

Opfriskuur voor je lesuur!

Deze week:

“Non-verbale communicatie”

Bij de ene docent lukt het om zonder wat te zeggen de klas vrijwel meteen stil te hebben

bij binnenkomst, terwijl een collega soms hemel en aarde moet bewegen om de leerlingen in het gareel te krijgen. Vaak heeft dit te maken met lichaamstaal...

Wees je bewust van je lichaamstaal.

Veel van wat je zegt, zeg je eigenlijk zonder woorden. De manier waarop je de klas binnen komt lopen, je houding, het oogcontact zijn alle voorbeelden van lichaamstaal. Wat straalt je nu eigenlijk uit?

Hieronder enkele voorbeelden om je bewust te maken van je eigen lichaamstaal:

- rechttop staan, schouders naar achteren → leider uitstralen
- tegen een bord leunen → steun zoeken
- armen over elkaar → afweer en zelfbescherming (niet open)

Je lichaamstaal moet uiteraard overeenkomen met de woorden die je uitspreekt. Ga dus niet glimlachen, als je ergens boos over bent. Een leraar die opgewekt iets tegen een klas zegt, terwijl hij zich heel afstandelijk gedraagt, is niet overtuigend. Je bent congruent als je lichaamstaal en verbale taal elkaar ondersteunen. Dat is belangrijk om rust en vertrouwen in de klas te creëren.

Leerlingen kunnen zeer goed non-verbaal gedrag lezen, dus binnenkomen met hangende schouders is een signaal van “hij/zij kunnen we wel even de baas”.

Naast houding is oogcontact zeer belangrijk. Hierdoor houdt je de aandacht vast. Ook laat je daarmee zien dat je betrokken bent bij wat er in de klas gebeurt. Zorg dat je verder een open zicht hebt op de gehele klas. Let ook op de lichaamssignalen van je leerlingen: wees je bewust van de lichaamstaal van je leerlingen. Je moet kunnen zien of ze met hun gedachten nog bij de les zijn. Letten ze nog op, heb je oogcontact met ze? Als een leerling er uitgezakt bij zit, probeer dan opnieuw contact te maken. Succes.

WK

