

Inhalt

Humorvoll unterrichten	7
<i>Vorwort von Eckart von Hirschhausen</i>	
Einleitung	10
1. Mit Humor lernt es sich leichter	12
Humor als Lernbeschleuniger	12
Humorvolles Klassenklima	15
Keine Angst vor Kontrollverlust	17
Auf die Dosis kommt es an	19
Entwicklungsstufen von Humor bei Kindern und Jugendlichen	21
Welcher Humor ist der richtige?	24
2. Humorvoll unterrichten	26
Humorrituale	26
<i>Witz des Tages</i>	28
<i>Cartoon der Woche</i>	29
<i>Humormotto der Woche / des Monats</i>	29
<i>Humorblitzlichter der Woche</i>	30
<i>Lachkasten</i>	30
<i>Klausurwitz</i>	31
<i>Humorregal</i>	34
<i>Humorforscherkiste</i>	34
<i>Humorspielekiste</i>	34
<i>Handpuppen</i>	35
Persönliches Erzählen	36
Humortechniken für den Unterricht	39
<i>Übertreiben</i>	41
<i>Überraschen</i>	42
<i>Absichtlich kindlich sein</i>	43
<i>Schwäche zeigen</i>	44
<i>Körperhumor</i>	46
3. Konflikten den Ernst nehmen	48
Streitigkeiten der Schüler humorvoll entschärfen	48
<i>Konfliktgespräch mit meiner zweiten Klasse</i>	49
<i>Konfliktsituation in einem Kinderheim</i>	50
<i>No-blame-Sitzung mit einer Schulpsychologin</i>	50
Aggressive Schüler mit Humor überraschen	51

4. »Gemeinsam Leben Lernen« – soziales Lernen mit Humor	54
5. Lachen, lächeln, locker bleiben – Humor gegenüber Eltern	58
Elterngespräche mit Humor entschärfen.....	58
<i>Die Judomethode.....</i>	<i>61</i>
Elternabende humorvoll gestalten	63
6. Keine Angst vorm Scheitern	67
7. Trainieren Sie Ihren Sinn für Humor	70
Lehrer brauchen Humor	70
<i>Salutogenese – Was hält gesund?.....</i>	<i>71</i>
<i>Humor – Das natürlichste Antistressmittel.....</i>	<i>73</i>
Lachen hält gesund	75
Was bedeutet Sinn für Humor?	77
<i>Sinn für Humor.....</i>	<i>79</i>
<i>Humorstudie mit Lehrern</i>	<i>82</i>
Humor und Achtsamkeit helfen im Schulalltag.....	83
Praxistipps für die eigene Humorgesundheit	86
<i>Humortipp 1: Sich täglich etwas Lustiges gönnen.....</i>	<i>86</i>
<i>Humortipp 2: Das innere Kind entdecken</i>	<i>90</i>
<i>Humortipp 3: Gute Laune und Wertschätzung gewinnen</i>	<i>94</i>
<i>Humortipp 4: Die Nähe von humorvollen Menschen suchen.....</i>	<i>98</i>
<i>Humortipp 5: Witze und lustige Anekdoten erzählen.....</i>	<i>100</i>
<i>Humortipp 6: Über sich selbst lachen können.....</i>	<i>104</i>
<i>Humortipp 7: Den Humor nicht verlieren.....</i>	<i>108</i>
Schlusswort	111
9,5 Tipps gegen den Ernst des Lebens.....	113
<i>Nachwort von Eckart von Hirschhausen</i>	
Praktische Unterrichtsmaterialien	120
Gegenseitiges Kennenlernen.....	122
Klassenregeln einüben	128
Klassengemeinschaft und soziale Beziehungen stärken	132
Wach werden	141
Schülerpersönlichkeit stärken	145
Konzentration und Achtsamkeit stärken	152
Stress- und Konfliktlösung.....	154
Für Elternabende	160
Anlagen zu den Unterrichtsmaterialien	162
Literatur	182