

# Inhalt

- Geleitwort von Walter Riethmüller 8
1. Einleitung 11
2. Erste Begegnung mit den Temperamenten 16
- Kinder beim morgendlichen Betreten der Klasse 16
    - Was sich im geschilderten Verhalten offenbart 21
  - Ein Weg zu einem lebendigen Anschauen der Temperamente 28
  - Wie sich Kinder im Unterricht zu Wort melden 30
  - Kinder an der Haustür 32
  - Wie Kinder eine Insel («Hallig») malen 34
3. Erste Grundlagen zum Verstehen der Temperamente 38
- Temperamentsmischungen 39
  - Hippokrates und seine Lehre 41
  - Die Temperamente und die Elemente des Empedokles 43
  - Gefahren der «Entartung» von Temperamenten 49
  - Die «Temperamentenrose» von Goethe und Schiller 54
4. Das innere Erfassen der Temperamente 58
- Die Methode zum Erfassen eines Temperamentes 58
    - Im Fahrstuhl 60 / Grafische Beispiele 62 / Weitere Übungen zum inneren Erfassen der Temperamente 67
  - Rudolf Steiners Skizze für das Erkennen der Temperamente 69
  - Verborgene Temperamenteigenschaften 72
5. Weitere Aspekte zur Menschenkunde 76
- Zum Verständnis der vier Wesensglieder 76
  - Die Wesensglieder und die Temperamente 83

## 6. Grundlegende Anregungen für Eltern und Lehrer 90

Zur Harmonisierung der Temperamente 90

Wie sollte man die Kinder im Unterricht nebeneinandersetzen? 92 /

Die praktische Durchführung eines Sitzplanes 98

Zum Verhältnis von Lehrer und Schülern 100

Was erhoffen sanguinische Kinder von ihren Erziehern? 100 /

Was fordert das choleriche Kind von uns? 101 / Welche Ansprüche

stellt das melancholische Kind an uns? 103 / Welche Erwartungen hat  
der kindliche Phlegmatiker? 105

Anregungen für den rechten Umgang mit den Temperamenten 108

Das choleriche Kind 108 / Das sanguinische Kind 113 /

Das melancholische Kind 114 / Das phlegmatische Kind 116

## 7. Anregungen für das Erzählen im Unterricht 120

Das Erzählen einer bildhaften Geschichte 120

Die Vorbereitung des Lehrers auf das Erzählen 126

Ein praktisches Beispiel: die Erstbesteigung des Mount Everest 127

Der Aufstieg 128 / Auf dem Gipfel 136 / Der Abstieg 138 /

Ein kleiner Rückblick 140 / Das Nacherzählen der Kinder 142

## 8. Weitere Anregungen für den Epochenunterricht 144

Tierkunde 145

Einiges zur Methode 147 / Erzählstile und Elemente 149 /

Fische 151 / Vögel 152

Pflanzenkunde 154

Bäume 155 / Das Wachsen einer Pflanze und die vier Elemente 156

Erdkunde 160

Chemie in der 7. Klasse 162

Unterricht in der Muttersprache 165

Gedichte 165 / Metren 169 / Erzählstile nach Temperamenten im  
Unterricht der 8. Klasse 172

## 9. Gesichtspunkte für die häusliche Erziehung 176

Temperamente im familiären Zusammenleben 176

Das sanguinische Kind 177 / Das phlegmatische Kind 179 /

Das cholericische Kind 181 / Das melancholische Kind 185

Temperamente und Ernährung 188

Vier Getreidesorten 188 / Zucker und Temperamente 191 /

Die vier Teile der Pflanze in der Ernährung 194

Die Wirkung der Farben 195

## 10. Die Temperamente im Zusammenleben der Erwachsenen 198

Was es zu beachten gilt 198

Choleriker und Phlegmatiker 200 / Choleriker und Melancholiker 201 /

Choleriker und Sanguiniker 204 / Choleriker und Choleriker 205 /

Phlegmatiker und Melancholiker 206 / Phlegmatiker und

Sanguiniker 208 / Phlegmatiker und Phlegmatiker 209 / Sangui-

niker und Melancholiker 211 / Sanguiniker und Sanguiniker 213 /

Melancholiker und Melancholiker 214

Die Bedeutung der Temperamente im Gemeinschaftsleben 216

## 11. Selbsterziehung 220

Was gilt es zu lernen? 220

Wirkungen des eigenen Temperaments auf die Kinder 223

Anregungen zur Selbsterziehung 226

Übung für den Sanguiniker 228 / Übung für den Phlegmatiker 230 /

Übung für den Melancholiker 231 / Übung für den Choleriker 233

## 12. Ausklang 237

Anmerkungen 241

Literatur 243