

Inhaltsverzeichnis

Abbildungsverzeichnis	V
Tabellenverzeichnis	VII
Einleitung	1
Über das Buch	2
Teil I Theoretischer Hintergrund zu Lerncoaching/Das didaktische Konzept	5
1 Begriffsklärung Lerncoaching: Was ist das?	5
Lerncoaching ist weder Nachhilfe noch Psychotherapie	7
Abgrenzung von anderen (schulischen) Beratungs-/Förderangeboten	7
Abgrenzung von Förderangeboten wie Nachhilfe	9
Abgrenzung von der Psychotherapie.....	10
Der Lehrer in der Rolle des Lerncoaches: Wer bin ich jetzt?	11
Lerncoaching in Gruppen und im Unterricht – so kann’s auch gehen.....	14
Lerncoaching-Anlässe: Wann braucht man Lerncoaching?	19
2 Ziele von Lerncoaching: Was bringt das?	20
Lerncoaching fördert Kompetenzen	21
Sozial-kommunikative Kompetenz.....	22
Personalkompetenz	22
Methodenkompetenz	26
Fachkompetenz/lernspezifisches Fachwissen.....	26
3 Für das Lerncoaching relevante Beratungsansätze und Theorien	28
3.1 Konstruktivismus als Grundlage von Beratung.....	28
3.2 Kognitiv-verhaltenstherapeutischer Beratungsansatz	29
3.3 Personenzentrierter Beratungsansatz	32
3.4 Systemischer Beratungsansatz	34
3.5 Lösungsorientierter (Kurzzeit-)Beratungsansatz	36
3.6 Fazit und Relevanz fürs Lerncoaching	40

Teil II Die Lerncoaching-Praxis: Das Führen von Lerncoaching-Gesprächen	43
1 Lerncoaching-Prozess – so läuft Lerncoaching ab.....	43
1.1 Anbahnung: Erstkontakt bzw. Auftragsklärung	43
1.2 Durchführung: Die sechs Phasen des Lerncoaching-Prozesses	45
Erste Phase: Kontakt herstellen.....	45
Zweite Phase: Anliegen erfassen	46
Dritte Phase: Lerncoaching-Ziel(e) formulieren	47
Vierte Phase: Lösungen/Strategien entwickeln	50
Fünfte Phase: Ergebnisse zusammenfassen/einzelne Sitzung beenden.....	57
Sechste Phase: Reflexion und gegenseitiges Feedback.....	58
1.3 Anknüpfung an vorherige Sitzung/aktuelle Auftragsklärung	58
1.4 Abschluss: Auswertung des Gesamtverlaufs des Lerncoachings	60
1.5 Tabellarischer Überblick: Phasen des Lerncoaching-Prozesses	61
2 Beratungskompetenz des Lerncoaches	64
2.1 Haltung des Lerncoaches – mehr als eine Technik.....	64
Empathie, Akzeptanz, Kongruenz – die Beratungsbeziehung gestalten.....	65
Neugier und Unwissenheit – aufrichtiges Interesse signalisieren	68
Der Lernende ist Experte für sich – nichtwissend sein	68
2.2 Gesprächsführung/-technik im Lerncoaching – die Basics.....	70
Pacing, Rapport und Leading – einander angleichen.....	70
Aktives aufmerksames Zuhören – zum Erzählen ermutigen	72
Gesprächspausen aufrechterhalten – zum Nachdenken anregen	73
Gesprächsinhalte aufgreifen und widerspiegeln – gemeinsames Verständnis entwickeln	74
Paraphrasieren – eine ähnliche Sprache sprechen.....	74
Verbalisieren – die Emotionen betrachten	75
Offene Angebote und Vorschläge – Mut machen.....	77
Non- und paraverbale Signale wahrnehmen – einfühlsam sein	78
Kausalfragen vermeiden – offen sein	79
Inhaltliche Aspekte (Stränge) herausarbeiten – das Gesagte sortieren	80
2.3 (Arbeits-)Hypothesen bilden – bewusstes Vorgehen.....	81
3 Vier Interaktionsprädikate/Klienten-Typen – jeder ist anders	83
4 Methodenkoffer des Lerncoaches – das packe ich in meinen Lerncoach-Koffer	86
Lernbiografie-Kurve – „Daran erinnerst du dich noch?“.....	87

Konkretes negatives Erlebnis beschreiben – „Wollen wir uns diese Situation noch mal genauer anschauen?“	90
Ausnahmen suchen – „Wann war es anders?“	92
Mini-Vortrag – „Darf ich dir dazu etwas vorstellen?“	93
Simulation/Training – „Hast du Lust, das hier auszuprobieren?“	95
Positionsstühle – die Qual der Wahl	97
Reframing – „Was könnte das Gute im Schlechten sein?“	99
Fragen stellen als Intervention – durch Fragen Zeichen setzen	101
Skalierungsfragen – schrittweise statt entweder oder	101
Zirkuläre Fragen – „Was denken wohl die anderen?“	103
Hypothetische Fragen – „Mal angenommen, ...!“	104
Wunderfrage – „Über Nacht ist plötzlich alles anders!“	104
Ressourcen aufdecken und aktivieren – Stärken aufzeigen	106
Komplimente und Lob – „Darf ich dir ein Kompliment machen?“	108
5 „Schwierige“ Situationen im Lerncoaching – „Wenn es nur so einfach wäre!“	110
Förderliches Lerncoach-Verhalten – wie man in den Wald ruft	113
Umgang mit wortkargen Lernenden – „Nun sag doch endlich was!“	114
Umgang mit unmotivierten Lernenden – „Willst du überhaupt?“	115
Teil III Fachkompetenz des Lerncoaches: Theoretische Hintergründe zum Thema Lernen	117
1 Lernen – der Lerncoach als Lernexperte	117
2 Lernbeeinflussende Faktoren	118
3 Lerntypen und Lernermerkmale – jeder lernt anders	126
Aspekte der differentiellen Lernpsychologie	127
4 Lernen und Emotionen	130
5 Lernen und Gedächtnis	133
Mehrspeichermodell	133
6 Motivation und Motivationsförderung – „Was heißt ‚null Bock‘?!“	136
Was sind Motivation und motiviertes Handeln?	136
Das Grundmodell der klassischen Motivationspsychologie	136
Die motivationsbezogene Kompetenz – Begriffsklärung und Bedeutung	138
Interventionen zur Verbesserung der Motivation	140
Übersicht Motivation: zentrale Fragen	144

7	Lernstrategien	146
	Kognitive Lernstrategien	147
8	Konzentration	151
9	Fit für die Prüfung	156
	Was beinhaltet Prüfungskompetenz?	156
	Langzeit-Lernplan	159
	Prüfungsangst – „Ich bin besorgt!“	161
10	AD(H)S beim Lerncoaching	165
	So beeinflusst AD(H)S das Lernen und was dagegen hilft.....	165
	Schlusswort	169
	 Anhang	 171
	Literatur Lernen/Lernstrategien.....	183
	Nachwort	192