

## Presenteren kun je leren

### Korte omschrijving:

Denk eens terug aan je eigen schooltijd: wat maakte een docent voor jou tot een goede docent: was dat alleen de inhoud van de les of ook de persoon en hoe hij of zij de stof overbracht?

Denk jij dat zij met dit talent zijn geboren of hebben zij dit aangeleerd? Mogelijk een beetje van allebei.

### Theorie en toepassen:

Communicatie is voor een deel verbaal en voor een groot deel non-verbaal: lichaamstaal kan een verhaal bekrachtigen of volledig onderuithalen.

Als jij verbaal en non-verbaal verschillende boodschappen uitzendt kan je je studenten in verwarring brengen. Immers: Uit onderzoek blijkt dat woorden maar 7 – 20% van de boodschap overdragen. Stemgeluid is tot 40% van de boodschap verantwoordelijk.

Lichaamstaal draagt zelfs tot 55% bij aan dat wat er verteld wordt. In jouw les gaat het dus niet alleen om wat je zegt maar ook hoe je het zegt.

Wat moet je vooral niet doen?

- Stop nooit beide handen in de broekzakken (één hand mag!).
- Ook de dokwerkerstand (handen in de zij) wordt afgeraden.
- De handen gevouwen alsof je aan het bidden bent is niet aan te raden, noch met de armen over elkaar of met de handen “als een voetballer in de ‘muur’.
- Liever ook niet de armen achter de rug.
- Probeer niet te frunniken aan sleutels, sieraden, vingers, en haren;
- Beperk het wiebelen van het ene been op het andere of van de bal naar de voet naar de hielen.

Wat kun je beter wel doen?

- De handen losjes naast het lichaam:
- Maak oogcontact met de studenten
- Let op je stemgebruik en je ademhaling
- Sta of zit met beide voeten stevig op de grond.
- Ontspan je schouders en houd je hoofd rechtop.
- Breng variatie in toonhoogte en intonatie en regel stemvolume,

Tot slot: Keep it short en simple waar het kan en zorg voor interactie