

Inhalt

I. Vorbemerkungen	13
1. Für wen ist dieses Buch gedacht?	14
2. Wer ist denn ein guter Pädagoge?	15
3. Ein Modell als Kompaß durch das Lehr-Lern-Gewirr	23
 II. Wie soll man das nur alles behalten? (Stichwort: Lernen)	 27
1. Wie werden Informationen gespeichert?	28
1.1 Der Wahrnehmungsspeicher	29
1.2 Das Kurzzeitgedächtnis	31
1.3 Das Langzeitgedächtnis	32
1.4 Chemie im Gehirn	34
1.5 Vergessen ist nicht gleich Vergessen	35
2. Eingangskanäle zur Informationsaufnahme	37
2.1 Sehen	39
2.2 Hören/Sprechen	40
2.3 Handeln	40
2.4 Gibt es denn bestimmte Lerntypen?	42

3.	Informationshemmungen	44
3.1	Die psychische Lernhemmung	44
3.2	Die Intervallhemmung	46
3.3	Die Ähnlichkeitshemmung	48
3.4	Und was kann der Trainer tun?	48
4.	Was ist denn nun eigentlich „Lernen“?	50
4.1	Das klassische Konditionieren (Respondentes Lernen)	52
4.2	Lernen durch Verstärkung (Operantes Lernen)	54
4.3	Lernen durch Beobachtung (Observationales Lernen)	57
4.4	Einsichtiges Lernen (Kognitives Lernen)	59
5.	Speicherhilfen	60
5.1	Strukturierung des Lernstoffs	61
5.2	Visualisieren von Informationen	79
5.3	Nicht immer bequem, aber notwendig: Die Wiederholung	82

III. Mit Sprache handeln (Stichwort: Kommunikation)	85
1. Kommunizieren wir, wenn wir schweigen?	86
2. Verschiedene Ebenen	94
3. Problemseite der Kommunikation: Die Beziehungsebene	99
3.1 Symmetrische oder asymmetrische Kommunikation	99
3.2 Symmetrie und Sprachsensibilität	102
3.3 Aus der Trickkiste der Sprache	109
3.4 Verstehen und Einfühlen	113
4. Kommunikation über Kommunikation	116
5. Ein gewisses Lächeln: Sprechen ohne Worte	120
6. Wer fragt – führt!	124
7. Kommunikationsstörungen	127
IV. Streit fällt nicht vom Himmel (Stichwort: Konflikte)	129
1. Sind das Konflikte?	130
2. Konflikte – Ihre Verursacher und ihre Ursachen	134
3. Konfliktformen oder: Wie wirken sich Konflikte aus?	139

4.	Anmerkungen zum Thema Aggression	142
4.1	Aggression als angeborene Verhaltensweise	142
4.2	Aggression als Folge von Frustration	143
4.3	Aggression durch Lernen am Modell und Lernen am Erfolg	144
5.	Über Gruppen und Gruppendynamik	147
5.1	Die Gruppe	147
5.2	Schlagwort: Gruppendynamik	149
6.	Notlösungen: Die Abwehrmechanismen des „Ich“	163
7.	Tips zum Lösen von Konflikten	166
V.	Neugierig machen und begeistern (Stichwort: Motivation)	173
1.	Zum Problem „Motivation“	174
2.	Anreize und Passung	176
3.	Motivation und Bedürfnisse	183
4.	Motivationshilfen	190

VI. Ich bin vielleicht ein Typ... (Stichwort: Persönlichkeit)	197
1. Eine Flut von Signalen	198
2. Die Selbstoffenbarung unserer Persönlichkeit – Spannungsfeld zwischen Selbst- und Fremdbild	203
3. Das Selbstbild – Persönliche Inventur	207
3.1 Der Selbstcheck nach Guilford	207
3.2 Erfolgserwartung oder Mißerfolgserwartung	212
4. Dem Fremdbild auf der Spur	217
4.1 Der erste Eindruck	218
4.2 Wie sehe ich mich selbst – wie sehen mich die anderen? – Eine Einschätzung	223
5. Gibt es überdauernde Persönlichkeitsmerkmale?	225
6. Zeichen setzen: Die Bedeutung des Feedback	230
7. Führungsstile	234
8. Lernziel: Authentisch sein	245

VII. Wer nicht weiß, wohin er will ... (Stichwort: Ziele und Inhalte)	249
1. Was sind eigentlich (Lern-)Ziele?	250
2. Exkurs: Die Operationalisierung von Lernzielen	254
3. Wir lernen mit Hirn, Herz und Hand: Lerndimensionen	257
4. Vom „Wert“ der Lernziele: Die Taxonomierung	258
4.1 Kognitiver Bereich	259
4.2 Affektiver Bereich	261
4.3 Psychomotorischer Bereich	262
5. Kontrolle von Lernzielen	264
6. Seminarthemen/Seminarinhalte	273
VIII. Strategien zur Umsetzung (Stichwort: Methoden)	275
1. Das PITT-Modell	276
2. Gespräche führen	281
2.1 Vorkenntnisse abchecken oder etwas wiederholen	282
2.2 Ein bestimmtes Ergebnis erarbeiten	282
2.3 Informationen beurteilen	284

2.4	Diskutieren	285
2.5	Tips zur Gesprächsführung	286
3.	Vor einer Gruppe sprechen/vortragen	294
4.	Gruppenarbeit	304
5.	Rollenspiel	310
5.1	Effizienz und Typen des Rollenspiels	311
5.2	Organisation und Verlauf	314
IX.	Die unverzichtbaren Helfer	
	(Stichwort: Medien)	319
1.	Der Tageslichtprojektor	321
1.1	Die Folie	321
1.2	Visualisierungsbeispiele	323
1.3	Handhabung der Folien	328
1.4	Tips für die Arbeit mit Folien	330
2.	Der Flipchart	332
3.	Metaplan-Technik und Brainstorming	334
3.1	Brainstorming	336

X.	Quellenhinweise	339
XI.	Literaturempfehlungen	347
XII.	Lösungshinweise zu den Arbeitsanregungen	351
XIII.	Register	369