



*„Du schaffst das!“*

Null Bock oder Feuer und Flamme? Die Einstellung entscheidet über den Lernerfolg, aber nicht alle Schüler begeistern sich leicht für Mathe oder Latein. Ein Experiment soll Kindern vermitteln, wie man sich selbst motiviert

**Eine Runde Anerkennung!**  
Am Konzer Gymnasium in Rheinland-Pfalz beginnt der Tag mit sattem Eigenlob. Die Mädchen und Jungen sind sich einig: So fühlt man sich gleich viel stärker!

**D**er innere Schweinehund sitzt mit am Tisch, wenn Anna Hausaufgaben macht. Die Viertklässlerin aus Konz bei Trier ist ein fröhliches Kind, aber jetzt scheint selbst ihr langer blonder Zopf müde über die Schulter zu hängen. Unaufhörlich redet der Schweinehund auf Anna ein: wie beschwerlich die Matheaufgabe ist. Wie lange es wohl noch dauert, bis sie alle Subjekte und Prädikate unterstrichen hat und sie endlich aufspringen darf, um draußen zu spielen. Die Neunjährige kritzelt eine Blume ins Heft und seufzt: „Ich habe keine Lust zum Lernen.“

**Keine Lust oder voller Energie?** Die Antwort entscheidet maßgeblich über den Lernerfolg. Motivation ist der Motor für Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit. Deshalb lernen motivierte Schüler langfristig erfolgreicher als solche, die intelligent, aber antriebslos sind. Interessierte Kinder und Jugendliche stören auch nicht im Unterricht. Disziplinprobleme, auffälliges Verhalten, Angst bei Schülern und Burnout bei Lehrern – alle Faktoren, die den Lehr- und Lernbetrieb heute beeinträchtigen, könnten nach Meinung von Wissenschaftlern beseitigt werden, wenn Schüler nur eines wären: motiviert.

Michaela Brohm, Professorin für Lehr- und Lernforschung an der Uni Trier, hat dem inneren Schweinehund den Kampf angesagt. Zehn Jahre lang unterrichtete sie als Lehrerin für Musik und Geschichte an rheinland-pfälzischen Schulen, stand oft vor Jugendlichen, die sich dauermüde auf Stühlen rälkelten, aus purer Langeweile den Unterricht störten und einfach „null Bock“ auf Lernen hatten. Seither lässt sie die Frage nicht mehr los, „wie wir unseren Schülern mehr Power geben können“. An der Universität promovierte Brohm und erforschte die Geheimnisse der Leistungsmotivation. Das war die Initialzündung. „Ich wusste: Die Ergebnisse bringen Schüler, Lehrer und Eltern wirklich weiter!“ Sie begann, aus der Forschung praktische Übungen für den Unterricht abzuleiten. →

## Vier Übungen für mehr Lernpower

### 1: Eigenlob stinkt nicht

„Ich bin ruhig und selbstsicher, weil ich viel geübt habe und die Lehrerin mir hilft.“ Auch wenn solche Sätze aus dem eigenen Mund noch ungewohnt klingen: Sie vertreiben Ängste und geben Kraft. Im Morgenkreis lernen Anna (Mitte) und ihre Mitschüler, sich selbst anzufeuern.

Kurz zuvor hat Lehrerin Petra Gouverneur erklärt, warum es geht: Damit man in einer Sache erfolgreich ist, muss man an sich selbst und die eigenen Fähigkeiten glauben. Je höher die sogenannte Selbstwirksamkeitserwartung ist, desto höher ist die Bereitschaft der Schüler, sich auch in schwierigen Situationen einer Aufgabe zu stellen.

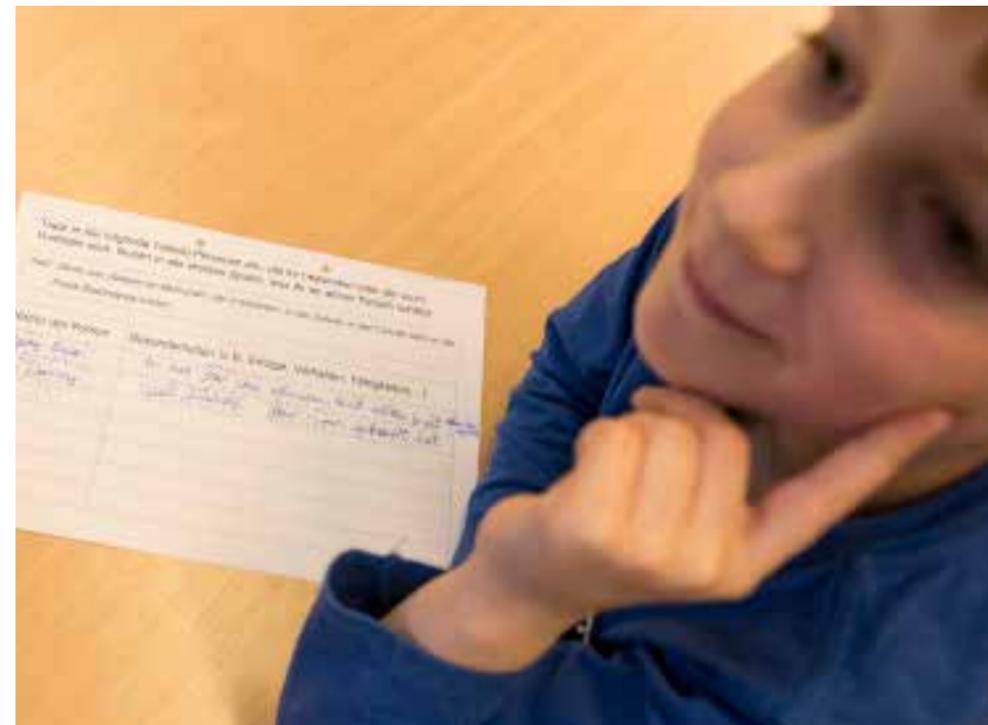
**Mangelt es am Glauben** an die eigene Selbstwirksamkeit, nehmen sie eine Aufgabe gar nicht erst in Angriff oder geben vorzeitig auf. Kinder können ihren Glauben an sich selbst verbessern, indem sie positiv und voller Energie mit sich selbst sprechen.

### 2: Vorbilder machen Mut

**Die Namen George Lucas und Walt Disney** hat ein Kind auf einen der Zettel gekritzelt, auf denen jeder Schüler Personen notieren soll, die er sehr schätzt, bewundert und als Vorbilder sieht, weil sie etwas Besonderes leisten. Die neunjährige Nele hat ihre Mutter gewählt. „Weil sie so gut kocht – das möchte ich auch mal können.“

Das Mädchen ist laut Motivationsforscherin Michaela Brohm auf dem besten Weg dorthin: „Beobachtete Vorbilder sind eine Quelle der Selbstwirksamkeit.“ Zeigt ein Mensch, der dem Betrachter ähnlich ist, ein erfolgreiches Verhalten, nimmt der Betrachter eher an, er könne dieses Verhalten auch zeigen.

**Außerdem helfen Vorbilder**, sich über eigene Ziele klar zu werden: Was will ich erreichen, und wie schaffe ich das? Es lohnt sich, genau hinzuschauen: Möglicherweise liegt die Antwort im Lebensweg des Vorbilds.



*Jeder dritte Lehrer berichtet von demotivierten Schülern. An Haupt- und Realschulen sind es*

**57%**

„Motivation lernen“ heißt das Lernprogramm, das Forscherin Brohm mittlerweile entwickelt hat. Wie eine Art Zaubertrank kann das Motivationsprogramm Schüler aller Altersklassen in die Lage versetzen, vier Grundbedürfnisse zu stillen und dauerhaft motiviert zu lernen. Zunächst befriedigen die Kinder ihr Grundbedürfnis nach Selbstwirksamkeit, Kontrolle und Kompetenz, als Zweites ihren Drang nach Anerkennung und Wertschätzung. Als dritten Schritt stillt das Programm den Hunger nach sozialer Geborgenheit. Schließlich entdecken Schüler persönliche Wünsche und Ziele, für die sich jede Anstrengung lohnt. Gelingt es einem Kind, diese vier Grundbedürfnisse zu stillen, steigt auch seine Lernmotivation.

**Der innere Schweinehund** hält die kleine Anna von diesem Ziel noch ab. Ihre Mutter Annette Dickmann versucht aber unermüdlich, ihre Tochter für Mathematik zu begeistern. „Anna lernt eigentlich gern, wenn ihr das Thema gefällt, aber mit Zahlen kann sie nichts anfangen.“ Der Zwang, trotzdem lernen zu müssen, „raubt ihr ein bisschen die Glückseligkeit“. Wie sie ihre Kleine kurzfristig zum Lernen verleiten kann, weiß die Mutter: Sie verpackt Lerneinheiten in lustige Geschichten und lobt selbst kleinste Fortschritte. Wenn es gar nicht anders geht, lockt sie die Viertklässlerin mit einem Besuch im Schwimmbad. Eine Lösung auf lange Sicht sei das nicht: „Ich muss dabei bleiben und ständig ermahnen.“

Das Programm von Lernforscherin Brohm soll Anna nun helfen, ihre Antriebsschwäche in Sachen Mathe zu überwinden. Dazu nimmt die Viertklässlerin an einem großen Experiment teil. Drei Monate lang werden in der rheinland-pfälzischen Gemeinde Konz 200 Lehrer und Lernpaten an allen Schulen insgesamt 1700 Schüler in Sachen Motivation trainieren. Die Schüler werden lernen, wie man eigene Ziele erkennt, seine Persönlichkeit akzeptiert, Erfolge und Misserfolge erklärt, selbstwirksam handelt und für ein angenehmes Lernklima sorgt. Anna von der Grundschule St. Johann ist dabei. ➔



### 3: Durchhalten macht stolz

**Sie nennen es das Mutmachkästchen.** Die Kinder sammeln darin selbst formulierte Sätze, die ihnen dabei helfen, Krisen zu meistern. Jasmin (links) notiert: „Wenn Du dein Ziel vor Augen hast, kommst du an. Wie schnell, das entscheidest du selbst.“ Auch Jonas, der erst kürzlich eine Fünf in Mathe kassiert hat, findet aufmunternde Worte: „Den Mut nicht verlieren.“

Erfolg beruht seltener auf Talent und Intelligenz als auf Anstrengung und Strategie – das haben die Schüler inzwischen gelernt. Künftig heißt es: Mathe ist erlernbar! Wer weiß, dass er eigene Fähigkeiten durch Anstrengung verändern kann, ist eher bereit, sich Schwierigkeiten und Herausforderungen zu stellen.

**Realistische Selbstappelle** und Grundsätze („Ich gebe mein Bestes!“) erinnern die Kinder daran, dass man sich Erfolg erarbeiten kann.

### 4: Schnurstracks zum Erfolg

**Ziele sind wichtig.** Das sehen auch die Schüler der siebten Klasse am Konzer Gymnasium so. Auf einem großen Plakat sammeln sie Gründe für ein zielgerichtetes Leben. „Erfolgsgefühle“, „Damit das Leben einen Sinn hat“, „Glück“ sind nur einige Argumente.

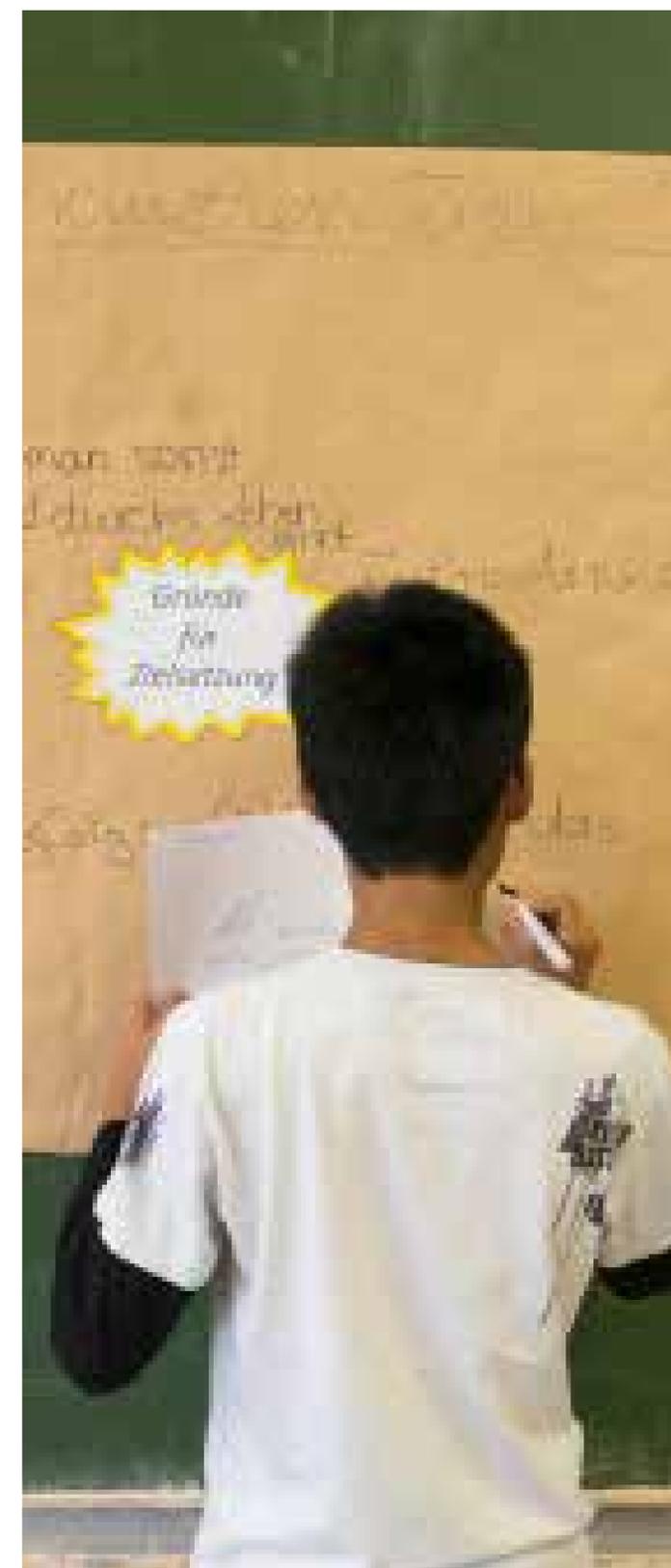
Was die Zwölfjährigen bereits wissen, haben Psychologen unlängst belegt: Menschen, die Ziele haben, sind zufriedener und gesünder als solche, die keine verfolgen. Und: Zu viele konkurrierende Wünsche lähmen die eigene Handlungsfähigkeit.

**Klare Ziele** sollten Kinder und Jugendliche deshalb für sich formulieren. Erst dann wird die Energie frei, um zu handeln. Das Motivationsprogramm unterstützt die Schüler dabei, sich mit den eigenen Wünschen auseinanderzusetzen, konkrete Absichten zu formulieren und schließlich erfolgreich zu handeln.



#### BUCHTIPP

„Motivation lernen“ zeigt Kindern Schritt für Schritt, wie sie sich selbst Schwung und Antrieb vermitteln. Eigentlich ist der Band für die Schule gedacht, aber auch Eltern finden viele praktische Tipps (Michaela Brohm, Beltz, 19,95 Euro)



Als das Experiment im Herbst startet, lernt Anna im täglichen Morgenkreis, sich selbst anzufeuern: Es ist wichtig, dass man an seine Fähigkeiten glaubt. Sie überlegt zusammen mit ihren Kameraden, wie man das Klassenklima verbessern könnte, damit sich alle wohlfühlen. Findet zusammen mit ihrer besten Freundin heraus, warum sie in Mathe bisher nicht so erfolgreich war, und erkennt, dass sie vielleicht mehr üben müsste. Zu Hause erzählt sie wenig, aber etwas beginnt in ihr zu arbeiten.

Annas Mutter hat sich viel von dem Motivationsprogramm versprochen, doch sechs Wochen später lernt ihre Tochter immer noch ungern. Immerhin: Sie beginnt, sich für Zahlen zu interessieren. Ob das mit dem Motivationsprogramm zusammenhängt? Thomas Kürwitz, Direktor an Annas Schule, mahnt zu Geduld: „Das Programm zündet zu nächst Denkprozesse, langfristige wird es Verhaltensweisen ändern. Sichtbar wird das erst im Laufe der Zeit.“

**Ein Füllhorn voll Lob** erwartet Anna einige Tage später: Es kommt von den anderen Kindern. Die „Ich“-Poster füllen Schüler damit, welche Verhaltensweisen sie an ihren Klassenkameraden schätzen. Auf ihrem Poster findet Anna lauter warme Worte: „Du bist cool“, „hilfsbereit“, „nett“. An diesem Tag, erzählt Anna, habe sie sich nachmittags so großartig gefühlt, dass „Mathelernen ganz leicht war“. Zum Schluss habe sie den Stift beiseitegelegt und sich selbst auf die Schulter geklopft: „Das hast du gut gemacht, Anna!“

Das Programm hat inzwischen Halbzeit. Es kommt die unvermeidliche Mathearbeit: Die Aufgaben sind schwer, aber Anna kämpft sich durch. Sie will zeigen, was sie kann. Das ist neu. Die Lehrerin Petra Gouverneur schaut ihr über die Schulter, freut sich und lobt Anna nach Abgabe der Blätter: „Du hast dich richtig durchgebissen!“ Die Klassenkameraden klatschen, Anna wird rot. Wenig später zupft sie die Lehrerin am Ärmel: „Weißt du was, Frau Gouverneur? Ich mache jetzt ganz gern Mathe!“ ●

MONIKA HOLTHOFF-STENGER



**Ziele und Träume:** Das Lernexperiment ermutigt zum starken Selbstbild – auch zu dem einer hoch motivierten Prinzessin



### Tipps für Eltern: So ermutigen Sie richtig

1

**Loben Sie Ihr Kind** für etwas, das es direkt beeinflussen kann: etwa für selbstständiges und ausdauerndes Arbeiten. So merkt es, dass es den Erfolg selbst in der Hand hat. Stabile Persönlichkeitsmerkmale wie Intelligenz sollten dagegen nie für Erfolge und Misserfolge verantwortlich gemacht werden.

2

**Es lernt sich gerade so gut?** Zeit für eine Pause – und zwar, bevor erste Ermüdungsanzeichen auftreten! Wer munter in die Pause geht, erholt sich schneller und ist danach leichter zum Lernen zu bewegen. Faustregel: je nach Alter dreimal zwölf bis 20 Minuten lernen, dazwischen je drei Minuten Lernstopp.

3

**20 Vokabeln auf einmal lernen?** Das demotiviert und endet in Begriffsverwirrung. Teilen Sie Lerneinheiten in kleine Häppchen. Vier Vokabeln pro Sitzung prägen sich im Nu ein, Erfolgsquote und Stimmung steigen. Nach einer Minipause lernen sich die nächsten vier Wörter umso leichter.

4

**Der kostenlose Online-Kurs** „Mit Kindern lernen“ zeigt in zwölf Lektionen und sieben Videos, wie Eltern Hausaufgabenkonflikte mit dem Nachwuchs vermeiden, wirksame Lernstrategien vermitteln und ihr Kind anleiten, selbstständiger zu lernen: [www.mit-kindern-lernen.ch](http://www.mit-kindern-lernen.ch)

## INTERVIEW



**Michaela Brohm**, 51, ist an der Universität Trier Professorin für Empirische Lehr-Lern-Forschung und Didaktik im Fach Bildungswissenschaften. Zuvor unterrichtete sie zehn Jahre lang an rheinland-pfälzischen Schulen, promovierte und verscrieb sich der Leistungsmotivationsforschung

## „Selbstvertrauen statt Gummibärchen“

Bildungsforscherin Michaela Brohm über das gute Vorbild von Eltern, Erfolgsspiralen und trügerische Belohnungen

### Warum spielt Motivation beim Lernen eine große Rolle?

Michaela Brohm: Motivierte Schüler lernen leichter, sie haben Ziele, die der Anstrengung Sinn verleihen, und glauben daran, dass sie sie erreichen können. Dieser Umstand steigert ihr Wohlbefinden – das ihrer Lehrer übrigens auch: Engagiert arbeitende Schüler stören nicht im Unterricht.

### Geht es in Wahrheit darum, den Schulalltag für Lehrer und Eltern angenehmer zu gestalten?

Unser Programm „Motivation lernen“ zielt nicht darauf ab, die Schüler pflegeleichter zu machen! Uns geht es um den Erfolg der Kinder und Jugendlichen. Dazu bringen wir ihnen Strategien bei, die ihnen helfen, sich über Wünsche und Ziele klar zu werden und an die eigene Kraft zu glauben. Wenn sich dadurch das Lernklima bessert, ist das ein schöner Nebeneffekt.

### Wie ändert sich das Lernklima daheim?

Schüler, die sich selbst ermutigen können, lernen aus eigenem Antrieb.

### Belohnungen als Köder sind nicht mehr nötig?

Externe Belohnungssysteme wie Gum-

mibärchen oder höheres Taschengeld funktionieren ohnehin nur kurzfristig. Langfristig zerstören sie sogar die Leistungsmotivation – selbst wenn ein Schüler ursprünglich gern gerechnet hat. Er wird dann von äußerer Anerkennung abhängig. Bleibt sie aus, verliert er die Lust.

### Wie können Eltern den Antrieb der Kinder stärken?

Indem sie Lern- und Leistungsmodell sind: Eltern können nur motivieren, wenn sie selbst motiviert sind. Kinder ahmen ihr Modell nach, dafür sind Spiegelneuronen verantwortlich. Sie lesen und rechnen gern, wenn sie sehen, dass die Eltern gern lesen und rechnen oder diese Tätigkeit wertschätzen.

### Was sollten Eltern ihren Kindern unbedingt mit auf den Weg geben?

Den Glauben an unsere eigene Wirksamkeit und die des Kindes: „Ich schaffe das! Du schaffst das!“ Kinder, die das Gefühl haben, etwas bewirken zu können, fangen eher mit einer Aufgabe an, bleiben dran und schließen sie ab. Das Gefühl, wirksam zu sein, führt geradewegs in eine aufwärtsführende Erfolgsspirale. ● INTERVIEW:

MONIKA HOLTHOFF-STENGER