



WAT DOE JE AAN OP TV ?

Zorg dat niets afleidt van waar het u om gaat: de boodschap

Door Sander Wieringa, communicatietrainer BDRP

U bent gevraagd voor een vraaggesprek op de televisie. Dan rijst altijd de vraag: wat doe ik aan? Belangrijker dan dat is toch allereerst de vraag: waarom zou ik op tv verschijnen? En daarna: wat heb ik dan te melden, en aan wie?

De reden dat u op tv wilt komen is doorgaans: omdat u iets te vertellen heeft. Tenzij u kunstenaar bent, modepopje, artiest of showfiguur. De basisregel is dus: zorg ervoor dat niets in het beeld afleidt van wat u te vertellen heeft. De mensen moeten zich u herinneren om wat u zei, niet om hoe u eruit zag.

Daarom deze tips:

- Pas uw kleding aan aan de situatie. Ben sportief bij een sportevenement, casual bij een vrijetijdspubliek, zakelijk in een zakenomgeving, feestelijk op een feest.

- Ze moeten u in de ogen kijken. Kies daarom voor kleding in gedekte kleuren. Grijs en donkerblauw zijn altijd goed.

- Geen fijne streepjes, visgraat- of ruitjesdessin: het raster van de tv veroorzaakt moiré. Effen is beter. Mijd wit, zwart en rood: lastige kleuren voor video.

- Geen losse armbanden (kletteren op de tafel), geen oorbellen, geen blingbling. Niet meer dan één ring per hand.

- Geen opvallende makeup, geen lipgloss, geen glanzende haarlak.

- Geen decolletés, borstharen, blote knieën, blote bovenarmen.

- Geen zichtbare kledingmerken, tenzij ze van uzelf zijn.

- Kies voor een eenvoudige, saaie snit, die niet opvalt. Zorg wel dat alles perfect zit: hals recht, boord goed, das recht, colbert aansluitend, manchetten iets uit de mouwen. Kijk vooraf even in een spiegel. Als u staand wordt geïnterviewd, trek alles even recht. Als u zittend in beeld

komt, even de rug van uw jasje strak trekken.

Soms kan een uitgesproken kledingstijl uw boodschap ondersteunen. Voorbeelden: Maarten van Rossum, Marlies Dekkers, Jort Kelder.

Maar hoe zit dat dan met dat verhaal dat 80 procent van de impact non verbaal is? Dit is een broodje-aapverhaal. Wel is het zo – en dat werd destijds onderzocht – dat bij tegenstrijdige signalen de meeste mensen op de non verbale communicatie letten. De lichaamstaal mag de boodschap dus niet tegenspreken. Iemand die bijvoorbeeld vertelt dat hij alles onder controle heeft moet er dus niet angstig ogen.

In principe is mijn advies daarom, nogmaals: zorg dat het beeld en dus ook uw kleding niet afleidt van uw boodschap. ■