

Inhaltsverzeichnis

Abbildungsverzeichnis	11
Tabellenverzeichnis.....	13
Danksagung.....	15
Zusammenfassung	17
1 Einleitung.....	19
2 Anatomie des emotionalen Lernens	21
2.1. Die Großhirnrinde	23
2.2. Das limbische System	25
2.3. Weitere Bestandteile des Gehirns.....	28
2.3.1. Neurone (Nervenzellen).....	28
2.3.2. Synapsen	30
2.3.3. Gedächtnissysteme.....	31
2.3.4. Spiegelneuronen	35
3 Intelligenz(en)	39
3.1. Definition und allgemeiner Überblick	39
3.2. Multiple Intelligenzen	42
3.3. Die emotionale Intelligenz.....	44
3.3.1. Impulskontrolle in der emotionalen Intelligenz	46
3.3.2. Die Förderung von emotionaler Intelligenz im Theaterspiel.....	48
4 Emotionen und Gefühle	55
4.1. Emotionales Lernen.....	58
5 Salutogenese und Resilienz	65
5.1. Betrachtung des Resilienzprozesses am Beispiel Cyrulnik (2013).....	67
5.2. Fehlende Resilienz	68
6 Achtsamkeit.....	71

7 Wohlbefinden in der Schule	79
8 Beziehung zwischen den SuS und der Lehrkraft.....	85
8.1. Gegenseitiger Respekt und Gerechtigkeit	86
8.2. Verlässlich eingehaltene Regeln und gemeinsam geteilte Verantwortung	88
8.3. Mangelhafte Beziehungen	88
9 Die Rolle des Lehrers	91
9.1. Die Haltung	93
9.1.1. Vor-Urteile.....	93
9.1.2. Selbstbestimmung	94
9.1.3. Die Haltung gegenüber Kindern	96
9.1.4. Eine konstruktivistische Haltung?.....	98
9.1.5. Authentizität.....	99
9.1.6. Offenheit.....	103
9.1.7. Fünf gute Taten am Tag.....	103
9.1.8. Revitalisierende Aktivitäten	104
10 Konstruktive Kommunikation.....	107
10.1. Das Thomas-Gordon-Modell	107
10.1.1. Aktives Zuhören	109
10.2. Die Gewaltfreie Kommunikation.....	115
10.2.1. Die vier Schritte in der Gewaltfreie Kommunikation	116
10.2.2. Reaktionen auf eine negative Äußerung	119
10.2.3. Die Rolle der Empathie in der Gewaltfreien Kommunikation	120
10.3. Hilfreiche nonverbale Signale des Körpers nutzen.....	122
10.3.1. Mikroexpressionen.....	122
10.3.2. Körpersprache mit Bezug zum Unterricht.....	124
11 Exemplarischer Unterrichtsentwurf zum Thema „Gefühle lesen“.....	137
11.1. Institutioneller Rahmen	137
11.2. Thematik	138
11.3. Erläuterungen zu der Unterrichtsstunde „Gefühle lesen“	138
11.3.1. Unterrichtsziel.....	138
11.3.2. Kognitive Ziele	139
11.3.3. Interdisziplinäre Kompetenzen	139
11.3.4. Ethische Kompetenzen	140
11.4. Didaktische Schwerpunkte	142
11.5. Methodisches Vorgehen.....	142
11.6. Überblick der Unterrichtsreihe	144
11.7. Übersicht Unterrichtsstunde „Gefühle lesen“	145

12 Fazit/Ausblick	151
Literaturverzeichnis.....	153