

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	6
-------------------------	----------

Unterricht als Kommunikationsprozess – Wie Sie in fünf Schritten Lehren und Lernen optimieren	7
--	----------

Schritt 1: Kommen Sie in Kontakt mit den eigenen Kräften!	10
--	-----------

Welche Erinnerungen haben Sie an Ihre eigene Schulzeit?	10
Was uns die Neurobiologie dazu sagt (nach Prof. Gerhard Roth)	12
Was bedeutet das für Ihren Schulalltag?	14
Praxistipp 1: Überprüfen Sie Ihre Einstellung!	16
Praxistipp 2: Nützliche Vorannahmen	17
Praxistipp 3: Stressmanagement mit der Dissoziationstechnik	20
Praxistipp 4: Lachen Sie mit Ihren Schülern!	21
Praxistipp 5: Lesen Sie Frank McCourt!	21
Praxistipp 6: Holen Sie sich Unterstützung von Kollegen!	21
Selbsteinschätzungstest: Wie ich mich in meinem Beruf erlebe	23
Das Wichtigste auf einen Blick	24

Schritt 2: Finden Sie den Draht zu Ihren Schülern!	25
---	-----------

Sind „gute“ Klassen ein Glücksfall?	25
Was uns die Neurobiologie dazu sagt (nach Prof. Gerald Hüther)	27
Was bedeutet das für Ihren Schulalltag?	29
Gruppendynamische Prozesse bei der Klassenbildung	30
Praxistipp 7: Finden Sie eine positive Klassenidentität!	32
Praxistipp 8: Nutzen Sie nonverbale Signale!	32
Praxistipp 9: Arbeiten Sie mit sinnvollen Konsequenzen statt Strafen!	35
Praxistipp 10: Das Punktespiel	36
Praxistipp 11: Wie Sie Schüler zur Ruhe bringen können	37
Praxistipp 12: Feste Plätze im Klassenraum verankern	37
Praxistipp 13: Machen Sie klar, was Ihnen besonders wichtig ist!	39
Praxistipp 14: Das Schulversprechen	40
Praxistipp 15: Bereiten Sie sich auf Konfliktgespräche vor!	41
Selbsteinschätzungstest: Wie ich meine Klasse führe	42
Das Wichtigste auf einen Blick	43

Schritt 3: Nehmen Sie die Welt Ihrer Schüler wahr! 44

Hat Lisa wirklich gelernt?	44
Was uns die Neurobiologie dazu sagt (nach Prof. Manfred Spitzer)	45
Was bedeutet das für Ihren Schulalltag?	48
Was haben die Sinne mit dem Lernen zu tun?	49
So erreichen Sie alle Schüler	50
Praxistipp 16: Lernzirkel ermöglichen differenziertes Arbeiten	51
Praxistipp 17: Zeigen Sie „Mut zur Lücke“!.....	53
Praxistipp 18: Rhythmisieren Sie Ihren Unterricht!	55
Praxistipp 19: Stellen Sie Prozessfragen!	56
Praxistipp 20: Machen Sie den Ampeltest!	57
Praxistipp 21: Erste Hilfe bei Blockaden	60
Praxistipp 22: Visualisierungsübungen	61
Praxistipp 23: Schulen Sie die logischen Denkprozesse Ihrer Schüler! ...	62
Praxistipp 24: Stärken Sie die Selbstverantwortung Ihrer Schüler!	63
Die Geschichte der kleinen Nervenzelle Neurona	64
Selbsteinschätzungstest: So fördere ich individuelle Lernprozesse	67
Das Wichtigste auf einen Blick	68

Schritt 4: Aktivieren Sie die Fähigkeiten Ihrer Schüler! 69

Schüler möchten Zensuren, aber bitte keine schlechten	69
Was uns die Neurobiologie dazu sagt (nach Prof. Martin Korte)	72
Was bedeutet das für Ihren Schulalltag?	74
Praxistipp 25: Überraschen Sie Ihre Schüler!	75
Praxistipp 26: Geben Sie den Talenten Ihrer Schüler eine Chance!	76
Praxistipp 27: Üben Sie sich im Feedback geben!	77
Praxistipp 28: Gefühlsbarometer	79
Praxistipp 29: Jahrmarkt der Fähigkeiten	80
Praxistipp 30: Ressourcen-Bingo	80
Praxistipp 31: Der Talente-Baum	81
Praxistipp 32: Schicken Sie Energiefresser-Sätze in den Urlaub!	82
Selbsteinschätzungstest: So Sorge ich für ein gutes Klassenklima	83
Das Wichtigste auf einen Blick	84

Schritt 5: Begleiten Sie Ihre Schüler auf dem Weg zum Ziel! 85

Vor-Bilder sind Ziel-Bilder	85
Was uns die Neurobiologie dazu sagt (nach Prof. Joachim Bauer)	86
Was bedeutet das für Ihren Schulalltag?	89
Praxistipp 33: Ich bin da und sehe dich	90
Praxistipp 34: Unterrichtsfeedback 1	91
Praxistipp 35: Unterrichtsfeedback 2	92

Praxistipp 36: Benutzen Sie das Futur II!	94
Praxistipp 37: So werden Ziele erreicht	96
Praxistipp 38: Halbjahresziele setzen	97
Praxistipp 39: Positive Suggestionen	97
Praxistipp 40: Fantasiereise für den Prüfungserfolg	98
Selbsteinschätzungstest: So unterstütze ich meine Schüler auf dem Weg zum Ziel	100
Das Wichtigste auf einen Blick	101

So kann es in der Praxis funktionieren:

Das Beispiel der Werner-Stephan-Schule in Berlin-Tempelhof	102
---	------------

Ausblick	108
-----------------------	------------

Quellen und Literaturtipps	109
---	------------