

Isabel García

Schlagfertig in der Schule



Wie du dich besser
durchsetzen kannst und
Prüfungssituationen
souverän meisterst



mvgverlag 

© des Titels »Schlagfertig in der Schule« (ISBN 978-3-86882-241-0)
2012 by mvgVerlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.mvg-verlag.de>

INHALTSVERZEICHNIS

JETZT REDEST DU!	7
⊗ Warum ich dieses Buch geschrieben habe	9
⊗ Worüber ich rede	11
REDEN - WORAUF ES ANKOMMT	15
⊗ Bring es auf den Punkt	15
⊗ Trainiere deine Stimme	22
⊗ Gewusst wie – Tipps und Tricks	32
MÜNDLICHE MITARBEIT: 1+	47
⊗ Die Überraschung beim Referat	47
⊗ Der Ablaufplan eines Referats	58
⊗ Zwei Beispielreferate	66
⊗ Hilfsmittel beim Referat	74
LAMPENFIEBER, BLACKOUT UND PRÜFUNGSANGST - DAS MUSS NICHT SEIN	81
⊗ Sag »Tschüss« zum Lampenfieber	81
⊗ Einen Blackout vermeiden	90
⊗ Tausche Prüfungsangst gegen Prüfungslust	99

SEI EIN STAR	105
☉ Das Geheimnis der Körpersprache	105
☉ Rock das Klassenzimmer	124
☉ Schlag dich mit Worten	135
☉ Es ist nie zu spät für eine schöne Kindheit	157
☉ Selbstsicher frei reden bei völliger Ahnungslosigkeit	159
SO WEHRST DU DICH GEGEN MOBBING UND MANIPULATION	167
☉ Was du tun kannst und wann du reagieren musst	168
☉ Jeder manipuliert – mal ist es gut und mal nicht	173
BLEIB DIR SELBST TREU	179
INHALT DER BEGLEIT-CD	181
DANKSAGUNG	183
LITERATURVERZEICHNIS	185
ÜBER DIE AUTORIN	187