

## Hoe bereid je een monoloog voor?

### **Kies een monoloog waarvan je houdt.**

Passie toont, dus zorg er voor dat je iets kiest dat je echt leuk vindt. Die passie zal doorkomen bij je performance.

Als je je door de monoloog verveelt, wordt dit aan het publiek getoond.

### **Lees de monoloog 2-3 keer in je hoofd om er een idee van te krijgen.**

Neem het stuk voor stuk en lees de monoloog door. Denk na over wat je leest en probeer de woorden en zinnen te begrijpen. Deze stap helpt je bekend te raken met de monoloog. Zoek onbekende woorden op, zodat je begrijpt hoe je ze uitspreekt.

### **Breek de monoloog op in stukjes of "beats".**

Een "beat" in een monoloog betekent gewoon een stuk dat dezelfde toon of hetzelfde onderwerp heeft voordat er naar de volgende tel wordt overgeschakeld. Als je je monoloog opslaat in kleinere delen, wordt hij beter beheersbaar, dus je wordt niet overweldigd door alles te onthouden onmiddellijk.

### **Schrijf de stukjes op notitiekaarten.**

De handeling om het uit te schrijven zal helpen je geheugen vast te leggen, en dan kun je de notecards gebruiken om te werken aan het onthouden van de monoloog. Probeer het hele stuk aan één kant te schrijven en schrijf vervolgens een paar keywoorden aan de andere kant om je geheugen op gang te helpen.

### **Werk samen met een partner om emotie te helpen vaststellen.**

Wanneer je een monoloog doet, moet je bedenken tegen wie je het zegt. Je praat niet alleen tegen een lege kamer. Je praat met iemand specifiek, en het werken met een partner kan je helpen de emotionele context te bepalen.

### **Voeg bewegingen en handelingen toe.**

Als je dit nog niet hebt gedaan, bedenk dan hoe het personage zou bewegen en wat het personage zou doen tijdens het zeggen van deze tekst. Misschien zou hij/zij op een gegeven moment de handen omhoog gooien, zich afkeren of gaan lopen. Deze elementen maken je acteren realistischer.

**Neem een filmopname van jezelf om te zien hoe het met je gaat.**

Lees je monoloog voor de camera door en bekijk het daarna goed. Gebruik deze mogelijkheid om te kijken wat je kunt verbeteren.

**Oefen de monoloog totdat je het kunt doen zonder na te denken.**

Doe de monoloog steeds opnieuw totdat je het in je slaap kunt zeggen. Probeer het uit bij vrienden en familie om feedback te krijgen. Zeg het voor de spiegel. Blijf het gewoon doen totdat je je er echt prettig bij voelt.

Tips van een acteur: <https://www.youtube.com/watch?v=3HRvdPMS7N8>

Voorbeeld van een monoloog gedaan door Carice van Houten:

<https://www.youtube.com/watch?v=kMRpfVNPdYU>