

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	51
Fünfte Phase: Ergebnisse zusammenfassen/einzelne Sitzung beenden.....	58
Sechste Phase: Reflexion und gegenseitiges Feedback.....	59
1.3 Anknüpfung an vorherige Sitzung/aktuelle Auftragsklärung.....	59
1.4 Abschluss: Auswertung des Gesamtverlaufs des Lerncoachings	60
1.5 Tabellarischer Überblick: Phasen des Lerncoaching-Prozesses	63
2 Beratungskompetenz des Lerncoaches	66
2.1 Haltung des Lerncoaches – mehr als eine Technik.....	66
Empathie, Akzeptanz, Kongruenz – die Beratungsbeziehung gestalten.....	67
Neugier und Unwissenheit – aufrichtiges Interesse signalisieren	70
Der Lernende ist Experte für sich – nichtwissend sein	70
2.2 Gesprächsführung/-technik im Lerncoaching – die Basics.....	72
Pacing, Rapport und Leading – einander angleichen.....	72
Aktives aufmerksames Zuhören – zum Erzählen ermutigen	74
Gesprächspausen aufrechterhalten – zum Nachdenken anregen	75
Gesprächsinhalte aufgreifen und widerspiegeln – gemeinsames Verständnis entwickeln	76
Paraphrasieren – eine ähnliche Sprache sprechen.....	76
Verbalisieren – die Emotionen betrachten.....	77
Offene Angebote und Vorschläge – Mut machen.....	79
Non- und paraverbale Signale wahrnehmen – einfühlsam sein	80
Kausalfragen vermeiden – offen sein	81
Inhaltliche Aspekte (Stränge) herausarbeiten – das Gesagte sortieren	82
2.3 (Arbeits-)Hypothesen bilden – bewusstes Vorgehen.....	83
3 Vier Interaktionsprädikate/Klienten-Typen – jeder ist anders	85
4 Methodenkoffer des Lerncoaches – das packe ich in meinen Lerncoach-Koffer	88
Lernbiografie-Kurve – „Daran erinnerst du dich noch?“.....	89

Konkretes negatives Erlebnis beschreiben – „Wollen wir uns diese Situation noch mal genauer anschauen?“	92
Ausnahmen suchen – „Wann war es anders?“	94
Mini-Vortrag – „Darf ich dir dazu etwas vorstellen?“	95
Simulation/Training – „Hast du Lust, das hier auszuprobieren?“	97
Positionsstühle – die Qual der Wahl	99
Reframing – „Was könnte das Gute im Schlechten sein?“	101
Fragen stellen als Intervention – durch Fragen Zeichen setzen	103
Skalierungsfragen – schrittweise statt entweder oder	103
Zirkuläre Fragen – „Was denken wohl die anderen?“	105
Hypothetische Fragen – „Mal angenommen, ...!“	106
Wunderfrage – „Über Nacht ist plötzlich alles anders!“	106
Ressourcen aufdecken und aktivieren – Stärken aufzeigen	108
Komplimente und Lob – „Darf ich dir ein Kompliment machen?“	110
5 „Schwierige“ Situationen im Lerncoaching – „Wenn es nur so einfach wäre!“	112
Förderliches Lerncoach-Verhalten – wie man in den Wald ruft	115
Umgang mit wortkargen Lernenden – „Nun sag doch endlich was!“	116
Umgang mit unmotivierten Lernenden – „Willst du überhaupt?“	117
Teil III Fachkompetenz des Lerncoaches: Theoretische Hintergründe zum Thema Lernen	119
1 Lernen – der Lerncoach als Lernexperte	119
2 Lernbeeinflussende Faktoren	120
3 Lerntypen und Lernermerkmale – jeder lernt anders	128
Aspekte der differentiellen Lernpsychologie	129
4 Lernen und Emotionen	132
5 Lernen und Gedächtnis	135
Mehrspeichermodell	135
6 Motivation und Motivationsförderung – „Was heißt ‚null Bock‘?!“	138
Was sind Motivation und motiviertes Handeln?	138
Das Grundmodell der klassischen Motivationspsychologie	138
Die motivationsbezogene Kompetenz – Begriffsklärung und Bedeutung	140
Interventionen zur Verbesserung der Motivation	142
Übersicht Motivation: zentrale Fragen	146

7	Lernstrategien	148
	Kognitive Lernstrategien	149
8	Konzentration	153
9	Fit für die Prüfung	158
	Was beinhaltet Prüfungskompetenz?	158
	Langzeit-Lernplan	161
	Prüfungsangst – „Ich bin besorgt!“	163
10	AD(H)S beim Lerncoaching	167
	So beeinflusst AD(H)S das Lernen und was dagegen hilft.....	167
	Schlusswort	171
	 Anhang	 173
	Literatur Lernen/Lernstrategien.....	185
	Nachwort	194