



Aufgabe 2: Fallbeispiel

Julian ist Stufenbester der 13. Stufe des Geschwister-Scholl-Gymnasiums. Zur Abschlussfeier haben sich einige Mitschüler*innen Spiele ausgedacht. Darunter ist auch ein Lehrer-Schüler-Quiz. Aufgrund seiner guten Leistungen setzen die Mitschüler*innen fest darauf, dass Julian sich dem Duell mit den Lehrern stellt und den Sieg für die Schüler*innen einholt. Seine Mitschüler*innen erzählen ihm, dass das Quiz die Lerninhalte der 5.-13. Klasse sowie generelles Wissen über die Schule enthält. Julian ist wenig motiviert, er hat keine Lust, sich alle Lerninhalte und Fakten über die Schule kurz vor dem Abschluss noch einzuprägen. Seine Mitschüler*innen machen ihm aber deutlich, dass sie fest auf ihn und besonders seinen Sieg setzen.

Julian macht sich daraufhin zuhause in Ruhe noch mal seine Gedanken. Zunächst überlegt er, was die Voraussetzungen für die Teilnahme am Quiz sind. Er findet, dass es Mut braucht, vor den Augen der ganzen Schule gegen die Lehrer*innen anzutreten. Zudem muss man schnell auf das Wissen zugreifen und dieses anwenden können. Er findet, dass er diese Fähigkeit besitzt und auch mutig genug ist.

Er überlegt weiter, was ihm die Teilnahme am Quiz persönlich nutzen würde. Als erstes kommt ihm in den Sinn, dass er eigentlich auf vorhandene Kenntnisse aufbauen kann. Der abgefragte Stoff dürfte ihm ja nicht vollkommen neu sein, da er ja diesen schon einmal durchgenommen hat. Er könnte also sein Wissen noch mal festigen und auch ausbauen. Erfahrungen mit Quizspielen hat er schon in seiner Familie sammeln können, dort spielen sie häufiger ein Gesellschaftsspiel, welches wie ein Quizspiel aufgebaut ist.

Julian überlegt weiter, wie ihm das Lernen gegenwärtig von Nutzen sein wird. Er würde sich vor der Zeit des Abschlusses kognitiv weiter fit halten und wenn er sich dafür entscheidet, gegen die Lehrer*innen anzutreten, macht er sich bestimmt in seiner Stufe beliebt.

Julian spinnt seine Gedanken weiter und überlegt, was es für einen zukünftigen Nutzen hätte, für das Quiz zu lernen. Er weiß, dass in vielen Ausbildungsberufen ein Einstiegstest zur Auswahl der Bewerber*innen stattfindet. In diesen wird auch Allgemeinwissen abgefragt, welches er ja somit schon aufgefrischt hätte. Die unangenehme Situation, sich vor der ganzen Schule zu beweisen, könnte ihm als Erfahrung für künftige Vorstellungsgespräche dienen. Somit hätte er bessere Chancen auf dem Berufsmarkt.

Julian fasst seine Gedanken noch mal zusammen. Als erstes hat er analysiert, welche Voraussetzungen er für die Teilnahme am Quiz erfüllen muss. Anschließend hat er sich überlegt, auf welche Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten er aufbauen kann. Als letzte zwei Gedankenschritte hat er sich den gegenwärtigen sowie den zukünftigen Nutzen vor Augen geführt. Julian merkt, dass er durch diese Gedankenschritte nun motiviert ist, für das Quiz zu lernen und die Lehrer*innen zu besiegen.

Fit in der Schule durch selbstreguliertes Lernen

Sitzung 3: Prokrastination und Selbstmotivation



Beim Lesen des Fallbeispiels wird deutlich, dass Julian sich zum Lernen motivieren konnte, indem er eine vierstufige Strategie eingesetzt hat. Diese Strategie besteht aus:

- 1) Identifizieren von Kenntnissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten, die notwendig sind, um die anstehende Lernaufgabe zu bewältigen.
- 2) Aufbauen auf vorhandenen Kenntnissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten.
- 3) Identifizieren des gegenwärtigen Nutzens der Lerninhalte für die Lebensbereiche Schule, Familie und Freizeit.
- 4) Identifizieren des zukünftigen Nutzens der Lerninhalte für die Lebensbereiche Schule, Familie und Freizeit.