

Nr. 6 | 7. november 2007

efterskolen

**VALGTEMA:
SE HVAD PARTIERNE
MENER OM DE
FRIE SKOLER**

**Tag
magten
med dit
kropssprog**

»Kommer læreren lidt usikkert ind i en klasse, udstråler hun det samme som en kylling i junglen. Der er straks nogle, som er parate til at æde den usikre kylling«

Tag magten med dit kropssprog

Lærerne kan skabe langt mere autoritet og kontakt med eleverne, hvis de er bevidste om, hvordan de agerer med kroppen. Det handler kort sagt om at få det sagt med kroppen

Af Torben Elsig-Pedersen, redaktør. Foto: Palle Peter Skov

Hvis der er uro i klassen eller hvis eleverne ofte falder fra i undervisningen, er det måske ikke kun pensum, der er kedeligt. Det kan også handle om lærerens kropssprog, kontakt med eleverne og stemmeføring. Nogle lærere går ganske enkelt ind i klassen med en kropsholdning, der signalerer, at de er sårbare. Men det kan de ændre på ved hårdt arbejde. Alle kan lære at tage magten på en respektfuld måde i de rum, de træder ind i, mener skuespiller Peter Hartmann, der også underviser i brug af kropssprog og stemme.

Han har bl.a. gennemført kurser med konkret træning i et udtrykfuldt kropssprog for lærere på Frederiksberg Seminariums efteruddannelse, og han mener, det burde være fast pensum på alle seminarier.

»Er læreren ikke bevidst om, hvad hun udstråler med sit kropssprog, så kan stemningen hurtigt ændre sig i klassen. Eleverne kan blive urolige, nogle falder fra og keder sig.«

Ofte lægges vægt på det talte ord i undervisningen. Men undersøgelser om kommunikation viser at i størrelsesorden 55 pct. af kommunikationen foregår nonverbalt, 38 pct. af-

hænger af toneleje og stemmeføring, mens kun 7 pct. tillægges ordenes reelle mening. Derfor er det oplagt at være bevidst om sit kropssprog og ikke kun om det talte ord.

»Kommer man lidt usikkert ind i en klasse eller er lidt fraværende, så får man straks en reaktion. Den usikre udstråler det samme som en kylling i en jungle. Der er straks nogle, som er parate til at æde den usikre kylling. Sådan foregår det også blandt mennesker. Men jeg vil hævde, at alle lærere kan lære at vise, at det er dem, der bestemmer i klassen. Den gode lærer viser det på en naturlig måde, som alle elever er trygge ved,« siger Peter Hartmann.

Mens de fleste er meget bevidste om de ord, de siger, så er kropssproget ofte ubevidst, og det er i høj grad præget af den enkeltes opvækst og de miljøer, man er vant til at færdes

i. Derfor kan det også virke skræmmende at skulle ændre sit kropssprog, fordi man så er nødt til at bryde vaner og gå imod det, der hidtil har været trygt.

»Men vil du være den lærer, du har drømt om, den lærer, der kan være roligt til stede, have øjenkontakt med eleverne og skabe et tillidsfuldt samarbejde med eleverne, så er du også nødt til at øve dig på dit kropssprog,« mener Peter Hartmann.

Han opdeler lærerne i fire arketyper. Mange vil kunne genkende sig selv i flere af typerne, men ofte er det især en af arketyperne, der får mest plads. Pointen er, at den lærer der har styr på sit kropssprog kan kombinere nogle af de gode egenskaber fra alle typerne. Men det kræver øvelse og stor bevidsthed hos den enkelte.

7 gode veje til et godt kropssprog

- Giv positiv øjenkontakt til alle i hver lektion.
- Varier din stemme, din mimik og din gestik, så du både kan være markant, hård, blød og rund.
- Gå rundt i lokalet så I hele tiden ser hinanden i nye vinkler.
- Fortæl gode historier med humor, der belyser emnet.
- Spejl andres kropssprog og skab samhørighed.
- Optag dig selv på video. Tal med andre om det I ser.
- Tilpas dit kropssprog til målgruppen og situationen.

Hvis du vil ændre dit kropssprog så start i det små. Lav ét fokus fx. øjenkontakt til alle. Evaluer efter timen og tal med andre om det. Har du tillid til en kollega med et markant anderledes kropssprog så lær fra ham/hende.

Gode bøger om kropssprog

- Kommunikation og formidling af Marianne Kristiansen (om typerne)
- I orkanens øje af Viggie Bro. (om fortælling og gestik)
- Kropssproget af Allan og Babara Peace

Hvilken type viser du med dit kropssprog?

TEKNIKEREN

Kan sit faglige stof (er fx. en data-nørd). Teorien er vigtig. Er stærk til beskrivelse af stoffets konkrete indhold, men kan ikke sætte det i perspektiv for eleverne. Står ofte med ryggen til eleverne og er fordybet i sit stof på tavlen. Ser næsten ikke eleverne, og har kun kontakt med de elever, der har styr på stoffet.

Stemmemølingen er lav og monoton. Kropssproget er lukket, skuldrene indadvendte, påklædningen er for teknikerer ikke vigtig. Gennemfører undervisningen uanset klassens opførsel. Registrerer ikke, hvis eleverne ikke er med.



PERFEKTIONISTEN

Her skal alt være perfekt og korrekt. Også moralsk korrekt. Holdningen til lærerrollen er, at jeg ved bedst, for jeg er den voksne. Eleverne er børn, og jeg skal nok forklare dem tingenes sammenhæng. Det må de da kunne forstå.

Taler ned til eleverne. Føler sig ophøjet og kan ikke tage, hvis der bliver grinet af ham. Har lidt mere kontakt (øjeblikkontakt) end teknikerer, men hjertet er ikke rigtigt med i kontakten. Er passivt aggressiv – kommer med bitre stikpiller, men lader det ikke løbe af med sig. Er god til refleksion og er fagligt kompetent.

ANTENNE-PÆDAGOGEN

Her er den sociale interaktion vigtig. Formen er hjertelig, stemmen er blød og rund. Der er megen øjenkontakt og indlevelse. Hun læser, hvordan alle elever i klassen har det. Hun er god til den bløde kontakt, men har problemer med at sætte sin autoritet igennem. Viser og fornemmer følelser. Ser eleverne som ligeværdige og har et grundsyn om, at alle skal have det godt. Det faglige kan godt forsvinde, for der skal også være tid til det sociale og en gang rundbold.

Er indfølelse, kan have kropskontakt med eleverne – lægger en hånd på elevens arm osv. Kan være bange for konfrontationen, og henter derfor hellere inspektøren.



TURBO-PÆDAGOGEN

Han vil ses og høres. Udgangspunktet er ”mig – mig – mig”. Bruger aktivt hele klasserummet med masser af gestik og klar dynamisk stemmeføring. Han søger øjenkontakt for at blive bekræftet, ikke for at se, hvordan eleverne har det. Han kan lide at se sig selv trives. En god time, er den, hvor han har været underholdende. Eleverne må gerne synes, at han er god og sjov. Er meget højtlydt til stede i klassen. Når han har en dårlig dag, fx hvis eleverne ikke synes han er sjov, opfører han sig som et skuffet barn: Eleverne må klare sig selv i dag, turbo-pædagogen er lige glad.