

# OC-VERDEDIGING: TIPS

## 1. Begin rustig en neem even de tijd

Wanneer je start, neem kort de tijd om naar de jury te kijken voordat je begint te spreken. Haast je niet door je eerste zinnen.

Een rustige start helpt om de zenuwen onder controle te krijgen en geeft meteen een zelfverzekerde indruk.

---

## 2. Maak regelmatig oogcontact

Kijk tijdens het spreken naar verschillende juryleden, niet alleen naar je scherm of naar één persoon.

Oogcontact zorgt ervoor dat je betrokken en geloofwaardig overkomt en toont dat je echt tegen de jury praat.

---

## 3. Spreek duidelijk en niet te snel

Veel leerlingen praten te snel door zenuwen. Probeer bewust iets trager te spreken dan normaal.

Articuleer goed en maak af en toe een korte pauze. Dit helpt de jury om je uitleg beter te volgen.

#### 4. Gebruik natuurlijke lichaamstaal

Sta rechtop en gebruik af en toe handgebaren om iets te verduidelijken.

Vermijd gesloten of nerveuze houdingen zoals:

- \* armen kruisen
- \* voortdurend heen en weer bewegen
- \* spelen met een pen of papieren

Een open houding straalt zelfvertrouwen en rust uit.

---

#### 5. Toon enthousiasme voor je onderwerp

Laat zien dat je interesse hebt in je eigen werk. Een kleine glimlach, variatie in je stem en een energieke houding maken een groot verschil.

Als jij enthousiast klinkt, is de jury meer geneigd aandachtig te luisteren.

---

#### 6. Denk even na voordat je een vraag beantwoordt

Wanneer de jury een vraag stelt, hoef je niet onmiddellijk te antwoorden. Neem gerust een paar seconden om na te denken.

Dit zorgt ervoor dat je doordachter en duidelijker antwoordt.

---

## 7. Luister volledig naar de vraag

Onderbreek de jury niet en zorg dat je de vraag volledig hebt begrepen.

Als iets niet duidelijk is, mag je gerust zeggen:

“Bedoelt u dat...?” of “Kunt u de vraag misschien nog even verduidelijken?”

Dit toont dat je zorgvuldig en respectvol reageert.

---

## 8. Geef een gestructureerd antwoord

Probeer een vraag kort en duidelijk te beantwoorden. Je kan bijvoorbeeld:

\* eerst je hoofdantwoord geven

\* daarna kort uitleg of een voorbeeld toevoegen

Zo blijft je antwoord overzichtelijk en overtuigend.

---

## 9. Blijf rustig bij kritische vragen

Soms stelt een jurylid een kritische vraag of wijst op een zwak punt. Zie dit niet als een aanval.

Blijf rustig en reageer bijvoorbeeld met:

“Dat is inderdaad een beperking van mijn onderzoek.”

“Daar zou verder onderzoek naar nodig zijn.”

Dit toont volwassenheid en inzicht in je eigen werk.

---

10. Durf toe te geven als je iets niet weet

Je hoeft niet op elke vraag een perfect antwoord te hebben. Als je het niet weet, kan je eerlijk zeggen:

“Dat heb ik tijdens mijn onderzoek niet bekeken, maar het is wel een interessant punt.”

Eerlijkheid maakt vaak een betere indruk dan een onzeker of verzonnen antwoord.