

WIM DANIËLS

# SPREKEN IN HET OPENBAAR



50 TREFZEKERE TIPS

Boom

# INLEIDING

**J**e hebt gelegenheidssprekers en professionele sprekers. Van gelegenheidssprekers wordt slechts af en toe verwacht dat ze ergens het woord voeren of hun zegje doen. Professionele sprekers daarentegen zijn mensen die vanwege hun beroep vaak in het openbaar moeten spreken. Dit boek is bestemd voor beide typen sprekers.

Je belandt in je leven af en toe – dat zul je beslist al wel eens ervaren hebben – in een situatie waarin je ten overstaan van een groep mensen iets moet zeggen. Het kan tijdens een studiebijeenkomst zijn, op het werk bij een teambespreking, bij een trouwerij, jubileum of begrafenis, tijdens een ouderavond op school, op een clubvergadering, bij de opening van een winkel, bij het in het zonnetje zetten van een vrijwilliger, enzovoort. Als zich zulke gelegenheden voordoen, is het fijn als je als gelegenheidsspreker daadwerkelijk het woord durft te nemen en er bovendien een mooie voordracht van weet te maken.

Maar veel mensen zien ertegen op om voor een groep te spreken, zelfs voor een kleine groep. Als het enigszins kan, onttrekken ze zich eraan. Ze doen er liever het zwijgen toe,

omdat ze denken dat 'het woord voeren' niet voor hen is weggelegd. Dat is jammer. Ze doen zichzelf daarmee tekort en waarschijnlijk ook de mensen tot wie ze het woord hadden kunnen richten.

Misschien ben je geen gelegenheidsspreker maar een professionele spreker. In die hoedanigheid kun je er eveneens tegen opzien een voordracht te moeten houden, ook al dien je het beroepshalve vaak te doen. Je durft het wel, maar blijft het lastig vinden; je mist er een zeker gemak in. Dat komt misschien doordat je nog niet de juiste handvatten aangereikt hebt gekregen om de tekortkomingen in je spreekvaardigheid weg te werken. Wellicht dat je die handvatten in dit boek vindt.

Ik ga hier niet schrijven dat iedereen goed kan leren spreken in het openbaar. Voor sommige mensen is en blijft het een brug te ver, bijvoorbeeld door een niet te overwinnen faalangst. Zoiets kan beter ruiterlijk erkend worden dan domweg zeggen dat iedereen een volleerd spreker kan worden als de wil er maar is. Er zou ook niet minnetjes gedaan moeten worden over mensen die duidelijk aangeven niet het woord te willen voeren in een groep. Meestal hebben ze het vaak genoeg geprobeerd om zeker te weten dat ze het in dit opzicht simpelweg niet in zich hebben. Dat moet je respecteren.

Echter, voor het gros van de mensen – gelegenheidssprekers en professionele sprekers – geldt dat spreken in het openbaar in belangrijke mate te leren is. Het is in ieder geval geen aangeboren gave. Fanatiek brabbellende baby's die in hun wieg of box de aandacht van iedereen weten te trekken, zijn niet al bezig een invulling te geven aan een spreek-talent. De vaardigheid om te spreken in het openbaar is iets wat je moet ontwikkelen en wat voor veel mensen ook daadwerkelijk te ontwikkelen is. Dit boek kan daarbij behulpzaam zijn.

**'ZORG ERVOOR DAT JE MET  
SPREKEN BENT GESTOPT  
VOORDAT JE TOEHOORDERS  
ZIJN GESTOPT MET  
LUISTEREN.'**

**DOROTHY SARNOFF (1914-2008), ACTRICE**

# TIP 1 SPREEK EN SPREEK OPNIEUW

---

De Griek Demosthenes, die leefde in de vierde eeuw voor het begin van onze jaartelling, kampte als jongvolwassene met diverse spraakproblemen die het voor hem lastig maakten om een goede voordracht te houden. Zo was hij kortademig en sprak hij de ‘r’ onduidelijk uit. Hij wist zijn handicaps te overwinnen door eindeloos te oefenen en werd uiteindelijk zelfs een van de meest begenadigde redenaars van de klassieke oudheid.

---

**I**k herinner me nog mijn stuntelige spreekbeurten op de middelbare school, die vooral stuntelig waren omdat ik zo zenuwachtig was. Bovendien kregen we op geen enkele manier uitgelegd hoe je het best een spreekbeurt kon houden. Je was steeds gewoon de volgende die aan de beurt was.

Na mijn middelbare school werd mijn spreken in het openbaar iets beter toen ik ging studeren en ook weer spreekbeurten moest houden, toen meestal ‘voordrachten’ genoemd. Maar heel fijn en soepel gingen ze nog altijd niet.

Ik had niet voldoende grip op de onderwerpen waarover ik sprak en zenuwen speelden me nog altijd parten.

Ik had in die tijd tegen mezelf kunnen zeggen: spreekbeurten of voordrachten houden is niks voor mij, ik probeer me er zo veel mogelijk aan te onttrekken. Ik besloot evenwel het tegenovergestelde te doen: ik ging ze juist niet uit de weg, ik zocht ze zelfs op, omdat ik er beter in wilde worden. Ik voorzag dat goed kunnen spreken in het openbaar me nog vaak van pas zou komen. En dat is zo gebleken.

Als je gaat spreken in het openbaar, zal beslist niet alles bij je eerste spreekbeurten gemakkelijk en vlekkeloos verlopen. Misschien ben je bevangen door de zenuwen en kom je moeilijk uit je woorden. Maar daardoor moet je je niet laten ontmoedigen. Probeer het steeds weer opnieuw en je zult steeds minder fouten maken. Je gaat wennen aan het spreken in het openbaar. Het kan zelfs zover komen dat je uiteindelijk weinig tot geen schroom meer voelt om een voordracht te houden of ergens je zegje te doen. Je moet dan wel over je aanvankelijke twijfel en aarzelingen heen komen door steeds opnieuw de handschoen op te pakken en een uitnodiging voor een nieuwe voordracht aan te nemen of door zelf het initiatief te nemen om iets voor een groep te berde te brengen.

Natuurlijk is alleen doen, doen en nog eens doen niet het hele eieren eten. Van elke gehouden voordracht moet je ook iets leren, anders maak je geen vorderingen. Wat ging er goed, wat ging er minder goed? Met de antwoorden op

die vragen houd je dan rekening bij elke volgende voordracht.

Echt niemand zou zichzelf bij voorbaat het zwijgen moeten opleggen vanwege plankenkoorts, podiumvrees, microfoonangst of hoe het ook mag heten. Uiteraard kan een niet te overwinnen faalangst, zoals ik in de inleiding aangaf, een goede reden zijn om uiteindelijk toch de handdoek in de ring te gooien. Voor wie daarmee niet kampt, is het telkens opnieuw aangaan van de uitdaging om in het openbaar te spreken echt een belangrijk advies.

Ja, mooi en wel, kan de tegenwerping zijn, maar waar moet je op letten bij dat doen, doen en nog eens doen? Om die vraag te beantwoorden volgen in dit boek nog 49 andere tips.



# TIP 19 ZORG VOOR EEN PAKKENDE OF SPEELSE OPENING

---

Op een bijeenkomst met het thema ‘fanclubs’ begon een van de sprekers haar voordracht met een verhaal over een fan van de vroegere Nederlandse zangeres Corry Brokken. Die fan had zijn poes Corry genoemd, zodat hij die poes voor etenstijd kon roepen met de woorden: ‘Corry ... brokken!’

---

**E**r zijn tal van manieren om een voordracht te beginnen. Welke manier je ook kiest, het begin moet pakkend zijn of speels indien de context dat toelaat. ‘Pakkend’ wil in dit geval zeggen dat toehoorders erdoor gegrepen worden. Ze vinden datgene waarmee je je voordracht begint bijzonder of interessant. ‘Speels’ wil hier zeggen dat de opening luchtig is, eventueel humoristisch en origineel. Dat zorgt eveneens voor directe betrokkenheid van de toehoorders.

Bij een heel serieuze aangelegenheid past een speelse opening wat minder of misschien zelfs helemaal niet. Denk aan een begrafenis of crematie. Maar de opening moet ook dan nog wel altijd pakkend zijn.

Er zijn tal van mogelijkheden om een opening pakkend of speels te maken. Je kunt met een persoonlijk verhaal beginnen dat verband houdt met het onderwerp waarover je gaat spreken (zie tip 21). Je kunt met een anekdote beginnen (zie tip 23); je kunt iets laten zien (op een scherm of in het echt) wat verband houdt met je onderwerp; je kunt met enkele opvallende feiten beginnen die betrekking hebben op je onderwerp, enzovoort.

Je hoeft van de opening niet iets heel geks te maken; dat is meestal zelfs ongewenst, want het gaat om een voordracht, niet om een clownsact. Vergeet ook niet wat er in tip 9 is gezegd: in het begin van je voordracht moet je aansluiten bij wat voor je toehoorders bekend is, wat ze kunnen navoelen, waardoor ze zich direct betrokken kunnen voelen bij het onderwerp dat je bespreekt.

# TIP 32 KIES HET JUISTE SPREEKTEMPO

---

Ik was eens op een conferentie waarop een van de sprekers erg langzaam sprak. Iemand die naast me zat, begon op een zeker moment te tellen hoeveel woorden de spreker per minuut gebruikte. Het waren er 75, wat zo'n beetje geldt als de helft van het aantal woorden van iemand die op de gemiddelde spreesnelheid spreekt. Op een zeker moment werd het hem te veel. Hij stond op en zei tegen me: 'Ik ga de helft van mijn inschrijfgeld terugvragen.'

---

**Z**elf vind ik het evenmin prettig om naar heel trage sprekers te moeten luisteren. Meestal doen zulke sprekers ook nog heel gewichtig, alsof elk woord dat ze uitspreken goud waard is. Ik word er heel onrustig van.

Te veel snelheid is echter evenmin goed. Ik ben zelf een spreker die er over het algemeen een hoog tempo op na houdt. Het is een beetje mijn handelsmerk, maar soms is mijn tempo echt te hoog, waarbij ik zelfs de neiging heb mijn zinnen niet helemaal af te maken omdat ik alweer ver-

der wil met de volgende zin. Ik moet er heel alert op zijn dat ik een gepast spreektempo aanhoud.

De kunst is om bij een voordracht als spreker een tempo te hebben dat voor alle toehoorders prettig aanvoelt: niet te traag, niet te snel, precies gepast, waarbij je soms, op het geschikte moment, juist ook een korte stilte kunt laten vallen. Alles wat met het spreektempo te maken heeft, moet je leren aanvoelen. Daarbij is het belangrijk dat je voldoende rust in jezelf hebt, zodat je in ieder geval niet te gehaast van start gaat. Zeker in het begin van je voordracht moeten de toehoorders de kans krijgen om te wennen aan jou en je stem en ze moeten het onderwerp goed tot zich kunnen nemen: waar heeft deze spreker het over?

Het is verstandig om enkele mensen die tot je toehoorders behoren na afloop te vragen wat zij van je spreektempo vonden. Die terugkoppeling kan veel helpen. Je kunt desgewenst in de voorbereiding op je spreekbeurt een keer een geluidsopname van je oefenvoordracht maken, zodat je zelf een oordeel over je eigen spreektempo kunt geven. Is het te gehaast, te traag of is het tempo precies goed? Het kan ook helpen om naar toespraken van anderen te luisteren, bijvoorbeeld via internet naar de zogenoemde TED-talks. Hoe brengen anderen het ervanaf? Wie is wat spreektempo betreft het best te volgen? Trek daaruit voor jezelf de juiste conclusies.

Belangrijk voor elke spreker is ook het effectief gebruiken van kleine, geraffineerde, korte pauzes. Het moet niet zo zijn dat je als spreker zelf op adem moet komen via de pauzes, maar je moet de toeschouwers er de gelegenheid mee geven om iets te laten bezinken. Over Barack Obama, de oud-president van de VS, die te boek staat als een excellent spreker, zei iemand eens: 'De pauzes die Barack Obama in zijn speeches gebruikt, zijn beter dan de woorden van veel andere sprekers.'

**'IK HEB GELEERD DAT  
MENSEN VERGETEN WAT  
JE HEBT GEZEGD EN DAT ZE  
OOK VERGETEN WAT JE HEBT  
GEDAAN, MAAR ZE VERGETEN  
NOOIT HET GEVOEL DAT JE  
HUN HEBT GEGEVEN.'**

**MAYA ANGELOU (1928-2014), AUTEUR EN ACTIVISTE**

# DE VIJFTIG TIPS OP EEN RIJTJE

- 1 Spreek en spreek opnieuw
- 2 Zorg voor rust in jezelf door ervan uit te gaan dat je niets te verliezen hebt
- 3 Ontspan je door je hartslag te vertragen via buikademhaling
- 4 Geeuw om je te ontspannen
- 5 Ken je publiek
- 6 Spreek de taal van je publiek
- 7 Ken het onderwerp waarover je gaat spreken van binnen en van buiten
- 8 Ken de persoon over wie je gaat spreken
- 9 Leid je toehoorders van het bekende naar het nieuwe
- 10 Lees geen uitgeschreven tekst voor
- 11 Zeg geen van buiten geleerd verhaal op
- 12 Maak een structuurplan als basis voor je voordracht
- 13 Oefen
- 14 Maak met degene die je heeft gevraagd om ergens te spreken duidelijke afspraken over het onderwerp en de duur van je voordracht
- 15 Houd geen ellenlange voordrachten, maar maak ze ook niet te kort

- 16 Maak gebruik van informatie die je nog ter plekke van je toehoorders krijgt
- 17 Maak gebruik van de manier waarop je geïntroduceerd wordt
- 18 Begin niet met een verontschuldiging of een dankjewel
- 19 Zorg voor een pakkende of speelse opening
- 20 Ga in het begin van je voordracht niet vertellen wat er in je voordracht allemaal aan bod gaat komen
- 21 Koppel je onderwerp - indien mogelijk - aan iets persoonlijks
- 22 Stop humor in je voordracht indien die gepast is en niet doodslaat
- 23 Gebruik anekdotes
- 24 Citeer gerust, maar met mate
- 25 Geef details en voorbeelden
- 26 Bewandel gerust wat zijpaden
- 27 Leer improviseren
- 28 Geef je een opsomming, probeer die dan drieledig te maken
- 29 Vermijd het veelvuldig gebruik van stopwoorden
- 30 Formuleer inclusief
- 31 Gebruik PowerPoint voor plaatjes, niet voor (veel) tekst
- 32 Kies het juiste spreektempo
- 33 Gebruik je stem optimaal
- 34 Kijk tijdens je voordracht goed rond
- 35 Toon passie



- 36 Straal vriendelijkheid uit
- 37 Ondersteun je voordracht met gebaren
- 38 Kijk even in de spiegel voordat je aan een voordracht begint
- 39 Controleer vooraf de geluidskwaliteit in de ruimte waar je gaat spreken
- 40 Leer om te gaan met een microfoon
- 41 Zorg ervoor dat je als spreker goed zichtbaar bent
- 42 Zorg ervoor dat er geen dingen in je directe omgeving staan of liggen die de toehoorders kunnen afleiden van jou en je voordracht
- 43 Maak er – als je je voordracht staand doet – geen wandelvoorstelling van
- 44 Kies – als je je voordracht zittend doet – voor een hoge kruk; let daarbij wel op je kleding en je houding
- 45 Zorg ervoor, als je er invloed op hebt, dat het niet te koud is in de zaal waar je moet spreken en dat je toehoorders dicht bij elkaar zitten
- 46 Durf ‘nee’ te zeggen tegen een verzoek om ergens te spreken als je voorziet dat de omstandigheden ongunstig zijn
- 47 Bedenk vooraf of je je publiek gelegenheid wilt geven om vragen te stellen
- 48 Breng je toehoorders niet in ongemakkelijke situaties
- 49 Zorg voor een mooie afsluiting
- 50 Evalueer je voordracht

# OVER DE AUTEUR

Wim Daniëls is schrijver, theatermaker en tv-presentator. Hij schreef een groot aantal boeken, over uiteenlopende onderwerpen, maar toch het vaakst over de Nederlandse taal. Als theatermaker geeft hij theatercolleges en speelt hij cabaretvoorstellingen. Daarnaast houdt hij veelvuldig voordrachten voor allerlei groepen: heemkundekringen, ziekenhuisspecialisten, advocaten, Vrouwen van Nu, bedrijven, gemeenteraden, enzovoort. Voor tv presenteert hij al enkele seizoenen het programma *Nederland op Film* van Omroep Max, waarin amateurfilms centraal staan uit de tijd dat er nog geen videocamera was. Samen met Huub Stapel heeft hij, eveneens voor Omroep Max, enkele seizoenen gepresenteerd van het programma *Het Dorp*, over veranderingen die er de afgelopen zeventig jaar in dorpen hebben plaatsgevonden.



**Wim Daniëls** is schrijver van beroep en hij treedt op met theatervoorstellingen. Daarnaast presenteert hij twee tv-programma's: *Het dorp* en *Nederland op Film*.



Last van plankenkoorts, podiumvrees of microfoonangst? Veel mensen vinden het moeilijk om te spreken in het openbaar en zien ertegen op. Als het maar enigszins kan, doen ze er het zwijgen toe, omdat ze denken dat 'het woord voeren' niet voor hen is weggelegd.

Dat is jammer. Ze doen zichzelf tekort en waarschijnlijk ook de mensen tot wie ze het woord hadden kunnen richten. Wim Daniëls geeft vijftig rake tips om spreken in het openbaar niet als een last te ervaren, maar als een mooie uitdaging te zien.

Dit boek is voor alle mensen die weleens in een situatie terechtkomen – en voor wie geldt dat niet – waarin ze ten overstaan van een groep het woord moeten voeren. Voor de professional die beroepsmatig veel voordrachten houdt, maar ook voor de incidentele spreker die het woord moet nemen. Bijvoorbeeld op een bruiloft, een ouderavond, tijdens een vergadering, in een teambijeenkomst of bij een jubileum. Na het lezen van *Spreken in het openbaar* spreekt iedereen met plezier voor een publiek.

[boom.nl](http://boom.nl)  
[boommanagement.nl](http://boommanagement.nl)