

SPREKEN VOOR PUBLIEK

MASTERCLASSES



MASTERCLASS 1: DE 4 EIGENSCHAPPEN

Welkom

Fijn dat je aan de slag gaat met je spreekskills! In deze Masterclass gaan we even kijken hoe “de groten der aarde” het doen. Wat maakt het anders, wat zijn de eigenschappen die hen typeren... En vooral: hoe doe jij daar je voordeel mee.

Op deze pagina's vind je een aantal van de vragen uit deze masterclass. Om in kaart te brengen waar jij maximale winst kan maken. Waar de marges zijn, wat er nog onontgonnen in je onderbuik ligt te wachten om jouw missie maximaal te ondersteunen. Neem een schrift of map voor je kostbare antwoorden uit deze tocht.

De 4 eigenschappen van grote sprekers.

Inhoud

vuur

energie

authenticiteit.

Leuk om het van op een afstand te bekijken, maar het wordt pas écht een meerwaarde als we onszelf tegen hetzelfde licht houden.

Geniet van deze opdracht en uitnodiging aan jezelf.

Mij kan je vinden op team@truus.solutions

Liefs
Truus



MASTERCLASS 1: DE 4 EIGENSCHAPPEN

INHOUD

Wat is je verhouding ten opzichte van de inhoud die je komt brengen? Is het je identiteit, je alibi, je veilige schuilplaats? Is het een wapen, een schild, een uitnodiging, jouw zak van Sinterklaas? Is het je levensbloed?

Is het een pitch, een pad naar een portemonnee, een noodzakelijk kwaad, een gewoonte? Is het onvermijdelijk op de meest heerlijke manier? Is het je eerste liefde? Is het spannend?

Brengt het flow? Neemt het je mee naar een plek waar je tijd en ruimte vergeet? Wil je andere mensen meenemen naar daar? Doet het je ogen glanzen?

Vergelijk je jezelf met anderen, met je publiek, met jezelf?

Vertel je even vlot over jezelf in dat verhaal, je pad, je inzichten? Ben je even zichtbaar als de kennis die je komt brengen?

Hoe groot is je liefde voor je inhoud? Is het je expertise en durf je er voor staan? Is het je Heilig vuur, je zone of excellence of je zone of genius? Geef je je kennis door dankzij jezelf of ondanks jezelf? Ben je bewust dat er mensen zijn die het alleen willen en kunnen aannemen van jou? Durf je de plek innemen waar je voeten staan?



MASTERCLASS 1: DE 4 EIGENSCHAPPEN

IDEE

Even terug naar de start van je idee. Hoe kijk jij naar ideeën van jezelf versus ideeën van andere mensen? Durf je briljant en geniaal zijn, durf je jezelf leiding geven, je eigen kindertekeningen bij jezelf op tafel leggen, jezelf even veel bemoedigen als beschermen, sturen als vieren?

Hoe warm ben je voor je ideeën, hoe warm ben je voor jezelf?

Schijnt je licht ook voor jezelf? Nodig je anderen uit om hun licht ook in te zetten voor jouw verhaal en succes? Of heeft het leven je geleerd steeds de slimste te zijn, de geveer, de leider... En doe je hun allemaal in je eentje?

Water: bloed zweet en tranen. Je kwetsbaarheid, je struggle, de heftigheid waarmee je je verhaal brengt, het grootbrengt, het voeding geeft, ... In hoevere doet het je zweeten, omdat het net die stap groter is? Moet je bloeden voor je succes of is dit een elixir voor je bloed? En mogen het ook tranen van geluk zijn, het pakt van de bloedbroeders en het zweet van nachtenlang heerlijk dansen.

Zuurtsof: inspireren en geïnspireerd worden... Hoe zit die balans bij je? Hoe vaak zoek en vind je de inspiratie, in hoevere zit ze bij je aan tafel en nodig je haar uit? Durf je gaan staan voor het feit dat jouw adem anderen leven in blaast? Ken je de ontspanning? Hoe diep is je ademhaling? Hoe veilig voel jij je in het delen? Is het makkelijker met onbekenden? Of ben je vooral zenuwachtig als er bekende mensen je zien en horen?

Shit. Is het vruchtbaar geweest of verstikkend? Is het humusrijk of een grote stinkende berg? Vlucht je van iets weg of groei je naar iets toe? Hoe veilig voelt het om te delen?

Actie. Kom je ook in actie voor jezelf? Of alleen voor anderen? Stopt het plan als het over jezelf gaat? Of is het net andersom?



MASTERCLASS 1: DE 4 EIGENSCHAPPEN

VUUR

Hoe veel passie, obsessie, vuur en lading leef je? Is het alleen de wild uitslaande brand of ook het zacht smeulende haardvuur? Is er een waakvlam een olympisch vuur?

Hoe verhouden vuur, passie, obsessie, lading en liefde zich?

Heb je een oordeel op woede of boosheid? Durf je die zien als motor om in beweging te komen, om te beschermen wat je lief is? Of werd het je enige taal die de afstandsbediening werd voor je omgeving?

Blij je hangen in inertie omdat je niet voorbij het station "woede" durft?

Os is het geluk dat je afschrikt?

Ben je bang van de tomeloze obsessie omdat je misschien je gezin daarmee tekort doet? En zou je hen echt tekort doen dan?

Hoe warm is het in je onderbuik? Of is dat de enige plaats waar het nog warm is?

Wat zijn de instructies voor je innerlijke tijger? Wanneer mag het beest los?

Wat is leiderschap? Hoe veel enthousiasme gun jij jezelf? Hoeveel enthousiasme sta je toe van anderen? Hoe wil je het tonen? Hoe wil je dat het getoond wordt? En ben jij de mens die dat heilig vuur ook in elke dag zoekt en stimuleert, bij jezelf en je omgeving, zodat het straks kan losbarsten in je zaal, je organisatie, je relaties, je leven... Ben je bang van de tijger? Ben je bang van jouw tijger?



MASTERCLASS 1: DE 4 EIGENSCHAPPEN

ENERGIE

We leggen even je energie, je intensiteit op de rooster.

Grote sprekers hebben een enorme energie. Die geven ze gul door, maar die willen ze ook zelf ervaren. Ondernemen is topsport. En performen is dat ook. En zeker achter glas, op het scherm, is er een flinke dot energie nodig.

Hoe gaat het met je energie? Heb je al filmpjes van jezelf bekeken? Je houding, je stem, de contrasten in je spreken en energie? Als je een lijn zou tekenen die jouw energie voorstelt, start het dan met een piek en valt het neer? Start het onder nul? Zakt het langzaam naar beneden? Gaat het in stijgende lijn?

Is het makkelijk voor je om de energie te houden? Naar welke sprekers kijk jij graag en wat kan je van ze leren? Heb je een favoriete toon of melodietje in je zinnen?

Hoe veel energie steek je in het opladen van je energie? Hoe bewust ben je van je energieoverdracht, van hoe je andere mensen laat voelen? Geef je ze de energie om de sprong te kunnen maken?

Hoe zit het met jouw persoonlijke energie? Slaap je voldoende? Eet je gezond? Beweeg je voldoende en doe je aan sport? Neem je voldoende tijd om je te ontladen van de dag? Waarmee laad jij je batterijen weer op? Hoe ga je om met het zoogdier dat jij bewoont?

Als ik doe wat jij doet, wat dat betreft, ben je dan ongerust of trots en blij?



MASTERCLASS 1: DE 4 EIGENSCHAPPEN

AUTHENTICITEIT

Wat vertel jij jezelf? Wat denk jij vaak achter de woorden "ik ben..." ? Hoe voelt het om jou te zijn? (want dat is waar de 95% woont en zich laat kennen)

Wie kies je te zijn? Wil je ergens van weg? Of beslis je om ergens naartoe te groeien? Zijn er stukjes van jezelf die niet mee aan tafel mogen, die je verbannen hebt naar de kelder? Of ga je actief aan de slag om ook je verkreukelde stukjes zelf te omarmen, op te voeden, ze te erkennen als schatbewaarder van je meest pure zelf?

Kijk even naar hoe bewust je door je dag gaat, je plan maakt voor jezelf en je beleving. Of is het enkel een af te strepen to do? Sta je zelf in je eigen agenda?

Hoe is het met je omgeving? Zowel fysiek als emotioneel? Letterlijk en sociaal? Waar heb je nood aan verandering?

Wat zijn je routines? Dienen ze je echt?

Wat kreeg je mee van thuis uit? Is het tijd voor een upgrade in je zelf- en wereldbeeld? Welke woorden wil je het liefste horen? Heb je de moed om de eerste te zijn die ze aan jezelf cadeau doet? Wil je beslissen om ze te geloven en er op te gaan bouwen?

Ik ben...

Wie kies je te zijn? Welke reputatie wil jezelf geven om naartoe te leven? Wat bedoel je als je zegt " ik ben nu eenmaal zo..."

Ben je op zoek naar de fout of de zegen? Bij een ander of bij jezelf?

Als alles wat je zegt achter "ik ben..." waarheid is voor je leven... Welke waarheid kies je dan? Wie kies je te zijn?

