

	Vorwort von Peter Hibst	9
1.	Classroom Management	11
1.1.	Disziplin und Klassenführung	12
1.2.	Merkmale guter Klassenführung	16
1.3.	Maßnahmen	19
1.4.	Beispiel: Lernziel „Kooperation“	22
	⇒ Übung: Teamgeist	22
	⇒ Übung: Formen der Kooperation	25
	⇒ Interaktionsspiel: Kooperation mit Hindernissen	28
	⇒ Beispiel: Klassenrat	46
1.5.	Arbeitsanregungen	52
2.	Förderung	57
2.1.	Grundlagen: Fördern in der Schule	58
2.2.	Pädagogische Diagnostik	67
2.3.	Schüler-Selbstbeurteilung	74
2.3.1.	Schülerbogen zum Ist-Soll-Zustand	76
2.3.2.	Schülerbogen zur Sonstigen Mitarbeit	81
2.3.3.	Schülerbogen zur Arbeit in Gruppen	86
2.3.4.	Schülerbogen zu Gruppendiskussionen	91
2.4.	Schüler-Präsentationen	98
2.5.	Arbeitsanregungen	102
3.	Zeit-Management	109
3.1.	Zeitdruck als Stressauslöser	110
	⇒ Übung: Bestandsaufnahme „Arbeitsaufkommen“	111
	⇒ Übung: Eigener Umgang mit Zeit und Arbeit	113
3.2.	Zeitnutzung und Zeitplanung im Alltag	114
3.3.	Regeln für das Zeit-Management	116

3.4.	Zeitplanung – Monats-/Wochen-/Tagespläne	118
	⇒ Übung: Überprüfung des täglichen Arbeitsablaufs	120
3.5.	Ökonomisierung der Zeitplanung	122
	⇒ Übung: Selbsteinschätzung der eigenen Zeitökonomie	122
3.5.1.	Setzen von Prioritäten	123
	⇒ Beispiel: Dringlichkeit und Wichtigkeit im Schulalltag	126
3.5.2.	Regenerationsphasen	127
3.5.3.	Planungsmaßnahme: Strukturierung von Arbeitsvorhaben	128
	⇒ Übung: Vortrag über Reihenplanung oder Kooperation unter Lehrern	131
	⇒ Übung: Korrektur und Beurteilung einer Klassenarbeit	132
	⇒ Beispiel: Planung einer Unterrichtsstunde in 60 Minuten	133
3.6.	Arbeitsanregungen	136
4.	Selbst-Management des Lehrers	143
4.1.	Die Kraft der Überzeugungen	144
4.2.	Arbeit an irrationalen Überzeugungen	153
4.2.1.	Übung 1: Überzeugungen, Emotionen und Verhalten	154
4.2.2.	Übung 2: Wirkung irrationaler Überzeugungen	156
4.2.3.	Übung 3: Irrationale Überzeugung im Bereich Emotion	158
	⇒ Übung: Selbstwertgefühl	162
4.2.4.	Übung 4: Irrationale Überzeugung im Bereich Kognition	164
4.2.5.	Übung 5: Irrationale Überzeugung im Bereich Verhalten	167
	⇒ Übung: Frustrationstoleranz	172
4.3.	Arbeitsanregungen	173
5.	Literaturverzeichnis	181
6.	Register	189