

LÄRAR
FORTBILDNING AB

Den kommunicerande läraren

Förskoleklassens rikskonferens 2017 Kalmar
Agneta Stolpe




Du är det viktigaste yrkesverktyget

Krav i vardagen
Individuella förutsättningar
Motstånd & svårigheter
Möjligheter & resurser

Var 7e lärare problem..
Var 20e lärare sjukskriven..
Betydelsefull för lärandet..
Språkförståelsen bättre..



Ur
Dagens
Samhälle
19/10 2017



En professionell röst användare

Professionell röst användning i läraryrket, Ann-Cristin Furu, 2017

Rösten är helt fundamental för lärarens yrkesutövning. Man behöver en fungerande, tålig, uthållig, hörbar, behaglig och uttrycksfull röst

I läraryrket utgör språk, röst användning och kroppsspråk sammantagna ett uttryck för den yrkesmässiga kompetensen och identiteten.

Din utstrålning, framtoning och relation till olika elevgrupper skapar olika förutsättningar för tillit och auktoritet och därmed även för lärande.




7 % Tal

38 % Röst

55 % Kropp

Albert Mehrabian




Välstämd eller ostämd?

TAL tempo, pausering, tonfall, frasering, artikulation, språknivå, språk..

RÖST tonläge, styrka, kvalitet, klang, bärighet, dynamik, "slaskljud"..

KROPP hållning, gester, mimik, blick, läppar, huvudrörelser..





Lärarröstens betydelse

Resa i röstens landskap, Ann-Cristin Furu, 2011 Åbo

"Rösten är en spegling av din professionella kompetens"

Påverkar sociala relationer –
status, engagemang, auktoritet, närvaro, respekt, närhet..

Påverkar bedömning av & attityd till dig och ditt budskap

Variation vinner och gör budskapet tydligare, väcker intresse och ökar motivationen att lyssna




Lärarröstens betydelse

Viveka Lyberg Åhländer, Lunds universitet

Påverkar elevens lärande.

"Resultatet blev faktiskt att dom barn som lyssnade på den heta rösten gjorde mera fel på svårare uppgifter. Dom var osäkrare på dom lättare uppgifterna och dom ändrade sig oftare. Det blev helt enkelt krångligare för dom."

Påverkade också barnens attityder talaren...

Störa eller stödja arbetsminnet?

"Ja, att komma ihåg och plussa ihop 6 och 4 är typ inge svårt om det är tyst, men om det är stökigt runt omkring, ja då typ glömmar man 4an." (flicka 7 år)




Var nyfiken på din egen röst



- Jag har en röst som hörs
- Jag har en röst som tål belastning
- Jag har en variationsrik röst
- Min röst påverkas av stress eller nervositet
- Jag tycker om att berätta
- Jag tränar och tar hand om min röst



Röstergonomi

hörs, håller, berör

Miljö belastning, pauser, buller, luft, akustik, stress, avstånd, arbetsställning ..

Individ röstvanor, hälsotillstånd, tålighet, levnadsvanor, kön, ålder, arbetsställning..

Hantera mixerbordet!



Kropp



- Stå i balans – beredd på rörelse
- Sök en avspänd och aktiv hållning
fötter, knän, ljumskar, bröstorg/rygg, axlar, nacke, käke, tunga
Använd egna muskelminnen – ex dans, fotboll, skidåkning, golf..
- Skaka – låt dig fyllas med ljud / klangrum
en rörlig kropp ger en rörlig röst
- Visa att du är spelbar = kommunikerbar
engagerad, närvarande, har fokus utanför dig själv..



Andning



- Andning – en rörelse i kroppen
- Testa hur andning påverkar röst/uttryck
- Aktiv utandning & passiv inandning
blås ut – släpp in (ta hjälp av fötter och ljud Zzzz / Ssss)
- Använd beredskapen i kroppen som stöd för rösten – strax innan...
Jfr lyta en stråke, slå en tennisboll, snyta sig, gå i trappa..

Röst & Tal

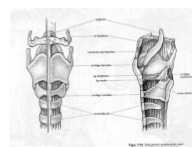
- Bärighet – H-ord
- Klang – B-ord
- Dynamik – mo, må, ma, mä, mö...
- Styrka – pa, på, pä, pö...
- Artikulation – ui, öe, uy – bibe, bebe.. *Fladder*

Röstens funktion

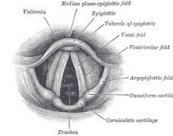
andning



struphuvud



stämband



artikulation



Röst som hörs, håller, berör

Effektiv andning – behaglig klang, mindre knarr & press, stöd för artikulation & frasering, bärighet utan ansträngning..

Avspänt struphuvud – god arbetsmiljö och röstbehandling, mjuka svängningar, klang, dynamik..

God artikulation – tydlig, nyanserad, förstådd, fin vokalklang, ljudvariation, trovärdig..

Det som hörs är vad du fysiskt gör!

Arbetsmiljö & lärande

Vad säger läroplanen?
Språk & kommunikation

Alternativ & nyanser

Reflektera och diskutera

Vilka röstmässiga krav ställs i din arbetsvardag?

Hur förhåller sig din egen röst till dessa beskrivningar?

Har du någon röstförebild – kan du beskriva hens röst?

Vad säger läroplanen?

Syfte

- Utveckla sin förmåga att samarbeta och kommunicera
- Utveckla nyfikenhet och tilltro till sin egen förmåga
- Vara delaktiga, utöva inflytande och ta ansvar
- Utveckla sitt intresse för och sin förmåga att kommunicera
- Skapa och upprätthålla goda relationer
- Samarbeta utifrån ett demokratiskt & empatiskt förhållningssätt
- Röra sig allsidigt i olika miljöer samt förstå vad som kan påverka hälsa och välbefinnande



Vad säger läroplanen? Centralt innehåll

Språk & Kommunikation

- "Samtala, lyssna, ställa frågor och framföra egna tankar, åsikter och argument om olika områden..."
- Texter, bokstäver, rim & ramsor, digitala verktyg..
- "Ord och begrepp som uttrycker behov, känslor, kunskaper och åsikter. Hur ord och yttrande kan uppfattas av och påverka en själv och andra."




Kroppsspråkets betydelse

"Attityd är en liten sak som gör stor skillnad"
Winston Churchill

Kroppsspråket avslöjar tankar, känslor och intentioner och är mer pålitligt än det talade ordet

Kollen på ickeverbal kommunikation särskilt viktig för att kunna interagera över språk- och kulturgränser

Var ödmjuk i din tolkning – en viss gest betyder inte alltid samma sak. Se till helhet och kontext.




Alternativ & nyanser / röst

Ton – använd och variera ditt tonomfång, växla ingångston, låt alla toner bära, "överdriv" lite..

Tryck – våga låta, engagera kroppen, låt känslorna måla, lek med fraser och betoning..

Tempo – prata i ett tempo där kropp & tanke hinner med, pauser ge lyssnaren tanketid




Den kommunikerande läraren..

- Var nyfiken på ditt sätt att kommunicera – små nyanser har betydelse.
- Erövra alternativ och gör medvetna val.
- Västämnd skapar du god stämning
- Variation vinner
- Var spelbar!



"Va bra den va nu!!"

Axel, 5 år
Farmor läser Axels favoritsaga, men med en ovanligt variationsrik röst.



Tack för din uppmärksamhet!

info@agnetastolpe.se
070-562 70 88
www.agnetastolpe.se
www.lararfortbildning.se

