



Emotie

Kern

Emoties helpen bij het onthouden. Ze krijgen in ons brein altijd voorrang! Als we ons prettig voelen, functioneren we beter. Dat komt doordat we dan dopamine aanmaken. Omdat we steeds minder dopamine aanmaken naarmate we ouder worden, hebben vooral wat oudere mensen baat bij vrolijkheid op hun werk om hun taken beter uit te voeren. Bij studenten kan vooral in de pubertijd een wirwar van emoties het leren in de weg zitten. Toon begrip en laat je studenten steeds het einddoel voor ogen zien (een goede opleiding, baan en diploma). Zorg ervoor dat je ook kleine stapjes laat zien en het concreet maakt.

Doen

- Geef complimenten om de aanmaak van dopamine te stimuleren en je studenten beter te laten leren.
- Vertel spannende verhalen.
- Gebruik films.
- Geef feedback op het proces.
- Maak het persoonlijk.

Vragen

- Hoe kun je emoties herkennen bij anderen?
- Wat deel je met je studenten op het emotionele vlak?
- Wat heb je gedaan en welk effect heeft dat gehad?
- Welke emoties hebben de studenten gemeen?
- Waar zie je nog meer mogelijkheden?

