

# INHALTS- VERZEICHNIS

**Einleitung — 7**

**1. Selbstwirksamkeit und Selbstkonzept — 15**

«Lernen bedeutet für mich Verlangsamung, Wiederholung, Schürfwunde, Begreifen, Glück.» Stephan Eicher — 32

**2. Selbstregulation und Regeln — 45**

«Mein bisher geheimer Lerntrick: Tu es für dich selbst und nicht für andere.» Lisa Christ — 56

**3. Aufmerksamkeit und Konzentration — 71**

«Lernen bedeutet für mich, sich in der Welt durch Erfahrenes, Gelesenes und Geübtes optimal zurechtzufinden.» Stephanie von Orelli — 74

**4. Themen und Lerninhalte — 99**

«Lernen bedeutet für mich Anstrengung, die sich in jedem Fall lohnt, und ein Prozess, der nie abgeschlossen ist.» Pedro Lenz — 106

**5. Neugierde und Interesse — 125**

«Lernen ist entdecken.» Roger de Weck — 140

**6. Motivation und Anregung — 151**

«Ich ermuntere mich, dass ich es schaffe.» Malina Meister — 160

**7. Lernklima und Schulatmosphäre — 177**

«Um gut lernen zu können, braucht es Ruhe, Konzentration, Wille, eine positive Einstellung und ein förderliches Umfeld.» Urs Fischer — 190

**8. Lernräume und Raumgestaltung — 201**

«Lernen bedeutet für mich, nicht nur nach Regeln und Strukturen zu lernen, sondern möglichst das Gelernte in den Alltag einbinden.» Kacem El Ghazzali — 216

**9. Partizipation und Verantwortung — 225**

«Lernen bedeutet für mich, sich weiterzuentwickeln und ein besserer Mensch zu werden.» Nicola Spirig — 236

**10. Unser Fazit, Unsere Botschaft — 251**

«Lernen bedeutet für mich Neues entdecken, Zusammenhänge verstehen, unabhängig werden.» Lena-Lisa Wüstendörfer — 256

**Literaturverzeichnis — 265**

**Abbildungsverzeichnis — 275**