

Inhalt

Einleitung . . . 9

Was es für Lernende und Lehrende in der Erwachsenenbildung heißt, das eigene Lernen selbst bestimmen zu wollen . . . 9

Warum sich dieses Buch sowohl an Teilnehmer wie an pädagogische Mitarbeiter der Erwachsenenbildung wendet und warum beide Gruppen immer wieder ihre Rollen tauschen müssen . . . 14

1 Erwachsenenleben und Erwachsenenbildung . . . 19

Lebenspraxis ist Fühlen, Handeln und Nachdenken . . . 21
Erwachsensein, oder: Das Leben nach der Jugend . . . 22

Selbsteinschätzung und Selbstwertgefühl . . . 26

Die bedrohliche Realität . . . 30

Konflikte . . . 33

Suche nach Antworten und Perspektiven . . . 35

Unzureichendes Alltagswissen . . . 38

Erwachsenenbildung als Begleitung zur alltäglichen Lebenspraxis . . . 42

Erwachsenenbildung als Auslegung unserer Lebenswirklichkeit . . . 45

2 Ziele und Inhalte Ihres Lernens . . . 49

Erwachsenenbildung macht klug oder borniert . . . 49

Sie selbst und Ihre Umwelt als Thema . . . 52

Selbstbestimmtes Lernen sucht den Weg aus Abhängigkeiten . . . 63

Parteinaufnahme für den geschundenen Bruder und die vergiftete Natur . . . 66

3 Eigene Erfahrungen und Expertenwissen . . .	69
Ihr innerer Maßstab, die Welt wahrzunehmen . . .	69
Nehmen Sie Ihre Erfahrungen ernst . . .	71
Gedächtnis und Erinnerung als aktiver Prozeß . . .	74
Aufhebung der hergestellten Bewußtlosigkeit . . .	77
Analyse des Alltags . . .	82
Aneignung der Lebensgeschichte . . .	87
Subjektive Erfahrungen und objektives Wissen . . .	90
Individuell benötigtes und gesellschaftlich notwendiges Wissen . . .	95
Wie die eigenen Erfahrungen und Expertenwissen methodisch miteinander verbunden werden . . .	98
4 Herrschaftsfreies Lehren und Lernen . . .	101
Wer etwas weiß, der lehrt es den, der es wissen möchte . .	101
Die klassische Unterordnung des Lernens unter das Lehren . . .	103
Wie Sie als Leiter vom Kommandeur zum Lotsen und Berater werden . . .	107
Leitungsverhalten als ständig kontrolliertes Experiment . . .	110
Lernen in eigener Verantwortung und aus eigener Kraft . . .	114
Warum wir uns mit selbstbestimmtem Lernen und Leben so schwer tun . . .	120
5 Offene Lerngelegenheiten . . .	125
Aus Teilnehmern werden die Veranstalter ihres eigenen Lernens . . .	126
Warum Sie sich zu Ihren Gefühlen bekennen sollten . . .	128
Spannungen und Konflikte können positiv genutzt werden . . .	132
Lernen bedeutet Spaß und Arbeit . . .	136

Der mühsame Übergang von schulischem Unterricht zu offener Gesprächsarbit . . .	138
Der Lehr-Lern-Vertrag . . .	140
Warum die Einstiegsphase so wichtig ist . . .	144
Aneignung der geleisteten Arbeit . . .	146
6 Planung offener Lerngelegenheiten . . .	149
Planung soll nicht festlegen, sondern Möglichkeiten offenhalten . . .	151
Merkliste für die Vorbereitung offener Lerngelegenheiten . . .	154
7 Arbeitstechniken und Arbeitsmittel . . .	163
Zielentscheidungen gehen der Methodenauswahl voran . . .	163
Hinweise auf nützliche Methodensammlungen . . .	164
Methoden und soziales Lernen . . .	165
Die Lebenswirklichkeit als Medium der Erwachsenenbildung . . .	167
8 Theorie und Praxis: Die Geschichte vom vollenkommenen Kamel . . .	169
Literaturverzeichnis als Danksagung an all diejenigen, aus deren Erfahrungen, Ideen, Theorien und Kritik ich gelernt habe . . .	175
Der Autor . . .	186