



Unbändige Freude gab es bei Oliver Bierhoff (rechts) nicht nur während der letzten Fußballweltmeisterschaft, sondern auch beim Abschluss seines Fernstudiums. Der Fußballer lernte in seiner aktiven Zeit abends im Trainingslager und überzog die Regelstudienzeit deutlich. Bei der Motivation halfen ihm Mentaltechniken der Profisportler.

DAS DRANBLEIBEN LERNEN

Was Fernlernern hilft,
Motivationskrisen zu
überwinden.



TREND. Um sieben Prozent wuchs der Markt für Fernlehrgänge im Jahr 2006. Auch in 2007 wird diese Zuwachsrage erreicht werden. Wachstumstreiber sind Frauen und die Generation „40plus“. Die Fernuni Hagen geht neue Wege, um die Willenskraft der Lerner zu stärken, damit immer mehr bis zum Schluss durchhalten.

Boom bei Fernlehrgängen

Im September 2007 präsentierte sich die Messe „Zukunft Personal“ in Köln zum ersten Mal mit drei thematisch gegliederten Hallen. Die spannende Frage war, welche Akademie oder welches Trainingsinstitut zur Hauptattraktion der Halle „Weiterbildung“ werden würde. Wer die Halle betrat, kam zur Überraschung vieler an den Messeständen von sieben Fernlehrschulen und Fernuniver-

sitäten nicht vorbei. Allein die Anzahl überraschte. Zusätzlich fielen die Stände auf und waren von den Besuchern umlagert. „Es ist bezeichnend für den Trend zum Fernlernen, dass die Fernuniversität Hagen mit Abstand den größten Stand in der Weiterbildungshalle hatte“, fasst Sabine Haeusler, Sales Manager beim Veranstalter Spring Messe in Mannheim, ihren Eindruck zusammen. Und in der →

01.

Die Lernzeit muss der eigenen **Leistungskurve** angepasst werden.

02.

Vorher Vorsätze festlegen, was zu tun ist, wenn **Ablenkungen** auftreten.

03.

Ein **Lerntagebuch** führen und Selbstreflexion des Lernverhaltens verbessern.



Oliver Bierhoff: Fußballer und Diplom-Kaufmann

Fernuni Hagen. In 2002 erhielt Oliver Bierhoff vom Dekan des Fachbereichs Wirtschaftswissenschaft an der Fernuni Hagen, Prof. Dr. Helmut Wagner, den Titel eines Diplom-Kaufmanns verliehen. Der glückliche Sportprofi, der neben seinem Job viel Zeit und Energie in sein Studium investiert hatte, ist heute der berühmteste Vorzeigestudent der Fernuniversität Hagen.

Bierhoff, inzwischen Manager der Nationalmannschaft, hatte sich nach dem Abitur für eine Karriere als Fußballprofi entschieden. Gleichzeitig dachte er auch an die Zeit nach seiner aktiven Sportlerära. Die Wahl zwischen Jura und Betriebswirtschaftslehre fiel zu Gunsten der Wirtschaft aus. Unverzichtbarer Brückenkopf war im Studium der Briefkasten bei seinen Eltern in Essen, in dem alle zwei Wochen die Studienbriefe aus Hagen landeten, bevor sie dem Sohn in die Trainingslager überall auf der Welt nachgeschickt wurden.

„Nur so“, sagt Bierhoff, „ist für mich überhaupt ein Studium möglich gewesen.“ An die Vorlesungszeiten einer Präsenzuniversität hätte sich ein aktiver Leistungssportler wie er kaum halten können. Als Nationalspieler musste er viele Verpflichtungen wahrnehmen. „Da gab es wenig Freizeit“, berichtet der Diplom-Kaufmann. „Von 120 Tagen

war ich 90 unterwegs und hatte an den restlichen vielleicht vier freie Tage.“ Das hatte natürlich Auswirkungen: Das Studium zog sich in die Länge. Für die Klausuren, die für Studierende des gleichen Kurses überall auf der Welt zum selben Zeitpunkt geschrieben werden, galt auch für Bierhoff: Sie werden entweder in Hagen, in einem Studienzentrum oder (im Ausland) in einem Goethe-Institut, einer Botschaft oder einer vergleichbaren „rechtssicheren“ Institution geschrieben. Bierhoff hat in den Goethe-Instituten in Rom, in Triest und zum Schluss im Konsulat in Monaco unter Prüfungsstress gestanden. Pech, wenn gerade ein Auswärtsspiel irgendwo anders auf der Welt auf dem Terminplan stand. Dann musste er die Klausur auf das nächste Semester verschieben.

Fernuni Hagen auf der Learntec: Stand D2 / Halle 4

→ Tat, das Fernlernen wird immer beliebter: 326.186 Menschen in Deutschland nutzten im Jahr 2006 einen Fernlehrgang oder ein Fernstudium zur berufsbegleitenden Weiterbildung. Das waren sieben Prozent mehr als im Vorjahr, meldet das „Forum DistancE-Learning“ (www.forum-distance-learning.de) in Hamburg. Dieser Fachverband für Fernlernen und Lernmedien e. V. ist im November 2003 aus dem Deutschen Fernschulverband hervorgegangen. Der Zuwachs an Fernlernenden von sieben Prozent

erklärt sich vor allem durch ein gesteigertes Interesse an universitärer Weiterbildung. Etwa 19 Prozent oder rund 65.000 der 326.186 Fernlerner belegen ein Hochschulstudium an einer staatlich anerkannten Fernhochschule. 72 Prozent sind Menschen, die einen Kurs als Privatleute gebucht haben. Neun Prozent der Fernlerner sind Arbeitnehmer, die an einer innerbetrieblich organisierten Fortbildung per Fernunterricht teilgenommen haben. Und die Anzahl der Fernkurse wächst ständig. Allein in den

vergangenen neun Monaten nahmen sie um sieben Prozent zu. Von den derzeit 336 Instituten, die zusammen 2.171 staatlich zugelassene Fernlehrgänge anbieten (Stand 1.9.2007), sind allerdings über 90 Prozent hoch spezialisiert und haben nur jeweils ganz wenige Kurse im Programm – wie zum Beispiel eine Wassersportschule mit nur einem Fernlehrgang zum Tauchnernen. Für das Jahr 2007 liegen noch keine Statistiken vor. Aber der Marktführer der Fernschulen (geschätzter Marktanteil etwa 20 bis 30

04.

Eine Lerngruppe gründen, Leistungsvergleiche anstellen und Gruppendruck aufbauen.

05.

Selbstgespräche nutzen, um Gedanken zu ordnen und Selbstvertrauen aufzubauen.

06.

Die Relevanz des Lehrstoffs für zukünftige Tätigkeiten schriftlich ausformulieren.





Ziel erreicht: Großer Presserummel herrschte an der Fernuni Hagen, als Oliver Bierhoff sein Diplom entgegennahm.

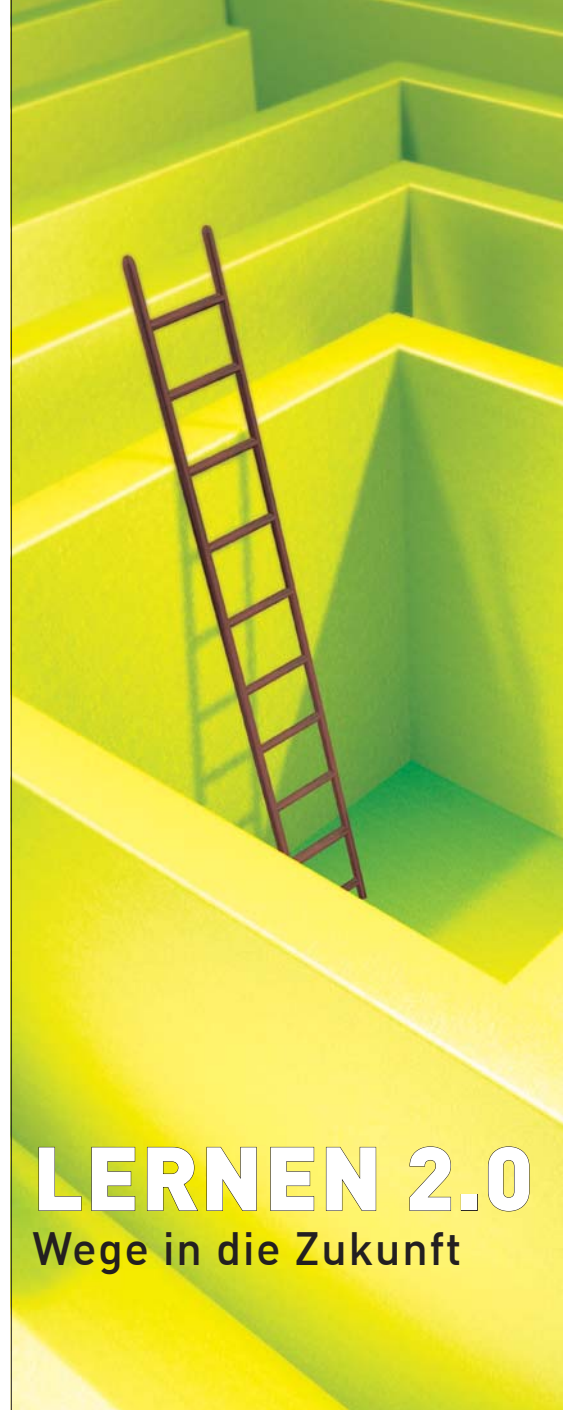
Prozent), das als Institut für Lernsysteme GmbH in Hamburg, vermutet, dass der Markt im Jahr 2007 um fünf bis sechs Prozent wachsen wird. Das Institut selbst meldet für denselben Zeitraum eine überdurchschnittliche Wachstumsrate von knapp 10 Prozent. Die Hamburger machten im letzten Herbst auf sich aufmerksam, als sie ihre Fernlehrgänge zu Sonderkonditionen über Deutschlands Tschibo-Filialen vertreiben ließen. Die Resonanz viel deutlich höher aus als erwartet und ermutigte den Kaffeeröster im November, ein komplettes Fernstudium einer Göttinger Fachhochschule zum Diplom-Kaufmann ins Programm aufzunehmen.

Frauen und „40plus“ sorgen für Zuwächse

Die bei Fernlernern beliebtesten Themen kommen aus dem Bereich der Wirtschaft (25 Prozent), der Schulbildung (17 Prozent) sowie der Kreativität und Gesundheit (14 Prozent). Deutlich mehr Interesse als früher gibt es aber auch an Fernlehrgängen zu Fremdsprachen (9 Prozent) sowie zu Pädagogik und Psychologie (8 Prozent). „Sprachkenntnisse und psychologisches Knowhow sind in der heutigen Arbeitswelt eben besonders gefragt“, betont Dr. Martin H. Kurz, Präsident des Fachverbandes Forum DistanzE-Learning. „Die Fernschulen bringen deshalb entsprechend spezialisierte Fernkurse auf den Markt.“ Mehr als ein

Drittel aller Fernlernenden will einen staatlichen oder öffentlich-rechtlichen Abschluss erreichen. „Das moderne Arbeitsleben verlangt nach flexiblen Qualifizierungsangeboten“, begründet Dr. Kurz die Vorteile des Fernlernens. „Immer mehr Berufstätige – darunter viele Familienväter und Mütter – wissen, was Fernlernen ihnen ermöglicht. Nämlich eine zeit- und ortsunabhängige Weiterbildung auf hohem Niveau mit anerkannten Abschlüssen.“

Dass Frauen im beruflichen Sektor immer mehr aufholen, spiegelt sich auch beim Fernlernen wider: Mit 52 Prozent belegen mittlerweile mehr Frauen als Männer einen Fernlehrgang. Vor 15 Jahren sah das noch ganz anders aus. 1992 betrug der Frauenanteil unter den Fernlernenden gerade einmal 32 Prozent. Frauen buchen genauso wie die Männer vorrangig Kurse zu Wirtschaftsthemen (56 Prozent der Teilnehmenden sind Frauen). Deutliche Unterschiede in den Interessenschwerpunkten gibt es jedoch in den Bereichen Pädagogik und Psychologie (72 Prozent Frauenanteil) sowie Kreativität und Gesundheit (70 Prozent Frauenanteil). 74 Prozent aller Fernlernenden waren im vergangenen Jahr zwischen 20 und 40 Jahre alt. „In diesem Lebensabschnitt fallen wichtige Entscheidungen im Beruf“, weiß Verbandspräsident Dr. Kurz. „Eine zusätzliche Qualifikation parallel zum Job kann da schnell zum entscheidenden Karrierebaustein werden.“ Doch die Generation →



LERNEN 2.0

Wege in die Zukunft

16. Internationaler Kongress und Fachmesse für Bildungs- und Informationstechnologie

www.learntec.de

29. – 31. Januar 2008
Messe Karlsruhe

LEARNTEC
Wissen, was kommt.



IDEEN VERBINDEN.
Karlsruhe –
Messen und Kongresse

Schweißen lernen und 15.000 Euro sparen

iMove-Award. Die GSI Gesellschaft für Schweißtechnik International mbH, Duisburg, wurde als erfolgreichster Bildungsexporteur 2007 von der Initiative „iMOVE“ des Bundesministeriums für Bildung und Forschung ausgezeichnet. Die Jury war begeistert davon, dass die GSI den ersten Teil einer dreiteiligen Ausbildung zum Schweißfachingenieur in Form eines Fernlehrgangs auf E-Learning-Basis durchführt.

Vermittelt wird im ersten Teil die notwendige Theorie (zum Beispiel Werkstoffkunde). Der zweite Teil besteht aus einer 14-tägigen Praxisphase in Duisburg, wo das Schweißen ganz praktisch eingeübt wird. Der dritte Teil mit dem Schwerpunkt Konstruktionstechnik landet dann wieder als Fernlehrgang zu Hause im Briefkasten.

Genau gesagt wird der erste Teil der Ausbildung in Form eines Computer Based Trainings (CBT) auf CD-ROM ausgeliefert. Zum weltweiten Einsatz wurde das CBT komplett ins Englische übertragen. Eine beträchtliche Summe wurde investiert, um 83 Stunden Präsenzunterricht in ein CBT umzusetzen. Etwa 15 Dozenten und Mitarbeiter aus der EDV-Abteilung waren an dem Projekt beteiligt. 2001 startete der Kurs mit sehr großem Erfolg. Die Entwicklungskosten von 660.000 Euro für das CBT des ersten Teils dürften sich mittlerweile amortisiert haben. Die Zukunft ist rosig: Der Bedarf an Schweißern wächst. Experten schätzen,

dass bis 2010 etwa 30.000 Schweißer allein in den USA und Kanada gebraucht werden. Die Übersetzung ermöglichte es der GSI, ab 2004 den „International Welding Engineer Part 1“ als CBT weltweit anzubieten. Alle CBTs sind von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht (ZFU) zertifiziert. Begleitet wird der E-Learning-Part von einem Tutor, der über E-Mail erreichbar ist und innerhalb eines Tages Fragen beantwortet. Er korrigiert auch die Übungen und die Prüfung am Ende des E-Learning-Kurses. Rund 100 Teilnehmer pro Jahr, 60 für die deutsche und 40 für die englische Version, zählt die GSI. Zwar koste ein CBT immerhin 1.500 Euro, doch entscheidend ist die Ersparnis. Die ausländischen Unternehmen sparen 15.000 Euro für Reisekosten, Verpflegung und Unterbringung.

Anja Janus ●

iMove ist auf der Learntec: C 32 / Halle 4



→ „40plus“ holt auf, denn lebenslanges Lernen interessiert zunehmend die Menschen in der zweiten Hälfte ihres Berufslebens. Mittlerweile sind 22 Prozent aller Fernlernenden über 40; vier Jahre zuvor waren es nur 16 Prozent. „Jeder zweite Personalchef achtet bei Bewerbern über

45 verstärkt auf aktuelle nebenberufliche Fortbildungen. Fernlehrgänge werden dabei gern gesehen“, hat eine repräsentative Forsa-Umfrage gerade herausgefunden. „Lebenslanges Lernen ist nicht nur ein modisches Schlagwort, sondern tatsächlich ein wichtiges Einstellungs-

kriterium gerade für ältere Stellenanwärter.“ Qualifikationen, die im Erststudium oder in der ersten Ausbildung erworben wurden, spielen demnach nur noch eine untergeordnete Rolle. 90 Prozent der befragten Personalchefs schreiben Fernschulabsolventen eine hohe Eigenmoti-



ZEIT FÜR ZUKUNFT - ERFOLG SICHERN

Fernstudien an Fachhochschulen – berufsbegleitend qualifizieren mit innovativen E-Learning-Komponenten!

MASTER OF BUSINESS ADMINISTRATION

► FERNSTUDIENPROGRAMM

mit den Schwerpunkten:
Freizeit- und Tourismuswirtschaft, Gesundheits- und Sozialwirtschaft, Logistikmanagement, Marketing, Produktionsmanagement, Sanierungs- und Insolvenzmanagement

► UNTERNEHMENSFÜHRUNG

Informationen unter: www.zfh.de • Telefon 0261/9 15 38-0

WEITERBILDENDE STUDIENANGEBOTE

- Facility Management
- Informatik
- Logistik
- Master of Business Administration (MBA)
- Master of Science Elektrotechnik
- Vertriebsingenieur
- Wirtschaftsingenieurwesen
- Integrierte Mediation
- Sozialkompetenz





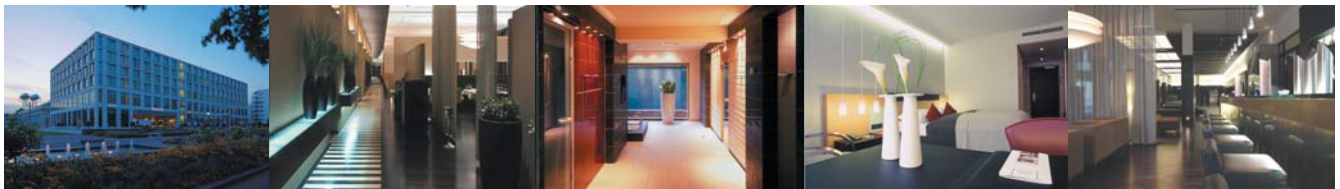
Blended Learning heißt das Zauberwort auch bei der Ausbildung zum Schweißer. Materialkunde und Konstruktionstechnik lernt man zu Hause, den Umgang mit den Geräten in der Lehrwerkstatt.

Prozent gelegen haben. Dank tutorieller Begleitung und moderner Online-Lernzentren im Internet könne sie Medien didaktikern zufolge aber bei guten Fernschulen auf etwa 20 Prozent sinken.

Professor Dr. Claudia de Witt vom Institut für Bildungswissenschaft und Medienforschung an der Fernuniversität Hagen ist davon überzeugt, dass Frust und letztlich auch die Abbrecherquoten sinken, wenn die „soziale Präsenz“ erhöht wird. Am schnellsten steige die Motivation fürs Studium, wenn man als Fernlernen direkten Kontakt zu seinem Professor habe. Wichtig sei es deshalb, dass an der Fernuniversität regelmäßig Vorlesungen in virtuellen Klassenzimmern angeboten würden. Die Fernuni Hagen ist derzeit in der Pilotphase und erprobt zusätzlich zur bestehenden Moodle-Lernplattform noch den Virtual Classroom „Adobe Connect“. Dort können sich nicht nur wie bei einer Telefonkonferenz alle Teilnehmer hören, →

vation, Zielstrebigkeit, Selbstständigkeit und ein gutes Zeitmanagement zu. Aber nur Absolventen kann man diese Eigenschaften zuschreiben. Nicht alle, die mit einem Fernkurs anfangen, sind solche

Musterknaben an Disziplin. Vielen fehlt es am nötigen Durchhaltevermögen. Die Abbrecherquoten sind das große Taubthema der Branche. „Früher“ sollen sie Gerüchten zufolge schon Mal bei 50



Logieren Sie Komfortabel

In perfekter Innenstadtlage, mit guter Verkehrsanbindung zur nahegelegenen Messe, bietet Ihnen das NOVOTEL Karlsruhe Kongress den idealen Standort in der badischen Landesmetropole.

Alle 246 Zimmer und Suiten unseres eleganten 4-Sterne Superior Hotels sind voll klimatisiert und verfügen über eine moderne, komfortable Ausstattung mit vielen technischen Details.

Geniessen Sie Stilvoll

Auch das gastronomische Angebot läßt keine Wünsche offen: Mediterrane Gaumenfreuden in unserem Restaurant Majolika werden Sie ebenso begeistern, wie die reichhaltige Auswahl beim „Besten Frühstück der Stadt“!



NOVOTEL Karlsruhe Kongress
Festplatz 2 • 76137 Karlsruhe
Tel.: +49 (0) 721 / 3526 - 0
Fax: +49 (0) 721 / 3526 - 100
H5400@accor.com • www.novotel.com

Tagen Sie Erfolgreich

Der großzügige Tagungs- und Konferenzbereich unseres Hauses eröffnet Ihnen auf über 600 m² Fläche vielfältige Möglichkeiten für die erfolgreiche Realisierung zeitgemäßer Veranstaltungskonzepte.

Von der Planung über die hochmoderne technische Ausrüstung bis hin zur eingehenden Beratung durch unser professionelles Team erfüllen wir jeden Ihrer Wünsche.



Coach werden per Fernlehrgang?

ILS. Kaum jemand verkörpert lebenslanges Lernen so sehr wie Dr. Manfred Baumann aus Nordhausen. Der 73-Jährige war 26 Jahre lang Hochschuldozent für Psychologie in der Lehrerbildung. Als Rentner steckte er sich neue Ziele und absolvierte den Fernlehrgang „Psychologischer Berater/Personal Coach“ beim ILS Institut für Lernsysteme in Hamburg.

Jetzt berät er ehrenamtlich Langzeitarbeitslose, um ihnen bei der Reintegration in den ersten Arbeitsmarkt zu helfen. Baumann wurde von einer unabhängigen Jury zum Studienpreisträger des Jahres 2007 in der Kategorie „Lebenslanges Lernen“ gewählt. „Ich genoss die Möglichkeit, mir im Fernlehrgang unter Betreuung eines Experten die neuesten wissenschaftlichen Grundlagen anzueignen“, erinnert sich der Rentner. „Auch die Aussicht, am Ende einen Abschluss vorweisen zu können, hat mich motiviert.“ Vor allem seine Frau hat ihn dabei unterstützt: „Wir haben oft die Fallanalysen gemeinsam durchgesprochen.“ Den auf 15 Monate angelegten Fernlehrgang schloss er mit der Traumnote 1,2 ab.

Kann man Coaching per Fernlehrgang lernen? „Natürlich“, sagt Karen Heinrich, die zuständige Studienleiterin. Denn Fernlehrgang zum Coach heißt beim ILS nicht nur „Papier“, sondern regelmäßiges persönliches Treffen der Lernenden in einer von 20 Regionalgruppen, die von einem Diplom-Psychologen und erfahrenen Coach betreut

werden. Zusätzlich findet während des Fernlehrgangs ein einwöchiges Seminar (50 Stunden) statt, das einerseits einen hohen Anteil an Selbsterfahrung bietet und andererseits den Teilnehmern Gelegenheit gibt, reale Coaching-Situationen in Rollenspielen durchzuspielen. Abgesehen von diesen Treffen können sich die Lerner im Online-Studienzentrum des ILS mit anderen Interessierten zusammenfinden und Arbeitsgruppen bilden oder sich von Tutoren oder Lehrgangsauteurs beraten lassen.

Nach Erkenntnissen des ILS absolviert die überwiegende Mehrheit den Coaching-Kurs, um sich als Ergänzung zu ihrem eigentlichen Beruf Coaching-Kompetenzen anzueignen. „Coaching ist eine Lebensschule. Es ist die intensivste Ausbildung für Berufstätige, die es auf dem Markt gibt“, betont Heinrich. Der ILS-Kurs wurde zusammen mit dem Coaching-Experten Dr. Björn Migge, Minden, ausgearbeitet. Die Teilnehmerzahl am Coaching-Fernlehrgang geht „in die Hunderte“. In Kürze soll ein eigenständiger Fernlehrgang zum „Business-Coach“ erscheinen.

→ sondern auch gemeinsam Dokumente bearbeiten. Der Dozent kann vielfältige Interaktionen wie zum Beispiel Meinungsumfragen starten. Wichtig sei es, dass über Online-Tools die Zusammenarbeit mit anderen ermöglicht werde. „Kommunikation, Kollaboration und gemeinsames Handeln lauten die didaktischen Schlagworte der Zukunft“, so de Witt, die auf der LEARNTEC einen Vortrag zum Thema „Vom Mängelwesen zum Superhirn? – Wissenserwerb und Kompetenzentwicklung durch Partizipation im Web 2.0“ halten wird.

Manchmal fehlt der Wille

Mit guter Kommunikation zwischen Lehrer und Schüler lassen sich aber nicht alle Probleme lösen. Manchmal fehlen einem Lerner einfach nur konkrete Strategien, mit denen er sich vor Ablenkungen schützen kann. Ein Beispiel: Fern-

lerner Emil Eifer freut sich darauf, im heimischen Wohnzimmer zu lernen und zwar genau dann, wenn er Zeit dazu hat. Doch kaum dass er sich den Lernunterlagen widmet, kommt seine Frau und möchte mit ihm über die anstehende Urlaubsreise sprechen. „Du bist doch sonst kaum zu Hause“, ist ihr schlagkräftiges Argument. Also gut, denkt sich der Ehemann. Die Unterredung erweist sich aber als deutlich länger als angenommen und so fällt es Herrn Eifer schwer, sich wieder seinem Lerngegenstand zuzuwenden. Selbst wer nicht von anderen gestört wird, hat beim Lernen oft störende Gedanken wie zum Beispiel den Wunsch, lieber etwas anderes zu tun – vielleicht schnell noch etwas zu essen oder die Abendnachrichten zu schauen, um am nächsten Tag up-to-date zu sein. So entstehen „Handlungskonflikte“. Um auf Zielkurs zu bleiben und sich nicht ablenken zu lassen, bedarf es einer gehö-

rigen Portion Willenskraft (auch Volition genannt).

Grundsätzlich gilt: Unsere eigentliche Energiequelle ist unsere Motivation. Aber wenn die zwischendurch ausfällt, dann können wir das mit unserem Willen ausgleichen. Der Wille ist quasi das Notstromaggregat, das einspringt, wenn die Motivation „stottert“. Es gab schon immer gute Tipps, wie man den eigenen Willen zum Beispiel durch einen präzisen Arbeitsplan, durch Aussicht auf Belohnung oder durch Selbstgespräche stärken kann.

Zum ersten Mal wurde jetzt am 29. November auf einem Forschungskolloquium an der Fernuniversität Hagen (ausgerichtet vom Institut für Bildungswissenschaft und Medienforschung) ein ganzheitlicher Ansatz zur Stärkung des Willens beim Selbstlernen vorgestellt. Der Ansatz wurde von dem jungen Mediendidaktiker Dr. Markus Deimann, Fernuniversi-



Coaching-Ausbildung:
Das ILS hat festgestellt, dass Coaching-Fähigkeiten gerne zur Abrundung der Führungskompetenz erlernt werden.

tät Hagen, entwickelt. Danach muss der Wille, wenn es mit dem Dranbleiben am Lehrstoff schwierig wird, je nach Lerner drei Bereiche steuern:

1. den Kopf (störende Gedanken, nachlassende Aufmerksamkeit). Hier geht es um Kognitionskontrolle.
2. den Bauch (sinkender Glaube, durch eigenes Handeln erfolgreich sein zu können). Hier geht es um negative oder positive Motivationskontrolle.
3. das Herz (das Gefühl, lustlos, ängstlich oder frustriert zu sein). Hier geht es um Emotionskontrolle.

Zu diesen drei Punkten schlägt Deimann eine Reihe von praktischen Strategien vor, die jeder analog zu seinem persönlichen Engpass in seinem Lernalltag umsetzen kann. Hier einige Beispiele:

1. Kognitionskontrolle.

Ein Lerner sollte zielgerichtet seine Unterlagen studieren oder Texte schreiben können. Die Aufmerksamkeit muss auf der Durchführung einer beabsichtigten Handlung ruhen. Nur so lässt sich sicherstellen, dass alle notwendigen Lerninhalte adäquat verarbeitet werden.

- Eine bekannte Strategien zur Kognitionskontrolle ist zum Beispiel die Aufmerksamkeitskontrolle. Hierzu gehören Techniken, störende Informationen oder Vorgänge aus der eigenen Wahrnehmung

auszublenden. Diese Fokussierung bedeutet auch, dass nicht an Vergangenes oder Kommendes gedacht wird. Es gilt, Zeiträume mit hohem Konzentrationsvermögen zu planen – zum Beispiel anhand der individuellen Leistungskurve im Tagesablauf.

- Wie man die eigene Leistungskurve nutzt, lernt man beim Zeitmanagement – ein ebenfalls sehr hilfreiches Werkzeug, wenn es um Kognitionskontrolle geht. Insbesondere sollte ein Lerner wissen, wie er gezielt Prioritäten setzen und abarbeiten kann.
- Im Rahmen der Kognitionskontrolle lernen die Betroffenen auch, zielgerichtete Vorsätze zu bilden („Wenn Situation X auftritt, werde ich Handlung Y ausführen!“). Diese Vorsätze sollte man für alle Ablenkungen, die regelmäßig auftreten, im Voraus ausformuliert haben. Zur der Kognitionskontrolle gehören auch Tipps, Lernziele nach bestimmten Regeln möglichst konkret aufzuschreiben, Lerngruppen zu bilden und die eigenen Gedanken über Selbstgespräche zu ordnen.

2. Motivationskontrolle.

Die Motivation lässt sich kurzfristig direkt mit dem Willen beeinflussen. Je nach Typ hilft es, sich auszumalen, wie schrecklich es sein wird, wenn man scheitert. Die Kraft kommt dann aus dem Wunsch, dieses peinliche Versagen unbedingt zu vermeiden (negative Motivationskontrolle). Bei einem Teil der Menschen ist es im Gegenteil besser, wenn →



Tierische
gute ...

... IT-Bildungsmedien!



Mehr als
500 IT-Themen für
Ihre Weiterbildung

„Lehrgangsgeschäft wird weiter ausgebaut“

Management Circle. Mit einem zwölfteiligen, schriftlichen Managementlehrgang zum Thema „Strategische Personalentwicklung“ überrascht der Kongress- und Seminaranbieter Management Circle, Eschborn, die Szene der Weiterbildungsprofessionals.

Unter der fachlichen Leitung von Dr. Matthias T. Meifert, Partner bei der Kienbaum Management Consultants GmbH, Berlin, verfassten 15 Personalentwickler, Professoren und Berater Grundsatzartikel zu Themen wie „Aufbau einer strategischen Personalentwicklung“, „Kompetenzmanagement“, „Bildungscontrolling“, „Talentmanagement“ oder „Instrumente der Personalentwicklung“. „Bei Management Circle achten wir auf die Nachfrage“, erklärt Jutta Wolf, Mitglied der Geschäftsführung der Management Circle AG und gleichzeitig Verlagsleiterin der Management Circle Verlags GmbH. „Wir haben immer Lernmedien getestet, die unsere Seminare und Kongresse ergänzen könnten. Jetzt glauben wir, dass es eine attraktive Zielgruppe für schriftliche Lehrgänge auch unter den Personalern gibt. Wir sind jedenfalls vom Erfolg unserer Angebote überrascht.“

„Ettliche Menschen lernen einfach lieber zu Hause“, kann Wolf nachvollziehen. Etwa 80 Prozent der Lehrgänge werden von Unternehmen bestellt, aber an die Privatadressen der Mitarbeiter geliefert. Dass die schriftlichen Unterlagen mit der Post nach Hause geschickt werden und nicht als multimedialer E-Learning-Kurs daher kommen, stört offenbar niemanden. „Selbst IT-Manager buchen schriftliche Lehrgänge“, hat Wolf beobachtet.

Beim Lehrgang „Strategische Personalentwicklung“ stehen ausführliche Best-Practice-Beispiele im Mittelpunkt. Die Nutzer wollen offenbar möglichst schnell über neue

Werkzeuge informiert sein. Der erste Lehrgang startete im November 2007. Zwölf Wochen lang wird den Teilnehmern je ein Heft (etwa 80 bis 100 Seiten) mit einem in sich geschlossenen Themenschwerpunkt zugesandt. Eine dreizehnte Lektion zum Thema „Personalentwicklung im Mittelstand“ kann separat gebucht werden. Während der drei Monate, die der Lehrgang läuft, können die Teilnehmer mit den Autoren in Kontakt treten und Fragen stellen. Die notwendige Transferleistung des erworbenen Wissens muss jeder Lerner selbst hinbekommen. Der PE-Lehrgang enthält nur Übungsaufgaben (Lösungen im Heft), aber keine einzusendenden Hausaufgaben oder Präsenzveranstaltungen. Es gibt auch keine Abschlussprüfung.

Die Marktforschung von Management Circle will herausgefunden haben, dass Personalentwickler und die meisten anderen Berufsgruppen keinen Wert auf die Korrektur von Hausaufgaben legen. Lediglich beim Lehrgang für Management-Assistenten wird aufgrund der Nachfrage solch ein Service derzeit geboten. Wenn keine Hausaufgaben eingewendet werden, handelt es sich nach dem Gesetz auch nicht um einen „Fernlehrgang“, der von der Zentralstelle für Fernunterricht (ZFU) nach formalen und inhaltlichen Kriterien geprüft werden muss. Dadurch spart sich der Verlag ein teures und aufwändiges Überprüfungsverfahren.

Management Circle/WEBACAD: Learntec E9 / Halle 4

→ sie sich voller Stolz klar machen, dass sie ihr Schicksal durch eigenes Handeln oft schon selbst bestimmt haben und Schwieriges unter dem Beifall anderer bewältigen können (positive Motivationskontrolle).

- Die negative Motivationskontrolle setzt zum Beispiel auf Gruppendruck. Der Lerner muss sich nur intensiv genug vorstellen, wie enttäuscht eine bestimmte Gruppe sein wird, wenn er scheitert. Studenten zu Leistungsvergleichen mit erfolgreicherer Kollegen aufzufordern, gehört auch in diese Kategorie der Beeinflussung. Außerdem beinhaltet die negative Motivationskontrolle eine Übung, die „Folgen abschätzen“ heißt. Der Stu-

dent überlegt: „Welcher Art von unangenehmer Arbeit müsste ich nachgehen, wenn ich die angestrebte Abschlussprüfung nicht bestehe?“.

- Bei der positiven Motivationskontrolle wird die Überzeugung verstärkt, dass man die Dinge positiv beeinflussen kann. In der Psychologie gibt es dafür den Begriff der Selbstwirksamkeit. Damit ist die Überzeugung gemeint, sein Schicksal durch eigenes Handeln steuern zu können. Diese Überzeugung lässt sich aufbauen, wenn man zum Beispiel mit einer Gedankenübung sich all der Dinge vergewissert, die man in seinem Leben schon geschafft hat – und das, obwohl man ganz schön unvollkommen ist.

- Viele Menschen fragen sich abends beim Durcharbeiten von Studienbriefen: „Warum mache ich das Ganze?“. Sich die Relevanz eines bestimmten Lehrstoffs für den beruflichen Erfolg im Detail auszumalen, ist auch eine Übung der positiven Motivationskontrolle.

3. Emotionskontrolle.

Bei der Emotionskontrolle dreht sich alles um die Kontrolle negativer Emotionen durch den Willen. Verzweiflung, Stress oder auch Angst sollen überwunden und der Lerner in eine positive Lage versetzt werden. Emotionale Kontrolle ist insbesondere dann nützlich, wenn eine unangenehme Tätigkeit ausgeführt werden



Jutta Wolf, Mitglied der Geschäftsführung der Management Circle AG in Eschborn

muss, man aber eigentlich gar keine Lust dazu hat. Das berühmte Beispiel „Angst vor dem Zahnarzt“ veranschaulicht den zentralen Aspekt der „Psychologie des Willens“: Wir müssen uns überwinden und entgegen unserer aktuellen Bedürfnisse handeln. Doch nachher können wir stolz auf uns sein.

- Zur Emotionskontrolle gehören beispielsweise Phantasie Reisen, bei denen man unterstellt, eine bestimmte Sache schon erledigt zu haben. „Wie würde ich mich dann fühlen?“ oder „Was würden die anderen Lobendes sagen?“. Erregungen wie Angst oder Frust kann man als Motor für höhere Anstrengungen nutzen. Zu starke Erregungszustände verhindern allerdings optimale Lernprozesse. Durch Atemübungen oder das autogene Training gilt es gegenzusteuern.

- Ein wichtiges Element innerhalb der Emotionskontrolle ist die Impulskontrolle. Lernen bedeutet, spontanen Impulsen, etwas anderes zu tun, nicht nachzugeben. Die Menschen haben die Tendenz, unangenehme Zustände durch impulsives Verhalten aufzulösen. Es gilt, Vereinbarungen mit sich selbst zu treffen, wie man lernen will.

„Die Zustimmung war sehr groß“, freut sich Deimann über den Verlauf des Kolloquiums. Das Interesse an Deimanns „volitionalen“ Ansatz war auch deshalb so groß, weil er einen Test entwickelt hat, bei dem jeder sofort ein Feedback in Sachen Willensstärke bekommt. Der Test

(„VPT Volitionaler Personen Test“) kommentiert die Ergebnisse ausführlich und liefert Übungsanleitungen (<http://ksw-ifbm.fernuni-hagen.de/mediendidaktik/fragebogen/>). Die Fernuniversität Hagen

wird den Test in Kürze ihren Studenten empfehlen und mit Deimann ein ergänzendes Betreuungsprogramm auflegen. Speziell für den Bereich der betrieblichen Weiterbildung hat Deimann zusammen mit den Trainingsinstituten KURPFALZ MANAGEMENT (Hinrich Weber) und SYSTEMMANAGEMENT (Walter Braun), das Konzept der „Volitionalen Transferunterstützung“ (VTU) entwickelt.

Der junge Wissenschaftler kennt natürlich die These der Gehirnforscher, wonach der Mensch überhaupt keinen freien Willen habe. Für ihn gilt das Gegenteil: „Ich bin überzeugt davon, dass jeder auf bestimmte Aspekte seines Verhaltens willentlich Einfluss nehmen kann.“ Wichtig sei nur, dass man die Sache mit dem Willen nicht übertreibe. „Der Wille hat die Schattenseite der Überkontrolle. Wenn man es nicht schafft, regelmäßig auszuspannen, kann das in die Depression führen.“

Martin Pichler ●

Neue Masterstudiengänge!

Machen Sie Karriere im Gesundheitswesen!

Jetzt im Fernstudium Gesundheitsökonomie studieren:

- ▶ Bachelor/Master of Arts (BA/MA) **Auch ohne Abitur!**
- ▶ Master of Health Management
- ▶ Master of Health Economics

 University of Applied Sciences
APOLLON Hochschule der Gesundheitswirtschaft

Abt. AA198
Universitätsallee 18, 28359 Bremen
Tel. +49 (0)421 378266 – 150
Fax +49 (0)421 378266 – 190
Ein Unternehmen der Klett Gruppe

▶ Fordern Sie noch heute unsere Studienunterlagen an!
▶ www.apollon-hochschule.de

