

# Wie können Sie zur Förderung kognitiver Motivation beitragen?

## Bei Ihnen selbst

für positive Emotionen & Burnout-Prävention

Beschäftigung mit Herausforderungen  
(auch mal schwerere Dinge angehen)

Stete Fortentwicklung eines mentalen Modells des  
Geltungsbereiches des jeweiligen Faches

Voraussetzung: Fortbildung  
(wechselwirkt mit Begeisterungsfähigkeit)

Informationssuche und -sammlung zu alternativen  
Handlungsoptionen

weiterhin Neues ausprobieren

Freiräume schaffen

## Bei Schüler/innen

zur Steigerung von Schulerfolg und -zufriedenheit

immer wieder vor kleinere Denkaufgaben stellen, die lösbar sind  
(auch fächerübergreifend → motivierend/warum brauche ich das)

Förderung bei der Erstellung eines umfassenden mentalen  
Modells, das Vorhersagen ermöglicht („Welt erklären“)

Voraussetzung: Kenntnisse bereitstellen

Vielfalt in den Methoden

Diskussionen, die dazu anregen, Haltung zu entwickeln

(Plan-/Gedanken-)Spiele

Beispiel geben/sein → Begeisterungsfähigkeit

Freiräume lassen

