

# INHALT

Wie es zu diesem Buch kam .....	11
<b>GEDANKEN RUND UM DIE ERZIEHUNG .....</b>	<b>13</b>
Ganzheitliche Sicht des Kindes .....	17
Lernen als Grundbedürfnis des Kindes .....	22
Vertrauen in die Fähigkeiten des Kindes .....	27
Grenzen und Respekt als wichtige Basis zur Persönlichkeitsentfaltung .....	30
Selbstverantwortung und Freiheit sind motivierend .....	37
Schulerfolg ist nicht gleichbedeutend mit guten Noten .....	41
Verständnis der einzelnen Schularten als Förderung spezieller Fähigkeiten .....	47

## **WAS FÜR UNSERE KINDER DAS LERNEN SCHWIERIG MACHT ..... 55**

<b>Fernsehen .....</b>	<b>56</b>
<b>Unregelmäßige und wenig nahrhafte Ernährung .....</b>	<b>62</b>
<b>Übertriebenes Freizeitprogramm .....</b>	<b>65</b>
<b>Mangelnde Bewegung .....</b>	<b>67</b>
<b>Stress und Leistungsdruck .....</b>	<b>69</b>

## **JETZT HEISST ES BEOBACHTEN UND DARAUS LERNEN ..... 73**

<b>Welche familiären Voraussetzungen sind vorhanden? .....</b>	<b>76</b>
Die Rolle des Kindes in der Familie 77	
Die Bedeutung von Geschwisterbeziehungen 81	
<b>Wie ist die Einstellung der Erwachsenen zu Schule?.....</b>	<b>85</b>
Die Bedeutung des Vorbilds 86	
Eigene Erfahrungen mit Schule und Leistung 90	
Zusammenarbeit von Schule und Eltern 92	
<b>Wie lernt das Kind? – Die verschiedenen Lerntypen .....</b>	<b>95</b>
<b>Lernblockaden .....</b>	<b>100</b>

<b>DAS BIN ICH! ALLES RUND UM DEN SELBSTWERT</b> .....	103
Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten .....	105
Echtes Lob und persönlicher Erfolg als Motor ...	108
Der Fehler als Lernchance .....	110
<b>Kreative Gestaltungsprozesse zur Selbstwertsteigerung</b> .....	113
Bildende Kunst – Malen, Zeichnen, Modellieren	117
Darstellende Kunst	120
Musik	123
Freies Schreiben	126

<b>ORGANISATION UND ARBEITS- VERHALTEN</b> .....	129
Rituale und Disziplin .....	133
Ordnung .....	136
Der Arbeitsplatz	137
Möglicher Ablauf der Hausaufgaben	138
Bereitstellen des Arbeitsmaterials	139
Einsicht unterstützt den Lernprozess .....	141
Hausaufgabencheckliste .....	142
<b>Veranschaulichung und mehr Freude mit Lernmaterialien</b> .....	147
Mathematik	148
Deutsch	155

<b>WEITERE UNTERSTÜTZENDE MASSNAHMEN .....</b>	<b>159</b>
<b>Ernährung .....</b>	<b>160</b>
Wasser – eine wichtige Grundlage	160
Die Bedeutung von energiereichen Nahrungsmitteln	163
Rezepte für ein gehaltvolles Frühstück	166
Das gesunde Pausenbrot und andere Zwischenmahlzeiten	168
Süßigkeiten ja, aber in Maßen und zum richtigen Zeitpunkt	170
<b>Kinesiologische Übungen .....</b>	<b>172</b>
<b>Visualisierungsübungen und Fantasiereisen .....</b>	<b>179</b>
Was sollte unbedingt beachtet werden?	183
<b>Bachblüten .....</b>	<b>187</b>
Beschreibung der Blüten	189
Bewährte Blüten für Schüler	194
Bewährte Blüten für Eltern	194
<b>Aromatherapie .....</b>	<b>195</b>
<b>ANHANG .....</b>	<b>199</b>
<b>Schlussgedanken .....</b>	<b>199</b>
<b>Literaturverzeichnis .....</b>	<b>201</b>