

Björn Gemmer & Dirk Konnertz

Mündlich besser – fit in 30 Minuten

Kids auf der Überholspur

Inhalt

Hallo und herzlich willkommen!	6
Der Mitarbeiters-Check	8
1. Selbstvertrauen gewinnen	10
Das Schreckgespenst besiegen	12
Redeängste überwinden	15
Das Selbstbewusstsein stärken	18
2. Optimale Voraussetzungen schaffen	22
Immer am Ball bleiben	24
Dein Platz in der Klasse	27
Das werde ich verändern!	30
Den Erfolg planen	33
3. Den Unterricht mitgestalten	36
Erfolgreich kommunizieren	38
Erst denken, dann reden	41
Das Notfallprogramm	44
Die Stunde immer im Blick	46

4. Referate halten	48
Das Referat vorbereiten	50
Der Aufbau eines Referates	53
Professionell präsentieren	55
Empfehlenswerte Bücher	61
Stichwortregister	62

1. Selbstvertrauen gewinnen!

Warum haben Schüler Angst sich mündlich zu beteiligen?

Welche Tricks und Übungen gibt es, um Redeängste zu überwinden?

Was hat mein Selbstbewusstsein mit mündlicher Mitarbeit zu tun und wie kann ich es stärken?

„Tue das, wovor du Angst hast und die Angst stirbt einen sicheren Tod.“
Sprichwort

Angst ist ein großes Wort. Wir wollen dir nicht unterstellen, dass du ängstlich bist oder dich fürchtest, dich zu melden. Aber vielleicht ist es dir unangenehm, da du nicht weißt, wie die anderen auf deinen Beitrag reagieren werden.

Viele Menschen fürchten nicht das Reden, sondern die Reaktionen auf das Gesagte. Diese Furcht ist oft unbegründet, da die Reaktionen meist positiv sind.

Doch selbst wenn du negative Rückmeldungen erhältst, gibt es keinen Grund sie zu fürchten. Es kommt darauf an, wie du mit dieser Art von Kritik umgehst.

All das hat mit Selbstvertrauen zu tun. Du benötigst das Vertrauen, dass das, was du zu sagen hast, gut ankommen wird – und du solltest wissen, wie du mit negativen Reaktionen deiner Lehrer und Mitschüler richtig umgehen kannst..

Aufgabe

Überlege dir, wie du dich fühlst, wenn dein Lehrer eine Antwort von dir erwartet, ohne dass du dich vorher gemeldet hast. Was geht in dir vor, wie reagiert dein Körper?

Das Schreckgespenst besiegen

„Seit frühester Kindheit, wo man froh lacht,
verfolgt mich dieser Ausspruch magisch:
Man nehme ernst nur das, was froh macht,
das Ernste aber niemals tragisch!“ Heinz Erhardt

Erkennst du dich wieder?

Viele fürchten sich vor dem, was passieren könnte, wenn sie ihren Beitrag leisten. Doch was kann eigentlich alles passieren? Und wäre das wirklich so schlimm?

- 1 Wenn sie sich nicht ganz sicher ist, sagt Julia lieber nichts, denn sie befürchtet, sonst von ihren Mitschülern ausgelacht zu werden.
- 1 Lucas sagt nichts, da die coolen Jungs in der letzten Reihe immer einen Spruch auf Lager haben.
- 1 Laura hat ein Auge auf Max geworfen. Max ist Klassenbester. Etwas Falsches zu sagen, wäre Laura so peinlich, dass sie lieber gleich den Mund hält.
- 1 Tom sagt generell nichts mehr im Unterricht von Herrn Müller. Wenn es nicht stimmt, würde der ihm sowieso nur vorwerfen, nicht aufgepasst zu haben.
- 1 Till hat gerade erst Freunde in der Klasse gefunden, die bestimmt nicht auf Streber stehen. Er glaubt, wenn er durch tolle mündliche Beiträge den Musterschüler gibt, würden ihn seine Freunde bestimmt ignorieren.

Wie sieht dein Schreckgespenst aus? Was könnte dir alles passieren, wenn du dich mündlich beteiligst?

(Ulf: Illu: Schreckgespenst)

Du kannst das Schreckgespenst besiegen, wenn du dir für das Wahrwerden deiner schlimmsten Befürchtungen die passende Reaktion überlegt hast.

Julia könnte mit einem lockeren Spruch reagieren: Ein Versuch war es wert. Lucas könnte mit einer nicht verletzenden Ärgermitteilung reagieren und so endlich ansprechen, was ihn schon lange stört. Ein Fehler wäre sogar ein guter Anlass! Wenn Max auch nur ansatzweise Interesse an Laura hat, wird ihn das nicht stören. Wenn doch, weiß Laura, was sie von ihm zu halten hat!

Aufgabe

Überlege dir zunächst, wie Tom und Till reagieren könnten, warum es sogar wertvoll sein könnte, wenn ihre Befürchtungen eintreten würden. Kümmere dich dann um dein eigenes_Schreckgespenst. Wie kannst du es besiegen?

Bei all dem Schlimmen, was passieren könnte, vergiss nicht die positiven Auswirkungen mündlicher Beteiligung. Neben den besseren Noten erlangst du Anerkennung von Eltern, Lehrern und auch Mitschülern – selbst wenn letztere es nicht alle zugeben.

Triff eine Entscheidung für Veränderung!

Gegen Befürchtungen kannst du kämpfen. Das hat dir der Sieg über das Schreckgespenst gezeigt. Gegen Bequemlichkeit musst du kämpfen! Triff eine Entscheidung, für deine mündliche Note zu kämpfen und stell dich dieser Aufgabe. Diese Entscheidung zu treffen, verlangt zwei Schritte von dir:

1. Schritt: Aus „ES“ wird „ICH“

Sätze wie: „Es ist schwierig, mündlich gut zu sein“, gehören ab heute der Vergangenheit an. Sag: „Ich werde mehr für meine mündliche Note tun!“ und gib dir damit die Verantwortung.

2. Schritt: Aus „Ich könnte oder müsste“ wird „Ich werde!“

Formuliere dein Ziel klar und ohne Hintertüren. Gib der Verbesserung deiner mündlichen Note höchste Priorität. Überlege dir, in welchen Fächern du welche mündlichen Noten erzielen möchtest. Die folgenden Kapitel werden dir helfen, dieses Ziel zu erreichen.