5. Die Motivation ist entscheidend

Motive — als relativ überdauernde Antriebskräfte für unser Verhalten — haben die Befriedigung unserer verschiedenen Bedürfnisse (Hunger, Durst, Schlaf, Leistung, Macht, Zuwendung, . . .) zum Ziel. Werden Motive in einer konkreten Situation aktualisiert, spricht man von Motivation. Erfolgreiches Lernen ist meist eine Frage der richtigen Motivation.

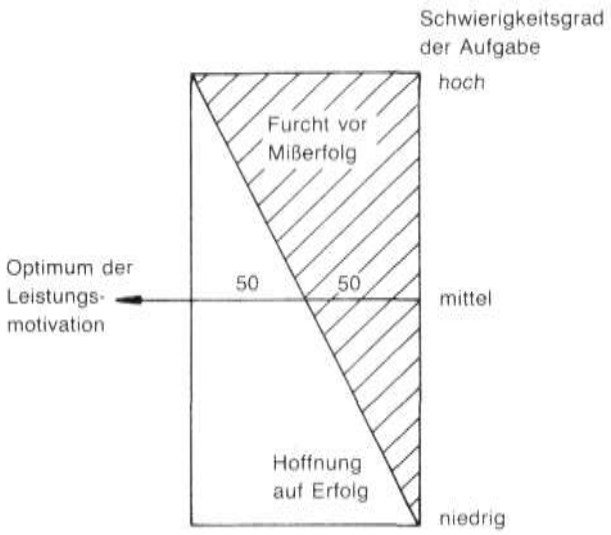
Es gibt Schüler, die am Montag die gesamte Tabelle der Fußballbundesliga auswendig aufsagen können; an die am Sonntag gelernte Reihenfolge der Elemente in einer Gruppe des Periodensystems können sie sich jedoch nicht mehr erinnern. Die Konzentrationsfähigkeit und die Behaltensleistung hängen stark vom jeweiligen Interesse an einer Sache ab.

Wenn Sie mit Informationen »überfüttert« werden, von deren Bedeutsamkeit Sie nicht überzeugt sind, werden Sie desinteressiert darauf reagieren. Das Lernen fällt Ihnen sicher leichter, wenn Sie ein fest umrissenes, für Sie wichtiges Ziel vor Augen haben, zum Beispiel die Realisierung eines bestimmten Berufswunsches.

Von positiver Motivation sprechen wir im Zusammenhang mit Zielen, die wir erreichen wollen (Befriedigung physiologischer Bedürfnisse, Erfolg, Belohnung, . . .); als negative Motivation wirken zum Beispiel das Vermeiden von Strafe oder die Angst vor Mißerfolg. Für Lernvorgänge ist es günstiger, von einem Ziel angezogen zu werden, als aus Angst vor negativen Konsequenzen zu lernen, da starke Angst vor Mißerfolg oder Strafe die zur Verfügung stehenden Kräfte mindestens teilweise blockiert.

Wenn es Ihnen Freude macht, sich mit einem Problem auseinanderzusetzen und wenn Sie deshalb an einer Antwort auf eine Fragestellung im Zusammenhang mit dem Problem interessiert sind, lernen Sie um der Sache willen; man spricht in diesem Zusammenhang von intrinsischer oder sachbezogener Motivation.

Die Hoffnung auf Erfolg und die Furcht vor Mißerfolg in einer Leistungssituation halten sich - durchschnittliches Anspruchsniveau vorausgesetzt - in der Regel bei mittelschweren Aufgaben die Waage. Bei dieser Konstellation ist das Bestreben, gute Leistungen zu erbringen (Leistungsmotivation), am stärksten ausgeprägt.



Mißerfolg in Leistungssituationen muß geistig und seelisch angemessen arbeitet werden, damit die psychische Stabilität nicht gefährdet wird. Häufig liegt die Ursache für den Mißerfolg nicht in mangelnder Eignung oder Begabung, sondern in einer falschen Einstellung zur eigenen Leistungsfähigkeit; vielleicht hatten Sie sich unrealistische Ziele gesetzt. Stellen Sie sich in diesem Fall zunächst einmal leichtere Aufgaben, durch deren erfgreiche Bewältigung Ihr Selbstvertrauen und Ihr Anspruchsniveau positiv beeinflußt werden.
Überprüfen Sie, ob Sie sich bei Ihrer Vorbereitung die Lernarbeit sinnvol1 eingeteilt hatten und ob Sie die richtige Lernart gewählt hatten. War Ihr Wohlbefinden in der Zeit der Vorbereitung bzw. in der Prüfungssituationn zum Beispiel durch Krankheit, zu wenig Schlaf oder einen psychischen Konflikt beeinträchtigt?

Ist-Soll-Bilanz Ihrer Schulleistungen

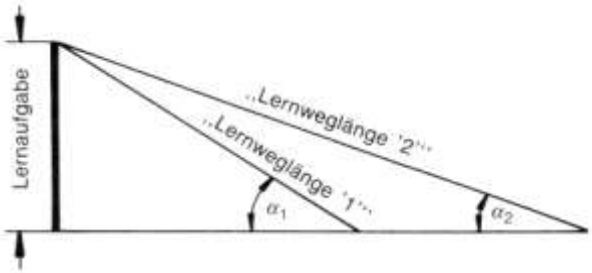
Vergleichen Sie - bezogen auf jedes Ihrer Unterrichtsfächer - die Note - Ihrem letzten Zeugnis mit Ihrer eigenen Einschätzung Ihres Leistungsvermögens im betreffenden Fach, ausgedrückt durch eine Note, die Sie sich selber geben. Versuchen Sie, wo Differenzen auftreten, die Ursachen zu analysieren.

Unterrichtsfach	Letzte Zeugnis-note	Meine Benotung	Begründung für Unterschiede

Möglichkeiten zur Förderung der Lernmotivation

- Beantworten Sie sich die Frage: »Was will ich mit dem Lernen errei
  chen?« Malen Sie sich Ihre Ziele so plastisch wie möglich aus und halten
  Sie sie möglichst auch schriftlich fest. Je deutlicher ein Ziel vor Ihrem
  geistigen Auge steht, je anziehender wirkt es auf Sie.
- Fernziele kann man nur in Etappen erreichen. Langfristige Ziele lassen
  sich in mittel- und kurzfristige aufgliedern. Legen Sie Termine fest, bis
  zu denen Sie jeweils ein bestimmtes Pensum bewältigen wollen. Jedes er
  reichte Teilziel verschafft Ihnen ein Erfolgserlebnis, das Sie zum Weiter
  lernen motiviert.
- Viele Lernprobleme lassen sich in Teilaufgaben zerlegen, die nach zu
  nehmender Lernschwierigkeit geordnet werden können.

Schwierigkeiten mit dem Lernstoff kann man oft durch Verteilung auf einen entsprechend längeren »Lernweg« in den Griff bekommen. Sie kennen doch sicher aus der Physik die »Goldene Regel der Mechanik«: Was an Kraft gespart wird, muß an Weg zugesetzt werden.



a^ = Lernschwierigkeit „1" a_2 ^ Lernschwierigkeit „2" Lernschwierigkeit als

Funktion der »Lernweglänge« bei gegebener Lernaufgabe[1]

- Wählen Sie aus Fächern, die Ihnen schwerfallen, die Teilgebiete, die Ihnen am interessantesten erscheinen und versuchen Sie mit Mitschülern, die in diesen Fächern besonders erfolgreich sind, darüber zu diskutieren.
- Vermeiden Sie Motivationskonflikte. Lernen Sie zum Beispiel nicht gerade dann, wenn ein interessanter Kriminalfilm im Fernsehen kommt, den Sie gerne anschauen würden.
- Die Zusammenarbeit mit interessierten Gleichgesinnten kann ein gegen seitiger Ansporn sein. Gruppenarbeit ist dann besonders effektiv, wenn Sie einen Stoff bereits gelernt haben und wenn Sie über das Gelernte mit Gruppenmitgliedern diskutieren wollen, um es zu verarbeiten.
- Das Lernen einer Fremdsprache zum Beispiel fällt Ihnen leichter und macht Ihnen mehr Spaß, wenn Sie es mit Ihrer Reiselust

verknüpfen können.

- Versuchen Sie aus allen Fächern praktische Nutzanwendungen für Ihr Alltagsleben zu ziehen und bemühen Sie sich um Kontakte zu Menschen, die hauptberuflich in diesen Fächern tätig sind (Mathematiker, Physiker, Historiker, . . .), damit Sie den Anwendungsbezug theoretischen Wissens leichter herstellen können.

Fortschritt auf verschiedenen Gebieten und menschliche Neugierde hängen eng zusammen. Seien Sie neugierig und versuchen Sie durch »Wa-rum«-Fragen Problemen auf den Grund zu gehen. Lassen Sie sich durch Mißerfolge nicht gleich entmutigen, sondern ergründen Sie die Ursachen und versuchen Sie diese gezielt zu beseitigen.

[1] Vgl. Reinhardt, E.: Unterrichts-ökonomie, Darmstadt 1974[2], S. 56 f.