

Mediatrainer Pauline van Aken geniet ervan om anderen te laten stralen

'Elke opdracht is een missie'

DOOR PETRA MESSELINK

LOENEN - „Veel mensen zijn het contact met zichzelf kwijtgeraakt. Ze zitten te veel in hun hoofd en niet in hun lichaam. Maar bij communicatie is het juist heel belangrijk om het lichaam te laten spreken en stralen.” Mediatrainer en presentatiecoach Pauline van Aken uit Loenen aan de Vecht wordt er blij van als ze mensen kan laten stralen. „Elke opdracht die ik krijg, noem ik een missie.”

Van Aken startte in 1992 met haar eigen bedrijf. Daarnaast werkte zij in televisieland, onder meer als presentator van SBS 6 Hart van Nederland en Actie Nieuws. Ook leende ze haar stem voor diverse commercials en programma's en is zij tot de dag van vandaag de stem van Nickelodeon.

„Op een gegeven moment kon ik mijn eigen ei niet meer kwijt in de programma's die ik presenteerde. Ik wilde programma's schrijven. Programmaformats bedenken met een positieve insteek, maar vanwege het geld staakte het steeds. En nu zie je steeds meer van die feel-goodprogramma's die ik voor ogen had op de buis. Ik was mijn tijd kennelijk vooruit!”, stelt Van Aken lachend.

Kernbehoeftes

Spijt van de keuze die ze maakte om volledig voor haar onderneming te gaan, heeft ze nooit gehad. „Ik combineerde het tv-werk altijd al met het trainen van mensen. Mijn eigen kernbehoeftes kwamen in het tv-werk helaas niet genoeg aan de orde. Ik wil graag iets bij een ander losmaken. Mensen een bepaald inzicht geven, een ander op een hoger plan brengen. Natuurlijk wil ik zelf ook stralen, maar ik vind het ook fantastisch om te zien hoe anderen stralen.”

Van Aken kan zich goed ver-



Pauline van Aken: „In de televisiewereld leerde ik het belang van dicht bij mezelf te blijven.”

FOTO STUDIO KASTERMANS

plaatsen in mensen die het moeilijk vinden om zichzelf te presenteren in een grotere groep. Ze komt nu zelfbewust over, maar dat is lang niet altijd zo geweest. „In mijn jeugd, vooral in mijn pubertijd, ben ik heel onzeker geweest. Ik heb er hard aan gewerkt om zelfvertrouwen te krijgen en dat vervolgens ook uit te stralen.”

De communicatievrouw wil-

de na de middelbare school naar de toneelschool, maar haar ouders zagen dat niet zitten. Ze deed de opleiding tot logopedist en akoepedist en kwam toch bij de kleinkunstacademie terecht, als stemtherapeut. Daarna rolde ze de radio- en televisiewereld in. Een ervaring die haar heel veel leerde. „Ook over dicht bij mezelf blijven. Alleen de dingen doen waar je

zelf ook achter kunt staan. Toen ik het journaal op SBS presenteerde, werd mij gevraagd of ik mijn haar wat blonder wilde laten maken en of ik de knoopjes van mijn blouse wat meer open kon doen. Dat ging mij te ver.”

Plezier

Sinds 2008 richt Van Aken zich met haar trainingen vooral op

het bedrijfsleven. „Daar wordt het nut en de noodzaak van interne communicatie steeds duidelijker. Juist in tijden van verandering en bezuinigingen is het goed om in werknemers te investeren. Plezier op het werk is heel belangrijk. Een klaagcultuur is killing. Veel bedrijven gaan op de schop, omdat men alleen met geld bezig is en niet met mensen.

Na boeken ook spel

Pauline van Aken heeft inmiddels twee boeken op haar naam staan. Recent heeft zij samen met Sabina Meiling het DLP-spel ontwikkeld, naar het gelijknamige boek van Pauline van Aken: 'Durf, Leer en Presenteer, zet jezelf neer' (DLP). Het DLP-spel, exclusief voor het bedrijfsleven, heeft meer dan honderd praktische presentatietips. In 2012 komt Van Aken met een derde boek: 'Communicatie vanuit je IK, terug in contact'.

Voor contact: www.Gomedia.nl en voor meer informatie: www.dlpspel.nl

Targets zijn natuurlijk belangrijk, maar de manier waarop je dat doet, daar gaat het om!”

„Je ziet dat het bedrijfsleven nu secuurder met het geld omgaat. Een training wordt nu niet zomaar tussendoor gedaan, maar wordt echt gezien als iets waardevols. Sommige bedrijven koppelen mijn training aan een uitje. Andere bedrijven bieden meerdere sessies aan. Een beginsessie hier in Peg's pandje en daarna een aantal incompany trainingen.”

Kwetsbaar

„Er wordt hier in Peg's pandje veel gelachen, maar er vloeien hier ook nog wel eens tranen. Mensen zijn soms bang om hun eigen koers te varen, om op hun eigen gevoel af te gaan en zich kwetsbaar op te stellen. Ik krijg op dit moment vooral opdrachten van banken en ICT-bedrijven, waar veel mensen meer in hun hoofd dan in hun lichaam zitten. Als zij leren om rekening te houden met de signalen die hun lichaam geeft, komt dat hun werk ten goede. Het levert hun vaak ook een aha-erlebnis op, zo van: 'dus daarom kan ik al zolang niet slapen!' Ik vind het mooi om dat mee te maken. Want daar draait het bij mij om: inspiratie, inzicht en beleving bieden.”