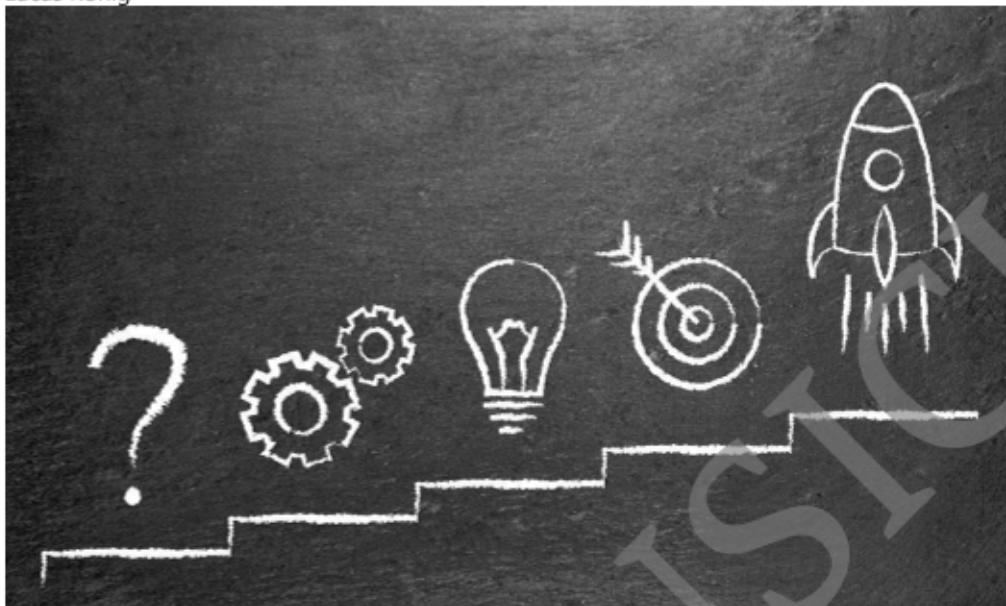


E.6

Lernen

Selbstmanagement – Lernprozesse strategisch und motiviert gestalten

Lucas König



© pixellieb/Stock/Getty Images Plus

Viele Schülerinnen und Schüler verspüren bei der Bewältigung von Entwicklungsaufgaben angesichts der großen Spanne an gesellschaftlichen Problemstellungen wie Globalisierung, Multikulturalität, Flexibilität in der Arbeitswelt und individuelle Entfaltung Überforderung: Sie müssen erst lernen, mit den Anforderungen umzugehen und sich darin zu positionieren. Dabei bietet sich im Unterricht die Möglichkeit der Förderung von „Selbstmanagement-Kompetenzen“ an. Der Erwerb dieser Kompetenzen ermöglicht den Lernenden einen leichteren und zielgerichteten Umgang mit aufkommenden Entwicklungsaufgaben im Kontext des Selbstkonzepts. Dabei fokussiert sich diese Unterrichtseinheit auf das Selbstmanagement von Lernen.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufe:	ab Jahrgangsstufe 12
Kompetenzen:	Texte erfassen und analysieren, Erkenntnisse grafisch darstellen, Theorien reflektieren und hinterfragen, Lernprozesse selbst steuern
Methoden:	Textarbeit, Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit, Diskussion
Thematische Bereiche:	grundlegende Darstellung von Selbstmanagement bei Lernprozessen, Auseinandersetzung und Einsatz von Lernstrategien und Lern-techniken auf kognitiver und meta-kognitiver Ebene, Darstellung von Steuer-, Regelung- und Regulierungsmöglichkeiten, Selbstbestimmungstheorie
Medien:	verschiedene Textsorten, Schaubilder

Selbstmanagement – strukturiertes und motiviertes Lernen

Mit Betrachtung auf die große Spanne an gesellschaftlichen Problemstellungen wie Globalisierung, Multikulturalität, Flexibilität in der Arbeitswelt und individuelle Entfaltung stellt sich die Frage, wie weit der einzelne Mensch diesen vielen Eindrücken gerecht werden kann – das Individuum vor den Anforderungen der großen gesellschaftlichen Herausforderungen.

Es ist daher nicht unwahrscheinlich, dass einige Jugendliche bei der Bewältigung dieser Entwicklungsaufgaben Überforderung verspüren und erst lernen müssen, mit den Anforderungen umzugehen und sich darin zu positionieren. Es stellt sich für uns die Frage: Wie können wir als Pädagogen präventiv und interventiv agieren, um Jugendliche auf diesem Weg zu begleiten?

Auf der Suche nach Antworten trifft man auf etliche psychologische Förderprogramme zum Aufbau des Selbstkonzepts und zur Bewältigung von externen Problemstellungen wie Stress und Angst. Bei komplexeren Fällen sind auch therapeutische Ansätze denkbar.

Für den Bereich des Unterrichts bietet sich die Möglichkeit der Förderung von „Selbstmanagement-Kompetenzen“. Der Erwerb dieser Kompetenzen ermöglicht den Schülern einen leichteren und zielgerichteten Umgang mit aufkommenden Entwicklungsaufgaben im Kontext des Selbstkonzepts.

Was definieren wir als Selbstmanagement? Reinecker definiert Selbstmanagement wie folgt:

„Selbstmanagement meint, [...], dass es eine grundlegende normative Vorgabe gibt, die besagt, dass Menschen danach streben, eigene Bedürfnisse wahrzunehmen und diese auch realisieren zu wollen. [...], dass Menschen dazu befähigt werden sollten, eigenes Verhalten durch den Einsatz von spezifischen therapeutischen Strategien zu steuern. Von besondere Bedeutung sind dabei Strategien auf der Ebene der β -Kontrolle, d. h. von Maßnahmen auf Ebenen des Selbstregulationssystems.“

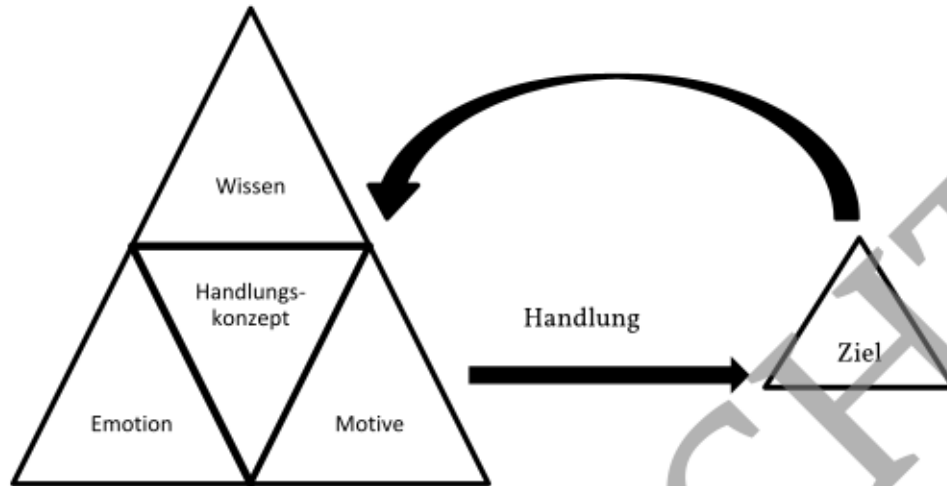
Aus: Reinecker, H. (2018). Selbstmanagement. In M. A. Wirtz (Hrsg.), Dorsch – Lexikon der Psychologie. Abgerufen am 24.06.2018, von <https://portal.hogrefe.com/dorsch/selbstmanagement-1/>

Selbstmanagement dient zur Regulierung von Verhalten bei zielgerichtetem Strategieeinsatz. Wann welches Verhalten wie erwünscht ist, hängt vom Individuum selbst ab. Für Pädagogen bietet sich die Möglichkeit, Jugendliche, speziell jene, die zeitnah selbstständig einen Teil der Gesellschaft bilden, mit Kompetenzen zum Selbstmanagement auszustatten.

Wie in vielen Bereichen der Psychologie und Pädagogik bedarf es auch in diesem Themenfeld einer Eingrenzung auf ein Teilgebiet. Im Kontext der Schule wurde die nächstliegende Thematik herangezogen, das Selbstmanagement von Lernen.

Die Unterrichtseinheit setzt sich aus mehreren Materialeinheiten zusammen, die je nach zeitlicher Freiheit und Leistungsniveau variabel bearbeitet werden können. Eingeführt wird mit alltäglichen Situationen bzw. Momenten von Selbstmanagement. Darauf folgend zentriert sich der Fokus auf Selbstregulierung von Lernen bzw. die Erarbei-

M 1d Selbststeuerung einer Handlung



Nach: Edelmann, W. & Wittmann: Lernpsychologie. Weinheim: Beltz PVU 2012, S. 173.

ARBEITSAUFTRÄGE

- 1 Betrachten Sie das Schaubild und beschreiben Sie es in eigenen Worten.
- 2 Erklären Sie in Partnerarbeit, inwieweit hier Selbstmanagement bzw. Selbststeuerung stattfindet.

VORANSICHT
