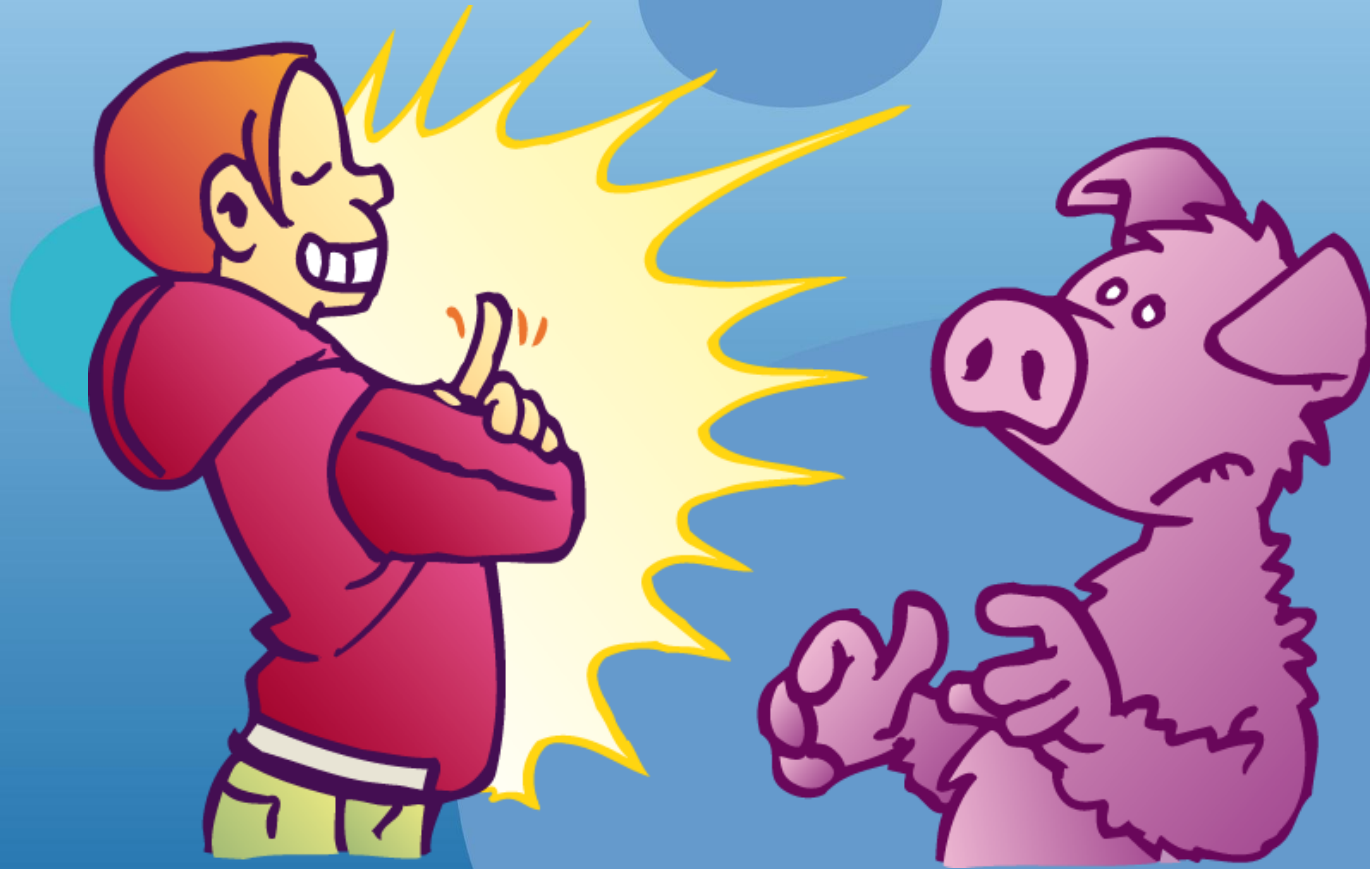


Herzlich willkommen!



***Das Zauberwort Motivation –
Wege zum eigenverantwortlichen Lernen***



Reibung schafft Bewegung
Orientierung schafft Richtung



Kann ich das tun?

Sind mir die Ressourcen bewusst, die ich habe?

Genügen meine Ressourcen?

Nach Albert Bandura



Wird es funktionieren?

Gibt es eine Aussicht auf Erfolg?

Nach Albert Bandura



Lohnt es sich für mich?

Sind mir die Ergebnisse gerade jetzt und hier wichtig?

Nach Albert Bandura



Selbstregulation

Selbstbeobachtung

Selbstbewertung

Selbstreaktion



Verhalten

**Glaubenssätze und
Überzeugungen**

**Werte, Memes,
Unbewusstes**

**Eigener Anspruch
und Ziele**

Vs.

**Vorgaben und
Richtlinien**

**Materielle
Belohnung und
Bestrafung**

Gedanken

Gefühle

Albert Bandura

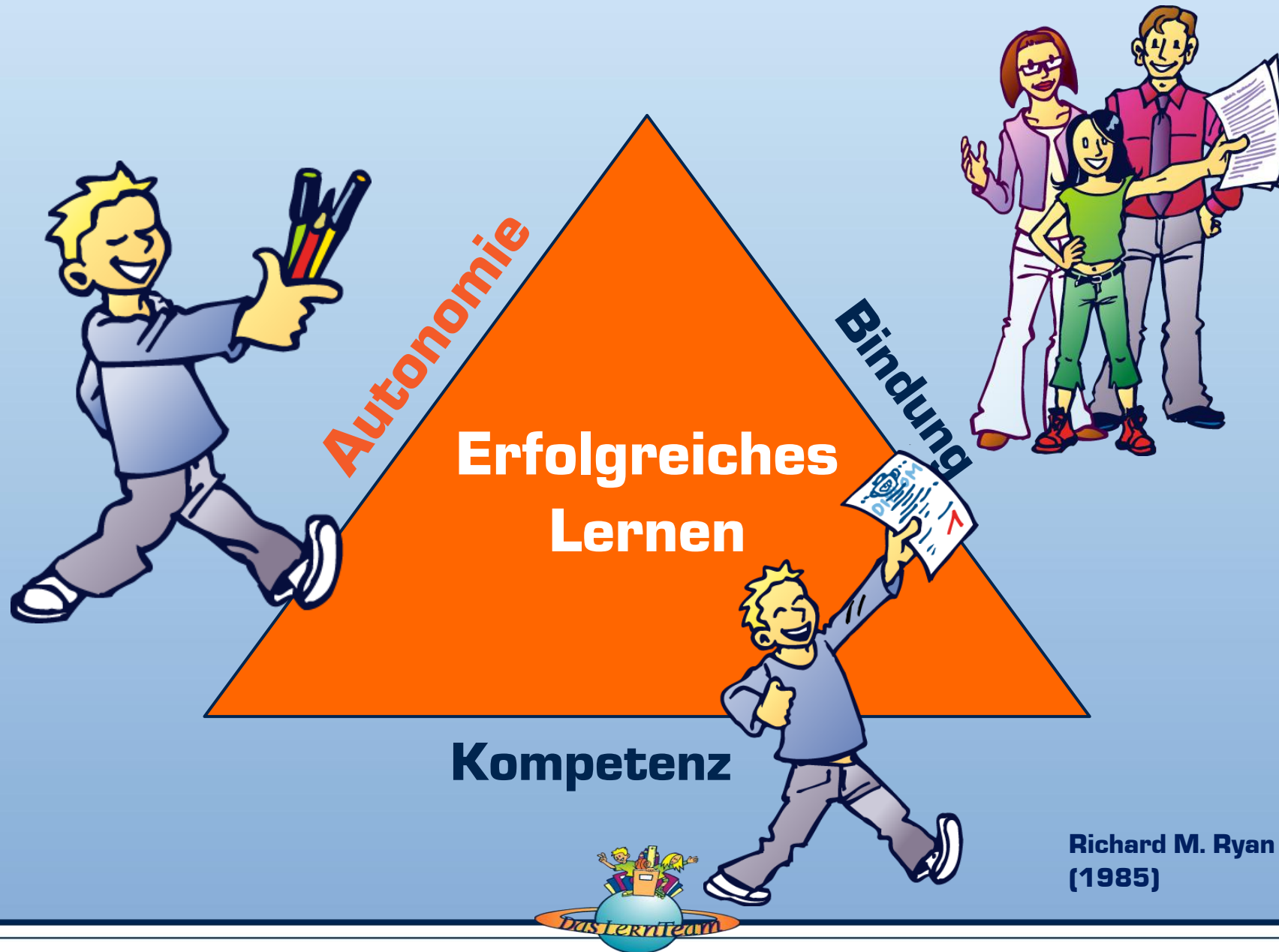


Wohin mit der Verantwortung?

	Internal	External
kontrollierbar	Wissen und Können, Anstrengung	dauerhafte und temporäre Ressourcen
Nicht kontrollierbar	Talent, Persönliche Gemütslage	Schwierigkeit, Glück und Zufall

Nach Martin Seligman, Bernard Weiner





**Richard M. Ryan und Edward L. Deci
(1985)**

***Autonomie braucht Wissen
über die Möglichkeiten und
die Freiheit sich im
Möglichkeitsraum zu
bewegen.***



Helfen Sie, ...

... persönliche Ziele zu finden.



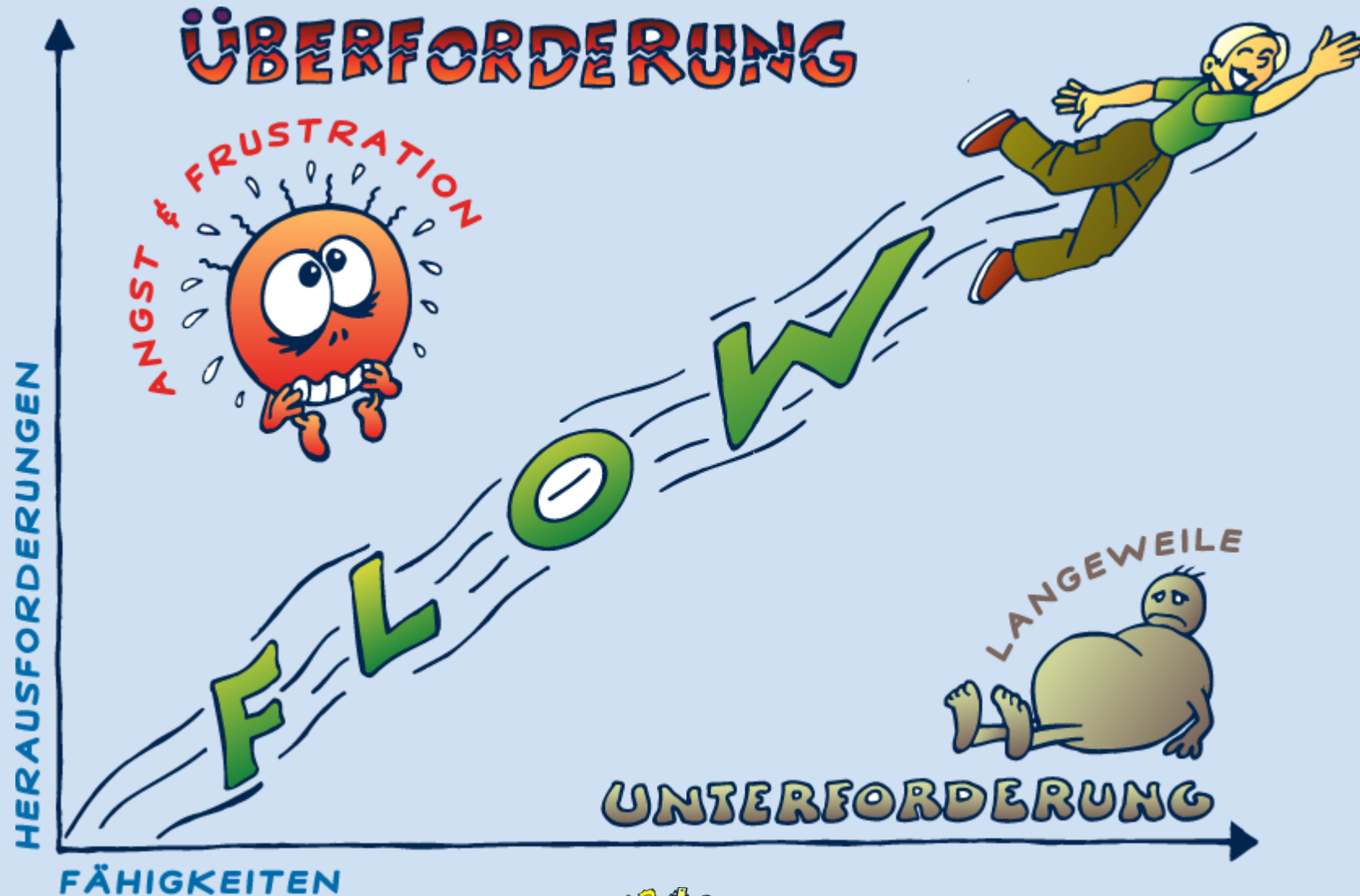
Helfen Sie, ...

... persönliche Ziele zu finden.

... realistische Ziele zu finden.



Das FLOW-Konzept

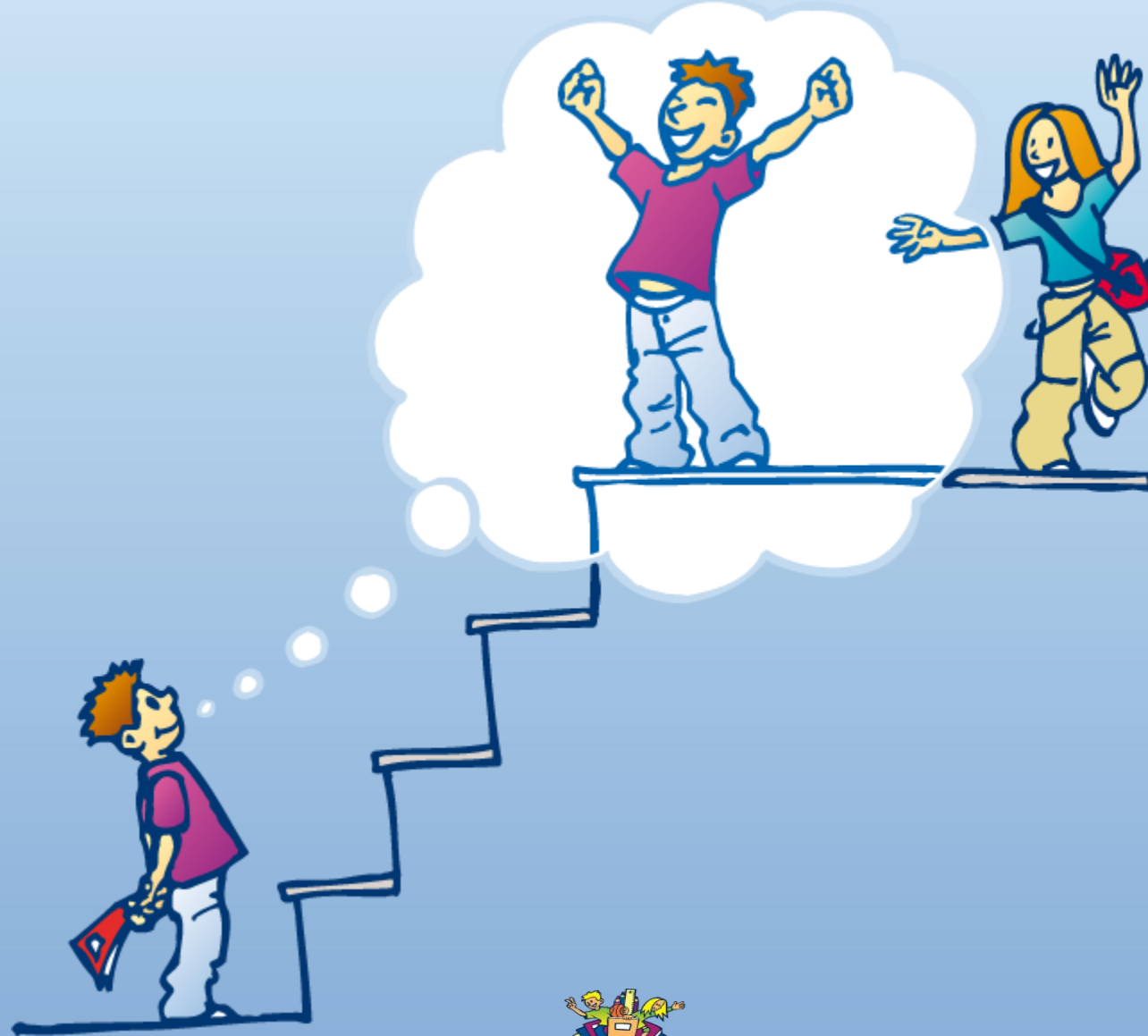


Helfen Sie, ...

- ... persönliche Ziele zu finden.**
- ... realistische Ziele zu finden.**
- ... Ziele richtig zu formulieren.**
- ... Ziele zu visualisieren.**



Erfolg vorwegnehmen



Helfen Sie, ...

- ... persönliche Ziele zu finden.**
- ... realistische Ziele zu finden.**
- ... Ziele richtig zu formulieren.**
- ... Ziele zu visualisieren.**
- ... große Ziele klein zu machen.**



step by step



Helfen Sie, ...

- ... persönliche Ziele zu finden.**
- ... realistische Ziele zu finden.**
- ... Ziele richtig zu formulieren.**
- ... Ziele zu visualisieren.**
- ... große Ziele klein zu machen.**
- ... Ziele und Maßnahmen zu planen.**



Der Maßnahmenplan

NOTEN- UND MASSNAHMENPLAN

Schulhalbjahr Sommer 20

FACH	AKTUELLE NOTE	ZIEL	MASSNAHMEN	LEISTUNGEN						OK?
Deutsch	4+	3-	• S-Schreibung üben • Hausaufgaben machen • Aufsatztraining	4 1. Test	3- 2. Test	3 mündl.	2 Referat	4+ 3. Test	3+ mündl.	3- 😊
Mathe	3	3+	• Hausaufgaben machen • nachfragen • rechtzeitig für Test üben	3 1. Test	2 2. Test	1 mündl.	2 3. Test			2 😊
Englisch	5	4-	• regelmäßig Vokabeln lernen • 1x pro Woche Nachhilfe • tägl. 1/2 Stunde nacharbeiten • mehr mündlich beteiligen!	5 1. Test	5+ 2. Test	4- mündl.	4 Heft	5+ 3. Test	5 Vokabeltest	5 😞
Bio	2-	2	• tolles Heft • freiwilliges Referat • Hausaufgaben	2 1. Test	1 Heft	1 mündl.	1 Referat			1 😊
Sport	2+	1	• alles super gut machen • mehr Fairness beim Fußball	1 Torwandschießen						1 😊
Erdkunde										



Die Reise zum Ziel



Helfen Sie, ...

- ... persönliche Ziele zu finden.**
- ... realistische Ziele zu finden.**
- ... Ziele richtig zu formulieren.**
- ... große Ziele klein zu machen.**
- ... Ziele zu visualisieren.**
- ... Ziele und Maßnahmen zu planen.**
- ... auch kleine Fortschritte zu erkennen.**



***Ein eigenes Ziel zu finden und
trotz Schwierigkeiten zu
verfolgen.***

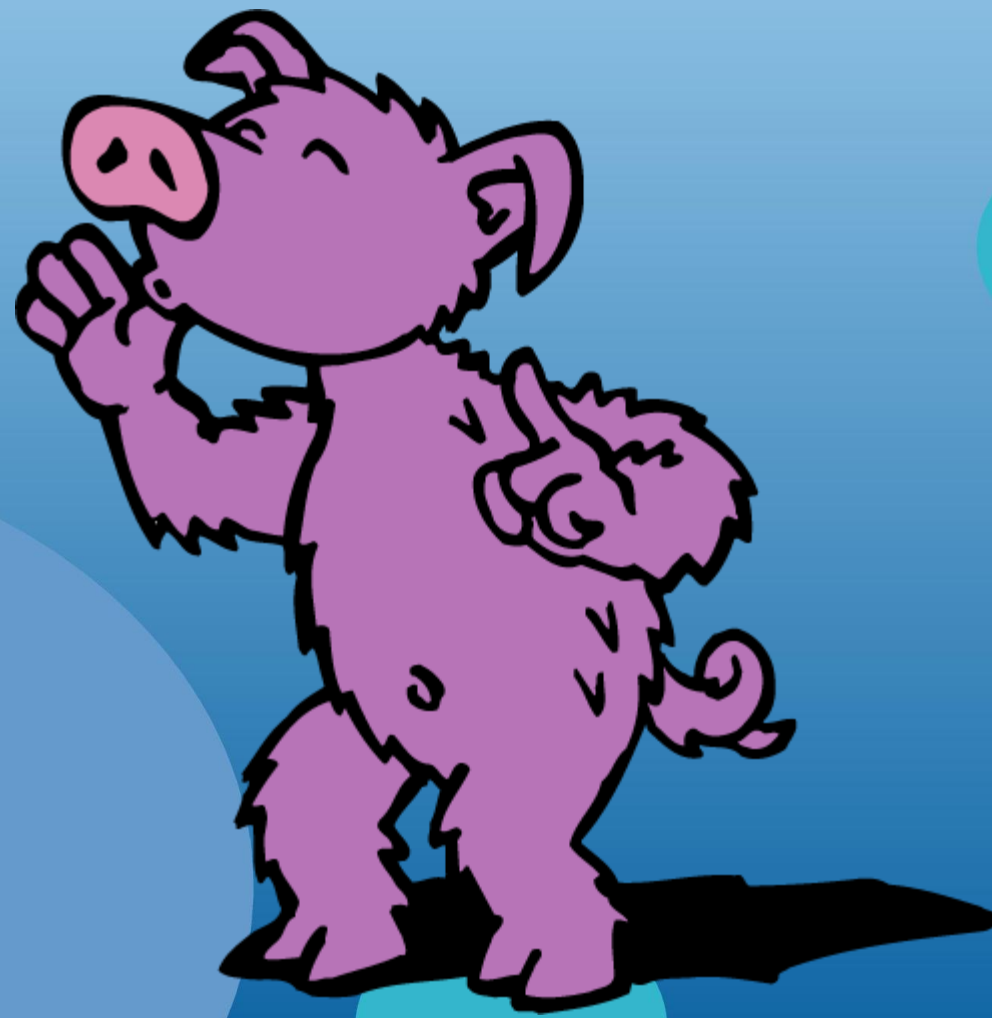


Möglichkeit 1:

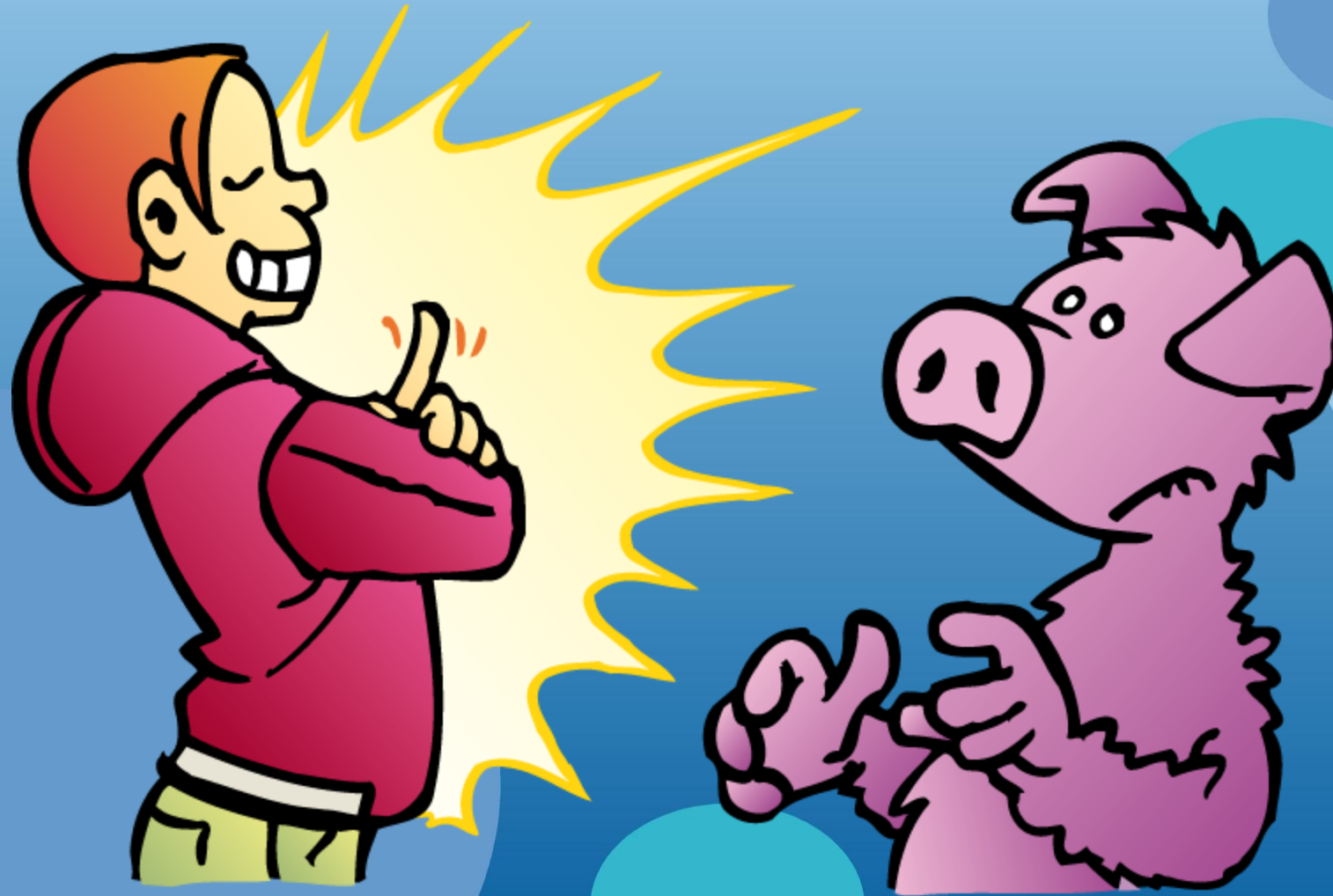
**Probleme ignorieren –
Verantwortung abgeben**



Der innere Schweinehund



Der innere Schweinehund



Der innere Schweinehund



Möglichkeit 1:

**Probleme ignorieren –
Verantwortung abgeben**



Möglichkeit 1:

**Probleme ignorieren –
Verantwortung abgeben**



Möglichkeit 2:

**Schwierigkeiten überwinden –
Finden von geeigneten
Maßnahmen und Strategien**



Abgabe der Selbstverantwortung
(Energie von außen – Kontrolle von außen)

= Handlungs-UN-fähigkeit



Abgabe der Selbstverantwortung
(Energie von außen – Kontrolle von außen)

= *HandlungsUNfähigkeit*

**Selbstverantwortliche und
bewusste Entscheidungen**
(Energie von innen – Kontrolle von innen)

= *Handlungsfähigkeit*



- **Nehmen Sie sich persönlich zurück!**



Das ist die Realität!



Der Ergebnisorientierte



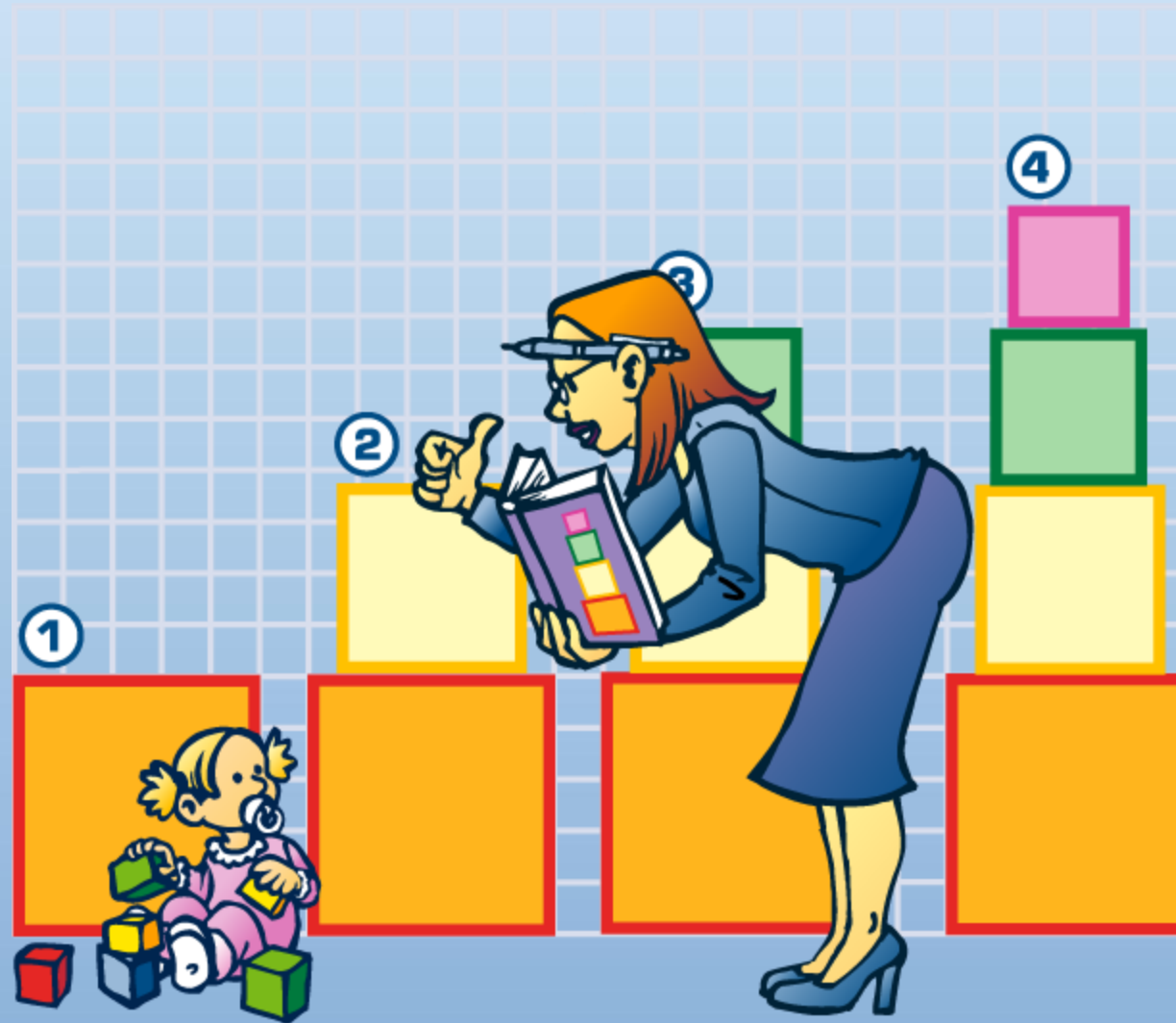
Der Ideenreiche



Der Zuverlässige



Der Perfekte



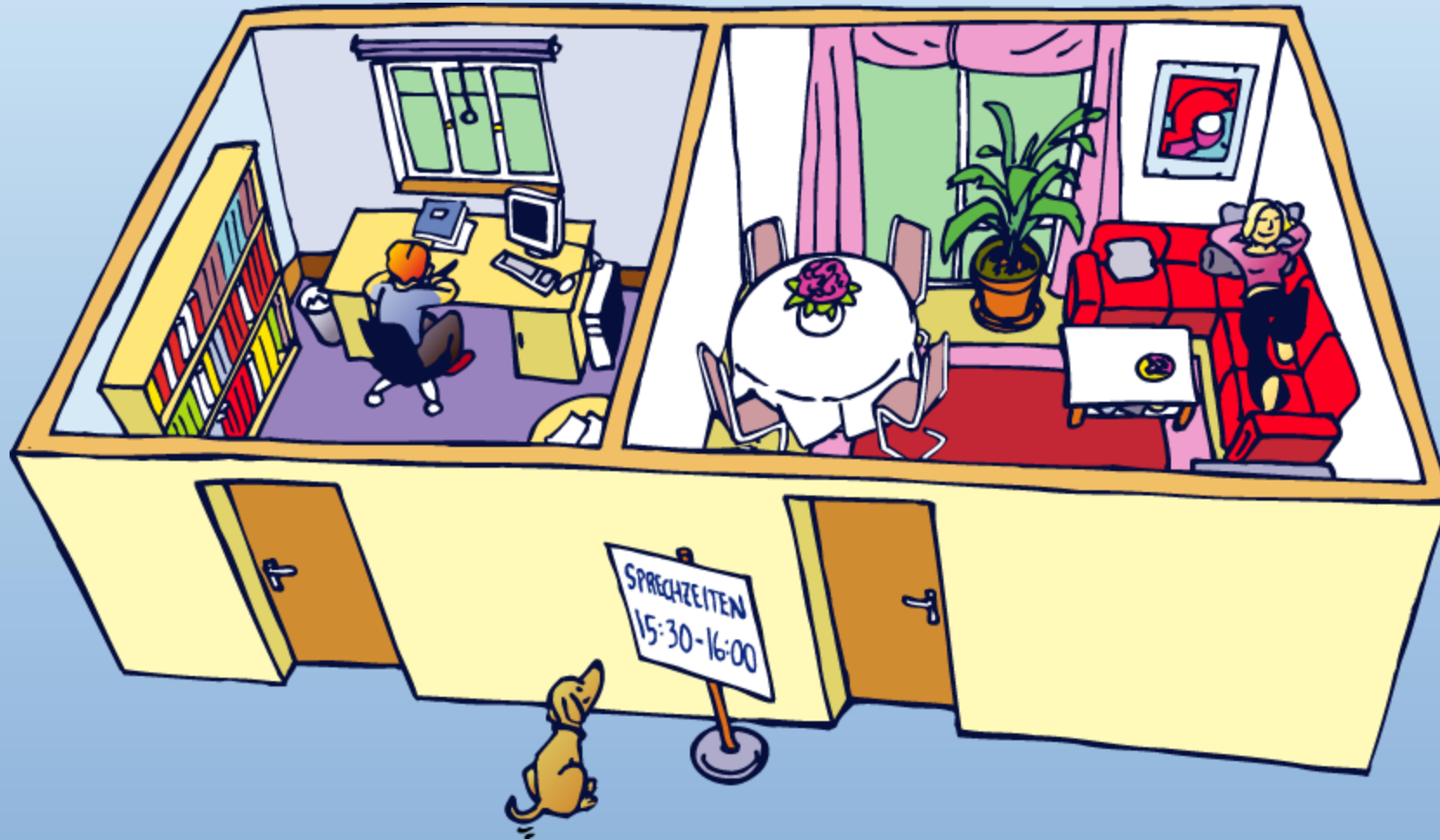
- **Nehmen Sie sich persönlich zurück!**
- **Kontrollieren Sie so weniger statt mehr!**



Motivierende Lernumgebung?



Motivierende Lernumgebung!



- **Nehmen Sie sich persönlich zurück!**
- **Kontrollieren Sie so wenig, wie möglich!**
- **Bieten Sie Unterstützung an!**
- **Betonen Sie die Stärken Ihres Kindes!**



Die 4 Motivations-Typen







Das Z-Kind



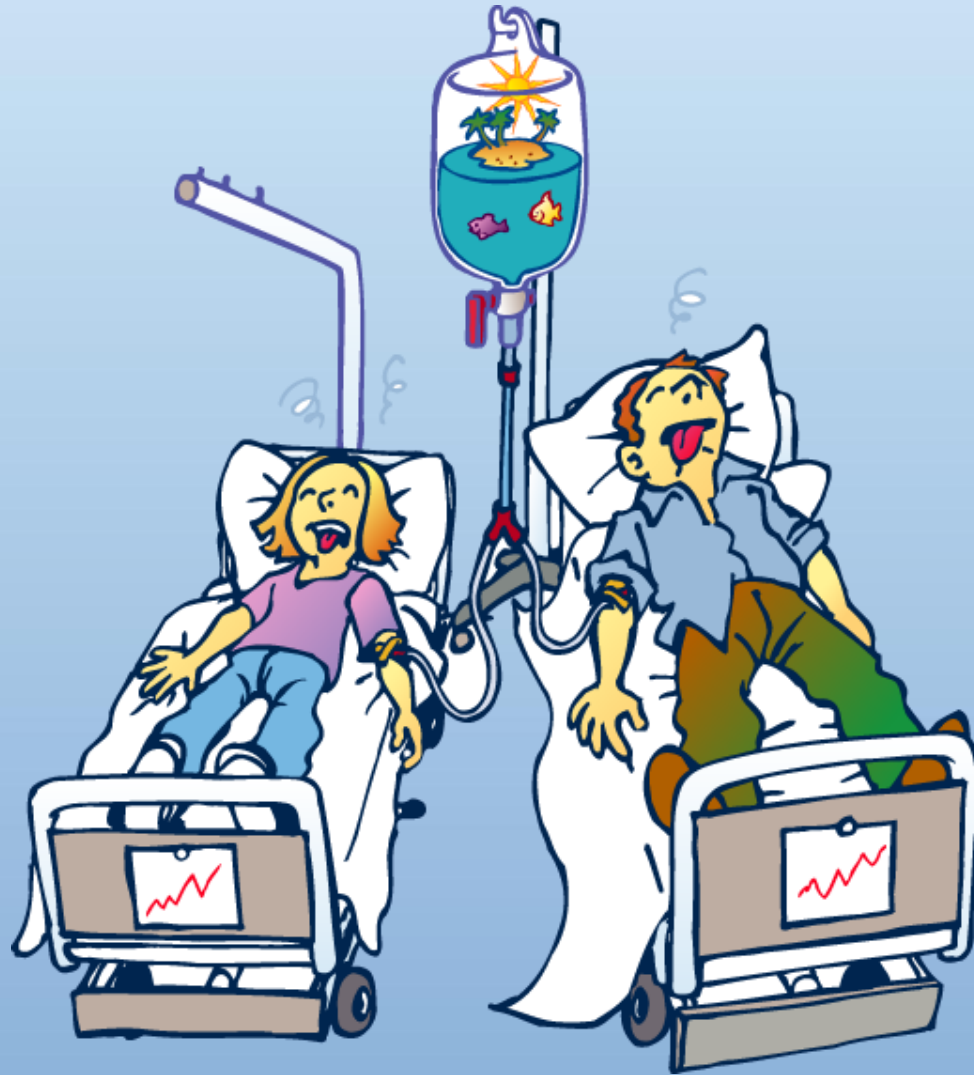
Das P-Kind



- **Nehmen Sie sich persönlich zurück!**
- **Kontrollieren Sie so wenig, wie möglich!**
- **Bieten Sie Unterstützung an!**
- **Betonen Sie die Stärken Ihres Kindes!**
- **Helfen Sie, Durchhalten zu trainieren!**
- **Seien Sie ein Vorbild!**
- **Vermeiden Sie (unnötigen) Stress auf der Beziehungsebene!**



Mal Urlaub machen!



- **Nehmen Sie sich persönlich zurück!**
- **Kontrollieren Sie so wenig, wie möglich!**
- **Bieten Sie Unterstützung an!**
- **Betonen Sie die Stärken Ihres Kindes!**
- **Helfen Sie, Durchhalten zu trainieren!**
- **Seien Sie ein Vorbild!**
- **Vermeiden Sie (unnötigen) Stress auf der Beziehungsebene!**
- **Loben Sie Ihr Kind!**



- **Loben Sie ehrlich und sofort.**
- **Loben Sie positiv.**
- **Loben Sie häufiger prozess- als ergebnisorientiert.**
- **Loben Sie ohne Einschränkungen.**
- **Fragen Sie Ihr Kind nach der eigenen Einschätzung der persönlichen Leistung, bevor Sie loben.**
- **Nehmen Sie sich selbst aus dem Lob heraus.**



Fragen?



Das LernTeam

Jan Maye

Weimarer Weg 7

35039 Marburg

Fon: 06421-169690

E-Mail: info@lernteam.de

www.lernteam.de

