

SPIEKBRIEF

Zingen is een kunst en een vak. En dat vak wordt kunstiger als je meer aandacht besteedt aan het vakmanschap. Vakkundig zingen betekent aandacht besteden aan ademhaling en houding. Wil je een nieuw nummer aan je repertoire toevoegen, ga dan stapsgewijs te werk. Of je je nu voorbereidt op een auditie of een optreden, een succesvolle vertolking van welk nummer dan ook vereist dat je niet alleen de muzieknoten kent, maar ook het verhaal achter het nummer.

Checklist houding

De volgende keer dat je naar professionele zangers kijkt, let dan eens op hun lichaamshouding. Hoe je staat heeft grote invloed op hoe je zingt. Sta je voorover gebogen, dan kunnen je longen zich niet volledig met lucht vullen. En als je zit te friemelen, leid je niet alleen het publiek af, maar ook jezelf. Gebruik de volgende lijst voor een goede zanghouding:

- » voeten staan op schouderbreedte naast elkaar;
- » knieën zitten niet op slot en je gewicht is gelijkmatig verdeeld over de drie steunpunten van je voeten;
- » ruggengraat is lang en recht, van onder tot boven;
- » hoofd staat recht boven je schouders; de kin is evenwijdig aan de grond;
- » schouders staan naar achteren en zijn omlaag en ontspannen;
- » armen hangen langs je zij.

Checklist ademhaling

Ademhalen is gewoon ademhalen, toch? Nee, niet als het om zingen gaat. Een goede beheersing van de ademhaling en sterke longen zijn belangrijke voorwaarden voor krachtige zangprestaties. Als eerste moet je weten hoe je eigenlijk moet ademhalen. Je doet dit diep vanuit je lichaam, vanuit je middenrif, een stevig vlies van spieren en pezen dat tussen je longen en buik in zit. Volg deze lijst om er zeker van te zijn dat je ademhaling een positieve bijdrage levert aan je zangkunsten:

- » zorg voor een diepe ademhaling;
- » open je keel om te voorkomen dat je naar adem gaat snakken;
- » houd de borst stil tijdens het inademen;
- » bij inademing zetten alleen buik en ribben uit;
- » bij uitademing beweegt het buikgebied naar binnen, als de lucht langzaam wordt losgelaten.

SPIEKBRIEF

Stapsgewijs een nieuw nummer leren

Het leren van een nieuw nummer kan een hele uitdaging zijn. Als je de volgende stappen aanhoudt, kun je nieuwe nummers echter zonder al te veel moeite aan je repertoire toevoegen. Net als andere vaardigheden is ook het leren van een nieuw nummer een proces dat gemakkelijker verloopt als je het in haalbare stappen opdeelt:

1. Onthoud de woorden als een verhaal. Schrijf de tekst uit als zinnen met leestekens.
2. Tik het ritme.
3. Zing de melodie, zonder woorden, op een enkele klinker, bijvoorbeeld aa of oo.
4. Zing de melodie met pianobegeleiding, maar nog steeds zonder woorden.
5. Voeg alles samen: woorden, ritme, melodie en acteren.

Tips voor het omgaan met podiumvrees

De eerste grote stap voor het overwinnen van plankenkoorts, of podiumvrees, is uitvinden waar je bang voor bent. Enkele algemene angsten zijn een overslaande stem, er stom uitzien en boegeroep vanuit het publiek. Volg deze tips om dit soort angsten de baas te worden:

- » Maak een lijst met oefenpunten om er zeker van te zijn dat je technisch voorbereid bent op het optreden. Werk aan je techniek, zodat je weet dat je ook onder druk op je stem kunt vertrouwen.
- » Kijk niet gek op als je zenuwen en adrenaline voelt voor een optreden.
- » Laat alleen positieve gedachten toe.
- » Zing voor vrienden voordat je grote optreden plaatsvindt, om je schroom te overwinnen.

Tips voor een goede auditie

De grote tip voor zangaudities is te weten welk gedrag bij jouw muziekstijl hoort. Pop- en rockaudities zijn relaxter dan opera-audities. De kleding die je kiest voor pop- en rockaudities is dan ook heel anders dan die voor opera. De kans dat je de klus krijgt, neemt toe als je van dit soort details op de hoogte bent. Deze lijst geeft enkele tips die je helpen bij audities:

- » Kies nummers waarin je stemkwaliteiten goed uitkomen.
- » Kies verhalen die je wilt vertellen.
- » Verzamel je muziek in een map, zodat je alles overzichtelijk bij elkaar hebt. Of neem een opname mee, zodat je kunt meezingen.
- » Poets je cv op en print een foto van jezelf om mee te nemen naar de auditie.
- » Vraag de begeleider om het nummer door te nemen voordat de auditie begint.
- » Draag kleding die geschikt is voor het type auditie dat je doet.
- » Poets je acteertalent op.

Inhoud in vogelvlucht

Inleiding	1
Deel 1: Basisaspecten van zang	9
HOOFDSTUK 1: Dus jij wilt zingen... ..	11
HOOFDSTUK 2: Je stemtype bepalen	19
HOOFDSTUK 3: De juiste zanghouding vinden	31
HOOFDSTUK 4: De juiste zangademhaling	43
HOOFDSTUK 5: Kracht in je stem brengen	63
Deel 2: Je zangstem verbeteren	79
HOOFDSTUK 6: Een prachtige klank bereiken	81
HOOFDSTUK 7: Inzicht krijgen in resonantie	93
HOOFDSTUK 8: Heldere klinkers vormen	105
HOOFDSTUK 9: Medeklinkers correct articuleren	115
HOOFDSTUK 10: Een oefenschema opstellen	125
Deel 3: Technieken voor gevorderden om je stem te verbeteren	139
HOOFDSTUK 11: De verschillende delen van je zangstem ontwikkelen	141
HOOFDSTUK 12: Je stembereik vergroten	167
HOOFDSTUK 13: Je beltgeluid ontwikkelen	179
HOOFDSTUK 14: Zangtraining	203
HOOFDSTUK 15: De juiste zangdocent vinden	217
Deel 4: Zingen voor publiek	229
HOOFDSTUK 16: Je muziekmateriaal kiezen	231
HOOFDSTUK 17: Een nieuw nummer onder de knie krijgen	243
HOOFDSTUK 18: Een nummer acteren	261
HOOFDSTUK 19: Je podiumangst overwinnen	273
HOOFDSTUK 20: Auditie doen	285
Deel 5: Het deel van de tientallen	305
HOOFDSTUK 21: Tien artiesten met een goede techniek	307
HOOFDSTUK 22: Tien veelgestelde vragen over zingen	311
HOOFDSTUK 23: Tien tips om je stem gezond te houden	319
HOOFDSTUK 24: Tien tips om als professional op het podium te staan	327
Deel 6: Bijlagen	337
BIJLAGE A: Nummers om je zangtechniek te verbeteren	339
BIJLAGE B: Over de website	349
Index	355

Inleiding

Wat leuk dat je dit boek hebt uitgekozen! Of je nu altijd onder de douche zingt of stiekem droomt van een zangcarrière op het podium, dit boek is precies wat je nodig hebt. Het staat vol nuttige informatie over alle aspecten van het zingen; van de juiste houding en ademhaling tot hoe je je stem gezond houdt en je bereik vergroot. Je hebt absoluut geen ervaring nodig! Ook als je helemaal niets over zingen weet, zul je veel plezier beleven bij het ontdekken en ontwikkelen van je zangstem.

Je ontwikkelt je zangstem niet in één dag; daar is tijd voor nodig. Sommige mensen worden geboren met een stem waarmee ze zo het concertgebouw in kunnen, maar de meeste anderen moeten aan hun stem werken om hem voor te bereiden op een eerste optreden. Dit boek bevat waardevolle informatie voor je, tot welke categorie je ook behoort.

Om je techniek te verbeteren is het belangrijk dat je je zangstem oefent. De oefeningen in dit boek kun je vergelijken met de oefeningen die je tijdens een zangles of een zangcursus doet. Door oefeningen te doen geef je je lichaam de kans uit te vinden hoe geluiden precies moeten worden gemaakt. Nadat je de technische details in je hebt opgenomen, kun je die informatie op je favoriete nummers toepassen, zodat je ze nóg mooier zingt.

Mocht er niemand in de buurt zijn die tijdens het oefenen naar je kan luisteren, dan is dat geen probleem. In dit boek krijg je namelijk allerlei aanwijzingen om kritisch naar je eigen stem te luisteren, zodat je bij iedere oefening beter wordt.

Over dit boek

Dit boek is ontworpen als handleiding, niet als studieboek. Het bevat veel oefeningen waarmee je je zangkunst kunt verbeteren. Blader er lekker doorheen en ga op zoek naar onderwerpen die jou interesseren. (Neem trouwens toch ook die hoofdstukken door die je op het eerste gezicht niet interesseren. Je vindt er waarschijnlijk allerlei nuttige informatie over je zangstem.) Wat je moet onthouden is dat je dit boek niet van voor naar achter hoeft te lezen om beter te leren zingen. Bestudeer de onderwerpen

die je nodig hebt en gebruik de oefeningen en de website om je mooiste zangstem naar boven te halen.

De tracks op de website zijn een belangrijke aanvulling op dit boek. De oefeningen met de tracks zijn bedoeld om de technische informatie in dit boek te verduidelijken. Je hoort voorbeelden die op een piano worden gespeeld en een zanger of zangeres die het voorbeeld voorzingt. Daarna wordt het voorbeeld verschillende keren herhaald, zodat je kunt meezingen. Liedjes zingen is leuk, maar je moet aan je techniek werken om die liedjes nog beter te kunnen zingen. Als je aan de articulatioefeningen in de tracks werkt en alle informatie en opgedane kennis op je zang toepast, zing je niet alleen beter, maar ben je ook beter verstaanbaar. Als je nog nooit zangles hebt gehad, zie je in het begin het nut van de oefeningen misschien niet in of vind je ze heel moeilijk. Maar blijf oefenen; je zult merken dat je dan al snel beter gaat zingen.

In hoofdstuk 10 doe je ideeën op voor het maken van een oefenschema, om alle informatie die je in dit boek leest af te stemmen met wat je op de tracks hoort. Heb je een oefenschema opgesteld, dan kun je de tracks bij de hand houden en kiezen welke tracks je wilt oefenen. Je kunt de tracks op een cd branden. De handigste opbergplek voor de cd is waarschijnlijk bij je oefenplek. Je kunt de cd ook in de auto gebruiken om tijdens het rijden lekker mee te zingen, zolang je maar goed op het verkeer blijft letten. Je kunt de tracks natuurlijk ook op je mobiele telefoon zetten, zodat je ze altijd bij de hand hebt.

Omdat veel mensen denken in beelden, gebruik ik vaak beeldspraak om je te helpen beter te leren zingen. Sommige zangers geven de voorkeur aan technische informatie, maar anderen zien graag beelden voor zich tijdens het zingen. Wil je weten waar je precies naar moet luisteren? Ook die informatie krijg je in dit boek. Zo nu en dan wordt er van je verwacht dat je een fysieke handeling uitvoert, omdat iets soms pas duidelijk wordt wanneer je de beweging ervan in je lichaam voelt. Waar jouw voorkeur ook naar uitgaat, dit boek bevat het allemaal.

Conventies in dit boek

Om je te helpen snel en gemakkelijk door dit boek te navigeren, zijn de volgende (opmaak)regels gebruikt:

- » Sleutelwoorden in opsommingen zijn **vet** gedrukt.
- » Nieuwe termen waarmee je misschien nog niet bekend bent, zijn *cursief* gedrukt. Na de introductie van een nieuwe term volgt altijd een uitleg.

- » Mocht het voorkomen dat een webadres op de ene regel begint en op de andere doorgaat, dan zijn er geen extra tekens toegevoegd, zoals een afbreekstreepje. Als je een van deze webadressen gebruikt, typ je dus precies datgene in wat je in het boek ziet staan.
- » Muziekstijlen zijn altijd aan verandering onderhevig. Dit geldt ook voor termen die gebruikt worden om de stijlen te beschrijven. Als je de geschiedenis van de pop- of rockmuziek doorneemt, kom je lange lijsten met titels tegen die de verschillende perioden vertegenwoordigen. Het komt hierbij nogal eens voor dat een en hetzelfde nummer in lijsten van verschillende muziekstijlen opduikt. Ik gebruik de term *pop-rock* voor nummers die zowel onder pop als rock vallen. In hoofdstuk 14 krijg je informatie over het geluid van de verschillende stijlen. Onthoud dat *pop-rock* verwijst naar nummers die je bij beide stijlen zou kunnen onderbrengen.
- » In dit boek zijn heel veel muziekvoorbeelden opgenomen. We hebben dit gedaan om de oefeningen die je van de website kunt downloaden visueel te ondersteunen. In hoofdstuk 1 wordt het fenomeen 'muzieknotatie' uitgelegd. Je krijgt daar informatie over hoe die kleine rondjes op papier overeenkomen met de noten op de piano en de noten die je zingt.

Wat je niet hoeft te lezen

Dit boek staat vol geweldige informatie over zingen. Ben je een nieuwkomer in de zangwereld, geef jezelf dan helemaal over aan alle informatie en oefeningen die speciaal voor jou geschreven zijn. Je kunt zelf bepalen waar je in dit boek begint. Bedenk tijdens het lezen dat het pictogram Technische info bedoeld is voor zangers die toe zijn aan gedetailleerdere informatie. Datzelfde geldt voor de kaderteksten. De informatie in die grijze kaders is interessant en grappig, maar in het begin niet cruciaal om te weten. Je kunt er natuurlijk voor kiezen om de kaders meteen de eerste keer door te nemen, maar het is ook prima als je hier later nog eens naar kijkt.

Dwaze veronderstellingen

Omdat je dit boek leest, ga ik ervan uit dat je geïnteresseerd bent in zingen en graag wilt weten hoe je je zangkunst kunt verbeteren. Enige voorkennis is niet nodig. Dit boek bevat niet alleen diepgaandere informatie voor diegenen die al enige zangervaring hebben, maar ook alle basisinformatie die je als beginnend zanger nodig hebt.

Hoe dit boek is opgebouwd

Dit boek bestaat uit zes delen. Elk deel bevat specifieke informatie over zingen. Voordat je aan je techniek gaat werken, ga je de basisaspecten van het zingen onderzoeken. Voor mensen zonder zangervaring is vooral het eerste deel erg nuttig.

Deel 1: Basisaspecten van zang

De drie belangrijkste onderwerpen bij zingen worden in deel 1 behandeld: houding, ademhaling en klankvorming. Deze drie gebieden moeten helemaal in orde zijn. Heb je die drie belangrijke onderwerpen onder de knie, dan kun je je zangcapaciteiten gaan ontwikkelen. Je kunt natuurlijk altijd terugbladeren naar de betreffende onderwerpen om te controleren of je ze nog goed beheerst. Neem de tijd om de eerste vier hoofdstukken door te nemen. Je kunt de oefeningen die je daar aantreft aan je oefenschema toevoegen. Door dagelijks aan deze aspecten van zang te werken, zul je merken dat je snel vorderingen maakt. Ook de verschillende stemtypen komen in dit deel aan de orde. Altijd al het verschil willen weten tussen een sopraan en een mezzosopraan? Je komt het in hoofdstuk 2 te weten.

Deel 2: Je zangstem ontwikkelen

De voornaamste onderwerpen in deel 2 zijn klank, resonantie, klinkers en medeklinkers. In hoofdstuk 6 vind je alle informatie om een prachtige klank te ontwikkelen. Als je eenmaal weet waar het bij klank precies om draait, gaan we in hoofdstuk 7 verder met de resonantie van je klank. Als je niet precies weet wat dat inhoudt, vind je daar ook alles over de misvattingen over resonantie. In de hoofdstukken 8 en 9 krijg je informatie over het perfectioneren van je klinkers en medeklinkers. Door klinkers en medeklinkers goed te articuleren verstaat je publiek je beter, ongeacht welke muziekstijl je zingt. Hoofdstuk 10 is helemaal gewijd aan oefenen en het opstellen van een oefenschema om je zangstem te verbeteren en alle informatie uit dit boek toe te passen.

Deel 3: Je techniek verbeteren

In dit deel vind je informatie over het toepassen van zangtechnieken. Misschien heb je mensen weleens horen praten over een borststem en had je geen flauw idee waar ze het over hadden. Blader naar deel 3 om meer over de registers van je stem te weten te komen dan je ooit had kunnen dromen. In hoofdstuk 11 lees je over de verschillende registers van de

stem: middenstem, borststem en kopstem. In hoofdstuk 12 vind je informatie over bereik. Hoofdstuk 13 helpt je met spreken en met het zogenoemde belten. Je denkt misschien dat je spreekstem en je zangstem twee heel verschillende dingen zijn, maar het zal je verbazen hoe je spreekstem je bij het zingen kan helpen of juist tegenwerken. Dit deel bevat ook een aantal nuttige tips voor het vinden van een goede zangdocent (zie de hoofdstukken 14 en 15). En ten slotte vind je er informatie over de verschillende muziekstijlen: klassiek, country, jazz, muziektheater, opera, pop-rock en r&b.

Deel 4: Zingen voor publiek

Heb je goed aan je techniek gewerkt, dan wordt het tijd om het geleerde eens aan publiek te laten horen. Voordat je het podium opstapt, is het handig eerst dit deel goed door te lezen voor adviezen over hoe je je het beste op je debuut kunt voorbereiden. In hoofdstuk 16 krijg je tips voor het uitzoeken van nummers die je technische vaardigheden goed tot hun recht laten komen. Ook geven we hier aan waar je mooie liedjes kunt vinden. Heb je een nummer gevonden, ga dan naar hoofdstuk 17 voor hulp bij de uitvoering ervan. Het kan lastig zijn om een nummer in je eentje onder de knie krijgen. Gelukkig vind je in hoofdstuk 18 allerlei nuttige tips die je hierbij helpen.

Dat nieuwe nummer dat je wilt zingen moet natuurlijk spetteren, zowel wat muziek als tekst betreft. Er fantastisch uitzien op het podium is niet voldoende. Je wilt het publiek iets geven om over na te denken. In hoofdstuk 18 lees je meer over het uitbeelden van het nummer dat je zingt. Zingen en acteren zijn twee vaardigheden die hand in hand gaan. Weet je niet zeker of je wel klaar bent voor een optreden omdat die vervelende kriebels in je buik zitten, lees dan hoofdstuk 19 over podiumangst. Het is prima om nerveus te zijn, maar er zijn manieren om te hevige nervositeit onder controle te krijgen, zodat je tijdens het zingen geen last van zweethanden hebt. Heb je het gevoel dat die kriebels in je buik komen door positieve opwinding en ben je er klaar voor om audities te doen, ga dan naar hoofdstuk 20. Daar vind je allerlei adviezen over het goed presenteren bij audities. Veel mensen dromen ervan om auditie te doen voor een show, maar weten niet hoe ze zich daarop moeten voorbereiden. Adviezen en antwoorden op vragen hierover staan allemaal in hoofdstuk 20.

Deel 5: Het deel van de tientallen

Als je naar de tien beste nummers uit je favoriete muziekcategorie luistert, weet je dan welke zangers een goede techniek hebben? In de zangindustrie gaat het helaas vaak meer om geld dan om talent. Het is goed om

te kunnen onderscheiden welke zangers echt een goede techniek hebben die hun roem rechtvaardigt. Misschien kom je nog wel voor verrassingen te staan. In het openbaar optreden vergt enige oefening als je totaal geen podiumervaring hebt. In dit deel krijg je tien tips die je helpen om als professional op het podium te staan.

Misschien heb je nog steeds wat vragen over zingen, maar weet je niet aan wie je die moet stellen. Ik heb daarom een lijst gemaakt van de tien meest voorkomende vragen die mijn leerlingen me stellen. Ook vind je in dit deel tien handige tips om je stem gezond te houden. Misschien vind je tussen al deze informatie het antwoord op de vraag die al langere tijd in je hoofd zit.

Deel 6: Bijlagen

In bijlage A vind je een lijst met nummers waarmee je aan de slag kunt als je zover bent. De lijst beslaat verschillende stijlen, van klassiek en muziektheater tot pop-rock en countrymuziek. Welke stijl je voorkeur ook heeft, je vindt hier vast wel enkele nummers die je kunt gebruiken om je pas verworven vaardigheden en kennis in de praktijk te brengen. De nummers zijn allemaal gekozen omdat ze je techniek ten goede komen. De nieuwste nummer 1-hits zul je in deze lijst niet vinden, maar wel nummers die heel goed voor je zangtechniek zijn, welke stijl je ook het liefste zingt.

Bijlage B bevat een overzicht met informatie over de tracks op de website. Gebruik dit overzicht om die vaardigheden te vinden waaraan je die dag wilt werken. Door de oefeningen van de website in een rustig tempo door te nemen, geef je je lichaam de kans om uit te vinden hoe de oefeningen op de juiste manier moeten worden gezongen. Die informatie kun je vervolgens toepassen op de nummers in bijlage A.

Pictogrammen in dit boek



SPEEL AF

Dit pictogram geeft aan dat de informatie in het hoofdstuk bij een bepaalde track hoort die je van de website kunt downloaden. Je kunt de tracks downloaden op www.dummies.nl/downloads.



BELANGRIJK

Deze informatie is zo nuttig dat deze een plaats in je geheugen verdient.



TECHNISCHE
INFO

Bij dit pictogram vind je gedetailleerde uitleg over zaken die je misschien heel interessant vindt of misschien juist liever overslaat.



TIP

Hier vind je goede adviezen van iemand die elke fout al eens gemaakt heeft en jou die moeite wil besparen.



PAS OP

Om te voorkomen dat je een blunder begaat of je stem geweld aandoet, moet je goed letten op wat je hier leest.

Hoe nu verder?

Als je totaal geen zangervaring hebt, kun je het beste met hoofdstuk 1 beginnen en het boek hoofdstuk voor hoofdstuk doorwerken. Dit boek is echter zo ontworpen dat je overal kunt beginnen waar je wilt en alle informatie, helder weergegeven, in jouw eigen volgorde kunt doornemen. Heb je al wat ervaring met zingen, kies dan de hoofdstukken die voor jou interessant zijn. Soms moet je misschien terugbladeren naar een hoofdstuk om een bepaalde definitie terug te lezen, maar verder ben je vrij om de hoofdstukken in je eigen tempo en in willekeurige volgorde door te nemen. Zorg er wel voor dat je basisvaardigheden als ademhalingstechniek (zie hoofdstuk 4) en klankvorming (zie de hoofdstukken 5 en 6) goed onder de knie hebt, voordat je naar een ander deel overstapt. Ondervind je hierbij problemen, lees dan hoofdstuk 3 nog eens door om te controleren of je zanghouding goed is.