

Inhaltsverzeichnis

| | | | | | |
|----------|--|-----------|------------|---|-----------|
| A | Grundlegende Gesetzmäßigkeiten . . . | 1 | 3 | Ziele können unsere Eigensteuerung aufbauen oder zerstören | 27 |
| 1 | IntraActPlus-Konzept | 3 | 3.1 | Ziele beeinflussen Verhalten in umfassender Weise | 28 |
| 1.1 | Die Eigensteuerung des Lernenden entscheidet über sein Lernverhalten . . . | 4 | 3.2 | Lernen ist nur dann erfolgreich, wenn das Oberziel stimmt | 28 |
| 1.2 | Signale der Bezugspersonen | 5 | | | |
| 1.3 | Wie Informationen über das Lernen in Kernbereichen der Eigensteuerung gespeichert werden | 6 | 4 | Belohnung und Bestrafung: eine immer noch unterschätzte Realität . . | 32 |
| 1.4 | Intelligente Selbstregulation der Eigensteuerung | 8 | 4.1 | Belohnungen müssen nicht positiv – Bestrafungen müssen nicht negativ sein | 33 |
| 1.5 | Aufbau einer günstigen Eigensteuerung beim Lernen | 8 | 4.2 | Belohnungs- und Bestrafungszentren im Gehirn | 33 |
| 1.6 | Aufrechterhaltung einer Lern- und Leistungsstörung | 9 | 4.3 | Bewusste und unbewusste Verarbeitung von Belohnung und Bestrafung | 34 |
| 1.7 | Eigensteuerung beim Lernen muss positiv und unbewusst abrufbar sein | 10 | 4.4 | Erfassen von Belohnungen und Bestrafungen im Sekundenbereich | 35 |
| 1.8 | Teilleistungsstörungen | 10 | 4.5 | Erfassen kurz- und langfristiger Verhaltensfolgen über die bewusste Informationsverarbeitung | 35 |
| 1.9 | Veränderung einer Lern- und Leistungsstörung bei Kindern | 12 | 4.6 | Übertragung auf Lern- und Leistungsstörungen | 37 |
| 1.10 | Veränderung einer Lern- und Leistungsstörung bei Jugendlichen und Erwachsenen | 14 | 5 | Verschiedene Formen von Belohnung und Bestrafung | 38 |
| 1.11 | Videoarbeit im Rahmen des IntraActPlus-Konzeptes | 15 | 5.1 | Beispiele für die unterschiedlichen Belohnungs- und Bestrafungstypen . . . | 39 |
| 1.12 | Was bedeutet »IntraActPlus-Konzept«? . . | 15 | 5.2 | Verzerrungen in der Wahrnehmung von Belohnungen und Bestrafungen | 44 |
| 1.13 | Aufbau des Buches | 16 | 6 | Belohnende und bestrafende Eigensteuerungen | 47 |
| 2 | Ziele und Zielhierarchien entscheiden in allen Lebensbereichen über Motivation und Anstrengungsbereitschaft | 18 | 7 | Gefühle koppeln sich an Lernen und bestimmen »Vermeiden« und Annäherung« | 51 |
| 2.1 | Einleitung | 19 | 8 | Widerstände und Machtkämpfe beim Lernen | 55 |
| 2.2 | Ziele sind perfekt organisiert | 19 | 8.1 | Kinder leisten Widerstand gegen das Lernen und führen Machtkämpfe weil sie dafür belohnt werden | 56 |
| 2.3 | Kleine Unterschiede in der Zielhierarchie – große Unterschiede im Verhalten | 20 | | | |
| 2.4 | Wie Ziele aufgebaut werden | 21 | | | |
| 2.5 | Ein Beispiel für den Aufbau eines neuen Oberziels im Sinne des »adaptiven Zielaufbaus« | 23 | | | |

| | | | | | |
|------|--|----|------|---|-----|
| 8.2 | Widerstände und Machtkämpfe sind nur selten ein Zeichen für Mangel an Zuwendung | 58 | 11 | Kapazitätserweiterung durch Automatisierung und die damit einhergehende kortikale Neuorganisation | 85 |
| 8.3 | Kinder bezahlen einen hohen Preis für ihre Widerstände und Machtkämpfe | 59 | 11.1 | Kortikale Neuorganisation während des Lernens | 86 |
| 8.4 | Kinder müssen auch lernen, sich durchzusetzen – jedoch nur in Bereichen, in denen sie sich und anderen nicht schaden | 62 | 11.2 | Ab einer bestimmten Lerntiefe entsteht Automatisierung und damit ein enormer Leistungsschub | 87 |
| 9 | Der Einfluss der Aktivierung auf das Lernen | 65 | 11.3 | Unterschiede zwischen automatischem und bewusst kontrolliertem Verhalten am Beispiel von Alltagssituationen und Fördermaßnahmen | 88 |
| 9.1 | Der Super-GAU: Eine Unteraktivierung beim Lernen | 66 | 11.4 | Flexibilität und Kreativität ist ohne automatisches Verhalten nicht denkbar | 89 |
| 9.2 | Ergebnisse von Blutdruckmessungen . . | 66 | 11.5 | Voraussetzungen für Automatisierung und die damit einhergehende kortikale Neuorganisation | 90 |
| 9.3 | Erste Studie: Untersuchung des Blutdrucks an 20 Kindern mit Lernstörungen | 69 | | | |
| 9.4 | Zweite Studie: Vergleich zwischen leistungsstarken und leistungsschwachen Schülern | 71 | 12 | Beispiele für eine Blockierung der Automatisierung und der damit verbundenen kortikalen Neuorganisation in Schule und Therapie | 93 |
| 9.5 | Ein erniedrigtes Aktivierungsniveau vermindert die Lern- und Leistungsfähigkeit und verschlechtert das Gefühl | 72 | 12.1 | Beispiele aus dem schulischen Bereich . | 94 |
| 9.6 | Konkrete Auswirkung einer Erniedrigung des Aktivierungsniveaus auf das Lernen | 73 | 12.2 | Therapien und andere Fördermaßnahmen können nur erfolgreich sein, wenn sie die Gesetzmäßigkeiten der Automatisierung berücksichtigen | 98 |
| 9.7 | Ein erniedrigtes Aktivierungsniveau hat auch Vorteile | 74 | 12.3 | Das 5-Stufen-Modell der Lerntiefe im Rahmen des IntraActPlus-Konzeptes . . . | 99 |
| 10 | Leistungssteigerung durch richtige Nutzung des Kurz- und Langzeitgedächtnisses | 76 | 12.4 | Methode des »Aufgabenwechsels« ohne unerwünschte Nebenwirkungen einsetzen. | 102 |
| 10.1 | Gedächtnisstrukturen und ihr Zusammenwirken | 77 | 13 | Das Erarbeiten von komplexen Lerninhalten | 105 |
| 10.2 | Der Kurzzeitspeicher | 77 | B | Diagnostik und allgemeine Therapiemaßnahmen bei Lern- und Leistungsstörungen im Rahmen des IntraActPlus-Konzeptes | 109 |
| 10.3 | Der Langzeitspeicher | 79 | | | |
| 10.4 | Regeln für erfolgreiches Behalten | 80 | 14 | Videounterstützte Diagnostik bei Lern- und Leistungsstörungen im Rahmen des IntraActPlus-Konzeptes | 111 |
| 10.5 | Schlechtere Ausnutzung der Speichermöglichkeiten als Folge von Lern- und Leistungsstörungen | 81 | 14.1 | Das Bewusstmachen unbewussten Geschehens hilft, das Verhalten von Kindern und Jugendlichen wirklich zu verstehen | 112 |
| 10.6 | Beispiele für eine schlechte Nutzung des Kurz- und Langzeitspeichers | 82 | | | |
| 10.7 | Kapazitätserweiterung des Kurzzeitspeichers durch Chunking | 83 | | | |
| 10.8 | Schlussfolgerung für ein erfolgreiches Lernen | 84 | | | |

| | | | | | |
|------|---|-----|------|---|-----|
| 14.2 | Arbeiten mit Videoaufzeichnungen im weiteren Therapieverlauf | 118 | 18 | Umgang mit Widerständen und Machtkämpfen | 158 |
| 14.3 | Besonderheiten beim Anfertigen von Videoaufzeichnungen im Rahmen von Therapie oder Schule | 118 | 18.1 | Wer sich durchsetzen kann und soll . . . | 159 |
| 14.4 | Auswertung der Videoaufzeichnung . . . | 119 | 18.2 | »Löschen« oder »Übersehen« ist oft erfolglos | 160 |
| 15 | Festlegung der Lerninhalte unter Berücksichtigung des Schwierigkeitsgrades und der Lerntiefe | 127 | 18.3 | Klare, eindeutige Signale im Umgang mit Widerständen und Machtkämpfen | 161 |
| 15.1 | Auswahl des Lerninhaltes | 128 | 18.4 | Grundregeln für das Einsetzen von Konsequenzen | 165 |
| 15.2 | Bestimmen des Schwierigkeitsgrades . . | 131 | 18.5 | Was passiert, wenn Hausaufgaben hierdurch unvollständig sind? | 173 |
| 15.3 | Vor dem Lernen festlegen, welcher Tiefegrad des Lernens notwendig ist . . . | 133 | 18.6 | Konsequenzen verändern ihre Wirkung über die Zeit | 174 |
| 16 | Speichertraining | 134 | 18.7 | Umgang mit Rückfällen | 174 |
| 16.1 | Kleine Veränderungen im Lernablauf führen zu großen Verbesserungen der Speicherfähigkeit | 135 | 18.8 | Wenn der eingeschlagen Weg keine Veränderung bringt | 174 |
| 16.2 | Ein Weg fast ohne Fehler | 138 | 18.9 | Videodiagnostik »klare Signale in Situationen mit Widerständen und Machtkämpfen« | 175 |
| 16.3 | Ende einer Arbeitseinheit | 138 | 19 | Umgang mit Kindern, die beim Lernen unteraktiviert sind | 178 |
| 16.4 | Besonderheiten bei jüngeren oder schwächeren Kindern | 138 | 19.1 | Genaue Beobachtung als erster Schritt . | 179 |
| 16.5 | Praktische Anwendung des Speichertrainings in verschiedenen Lernbereichen | 139 | 19.2 | Mögliche Ursachen für ein Absinken des Aktivierungsniveaus | 181 |
| 16.6 | Widerstände und Machtkämpfe blockieren angemessenes Wiederholen | 139 | 19.3 | Je niedriger das Aktivierungsniveau, desto schwerer werden die Aufgaben . . | 183 |
| 16.7 | Lerninhalte nicht wieder aus dem Langzeitspeicher verlieren | 139 | 19.4 | Ausweg aus dem Teufelskreis von Überforderung und innerem Aussteigen | 184 |
| 16.8 | Motivation und Wiederholung | 141 | 19.5 | Je niedriger das Aktivierungsniveau, desto weniger wird das Kind durch Lob und Zuwendung erreicht | 185 |
| 17 | Grundfähigkeiten der Bezugspersonen für den Aufbau von positivem Lernen | 142 | 19.6 | Starkes Lob kann Kinder aus der Unteraktivierung herausholen | 186 |
| 17.1 | Einleitung | 143 | 19.7 | Kinder können ihre Aktivierung absenken, um Macht und Zuwendung zu gewinnen | 187 |
| 17.2 | Aufbau von positivem Lernen bei kooperativen Kindern | 143 | 19.8 | Verfestigung der Aktivierungsabsenkung und des inneren Aussteigens | 187 |
| 17.3 | Bestandsaufnahme der bisherigen Veränderungen | 148 | 20 | Die Methode »Feedback im Sekundenfenster« | 189 |
| 17.4 | Das Oberziel: »Leistung ist wichtig« . . . | 149 | 20.1 | Wem kann diese Methode helfen? | 190 |
| 17.5 | Auswahl der Fertigkeit, die als nächste gelernt wird | 151 | 20.2 | Praktische Durchführung des »Feedbacks im Sekundenfenster« | 192 |
| 17.6 | Aufbau der nächsten Fertigkeiten | 152 | 20.3 | Unterschiedliche Formen und Anwendungsbereiche | 194 |
| 17.7 | Übergang zum Selbstmanagement . . . | 154 | 20.4 | Die häufigsten Fragen und Probleme . . | 195 |
| 17.8 | Schwierigkeiten im Rahmen des Veränderungsprozesses bei kooperativen Kindern | 154 | 20.5 | Wie geht es in den nachfolgenden Wochen weiter? | 197 |
| 17.9 | Ursachen, welche die erfolgreiche Behandlung einer Lern- und Leistungsstörung verhindern können | 157 | | | |

| | | | | | |
|-----------|---|------------|------------------------------|---|------------|
| 20.6 | Wo ist diese Methode nicht nötig? | 198 | 24.4 | Mangelnde Automatisierung als Kern- problem von Lese- und Rechtschreib- schwierigkeiten | 242 |
| 20.7 | Die Grundidee des »Feedbacks im Sekundenfenster« | 199 | 24.5 | Lese- und Rechtschreibstörungen sind immer das Endergebnis von Ketten- reaktionen | 244 |
| 21 | Das Selbstmanagement-Training des IntraActPlus-Konzeptes | 201 | 24.6 | Zusammenhang zwischen Lese- und Rechtschreibschwierigkeiten | 245 |
| 21.1 | Einleitung | 202 | 24.7 | Grundregeln für einen wirkungsvollen Übungsaufbau | 246 |
| 21.2 | Die Verbindung von Selbstmanagement- Training und Mediatorenansatz bei Jugendlichen | 203 | 25 | Optimierter Trainingsaufbau für Lesen und lautgetreues Schreiben nach dem IntraActPlus-Konzept | 248 |
| 21.3 | Grundsätzliche Überlegungen zur Ver- änderung einer Lern- und Leistungsstö- rung bei Jugendlichen und Erwachsenen | 205 | 25.1 | Erstes Lernziel: Speichern und Auto- matisieren der Benennung von Buchstaben | 249 |
| 21.4 | Grundlegende Maßnahmen des Selbst- management-Trainings | 207 | 25.2 | Zweites Lernziel: Schreiben von Buchstaben | 252 |
| 21.5 | Weitere Bausteine im Rahmen des IntraActPlus-Konzeptes | 217 | 25.3 | Drittes Lernziel: Zusammenziehen von Buchstaben beim Lesen | 252 |
| C | Spezifische Anwendungen des IntraAct-Plus-Konzeptes | 223 | 25.4 | Viertes Lernziel: Zusammensetzen von Buchstaben beim Schreiben | 254 |
| | Legasthenie | 225 | 26 | Rechtschreiben: Günstigere und weniger günstige Lernwege | 257 |
| 22 | Legasthenie und andere Lese- und Rechtschreibstörungen lassen sich verhindern | 227 | 26.1 | Einleitung | 258 |
| 23 | Vom Buchstaben bis zum Verstehen des Inhalts: Was muss ein erfolg- reicher Leser können? | 231 | 26.2 | Verschiedene Wege, die richtige Rechtschreibung zu finden | 259 |
| 23.1 | Einleitung | 232 | 27 | Optimierter Trainingsaufbau für das Rechtschreiben nach dem IntraActPlus-Konzept | 262 |
| 23.2 | Die einzelnen Stufen der Informations- verarbeitung beim Lesen | 232 | 27.1 | Erstes Lernziel: Rechtschreiben einzelner Wörter | 263 |
| 23.3 | Erfolgreiches Lesen erfordert Automa- tisierung aller Teilaufgaben | 236 | 27.2 | Zweites Lernziel: Abruf der richtigen . . . Rechtschreibung während des Schreibens | 266 |
| 24 | Wie es zu Schwierigkeiten im Bereich Deutsch kommt | 237 | 27.3 | Drittes Lernziel: Systematisches Üben einzelner Rechtschreibregeln | 267 |
| 24.1 | Viele Kinder mit Lese- und Rechtschreib- schwierigkeiten haben keine Teilleistungs- störung | 238 | Dyskalkulie | 269 | |
| 24.2 | Teilleistungsstörungen, die zu Schwierigkeiten im Fach Deutsch führen können | 238 | 28 | Dyskalkulie und andere Schwierig- keiten im Fach Rechnen | 271 |
| 24.3 | Training im Vorschulalter hilft, Teil- leistungsstörungen auszugleichen, und kann damit Lese- und Rechtschreib- störungen in den allermeisten Fällen verhindern | 241 | | | |

| | | | | | |
|-----------|--|------------|--|---|------------|
| 29 | Verarbeitungssysteme, die für ein erfolgreiches Rechnen zusammenarbeiten müssen | 274 | 33 | Lesen und Schreiben von Zahlen | 301 |
| 29.1 | Das Verarbeitungssystem, mit dem wir die Bedeutung von Mengen und Größen erfassen | 275 | 33.1 | Lesen und Schreiben von einstelligen Zahlen | 302 |
| 29.2 | Das Verarbeitungssystem, in dem wir sprachlich mit Zahlen umgehen | 277 | 33.2 | Lesen und Schreiben von zweistelligen Zahlen | 302 |
| 29.3 | Das Verarbeitungssystem, in dem wir Zahlen durch die Ziffern unseres Dezimalsystems darstellen | 278 | 34 | Automatisierung von Addition und Subtraktion bis 100 | 303 |
| 30 | Teilleistungsstörungen und andere Verursachungsgrößen von Rechenstörungen | 279 | 34.1 | Automatisieren der Additionen bis 10 . . | 304 |
| 30.1 | Teilleistungsstörungen im Bereich der Sprachverarbeitung als Ursache von Schwierigkeiten beim Rechnen | 280 | 34.2 | Erweitern des Addierens auf den Zahlenraum bis 100 – ohne Zehnerüberschreitung | 305 |
| 30.2 | Teilleistungsstörungen im Bereich der visuellen Wahrnehmung als Ursache von Schwierigkeiten beim Rechnen | 281 | 34.3 | Automatisieren der Subtraktion im Zahlenraum bis 10 | 307 |
| 30.3 | Einfluss eines Aufmerksamkeitsdefizitsyndroms (ADS) auf das Rechnen | 285 | 34.4 | Erweitern der Subtraktion auf den Zahlenraum bis 100 – ohne Zehnerunterschreitung | 307 |
| 30.4 | Mangelnde Anstrengungsbereitschaft . . | 286 | 34.5 | Mischen von Addition und Subtraktion | 307 |
| 31 | Mangelnde Automatisierung als »Kernproblem« von Rechenstörungen | 287 | 34.6 | Aufbau des Zehnersprungs | 307 |
| 31.1 | Kontrollierte und automatische Informationsverarbeitung beim Rechnen . . . | 288 | 34.7 | Systematischer Übungsaufbau für den Zehnersprung über ein Speichern der Ergebnisse | 308 |
| 31.2 | Mangelnde Automatisierung als Ursache einer oft massiven Überforderung | 288 | 34.8 | Systematischer Übungsaufbau für den Zehnersprung über den so genannten »Dreischritt« | 309 |
| 31.3 | Grundlegende Gedanken zu einem günstigen Übungsaufbau im Fach Rechnen | 290 | Weitere Anwendungsgebiete | 311 | |
| 32 | Aufbau einer inneren Vorstellung von Mengen und Aufbau einer inneren Vorstellung des Zahlenraums | 292 | 35 | Bausteine eines modernen Schulkonzeptes nach dem IntraActPlus-Konzept | 313 |
| 32.1 | Aufbau von konkreten Mengenvorstellungen | 295 | Unter Mitarbeit von A. Fuchs | | |
| 32.2 | Aufbau des Zusammenzählens (Addierens) | 296 | 35.1 | Kapazitätserweiterung durch allgemeine Lernstrategien, die an der biologischen Ausstattung von Schülern orientiert sind | 314 |
| 32.3 | Aufbau des Abziehens (Subtrahierens) . . | 297 | 35.2 | Forderungen an eine moderne Schule | 315 |
| 32.4 | Schriftliche Darstellung des Zusammenzählens (Addierens) | 297 | 35.3 | Zeitliche Organisation von Wiederholungen | 317 |
| 32.5 | Schriftliche Darstellung des Abziehens (Subtrahierens) | 298 | 35.4 | Die Größe »Beziehung« im Schulbereich | 318 |
| 32.6 | Aufbau einer abstrakten Vorstellung des Zahlenraums | 299 | 35.5 | Umgang mit Aggressionen und Widerstand | 322 |
| | | | 35.6 | Anwendung des »Feedback im Sekundenfenster« auf den Grundschulbereich | 323 |
| | | | 35.7 | Prävention von Lern- und Leistungsstörungen | 326 |

| | | |
|-----------|--|------------|
| 35.8 | Selbstartikulation, Selbstreflexion, Flexibilität und Fähigkeiten zur Lösung von komplexen Problemen, Teamgeist . . . | 327 |
| 36 | ADS: Aufmerksamkeitsdefizit- syndrom mit und ohne Hyperaktivität | 329 |
| 36.1 | Zusammenwirken von genetischer Besonderheit und gelernter Eigensteuerung | 331 |
| 36.2 | Das niedrige Aktivierungsniveau beim ADS als Ursache für einen Belohnungs- und Bestrafungsmechanismus | 331 |
| 36.3 | Geringere Daueraufmerksamkeit | 333 |
| 36.4 | Effektive Therapien und Veränderungs- maßnahmen haben zum Ziel, eine hoch automatisierte positive Eigensteuerung aufzubauen | 334 |
| 36.5 | Automatisierung der Eigensteuerung und des zugehörigen Verhaltens | 335 |
| 36.6 | Länge des »Zeitfensters«, in dem ein neues Verhalten gelernt wird | 337 |
| 36.7 | Die wichtigsten Regeln im Veränderungs- prozess | 338 |
| 36.8 | Wann sollte eine Behandlung eines ADS beginnen? | 339 |
| | Literatur | 341 |
| | Autorenportrait | 344 |
| | Stichwortverzeichnis | 345 |



<http://www.springer.com/978-3-540-21272-0>

Positiv lernen

Jansen, F.; Streit, U.

2006, XIV, 347 S., Hardcover

ISBN: 978-3-540-21272-0