

Iemand geeft een presentatie die zo saai is, dat je er bijna bij in slaap valt. Licht dat aan het onderwerp of aan de spreker? Het antwoord laat zich raden. Zelfs bij het minst sexy onderwerp laat een goede spreker je op het puntje van de stoel zitten. Nederlands bekendste spreektrainer Pieter Frijters over spreken met impact:

Presenteren met impact!

„Een presentatie levert het meeste op als je spreekt in een regelmatig, onregelmatig spreekritme. Je spreekt afwisselend snel, rustig, harder en zachter. Behalve een ritme van hard en zacht, snel en rustig, is ook een afwisseling van tonen belangrijk. Je begint een zin hoog en eindigt deze laag of zacht. Daarnaast maak je van iedere komma een punt. Ik noem deze combinatie Mind-Toon-Ritme-Taal (MTRT).

Wat niet werkt!

Mensen die monotoon en steeds in hetzelfde ritme spreken weten niet de volledige aandacht van de toehoorders te vangen. Veel van de informatie die zij geven wordt niet opgenomen, hoe interessant het ook is wat ze vertellen. En dan heb je nog een grote groep sprekers die hun zinnen hoog eindigt. Zo klinkt bijna iedere zin als een vraag. Het verhaal komt daardoor niet overtuigend over en verliest aan kracht.

Maak het spannend

De basis van MTRT is simpel: zodra je iets leuks vertelt, klinkt je stem blij. Gaat het om iets verdrietigs, dan klinkt dat door in je stem. En zodra je iets wilt benadrukken, laat je je stem iets harder klinken, of juist zacht. Ook met pauzes van verschillende lengtes, maak je je verhaal spannender en houd je de aandacht vast. Onthoud daarbij dat een pauze die voor jezelf lang lijkt te duren, in wezen vaak heel kort is. Durf af en toe even iets langer stil te zijn dan normaalgesproken.

Overdrijf!

Wat voor spreekpauzes geldt, geldt ook voor het gebruik maken van verschillende toonhoogten, emotie laten doorklinken in je stem en afwisselen in ritme. Je mag het best overdrijven. Vaak komt het pas (natuurlijk) over als je zelf het gevoel hebt dat je te groot uitpakt.

Aardig gevonden worden

Als je aardig bent dan heeft iedereen dat meteen door. Doe daarom nooit je best om aardig gevonden te worden. Presenteer resoluut en kom uit je comfortzone. Want pas dan boek je progressie en komt je boodschap helder over. Zodra iemand Mind-Toon-Ritme-Taal gebruikt,

is het spreken perfect en neemt het brein van de toehoorders een boodschap maximaal in zich op. Als je op deze manier gaat spreken, ervaar je bovendien meer ontspanning in je denken.“

Op 26 mei en 2 juni geeft Pieter Frijters een

sneltraining Spreken in het openbaar in het AFAS Stadion. Op 26 mei vindt tevens een training Presenteren voor beginners plaats. Deze wordt gegeven door Spreek.nl-docent Ellen Hendriks. Kijk voor meer informatie en spreek-tips op www.spreek.nl.