

Inhalt

Vorwort	11
Einführung	15
Teil 1: Sechs Hauptprinzipien	21
1. Erwachsenenbildung als Willenserweckung	23
1.1. Ziele der Erwachsenenbildung 23	
2. Die drei Barrieren des Lernens	27
2.1. Die Denkbarriere 29	
2.2. Die Gefühlsbarriere 30	
2.3. Die Willensbarriere 33	
3. Die drei Lernwege	37
3.1. Das «Schullernen» 38	
3.2. Das «Schicksals-» oder «Lebenslernen» 38	
3.3. Der geistige Schulungsweg 40	
3.4. Der Zusammenhang der drei Lernwege 43	
3.5. Das Ich und die drei Lernwege 43	
4. Das Menschenbild muß alles durchdringen	47
4.1. Die Ausbildungssituation 47	
4.2. Die Beziehung zwischen Institution und tragender Gruppe 49	
4.3. Die Beziehung der tragenden Gruppe zur Teilnehmergruppe 50	
4.4. Die Beziehung zwischen Teilnehmern, Institution und Gesellschaft 51	
4.5. Die Beziehung zwischen Institution, tragender Gruppe und Teilnehmern 52	

5.	Der Lernprozeß des Erwachsenen	54
5.1.	Die sieben Lebensprozesse	55
5.2.	Die sieben Lernprozesse	59
5.2.1.	<i>Atmung – Wahrnehmen</i>	59
5.2.2.	<i>Wärmung – Sich-Verbinden</i>	60
5.2.3.	<i>Ernährung – Verarbeitung</i>	61
5.2.4.	<i>Absonderung – Individualisierung</i>	61
5.2.5.	<i>Erhaltung – Üben</i>	62
5.2.6.	<i>Wachstum – wachsende Fähigkeiten</i>	63
5.2.7.	<i>Reproduktion – Neues schaffen</i>	64
5.3.	Didaktisches über die sieben Lernprozesse	66
5.3.1.	<i>Atmen – Aufnehmen – Beobachten</i>	66
5.3.2.	<i>Sich-Verbinden</i>	68
5.3.3.	<i>Verdauen und Verarbeiten</i>	70
5.3.4.	<i>Individualisieren</i>	71
5.3.5.	<i>Erhalten durch Üben</i>	74
5.3.6.	<i>Wachsen der Fähigkeiten</i>	77
5.3.7.	<i>Reproduktion – Schaffen</i>	78
6.	Die Wiedergeburt der sieben freien Künste	81
Teil 2: Lernformen		87
7.	Die Beziehung Lehrer / Ausbilder – erwachsener Teilnehmer	89
8.	Die Seminargestaltung – das integrierte Programm	94
8.1.	Das integrierte Programm	95
8.1.1.	<i>Die Integration der Lernelemente</i>	95
8.1.2.	<i>Vertikale und horizontale Integration</i>	96
8.1.3.	<i>Inhaltsintegration</i>	98
8.1.4.	<i>Rhythmusintegration</i>	98
8.1.5.	<i>Projektintegration</i>	100
8.1.6.	<i>Strukturintegration</i>	101
8.1.7.	<i>Lernprozeßintegration</i>	104
8.2.	Das Ausbilderkollegium	105

9.	Die Lernaktivitäten	106
9.1.	Die Rückschau 106	
9.2.	Die Auswertung 108	
9.3.	Die Vorschau 109	
10.	Wie entwirft und handhabt man Übungen?	113
10.1.	Die Vorbereitung 113	
10.2.	Die Durchführung 115	
10.3.	Die Auswertung 117	
11.	Die Ehe von Kunst und Wissenschaft in der Erwachsenenbildung	119
11.1.	Neue Kunst und neue Wissenschaft? 122	
12.	Unsere Biographie als «Schicksalslernen» in der Erwachsenenbildung	125
12.1.	Die Erziehung 126	
12.2.	Die Organisation 127	
12.3.	Der Beruf 129	
12.4.	Die sieben Lernprozesse in unserer Biographie 133	
12.5.	Der siebengliedrige Lernprozeß im «Schicksalslernen» 139	
12.5.1.	<i>Erster Schritt: Atmung – ein Schicksalsereignis beobachten können</i> 140	
12.5.2.	<i>Zweiter Schritt: Erwärmung – das Ereignis in die eigene Biographie hereinnehmen</i> 142	
12.5.3.	<i>Dritter Schritt: Verarbeitung – die Bedeutung der Schicksalskräfte entdecken</i> 143	
12.5.4.	<i>Vierter Schritt: Individualisierung – das Schick- sal annehmen</i> 145	
12.5.5.	<i>Fünfter Schritt: Erhaltung – die Verwandlung im täglichen Leben erüben</i> 146	
12.5.6.	<i>Sechster Schritt: Wachstum – die neue Fähigkeit der Schicksalswahrnehmung wachsen lassen</i> 147	
12.5.7.	<i>Siebter Schritt: Reproduktion – Ordnung in das eigene Schicksal bringen</i> 149	

Teil 3: Praktische Anwendungen	151
13. Lernen zu lernen	153
13.1. Die sieben Lernschritte als Diagnose für Lernbarrieren 154	
13.1.1. Beobachtung – Aufnehmen 154	
13.1.2. Erwärmung – Sich-Verbinden 155	
13.1.3. Verdauung – Verarbeitung 156	
13.1.4. Absonderung – Individualisierung 158	
13.1.5. Erhalten – Üben 159	
13.1.6. Das Wachsen neuer Fähigkeiten 161	
13.1.7. Der «schaffende» Lernprozeß 162	
13.2. Lerntagebuch 164	
14. Über die Urteilsbildung	167
14.1. Kognitive Urteilsbildung 167	
14.2. Ästhetische Urteilsbildung 168	
14.3. Morale Urteilsbildung 168	
14.4. Didaktisches 170	
15. Der Ausbilder, seine Ausbildung und sein Weg	171
15.1. Das Lernereignis 171	
15.2. Der Lernweg 172	
15.3. Das Schaffen einer Lernsituation 172	
15.4. Zusammenarbeit der Ausbilder 173	
16. Das hygienische Element in der Erwachsenenbildung	176
16.1. Hygienisches im Unterricht 177	
16.2. Persönliche Unterstützung 177	
16.3. Seelen- und Arbeitshygiene der Ausbilder 178	
17. Beispiele von Anwendungen	180
17.1. Die Lerngruppe 180	
17.2. Das «Landschaftsverfahren» 182	

18. Schlußbetrachtung	184
Anhang I	187
Künstlerische Tätigkeit in der Erwachsenenbildung	
(<i>von Marlies Rainer</i>)	189
Wirkung der Kunst	189
Einsatz künstlerischer Mittel	190
Unterstützung des Lernprozesses	191
Voraussetzungen für den Einsatz künstlerischer Übungen	193
Anhang II	195
Ein Anwendungsbeispiel: Das Lernen lernen –	
ein Wochenendseminar für zukünftige Waldorflehrer	
(<i>von Robert Hell</i>)	197
Anmerkungen	203
Literatur	205