

Inhalt

Teil 1

Theoretische Aspekte für ein Grundverständnis

Kapitel 1	
Definitorisches zum Begriff Lerncoaching	12
Kapitel 2	
Der personale Faktor	18
Kapitel 3	
Metatheoretische Aspekte: Systemische Perspektiven und Konstruktivismus	24
3.1 Die Personale Systemtheorie	24
3.2 Konstruktivismus	28
3.3 Grundbegriffe Systemik	30
3.3.1 Kontext	30
3.3.2 Die Konstruktion von Wirklichkeit	31
3.3.3 Narration: Wirklichkeit entsteht durch Sprache	32
3.3.4 Die Selbstorganisation lebender Systeme	33
3.4 Systemische Perspektiven und Konsequenzen für das Lerncoaching	36
Kapitel 4	
Körper – Gehirn – Emotion	37
4.1 Körper	37
4.2 Gehirn	40
4.3 Emotion	43
Kapitel 5	
Subjektives inneres Erleben	46

Kapitel 6		
Motivation		49
Kapitel 7		
Der organisationale Faktor		53
Teil 2		
Praxis – Themen und Methoden		
Kapitel 1		
Rollenvarianz		59
Kapitel 2		
Professionelle Beziehungsgestaltung		68
2.1 Die innere Haltung		68
2.1.1 Selbstbeziehung		71
2.1.2 Die innere Haltung gegenüber dem Lernenden		76
2.2 Äußeres Setting		79
2.3 Struktur des Gespräches		81
2.4 Gesprächsführung		83
2.4.1 Grundbausteine Gesprächsführung		87
2.4.2 Lösungsorientierte Gesprächsführung		99
2.4.3 Idiolektische Gesprächsführung		105
2.4.4 Motivierende Gesprächsführung		112
Kapitel 3		
Arbeit an Zielen		118
Kapitel 4		
Inneres Erleben – Zugänge und Veränderung		126
4.1 Zugänge zum inneren Erleben		127
4.2 Veränderung des inneren Erlebens		138
4.3 Ressourcen		149
Kapitel 5		
Lösungen		159

Kapitel 6	
Lernstrategien	168
6.1 Übersicht Lernstrategien	170
6.1.1 Kognitive Lernstrategien	171
6.1.2 Metakognitive Lernstrategien: Selbstkontroll- und Selbstregulationsstrategien	172
6.1.3 Motivations- und Emotionsstrategien	173
6.1.4 Strategien für kooperatives Lernen	174
6.1.5 Nutzung von Ressourcen	174
6.2 Zur Konstruktion von Lernstrategien	175
Kapitel 7	
Motive und Motivation	178
Kapitel 8	
Umgang mit Unfreiwilligkeit und Reaktanz	189
Kapitel 9	
Einbeziehen familiärer Kontexte	202
Kapitel 10	
Umsetzung von Lerncoaching	211
10.1 Praxisformate Lerncoaching	211
10.2 Projektmanagement	212
Literatur	216