

# *Es lohnt sich, über das eigene Sprechen nachzudenken*

7

<b>1</b>	<b>Eine Frage der inneren Haltung</b>	10
1.1	Selbstbefragung	12
1.2	Übungen zur inneren Haltung	15
<b>2</b>	<b>Körper und Stimme</b>	20
2.1	Ausdruck von Körper und Stimme	21
2.2	Körper	22
2.3	Gestik	26
2.4	Mimik	29
2.5	Stimme	31
2.6	Atem	38
2.7	Pausen	42
2.8	Artikulation	44
2.9	Resonanz	49
2.10	Das tut Ihrer Stimme gut	52
<b>3</b>	<b>Botschaften in der Schule</b>	54
3.1	Von der allgemeinen Rhetorik zur schulischen Gesprächsrhetorik	55
3.2	Typische Gesprächsgattungen	59
3.3	Lehrkräfte „handeln“, indem sie sprechen	61
3.4	Modelle zum besseren Verständnis von Kommunikation	62
<b>4</b>	<b>Feedback – geben und nehmen</b>	80
4.1	Feedback als Begriff	80
4.2	Feedback als Methode	81
4.3	Feedback als Haltung	86
4.4	Feedback üben	88
4.5	Selbst Feedback bekommen	89
4.6	Der Gewinn von Feedback	93

<b>5</b>	<b>Jugendliche besser verstehen</b>	94
5.1	Wer oder was prägt unsere Schülerinnen und Schüler?	94
5.2	Bedürfnisse, Impulskontrolle und moralische Entwicklung	101
5.3	Motivation und Demotivation, Erfolg und Misserfolg	109
5.4	Das Ermutigungskonzept von Adler und Dreikurs	114
5.5	Das doppelte „Okay“ der Transaktionsanalyse	117
<b>6</b>	<b>Körper – Stimme – Botschaft im Online-Distanzunterricht</b>	122
6.1	Homeschooling?	122
6.2	Die innere Haltung im Online-Distanzunterricht	124
6.3	Der Körper vor der Kamera	126
6.4	Stimme und Sprechen vor dem Mikrofon	128
6.5	Präzise Botschaften im Online-Distanzunterricht	130
6.6	Kontakt und Feedback im Online-Distanzunterricht	133
<b>7</b>	<b>Wertschätzende Lehrer-Schüler-Kommunikation ganz konkret</b>	136
7.1	Die Klasse leiten und ein positives Lernklima herstellen	137
7.2	Unterrichtsstörungen und Grenzen setzen	144
7.3	Ausgewählte Standardsituationen des Schulalltags	148
7.4	Motivation als Königsdisziplin	153
7.5	Wertschätzung zum Ausdruck bringen	157
	<b>Literaturverzeichnis</b>	164
	<b>Bildquellenverzeichnis</b>	165
	<b>Downloadcode</b>	168