

Leseprobe aus: Brohm, Motivation lernen, ISBN 978-3-407-29163-9
© 2012 Beltz Verlag, Weinheim Basel
<http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-407-29163-9>

Einleitung

Uns selbst wahrnehmen und als wertvoll erachten, daran glauben, dass wir etwas bewirken können, bei Erfolgen in uns selbst die Ursache finden, bei Misserfolgen annehmen, dass wir die Situation dennoch ins Positive wandeln können, uns sozial geborgen fühlen, uns Ziele setzen und den Willen aufbringen, diese auch tatkräftig zu verwirklichen, enthusiastisch sein – all das sind praxisorientierte Hinweise, welche aus motivationspsychologischen Ansätzen ableitbar sind.

Dieser Band will dazu beitragen, dass sich Schüler/innen mit diesen Gedanken weitgehend eigenständig, in Einzel-, Partner- oder Gruppenarbeit beschäftigen, denn angesichts kognitionspsychologischer, neurowissenschaftlicher und konstruktivistischer Studien wissen wir, *dass Lehrpersonen in Schule oder Hochschule niemanden »belehren« können, der nicht lernen will*. Der Lernprozess muss *im Lernenden selbst* initiiert werden. Unmotivierte, verzagte, hilflose oder gelangweilte Schüler/innen werden nur schwerlich lernen. Dieser Band zielt darauf ab, einen Beitrag zur »Auferstehung des Willens« (Erpenbeck 1993) zu leisten.

Wie aber können Motivation und Wille gefördert werden? Das vorliegende kognitiv-verhaltensorientierte pädagogische Training »Motivation lernen« geht vom *Vorleben der Werte* aus (motivierte Lehrpersonen, vgl. Teil A) und bietet den Schüler/innen an, *durch Probehandeln, Reflexion über die eigene Person und Wissensaneignung »Motivation zu lernen«* (vgl. Teil B).

Und oft funktioniert es: Gemeinsam mit meinen Studierenden und 120 zu Trainer/innen ausgebildeten Lehrer/innen haben wir weite Teile dieses Motivationstrainings im Rahmen unseres Sozialkompetenzprogramms »Meisterwerker« (vgl. www.meisterwerker.de sowie Brohm 2009) erprobt und anhand von rund 3 000 Schüler/innen unterschiedlicher Schulformen empirisch untersucht. Die Befunde deuten darauf hin, dass sich die *Leistungsmotivation der Schüler/innen durch das Training signifikant erhöht* und es zur Aufrechterhaltung der Motivation sinnvoll ist, die *Inhalte gelegentlich zu wiederholen*.

Dieser Band richtet sich in erster Linie an Schüler/innen der Mittel- und Oberstufe, jedoch sind zahlreiche Übungen auch in der Unterstufe oder in Kinder- und Jugendgruppen einsetzbar, wenn sie durch die Lehrperson entsprechend angepasst werden.

Der Band gliedert sich in ein Kapitel für die Lehrpersonen (Teil A) und ein Kapitel für die Schüler/innen (Teil B). Da ich jahrelang selbst als Lehrerin tätig war, habe ich in dem Kapitel für Lehrpersonen diejenigen motivationspsychologischen Ansätze zusammengestellt, welche mir seinerzeit geholfen hätten, meine Schüler/innen optimal zu fördern. Im Schülerkapitel (Teil B) erfolgt *zunächst jeweils eine kurze Einführung in den Inhalt für die Lehrperson* und sodann die Erar-

beitung des Themas anhand von *Übungen für die Schüler/innen*. Diese Übungen liegen als Kopiervorlagen vor. Sind die Kopiervorlagen neben einer Nummer auch mit einem Buchstaben versehen (z. B. 7a, 7b), so handelt es sich um zusammenhängende Kopiervorlagen für ein und dieselbe Übung.

Viele Übungen können unabhängig von den Vorkenntnissen mit den Schüler/innen erarbeitet werden (z. B. in Vertretungsstunden), empfehlenswerter ist jedoch, den Inhalt des Bandes systematisch in der Reihenfolge der Kapitel zu erarbeiten. Dies kann entweder im regulären Fachunterricht in Blöcken (zwei Wochen »Leistungsmotivation« während des Deutschunterrichts) oder kontinuierlich »nebenher« als Fachunterrichtsteil durchgeführt werden (z. B. wöchentlich jeweils 20 Minuten). Projektwochen, Jugendfreizeiten und Ähnliches bieten zusätzliche Einsatzmöglichkeiten für dieses Trainingsprogramm.

In der Programmdurchführung wechseln sich Einzel-, Partner- und Gruppenübungen mit frontalen Phasen ab. Die Ergebnisse können vor der Lerngruppe präsentiert oder je nach Klasse auch im Klassenraum ausgehängt werden. Da sich einige Übungen intensiv mit der Person der Schülerin bzw. des Schülers befassen, *sollte die Lehrperson darauf achten, dass die Privatsphäre der Schüler/innen geschützt bleibt* (z. B. in der Anmoderation darauf hinweisen, dass einige Aussagen vielleicht zu persönlich sind, um sie in der Lerngruppe zu präsentieren).

Mein besonderer Dank für wichtige Impulse und die Unterstützung bei der Erstellung dieses Bandes gilt den Mitarbeiter/innen der Abteilung »Empirische Lehr-Lern-Forschung und Didaktik« an der Universität Trier, den Studierenden des Seminars »Leistungsmotivation und Volition« sowie den Mitarbeiter/innen des Beltz Verlags. Stellvertretend seien hier genannt: Bernhard Hoffmann, Carmen Wollmann, Cornelia Scheid¹, Sabine Schmidthermes, Susanne Schwarz², Hannah Schmidt, Niclas Locker³, Sabine Minsel, Vera Recktenwald⁴, Jonas Tumbrink, Tobias Wilms⁵ sowie Petra Golisch und Jürgen Hahnemann vom Beltz Verlag.

Ich wünsche den Lehrpersonen viel Freude mit diesem Band und den Schüler/innen, dass sie begeistert ihre Leistungsfähigkeit wahrnehmen und hoffnungsvoll ihre Zukunft gestalten.

Trier, im Januar 2012

Michaela Brohm

1 Von Cornelia Scheid stammen folgende Übungen: Ü2 auf KV 9, Ü4 auf KV 36.

2 Von Susanne Schwarz stammen folgende Übungen: Ü4 auf KV 2, Ü6 und Ü7 auf KV 4, Ü3 auf KV 23, Ü7 auf KV 42.

3 Von Niclas Locker stammen die Illustrationen auf KV 24, 33 und 35 und folgende Übungen: Ü3 auf KV 9, Ü3 auf KV 35.

4 Von Vera Recktenwald stammt Übung 2 auf KV 50.

5 Von Tobias Wilms stammen folgende Übungen: Ü5 auf KV 14 und Ü6 auf KV 15.

Wie motiviere ich meine Schüler/innen?

Teil A

Ein motivierendes Lern- und Leistungsmodell sein

A 1

Manchmal fliegt mir alles zu. Mir gelingt dann der große didaktische Wurf. Und solche Situationen gab es früher im Unterricht und auch heute in manchen Seminaren: Es sind die Situationen, in denen die Schüler/innen oder Studierenden leidenschaftlich am Stoff arbeiten, sich vollkommen vertiefen in das, was sie tun, interessiert spannende Fragen stellen und eine gemeinsame Erregung auf dem Weg zur inhaltlichen Lösung spürbar ist.

Fast jede Lehrperson kennt wohl solch begnadete Momente. Ich erinnere mich an eine Situation, in der ich einer 7. Klasse den Quintenzirkel nahebringen wollte – ein fast unmögliches Unterfangen. Doch plötzlich, mitten in der Erklärung, »überfiel« mich die Faszination der logischen Strukturen der Musik. Alles bezog sich plötzlich auf alles. Alles war miteinander verbunden und bildete die »harmonia mundi«. Es war nicht mehr die einzelne Tonart – das Einzelfaktum oder eine Vielzahl von Einzelstrukturen –, die ich versuchte zu vermitteln, sondern das dahinterliegende Ganze. Ich redete auf die Schüler/innen ein, rannte zum Klavier, sang mit ihnen in den verschiedenen Tonarten, ließ sie die verschiedenen Dur- und Mollstufen ausrechnen und band das Ganze aus der Summe der Teile zur Weltharmonie zusammen. Und es geschah etwas, was ich nie zuvor bei diesem ansonsten stupiden Thema erlebt hatte: Die Schüler/innen waren mit Feuereifer dabei. Es war ein magischer Moment. Meine Faszination für die Sache hatte sich auf sie übertragen.

Auch wenn die empirischen Befunde zur Lehrermotivation noch lückenhaft sind, so kann doch mit Helmke angenommen werden, dass die »Einstellung der Lehrkraft zum unterrichteten Fach und zum Unterrichten [...] ganz sicher eine entscheidende Bedingung des Unterrichtserfolges und des Berufserfolges von Lehrkräften« ist (Helmke 2007, S. 50). Zwischen Trägheit und hyperaktivem Agieren liegt das *Optimum an Enthusiasmus: Leidenschaftslosigkeit führt oft dazu, dass die Schüler/innen sich langweilen; zu viel hektisches Agieren fördert hingegen die Unaufmerksamkeit und Disziplinlosigkeit der Schüler/innen*. Das Optimum an eingesetztem Enthusiasmus variiert daher von Klasse zu Klasse. Tendenziell kann aber davon ausgegangen werden, dass die eigene Begeisterung unabdingbar für den Lernprozess ist. Enthusiastische Lehrpersonen zeichnen sich aus durch »ausgeprägte Gestik, wechselnde Intonation, ständige[n] Blickkontakt, häufige[n] Standortwechsel auf der ›Bühne‹ sowie Humor und lebendige Beispiele. In einem weiteren Sinne bedeutet Enthusiasmus aber auch einfach lebendige und überzeugende Kommunikation mit den Schülern« (Gage/Berliner 1996, S. 427).

Wie wichtig es ist, dass wir positive und motivierte Modelle sind, können wir unter anderem aus den Befunden des kanadischen Psychologen Albert Bandura ableiten. 1963 wies er erstmals nach, dass Menschen an Modellen lernen. In einem einfachen Versuch teilte er eine Gruppe von Vorschulkindern in zwei Untergruppen – eine Experimental- und eine Kontrollgruppe. Die Experimentalgruppe beobachtete, wie ein Erwachsener eine aufblasbare Puppe aggressiv schlug, trat und beschimpfte, während die Kinder der Kontrollgruppe dabei zusahen, wie der Erwachsene ohne Aggression mit der Puppe spielte. Danach wurden die Kinder einzeln in den Puppenraum geschickt und beobachtet. Die Kinder der Experimentalgruppe traten, schlugen und beschimpften die Puppe so, wie sie es bei dem Erwachsenen gesehen hatten, und zeigten damit ein wesentlich höheres Maß an aggressivem Verhalten der Puppe gegenüber als die Kinder der Kontrollgruppe. In diesem und zahlreichen folgenden, komplexeren Experimenten (anhand von Filmen, Comiczeichnungen u. Ä.) konnte Bandura nachweisen, *dass Kinder spontan das Verhalten ihres Modells imitieren und modellieren*. Die Kinder bilden die positiven oder negativen Repräsentationen des Originals ab.

In die Pädagogik ist dieser Zusammenhang unter den Begriffen »Lernen am Modell«, »Beobachtungslernen« oder »Imitationslernen« eingegangen. Auch wenn weiterhin fraglich bleibt, wie nachhaltig kurzfristiges Modelllernen ist, so ist doch in den diesbezüglichen Untersuchungen unbestritten, dass das Lernen am Modell ein grundlegender Lernweg ist. Menschen beobachten andere Menschen und übernehmen tendenziell deren Verhalten, wenn das Modell für sie attraktiv ist.

Die Befunde deuten darauf hin, dass *Lehrpersonen ein möglichst attraktives Modell für das Lernen und die Leistungsmotivation im eigenen Fach sein sollten*. Wir als Lehrpersonen repräsentieren das Fach. Wir *sind* für die Schüler/innen oder Studierenden das Fach!

Wie sollen Schüler/innen motiviert sein, wenn die Lehrperson in den Klassenraum kommt und mitteilt, heute »müde« zu sein, »keinen Bock« zu haben oder einfach durch hängende Schultern und negative Mimik die eigene Lustlosigkeit demonstriert? Gehen wir davon aus, dass das Lernen am Modell zentral für die Lernsituation ist, so sind alle Lehrersprüche über die »unmotivierte 8a«, die »laute 9b« oder den »faulen Grundkurs« letztendlich wohl auch Projektionen der eigenen Unmotiviertheit. Auch wenn diese oft auf schulische Rahmenbedingungen zurückzuführen ist, bleibt doch der Kern empirischer Befunde bestehen: *Lehrpersonen sind Modelle für das Lernen in ihrem Fach. Lehrpersonen müssen motiviert sein, um motivieren zu können*.

Übung: Enthusiasmus erkunden

Den folgenden Fragebogen können Sie ausfüllen, um einen ersten Eindruck bezüglich Ihres derzeitigen »Enthusiasmusniveaus« zu erhalten. Bitte denken Sie an Ihre zuletzt gehaltenen Unterrichtsstunden.

B 2 | Wirksam sein

Das Vertrauen des Menschen in die eigenen Fähigkeiten, verbunden mit der Zuversicht, auch in schwierigen Situationen handlungsfähig zu bleiben, wird in der Psychologie als »Selbstwirksamkeitserwartung« (SWE) bezeichnet. Das Maß der Selbstwirksamkeitserwartung hängt dabei von der spezifischen Situation ab. So glaubt beispielsweise eine Schülerin, sie könne Mathematik sehr gut (hohe SWE für das Fach Mathematik), während sie im Fach Französisch nicht davon ausgeht, eine gute Arbeit schreiben zu können (niedrige SWE für das Fach Französisch). Gleichzeitig weiß sie aber, dass es ihr leicht fällt, neue Freunde zu gewinnen (hohe soziale SWE). Albert Bandura nennt vier Quellen der Selbstwirksamkeit:

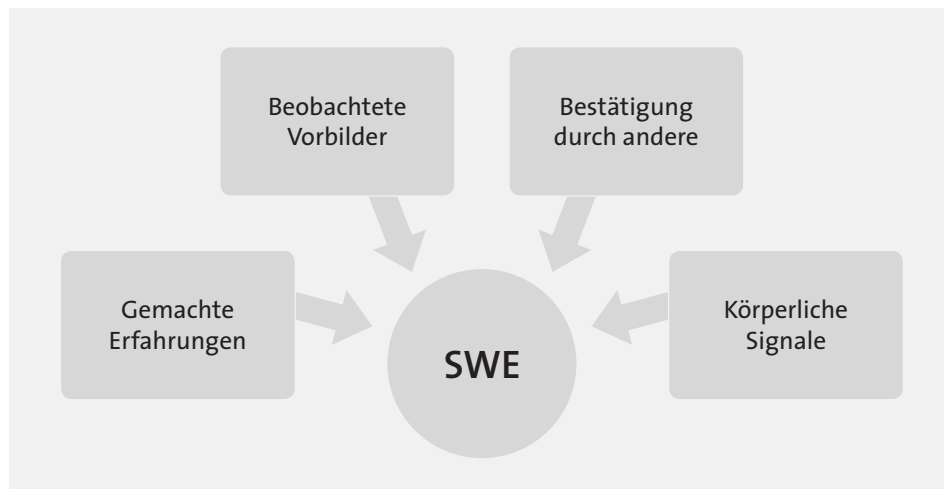


Abb. 6:
Quellen der
Selbstwirksamkeit nach
Bandura (1994)

- ➔ *Gemachte Erfahrungen*: Die erfolgreiche Bewältigung von Herausforderungen ist der effektivste Weg zur Steigerung der Selbstwirksamkeit. Misserfolge führen, wenn sie auf die eigene, bleibende Unfähigkeit zurückgeführt werden, dazu, eine niedrige SWE zu entwickeln.
- ➔ *Beobachtete Vorbilder*: Zeigt ein Mensch, welcher dem Betrachter ähnlich ist, ein erfolgreiches Verhalten, nimmt der Betrachter eher an, er könne dieses Verhalten auch zeigen.
- ➔ *Bestätigung durch andere*: Bestärkt das Umfeld die Fähigkeiten des Menschen, nimmt dieser eher an, die Aufgabe bewältigen zu können.
- ➔ *Körperliche Signale*: Stresssituationen (Herzrasen, Schweißausbrüche, Zittern u. Ä.) werden als Angstsignale wahrgenommen und als mangelnde Kompetenz gedeutet. Nimmt ein Mensch hingegen wahr, gelassen zu sein, wird dies als Kompetenzerleben gedeutet.

Je höher die Selbstwirksamkeitserwartungen, desto höher ist die Bereitschaft der Schüler/innen, sich auch in schwierigen Situationen einer Aufgabe zu stellen. Mangelnder Glaube an die eigene Selbstwirksamkeit führt hingegen dazu, dass Schüler/innen eine Aufgabe erst gar nicht in Angriff nehmen oder diese abbrechen, wenn erste Hindernisse auftreten. Ziel der folgenden Übungen ist es daher, die Selbstwirksamkeitserwartungen der Schüler/innen zu steigern.

5 Wirksam sein

Ü1: Fragebogen Selbstwirksamkeit

..... Einzelarbeit

Der folgende Fragebogen hilft dir, dich selbst in Bezug auf deine Erwartungen einzuschätzen. Bitte fülle den Bogen aus.

	trifft gar nicht zu	trifft eher nicht zu	trifft eher zu	trifft sehr zu
Herausforderungen nehme ich gerne an.				
Wenn ich mir wichtige Ziele setze, erreiche ich sie meistens auch.				
Wenn ich etwas beim ersten Versuch nicht schaffe, versuche ich es so lange, bis ich es kann.				
Ich fühle mich auch in neuen Situationen ziemlich sicher.				
Wenn ich etwas tun muss, setze ich mich hin und tue es.				
Wenn etwas kompliziert aussieht, fange ich trotzdem damit an.				
Wenn ich versuche, etwas Neues zu lernen, bleibe ich dabei, auch wenn ich nicht sofort erfolgreich bin.				
Misserfolg bringt mich dazu, es noch stärker zu versuchen.				
Ich gebe nicht so leicht auf.				

Fragebogen nach R.C. Brent, o.J.

Aufgabe: Sieh dir deine Antworten noch mal in Ruhe an. Schreibe bitte deine Gedanken zu folgenden Fragen auf:

- Was kannst du aus deinen Antworten ableiten?
- Wie möchtest du dich weiterentwickeln?

6

Wirksam sein

Ü2: Der Königssohn

..... Einzelarbeit/gesamte Lerngruppe

Lies dir bitte die folgende Geschichte durch.

Der Königssohn war noch ziemlich jung und voller Energie, als er eines Tages seinen Vater fragte: »Vater, sage mir, wie kann ich die Welt beherrschen?« Der Vater, ein weiser und starker König, sah seinen Sohn lange schweigend an. Dann nahm er ihn bei der Hand, führte ihn auf die große Terrasse, die direkt dem Meer zuging, und sagte: »Mein Sohn, bevor du die Welt beherrscht, wirst du erst lernen, diesen Kontinent zu beherrschen.« »Und wie kann ich das – diesen Kontinent beherrschen?«, fragte der Sohn. »Nun«, sagte der Vater, »dazu musst du zunächst lernen, diesen einen Staat zu führen.« »Und«, fragte der Sohn weiter, »wie kann ich das – diesen Staat führen?« »Nun«, sagte der Vater, »dazu brauchst du nur zunächst zu lernen, diese eine Stadt zu beherrschen.« »Und wie das?«, fragte der Sohn. »Nun, lerne erst, deine Geschwister zu führen.« »Ja, aber wie das, Vater?« »Nun«, sagte der Vater, schwieg lange, sah seinem Sohn direkt in die Augen und sagte: »Sohn, Sohn, willst du die Welt machtvoll führen, so lerne nur eines: dich selbst machtvoll zu führen!«

Aufgabe: Schreibe auf, in welchen Bereichen deines Lebens du dich schon gut selbst führen kannst und in welchen Bereichen du dies noch verbessern könntest. Denke dabei zum Beispiel an deine Schulfächer, deine Freizeit, deine Familie usw. Deine Notizen sind nur für dich. Wer möchte, kann sie später in der Klasse besprechen.

Ü3: An sich glauben

..... Partnerarbeit

Damit du in einer Sache erfolgreich bist, ist es ganz wichtig, dass du an dich selbst und deine Fähigkeiten glaubst. Wir können unseren Glauben an uns selbst verbessern, indem wir positiv und voller Energie mit uns selbst sprechen (positive Affirmationen), zum Beispiel:

- »Ich schaffe das!«
- »Ich erinnere mich an alles, was ich gelernt habe!«
- »Ich bin schlau!«
- »Mathe macht mir Spaß!«
- »Ich bin ruhig und selbstsicher!«
- »Ich kann das!«
- »Ich bin eine gute/ein guter ...«



Aufgabe: Tausche dich mit deiner Sitznachbarin/deinem Sitznachbarn darüber aus, welche positiven Sätze ihr zu euch selbst sagt.