



Lern-Landkarten

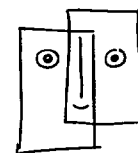
Ganzheitliches Lernen

Motivieren • Trainieren • Konzentrieren

Winfried Kneip

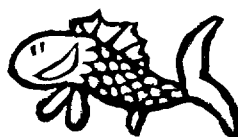
Dirk Konnertz

Christiane Sauer



Verlag
an der Ruhr

Vorwort	6
Vor der Reise	7
Wo bitte geht's zum Lernland? • Inhalt der Lernlandschaften	8
Im Land der geraden Straßen • Kindheit heute	13
Das Equipment bereitstellen • Vorüberlegungen für Lehrende	15
Kommunizieren lernen • Transaktionsanalyse	20
Lernlandschaft Lerntechniken	29
Am Fluss des Denkens und Lernens • Einleitung Lerntechniken	30
Zufahrtswege und Kanäle • Andere Lerntypenteste	31
Die Entdeckung ungenutzter Quellen • Das Hirn-Dominanz-Instrument	37
Am Fluss der Gedanken und Ideen • Clustern und Mind-Mapping® ----	43
Den Informations-Fluten standhalten • Mehrkanaliges Lernen	49
Mit dem Schnellboot unterwegs • Lerntechniken	53
Lernlandschaft Konzentration	55
Störewichte lauern überall • Ursachen für Konzentrationsstörungen	57
Die eigene „Wohnhöhle“ gestalten • Arbeitsplatzgestaltung	61
Im Rhythmus des Tages • Prioritäten und Zeiteinteilung	65
Auf der Lichtung • Entspannungstechniken	72



Lernlandschaft Motivation	77
Der Blick vom Ufer auf das Meer • Eigene Bedürfnisse erkunden	79
Die Reise planen • Zielauswahl	82
Die Besetzung im Griff haben • Innere Stimmen	88
Volle Kraft voraus • Motivationstechniken	91
Die Zielankunft feiern • Belohnung	93

Lernlandschaft Selbstsicherheit	95
Die eigenen Schätze erkennen • Selbstwertgefühl	98
Die Begegnung mit dem Drachen • Ursachen und Wirkung von Angst	101
Die Wahl der Waffen • Angstbewältigung	103
Wenn ein Kampf verloren geht • Umgang mit Misserfolgen	105
Souverän in den Kampf • Selbstsicherheitstraining	106

Lernlandschaft Kommunikation	113
Den Stadtplan studieren • Grundlagen Kommunikation	115
Zu Hause in den eigenen vier Wänden • Ursachen für Kommunikations- fehler	118
In der Schule • Ganzheitlich Präsentieren	125

Literaturhinweise	127
--------------------------------	------------

