



# Lern-Landkarten

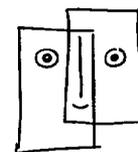
## Ganzheitliches Lernen

Motivieren • Trainieren • Konzentrieren

Winfried Kneip

Dirk Konnertz

Christiane Sauer



Verlag  
an der Ruhr

<b>Vorwort</b> .....	6
<b>Vor der Reise</b> .....	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
<b>Lernlandschaft Lerntechniken</b> .....	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
<b>Lernlandschaft Konzentration</b> .....	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)

