



INTERVIEW MET GONNIE BROODS

7 juli 2016

Gonnie Broods is sinds vorig jaar bij mij in stempraktijk gekomen. Zij heeft een uitvaartonderneming en houdt voor haar werk regelmatig toespraken.

Wat heeft gemaakt dat je terecht kwam bij mijn stempraktijk?

Tijdens een operatie aan mijn longen, vanwege longkanker is er een zenuw geraakt. Hierdoor is mijn linker stmband verlamd geraakt waardoor het spreken heel moeilijk ging. Ik ben toen een tijdje bij een logopediste geweest. En alhoewel me dat wel heeft geholpen om weer te leren praten, had ik nog veel pijn in mijn lichaam tijdens het spreken. En ik klonk ook nog steeds behoorlijk schor.

Wat hebben de stemsessies bij mij je opgeleverd?

Ik heb weer een goede stem. En dat betekent voor mij dat ik weer een goede klank heb, want die had ik niet meer. Als ook dat ik geen pijn meer heb bij het praten. Ik had na een dag spreken erg veel pijn aan mijn middenrif en schouders omdat ik veel moeite deed om er toch geluid uit te krijgen. Ik heb daar helemaal geen last meer van.

En... ik durf weer te praten. Zo denk ik niet meer na over hoe ik het eruit kan krijgen, ik doe het weer gewoon. Ik voelde me belemmerd in het spreken omdat ik onzeker was over mijn stem.

Hoe heb je de sessies ervaren?

Ik had al heel snel, na een paar keer dat het echt verbeterde. Mensen om mij heen zeiden ineens, he wat klink je goed! Verder voel ik me veilig en wordt ik op een speelse manier gestimuleerd en tot dingen gebracht die ik niet voor mogelijk had geacht. Zo heb ik een groter stembereik weer gekregen (hoger) als ook meer volume in mijn stem. En ik vind het leuk dat je elke keer weer iets nieuws hebt!

Oefen je ook thuis?

Ja en dat gaat wel heel goed. Ik kies dan de oefeningen uit die ik leuk vind als ook waarvan ik weet dat ze veel voor me doen. Je hebt wel wat discipline nodig om ze te doen, maar als ik ze doe levert het eigenlijk altijd wat op. Dat motiveert me dan om ze vaker te doen.

Wat wil je graag nog kwijt over de stemcoaching?

Ik heb lang gedacht dat ik mijn lichaam nodig had om te spreken (ik perste teveel in mijn lichaam). Ik dacht dat dat niet anders kon en ik was vergeten hoe dat vroeger ging. Verder merk ik dat het belangrijk is dat je er bij bent als je spreekt. Als ik zonder aandacht spreek gaat het minder goed.

En verder... mijn stem betekent meer voor mij dan alleen maar praten. Of beter hij doet meer voor mij dan dat het alleen een spreekorgaan is. Ik merk dat als ik geëmotioneerd ben, mijn stem blokkeert. Als je niet jezelf bent heeft dat invloed op je stem. En andersom, als je dus met je stem werkt, doet dat ook iets voor het oplossen van je emoties of voor een dieper inzicht in jezelf.