

WIE DENKT DAT COMMUNICATIE SAAI IS, MOET EENS MET PAULINE VAN AKEN GAAN PRATEN. OF MET DE VELE BN'ERS, DIE LES VAN DEZE COMMUNICATIE-GOEROE HEBBEN GEHAD. WANT ZIJ WETEN: OOK AL HEB JE EEN LEUK KOPPIE, ZITTEN HAAR EN MAKE-UP GOED EN DRAAG JE DE TRENDY KLEDING, ZONDER EEN GOEDE PRESENTATIE BEN JE NERGENS. OF ZOALS PAULINE HET ZEGT: "COMMUNICATIE IS DE BASIS VAN ALLES..."

Tekst: Robine Verboon/
Foto's: Peter Scholten, Joop van Tellingen



Voor Chimène is Pauline niet alleen een goede vriendin geworden, maar ook een ware goeroe.



CHIMÈNE

Chimène van Oosterhout heeft een wel heel bijzondere band met Pauline. Zij was de eerste leerling van Pauline uit mediaveld en dankzij Pauline werd Chimène uiteindelijk ook indirect het gezicht van Veronica. Pauline vond de exotische presentatrice namelijk echt geschikt voor deze zender, waarna Chimène zich op gaf voor een screentest. Het resultaat is bekend. Dolenthousiast is de presentatrice over Pauline, die inmiddels een goede vriendin van haar is. Vandaar ook dat ze geen twee keer hoefde na te denken toen haar werd gevraagd Pauline's eerste boek 'Wat wil je nou eigenlijk zeggen' te overhandigen. "Pauline heeft heel veel voor mij betekend. Het is echt bijzonder wat zij doet." Niet alleen bewondert Chimène Pauline om haar deskundigheid en vertrouwen. Zij vindt haar ook vanwege de persoonlijke manier waarop de communicatiegoeroe met haar studenten omgaat, een geweldige mentor. Pauline's boek noemt de presentatrice een must voor iedereen, die beter zou willen communiceren. "Het is makkelijk leesbaar en vooral ook heel herkenbaar."

COMMUNICEREN KUN JE LEREN!

BN'ERS TE RAAD BIJ PR-GOEROE

Froukje de Both, Chris Zegers, Katja Schuurman, Miryanna van Reeden en talloze andere Bekende Nederlanders weten zich met het grootste gemak op een natuurlijke manier te profileren. Het is een eerste vereiste wil je iets bereiken in televisieland: spontaan, onbevangen en gepassioneerd overkomen op de kijker of luisteraar. Maar zoals weleens pijnlijk duidelijk is, weet niet iedereen precies hoe hij of zij zich het beste kan presenteren. Voor dit soort radio- en televisietalent is het gelukkig geen hopeloze zaak. Zij kunnen terecht bij Pauline van Aken. Communicatie is volgens Pauline het belangrijkste. Niet alleen met woorden, maar ook non-verbaal, dus met lichaam, houding en gezichtsuitdrukking. Pauline: "Het is belangrijk voor radio en televisie, maar ook in je relatie, je werk, vriendschappen of bij een sollicitatie. Een goede manier van uitdrukken is essentieel." Heel wat celebs zijn die mening inmiddels ook toegedaan. Zo volgde Ruud de Wild lessen bij Pauline toen hij nog bij Radio 538 zat, maar ook Bridget Maasland dankt haar natuurlijke manier van presenteren aan de trainingen van Pauline. De Loenense weet waar ze het over heeft. Niet alleen heeft ze ervoor gestudeerd, ze heeft haar eigen theorieën en ideeën in de praktijk gebracht door zelf jarenlang op de buis te verschijnen. Ze presenteerde een tijdje 'Hart van Nederland' en 'SBS 6 Actienieuws' en speelde in producties als 'Jesus Christ Superstar' en 'Twaalf Steden, Dertien Ongelukken'. Pauline: "Ik heb dit gedaan om te worden geconfronteerd

met mijn eigen minpunten. Zo heb ik ervaren wat het is om voor de camera te staan. Om te voelen hoe nerveus je wordt met al die mensen om je heen en de spotlights op je gericht. Essentieel, want als je leert hoe je er zelf mee omgaat, kun je dat ook op anderen overbrengen. Ik weet waar ik het over heb en stel me ook kwetsbaar op. Mensen die dichtklappen wanneer ze nerveus zijn, laat ik met eigen voorbeelden van vroeger weten hoe ik ermee omging, waar ik tegenaan liep en wat ik moeilijk heb gevonden. Ik zeg het heel eerlijk als ik dingen herken, want zo maak je iets bij de mensen los. Vaak hebben al die problemen aan de oppervlakte - stress, starre houding, nervositeit, verkeerde ademhaling - een diepere psychologische betekenis. Het komt dan ook geregeld voor dat mensen gaan huilen door de ontlasting. En dat is goed, want dan zien ze het probleem en daarna kunnen ze beginnen met opbouwen."

Welke problemen kom je zoal tegen?
"De ademhaling is een groot probleem. Die is vaak oppervlakkig en hoog, zodat de stem minder warm klinkt. Wat verder veel voorkomt, is dat de meeste mensen te snel rebellen, waardoor ze te weinig zuurstof krijgen en gaan hyperventileren. Dat heeft natuurlijk ook alles te maken met het jachtige leven, want het televisiewereldje is een stresswereldje."

'HET TELEVISIEWERELDJE IS EEN STRESSWERELD'

Het is dus belangrijk dat mensen een rustige ademhaling hebben. Laat ook af en toe stiltes vallen en laat je eigen stem klinken. Toen ik net begon, leek het wel of alle radiopresentatoren wilden klinken zoals Eric de Zwart of Bart van Leeuwen en dat is niet leuk."

Wordt nieuw talent wel goed klaargestoomd?

"Nee, en dat vind ik echt zonde! Nieuwkomers worden voor de camera gegooid, krijgen veel te weinig training, maken daardoor fouten, waarna wordt gezegd: 'Nee dit is het toch niet'. Dat is jammer. Ten eerste, omdat je veel meer uit iemand kunt halen en ten tweede, omdat je mensen zo kapot maakt. Iemand wordt op de buis gegooid en er net zo hard weer afgehaald. En dat terwijl ze met een goede training heel ver hadden kunnen komen."

Wie zou je graag willen aanpakken?

"Diana Woei, die zat zo te worstelen. Ik weet zeker dat ik binnen twee weken een superweervrouw had neergezet. En sommige politici en dan vooral Balkenende. Hij kan veel losser zijn."

Wie doen het wel goed?

"Wie ik echt heel goed vind, is Wendy van Dijk. Een heerlijk mens! Haar lach is leuk en echt. Robert ten Brink levert ook heel knap werk en Chimène van Oosterhout ook. Hetzelfde geldt voor Floortje Dessing en Chris Zegers. Je voelt gewoon dat ze plezier in hun werk hebben. En natuurlijk Mies Bouwman, heel puur, heel echt."



ROBINE VAN DER MEER

Robine van der Meer heeft ook ooit de hulp ingeroepen van Pauline. Zij was namelijk gevraagd om mee te werken aan de pilot van een nieuw programma. "Ik kreeg een enorm pakket tekst mee en wist me er geen raad mee. Iemand verwees me toen naar Pauline en wat ben ik daar achteraf ontzettend blij mee. Pauline heeft me geleerd hoe je met zo'n pakket aan informatie moet omgaan en hoe je het allemaal in je hoofd krijgt. Daarnaast heeft ze me leren presenteren en hebben we ons beziggehouden met interviewtechnieken. We hebben ademhalings- en stemoefeningen gedaan, zodat mijn stem minder hoog klonk. Tenslotte hebben we alles opgenomen voor de camera, waarna we ook aan mijn houding hebben gewerkt. Echt fantastisch hoe iemand zoveel orde kan scheppen!"



RUUD DE WILD

"Ik ben in mijn begintijd via Erik de Zwart bij Pauline terecht gekomen. Ik was toen nog een beetje zoekende, wilde duizend dingen tegelijk vertellen en als ik dat ook nog luid wilde doen, werd ik duizelig. Pauline heeft met handige trucjes geleerd m'n ademhaling te beheersen, dus eerst ademen en dan pas roepen en van tevoren bedenken wat je wilt zeggen. Ze heeft me geleerd om mijn stem anders te gebruiken en dichter bij mezelf te komen. Erg handig als je nog jong bent en redelijk open staat voor dingen. Maar terwijl ik nu praat en let op wat ik zeg, dan denk ik: 'Verdomd, dat heb ook vaar haar geleerd'. Het prettige aan Pauline is ook dat ze zo'n leuk mens is. Pauline staat dicht bij de mensen die ze les geeft en is zelf ook heel open. Inmiddels begeleid ik zelf ook mensen en het is leuk om te ervaren hoe het is om aan de andere kant te staan..."

