

Inhaltsverzeichnis

1	Der Weg zum erfolgreichen Unterrichten	1
1.1	Warum Motivation so relevant ist	2
1.2	An wen richtet sich dieses Buch?	3
1.3	Meine Unterrichtserfahrung und Befragung zu Lehrmethoden	4
1.4	Positive Unterrichtsbewertungen – 3 Beispiele	5
1.5	Welche Zielsetzung verfolgt dieses Buch?	6
1.6	Wie ist dieses Buch aufgebaut?	7
	Literatur	8
2	Unterrichten macht Spaß!	9
2.1	Wie Sie Freude am Fachunterricht wecken	10
2.1.1	Positive und negative Konditionierung durch das Unterrichtsgeschehen	10
2.1.2	Lehrende mit Expertise	11
2.2	Welche Rolle nehmen Sie als Dozent ein? – Ihr Dozentenprofil	14
2.3	Selbsteinschätzung: Ist Unterrichten der richtige Beruf für Sie?	17
2.4	Notizen	18
	Literatur	19
3	Wertschätzung als Grundlage für den Unterricht	21
3.1	Was bedeutet Wertschätzung?	22
3.2	Wie lässt sich Wertschätzung vermitteln?	23
3.2.1	Interesse an der Person zeigen	23
3.2.2	Zugänglich sein	25
3.2.3	Präsenz zeigen	27
3.3	Atmosphäre verändert den Raum	29
3.3.1	Eine wertschätzende Atmosphäre im Seminarraum schaffen	30
3.3.2	Wie Sie ein Lächeln zaubern	33
3.4	Neugierde als positive Kraft nutzen	34
3.5	Die Win-win-Situation im Unterrichtsraum	36
3.6	Übungen zum explorativen Lernen	38
3.7	Fragen zur Reflexion	39
3.8	Notizen	40
3.9	Story	40
	Literatur	41
4	Motivation durch Ermutigung	43
4.1	Warum Ermutigung so wichtig ist	45
4.2	Wissenschaftliche Studien zu Ermutigung	45
4.2.1	Die Macht der Worte	47
4.2.2	Jeder Mensch braucht jemanden, der an ihn glaubt	48
4.2.3	Warum Sie zum Fehlermachen ermutigen sollten	50
4.3	Eine funktionierende Feedbackkultur	51
4.3.1	Was bedeutet konstruktives Feedback?	53

4.3.2	Feedback geben, aber wie?	56
4.3.3	Kritik und konstruktives Feedback	57
4.3.4	Feedback durch Rollenmodelle	60
4.3.5	Die wichtigsten Feedbacktipps	61
4.4	Fördern der intrinsischen Motivation durch den Rubikon-Prozess	62
4.4.1	Was bedeutet intrinsische Motivation?	62
4.4.2	Was ist der Rubikon-Prozess?	63
4.4.3	Wie formuliert man Ziele im Rubikon-Prozess?	66
4.4.4	Warum Priming als effektive Lernunterstützung fungieren kann	68
4.4.5	Welche Primes eignen sich zur persönlichen Ermutigung?	70
4.5	Ermutigung durch kooperatives Lernen	70
4.5.1	Studien zu Verbesserungen von Leistung und sozialen Kompetenzen durch kooperatives Lernen	71
4.5.2	Nicht nur reden um des Redens willens	74
4.5.3	Projektbezogenes Arbeiten in den Naturwissenschaften	76
4.6	Symphonien statt Medikamente	77
4.7	Praktische Übungen zur Ermutigung der Lernenden	78
4.7.1	Lost in Translation	78
4.7.2	Kooperatives Lernen praktisch	80
4.7.3	Sonaten für gesteigerte Aufmerksamkeit	86
4.7.4	Finden von zielgerichteten Primes zur Ermutigung	86
4.8	Fragen zur Reflexion	87
4.9	Notizen	88
4.10	Story	89
	Literatur	90
5	Wie Sie den Unterricht auf Ihre Zielgruppe zuschneiden	93
5.1	Bedarfsanalyse der Teilnehmer	96
5.1.1	Evaluationen	97
5.1.2	Präventiv Denken	98
5.1.3	Auswahl der richtigen Lehrbücher und Materialien	100
5.1.4	Oberflächenaktiv oder tiefer bohren?	101
5.2	Professionelle Gesprächsführung im Unterricht	102
5.2.1	Wie Sie am Ball bleiben	103
5.2.2	Was ist zielgerichtete Kommunikation?	105
5.2.3	Welche Begriffe sind in welchem Kontext zu verwenden?	106
5.2.4	Welches Sprachregister verwenden Sie?	107
5.3	Auswertung meiner Ermutigungsumfrage	108
5.3.1	Was brauchen Lehrende?	109
5.3.2	Was brauchen Lernende?	109
5.4	Lebensnahe Beispiele für den Unterricht	111
5.4.1	Simulationen von Gesprächen	111
5.4.2	Freeze frame	112
5.4.3	Popcorn	114
5.4.4	One-Minute-Abfrage	114
5.5	Fragen zur Reflexion	115

5.6	Notizen	117
5.7	Story	118
	Literatur	119
6	Anwendungsorientiertes Lernen	121
6.1	Wissenschaftliche Erkenntnisse zu Motivation	122
6.1.1	Definitionen zum Verständnis	122
6.1.2	Wie lernen gelingt	125
6.2	Unterschiedliche Lerntypen	129
6.2.1	Die sieben Lernstile	130
6.2.2	Die DISG-Lerntypen	131
6.2.3	Der Praktiker und der Theoretiker	134
6.3	Effektive Lernfertigkeiten	135
6.4	Einsatz von Medien	136
6.4.1	Wie Sie Kurzabfragen nutzen	137
6.4.2	Wie Sie das Handy im Unterricht in Aktion treten lassen	138
6.5	Ein Bild sagt mehr als tausend Worte	139
6.5.1	Einsatz von Videos	140
6.5.2	Mindmaps	140
6.6	Ihre persönliche Note	142
6.7	Übungen mit Praxisbezug	144
6.7.1	Die NASA-Experten	144
6.7.2	Ein Besuch im Baumarkt – oder DIY	146
6.7.3	Wie du dir mein Zuhause vorstellen kannst	147
6.7.4	Filme als Zeitchronik	148
6.8	Fragen zur Reflexion	149
6.9	Notizen	151
6.10	Story	152
	Literatur	154
7	Motivation und Langzeitwirkungen	155
7.1	Überraschende Ergebnisse meiner Befragung	156
7.1.1	Ein inneres Bild vom Ziel	156
7.1.2	Ein inneres Bild durch veranschaulichenden Unterricht	157
7.2	Lernen mit Langzeitwirkung	158
7.2.1	Intermodale Wahrnehmung	158
7.2.2	Visuelle Reduktion	159
7.2.3	PowerPoint fürs Gedächtnis	160
7.2.4	Fragen stellen	163
7.3	Übungen mit Langzeitwirkung	163
7.3.1	Fragenstellen zu zweit	163
7.3.2	Fragenstellen in der Gruppe	164
7.3.3	Die Fünf-Finger-Regel	165
7.3.4	Visuelle Reduktion	166
7.3.5	Wie Präsentationen lebendig werden	167
7.4	Fragen zur Reflexion	168

7.5	Notizen	169
7.6	Story	170
	Literatur	171
8	Motivation durch Lebensziele	173
8.1	Entschuldigen Sie bitte, können Sie mir sagen, wo ich hin will?	174
8.2	Lernfächer im Zusammenhang mit Lebenszielen und Beruf	175
8.3	Menschen anleiten, ihr persönliches Potential zu entfalten	177
8.4	I have a dream	178
8.4.1	Definitionen zum Verständnis	179
8.4.2	Natürliche Motivationsfähigkeiten	181
8.5	Übungen zum Entwickeln von Berufs- und Lebenszielen	182
8.5.1	Eigene Motivationsfähigkeiten erkennen	182
8.5.2	Eine persönliche Lebensvision entwickeln	185
8.5.3	Wo fühlen Sie sich am lebendigsten?	187
8.5.4	SMART-Analyse	188
8.5.5	Ermutigungsübung: Was können Sie besonders gut?	191
8.5.6	Brainstorming: Berufe	192
8.5.7	What is important for you in a job?	194
8.5.8	Career speed dating	195
8.5.9	Steckbriefe.	196
8.5.10	Berühmte Zitate	201
8.5.11	Interviews für Berufseinsteiger	204
8.5.12	Eindrücke sammeln	205
8.5.13	Videobeispiele	206
8.6	Fragen zur Reflexion	209
8.7	Notizen	210
8.8	Story	211
	Literatur	212
9	Mit voller Kraft voraus – mit Kreativität	215
9.1	Welche Unterrichtsstruktur hat welchen Effekt?	216
9.1.1	Zu große Stoffmengen?	217
9.1.2	Selbstgesteuertes Lernen	218
9.2	Klare Zielansagen	220
9.3	Interesse wecken	221
9.4	Übungen für den kreativen Unterricht	225
9.4.1	Icebreaker	225
9.4.2	Speed-Dating	229
9.4.3	Repetitionsübungen und Mindmapping	230
9.4.4	Kursteilnehmer in Schwung bringen	231
9.4.5	Konzept erstellen: Fair Trade Coffee	233
9.5	Fragen zur Reflexion	236
9.6	Notizen	237
9.7	Story	238
	Literatur	239

10	Motivieren Sie sich selbst – aber wie?	241
10.1	Anreize schaffen	242
10.2	Wie man sich täglich motivieren kann	244
10.3	Strukturieren von Aufgaben	246
10.3.1	Sich auf den nächsten Schritt konzentrieren	247
10.3.2	Optimale Lern- und Arbeitsumgebung	248
10.3.3	Schlaf gönne ich mir!	249
10.4	Wie Sie sich selbst in Schwung bringen können – praktische Tipps	250
10.4.1	Ink-shedding oder Ideen finden mittels Schreiben	250
10.4.2	Ideen finden mittels Denkbildern	251
10.4.3	Denkskizzen als Alternative zu Mindmaps	252
10.4.4	Heute schon gelobt?	253
10.4.5	Zwei-Minuten-Aufgaben	254
10.4.6	Funnel-Diagramme	256
10.5	Fragen zur Reflexion	257
10.6	Notizen	258
10.7	Story	259
	Literatur	260
	Serviceteil	261
	Fast-Track-Guide für Einsteiger	262
	Literatur	263
	Stichwortverzeichnis	267