzonder voorwerp mee in een mooie verpakking en begint

met de woorden: 'Ik heb iets meegenomen. Moment ...' Je pakt het uit. Verrassing. Kijk er zelf ook even naar. Dan leg je een verbinding tussen jezelf en het voorwerp. Vertel wat het met je onderwerp te maken heeft. En zet het voorwerp op tijd weer weg, anders sta je er de hele tijd mee in je hand.

EEN BABY IN ZIJN ARMEN

Professor Robert Dijkgraaf geeft een college in drie delen over De Toekomst, in *DWDD University*. Nadat Matthijs van Nieuwkerk hem heeft aangekondigd komt hij op, met een baby in zijn armen. Hij kijkt naar de baby, veegt met een doek het mondje schoon. 'Dames en heren, dit is Jaimy, en Jaimy is nog geen vijf weken oud. (...) Jaimy gaat waarschijnlijk de hele 21e eeuw meemaken en heeft een goede kans op een stukje van de 22e eeuw...' Nadat we naar een kort filmpje hebben gekeken komt Dijkgraaf weer in beeld, de baby is weg, hij heeft nu sprekerskaartjes vast.

EEN POLITIEJASJE

Daryl Davis is een Amerikaanse r&b- en bluesmuzikant. Hij komt het podium op van TEDxNaperville met een politiejasje in zijn hand voor zijn speech getiteld '*Why I, as a black man, attend KKK rallies*'. Davis vertelt dat dit uniformjasje van Roger Kelly is, een agent die hij heeft ontmoet. Hij loopt naar een kast en haalt er een groen glanzend gewaad uit. Gedragen door diezelfde agent bij een bijeenkomst van de Ku Klux Klan. Davis vertelt hoe hij en Kelly bevriend raakten. Uiteindelijk staat Davis weer voor de kast, haalt er een derde kostuum uit, het witte KKK-gewaad dat Roger Kelly inmiddels aan de wilgen heeft gehangen.

De jasjes die Davis laat zien maken zijn verhaal tastbaar en er zit een opbouw in van zwart via glanzend groen naar wit. Het is een opmerkelijk verhaal.

Gebruik de plek waar je bent

Een andere manier om bijzonder te beginnen is iets te benoemen van de plek waar je bent. De locatie geeft misschien een aanknopingspunt voor een introductie. Je beschrijft hoe jij de ruimte waarneemt, hoe je je hier voelt, en verknoopt dat met het thema. De schrijfster van de *Harry Potter*-boeken, J.K. Rowling, deed dat op een persoonlijke en humoristische wijze in haar speech voor de afgestudeerden van de Harvard-universiteit.

REÛNIE VAN ZWEINSTEIN

‘Voorzitter, leden van de Harvard-gemeenschap, faculteitsmedewerkers, trotse ouders en afgestudeerden, het eerste dat ik wil zeggen is: dank u. Niet alleen heeft Harvard me een enorme eer bewezen, maar de weken van angst en slapeloosheid die ik heb moeten doorstaan bij de gedachte deze speech te moeten houden, hebben ervoor gezorgd dat ik ben afgevallen.’ (gelach) ‘Een win-winsituatie. Nu is het enige dat ik moet doen: diep ademhalen, richting de rode vlaggen kijken,’ ze kijkt op van haar blaadje, kijkt naar de Harvard-banieren rondom het publiek, ‘en mezelf ervan overtuigen dat ik hier sta voor ’s werelds grootste reünie van Zweinstein.’ (gejuich en applaus)

J.K. Rowling, Harvard Commencement Speech.

De speech van Rowling werd zeer goed ontvangen. Haar persoonlijke begin (‘Ik vind dit spannend’) is een opmaat naar het thema van de speech, ‘*benefits of failure*’ oftewel de voordelen van falen. Door het benoemen van de rode banieren geeft ze als het ware een kijkje in de keuken, iemand heeft haar vast de aanwijzing gegeven om af en toe om zich heen te kijken, of ze heeft zich dat zelf voorgenomen. Het publiek ziet die banieren ook, voelt zich verbonden met de spreekster in tijd en ruimte. En door de kijkers en de locatie te koppelen aan Zweinstein maakt ze connectie met het publiek.

De ruimte waar je bent kan ook in een interview worden meegenomen. Wanneer het gesprek plaatsvindt in een opmerkelijke ruimte, heb je een grote kans dat de interviewer van je wil weten wat de plek voor je betekent. Of je geeft zelf alvast een voorzetje:

BLIKSEMSCHICHT

Twan Huys kondigt in *College Tour* actrice Whoopi Goldberg aan. Ze maakt haar entree onder gejuich en applaus van vijfhonderd studenten, gaat met een kreun zitten en kijkt om zich heen in De Duif kerk in Amsterdam: ‘Wow.’ – ‘Welkom,’ zegt Huys. – Goldberg kijkt uitgebreid naar de hoge witte muren, die paars zijn uitgelicht. – ‘Het is een echte kerk,’ zegt Huys. – ‘Ja, daar was ik al bang voor.’ – Huys: ‘Ben je bang voor God?’ – ‘Nee, alleen voor het gebouw. Altijd als ik een kerk binnenloop, heb ik het gevoel dat er een bliksemschicht zou kunnen komen. Krrrrgggggh,’ en Goldberg doet met haar vinger een bliksemschicht na.

Het is mooi en logisch dat de gast laat zien dat de ruimte iets met haar doet en de journalist gaat erop in. Whoopi Goldberg was in Nederland voor de première van de musical *Sister Act*, over nonnen. De bliksemschicht blijft achterwege, wel komt er een gospelkoor op aan het einde van de uitzending, 'Oh Happy Day'.

Zoek naar metaforen

Verder zijn er legio mogelijkheden om een 'saai' tekst spannender te beginnen. Zoek naar metaforen door bijvoorbeeld te denken aan een kleur (kies een kleur en probeer vanuit daar naar je onderwerp te praten), een kledingstuk, een vriend, een paar schoenen dat je ooit kocht, een vakantieland waar je ooit was – je kunt het zo gek niet bedenken of het kan een startpunt zijn van waaruit je met een verrassende creatieve draai naar je onderwerp toe praat. Zoek inspiratie voor een net iets verrassendere aanpak.

Een voorbeeld van een presentatie op een grijze winterdag die opeens kleurrijk en persoonlijk werd gebracht door de weerman van het *NOS Journaal*, die al voor de derde dag die week met vrijwel hetzelfde weerbericht moest komen. Beetje motregen in het noorden, misschien een opklaring in het zuiden, veel mist, en onzeker of het zou gaan opklaren.

METEOROLOGISCH HEEL INTERESSANT

'Deze grijze dag vandaag, ik vond er eerlijk gezegd niet zo heel erg veel aan. En laat ik maar heel eerlijk zijn: als weerman heb je meestal twee soorten weer om te vertellen: óf het is heel mooi weer, dat is voor mij een beetje saai maar voor u in ieder geval goed nieuws; óf het is heel slecht weer, dat is voor u dan minder goed nieuws maar dan is het in ieder geval meteorologisch nog heel interessant. Maar dit weertype (wijst op de foto van vandaag, een mistige haven van Zierikzee) is geen van beide. Je maakt er niemand echt blij mee, en het is meteorologisch gezien ook nog eens heel erg saai. Weinig zicht, beetje druilerig, en ik zal u vertellen: er komt nóg zo'n dag aan!'

NOS Journaal, Peter Kuipers Munneke, 25 januari 2020

Peter Kuipers Munneke bracht deze tekst met zo'n laconieke en toch getergde flair dat we er thuis smakelijk om hebben gelachen. De weerman verklaarde me: 'Ik heb geleerd een antenne te krijgen voor het gevoel dat ikzelf en anderen bij het weer hebben. Dat gevoel pik ik vaak op tijdens ontspannen momen-

ten – in de lift, bij de koffieautomaat, bij het begroeten van collega's als ik binnenkom.' Mooi om die antenne te durven gebruiken in je presentatie.

Verrassing is mooi en aardig, en je snapt dat het werkt bij een speech. In een interview zou je kunnen zeggen dat een journalist niet naar een origineel antwoord vraagt, dus waarom zou je dat dan geven? Omdat zo'n origineel antwoord juist heel goed past bij een gewone vraag. Zo geef je het interview een kickstart!

Je kunt het beste een aantal van de suggesties in de voorbereidende fase uitwerken en uitproberen, en pas dan kiezen welke goed werkt als je gaat spreken of een interviewafspraken hebt. Dat doe je met de volgende creativiteitsoefening.

OEFENING Gooi al je creativiteit in de strijd

Kies een onderwerp waar je vijf verschillende introducties voor gaat bedenken. Je hoeft niets op te schrijven. Doe deze oefening hardop:

1. **Saaï.** Beschrijf je onderwerp zo saai mogelijk.
2. **Crime scene.** Kies een moment in je leven dat met het onderwerp te maken heeft, en start je verhaal op die plek. Vertel waar je bent, wat je ziet, wat er gebeurt. Dan zeg je: 'Waarom vertel ik dit', en vertel je over het onderwerp.
3. **Citaat.** Denk eens aan wat je vader, moeder, leraar, etc. altijd tegen je zei. Begin met dat citaat. Leg het uit en betrek het op je onderwerp.
4. **Metafoor.** Kies een metafoor, bijvoorbeeld een gerecht. Begin daarover te praten, zet het als het ware voor je. Dan maak je een U-turn naar het onderwerp.
5. **Voorwerp.** Pak iets uit je omgeving, mag van alles zijn. Vertel wat je hebt gepakt, hoe jij dit voorwerp ziet, wat het voor je betekent. Dan probeer je op een logische manier op je onderwerp te komen.

Nu kies je de versie die je het best vond overkomen. Kun je die gebruiken bij je eerstvolgende presentatie of interview? De saaie versie kies je vast niet.

1.2 Een magnifiek middenstuk

Na je pakkende begin laat je een korte stilte vallen. Je stapt nu over naar het grote middenstuk: de feiten, de argumenten, de moraal van je verhaal. Dit is het moment waarop je duidelijk maakt dat je ter zake gaat komen. Er is een soepele verbinding nodig. Die creëer je door te laten merken dat je je publiek of de journalist begrijpt. Je zegt bijvoorbeeld: 'Ik hoor u denken, wat heeft dit te maken met onze uitdaging?' Of: 'En waarom vertel ik dit?' Je maakt daarmee de brug naar het middenstuk: we gaan de argumentatiefase in, het kader. Je wilt de aandacht natuurlijk niet verliezen door na die killeropening ineens heel abstract te worden. Sterker, je wilt dat het publiek aan je lippen blijft hangen. Maar hoe zorg je ervoor dat je tekst blijft boeien, ook als je een groter thema of stevige kost wilt overbrengen? Met de volgende krachtige elementen zorg je ervoor dat jouw middenstuk blijft hangen.

Al het goede komt in drieën

Geef je een presentatie? Dan is het mooi als je het middenstuk in drie delen kunt opbouwen. De drie stappen die jullie gaan nemen; de situatie vroeger, nu en in de toekomst; de drie aspecten van het project, zoals personeel, planning en poen, etc. Drie blokken met een logische opbouw. Van klein naar groot, van behoudend naar gewaagd, van makkelijk naar moeilijk – of wat voor jou logisch voelt. Waarom juist drie zo goed werkt? Drie is dramaturgie. Twee voelt als te weinig en vier als te veel, drie is precies goed.

Word je geïnterviewd en wil je verschillende dingen vertellen? Wanneer je regie wilt houden zeg je: 'Hierover wil ik drie dingen opmerken.' (Of twee, of vier, of welk getal dan ook.) Journalisten hebben hier een behoorlijke hekel aan, omdat dit ongetwijfeld lang gaat duren. Dat zullen we nog weleens zien, denkt de journalist hoogstwaarschijnlijk, en inderdaad worden lange opsommingen zelden afgemaakt. Maar het kan wel, je stuurt en claimt spreektijd en het verheldert je betoog. Je kunt natuurlijk ook gewoon beginnen met het vertellen van de dingen die je wilt opmerken, en in rap tempo al je punten aflopen zonder er een telling aan vast te hangen. Dan loop je niet het risico te gaan hakkelen als je opeens het beloofde vierde punt niet meer weet.

De kracht van stiltes

Bouw in je tekst verschillende momenten van stilte in. Helemaal aan het begin, tussen alinea's in, op dramatische momenten.