

Tipps zum selbstbestimmten Lernen

Folgende Fragen können Lernende dabei unterstützen, ein größeres Lernziel selbstbestimmt zu erreichen:

Planung – vor Beginn eines neuen Lernprozesses

- Was ist Ihr Lernziel?
- Bis wann möchten Sie Ihr Ziel erreichen?
- Wen oder was brauchen Sie dazu?
- Was wissen Sie über das Thema bereits?
- Was können Sie tun, wenn Schwierigkeiten auftreten?

Überwachung und Optimierung des Lernprozesses

- Passt Ihr (Zeit-)Plan noch?
- Wenn nein: Was muss modifiziert werden?
- Gibt es Schwierigkeiten bei der Umsetzung? Wenn ja: Wie könnten Sie Ihr Ziel doch noch erreichen? Welche anderen Lösungen gibt es?

Reflexion – nach Abschluss eines Lernprozesses

- Haben Sie Ihr Ziel erreicht?
- War Ihr (Zeit-)Plan realistisch?
- Was fiel Ihnen leicht, was schwer?
- Wer oder was hat Ihnen am meisten dabei geholfen, Ihr Ziel zu erreichen?
- Welche Schwierigkeiten sind aufgetreten und wie haben Sie diese gelöst?
- Was werden Sie beim nächsten Mal anders machen?

Sie haben Ihr Ziel nicht erreicht? Prüfen Sie, was Sie beim nächsten Mal anders machen können. Übung macht auch beim Lernen den/die MeisterIn!

Sie haben Ihr Lernziel erreicht? Dann genießen Sie es und feiern Sie Ihren Erfolg!

Sie brauchen psychologische Hilfe oder haben noch Fragen rund um das Thema Pädagogische Psychologie und Bildungspsychologie?

Unsere
Helpline
ist für
Sie da!



01 504 80 00
helpline@boep.or.at

Sie suchen eine/n PsychologIn in Ihrer Nähe oder online?
Dann nutzen Sie Psychnet, die größte PsychologInnen-Suchmaschine Österreichs:

www.psychnet.at



Berufsverband Österreichischer
PsychologInnen | BÖP



Pädagogische
Psychologie und
Bildungspsychologie



Berufsverband Österreichischer
PsychologInnen | BÖP

Pädagogische Psychologie ist...

die Verbindung aus Psychologie und Pädagogik.

Klinische PsychologInnen und GesundheitspsychologInnen mit dem Schwerpunkt Pädagogische Psychologie begleiten und/oder unterstützen Kinder, Jugendliche und Erwachsene bei der Entwicklung von Lernstrategien sowie bei der Entfaltung ihrer Stärken und ihrer Persönlichkeit im Kontext von Lehr- und Lernprozessen – und das lebensbegleitend von Geburt bis ins hohe Erwachsenenalter.

Die Pädagogische Psychologie trägt dazu bei, pädagogisches Handeln zu optimieren, indem erwünschte Ziele angestrebt und Fehlentwicklungen vermieden werden. Sie beruft sich dabei auf aktuelle wissenschaftliche Grundlagen.

Die Bildungspsychologie ...

vereint als verwandte Disziplin bildungswissenschaftliche, psychologische und insbesondere gesellschaftspolitische Perspektiven. Sie beleuchtet alle lebenslangen Bildungsprozesse und fragt, wie diese entstehen, wie sie aufrechterhalten und optimiert werden können.

Klinische PsychologInnen und GesundheitspsychologInnen mit dem Schwerpunkt Bildungspsychologie unterstützen bei der Gestaltung von Lehr- und Lernumgebungen innerhalb und außerhalb von Bildungseinrichtungen. Neben den klassischen Bildungsorten, wie Kindergarten, Schule oder Hochschule, zählen auch die Familie, der Freizeitbereich, das berufliche Umfeld sowie zahlreiche weitere Lernorte zu deren Arbeitsbereichen. Ziel ist die psychische Gesundheit, das Wohlbefinden und die ganzheitliche Entwicklung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen.

Klinische PsychologInnen und GesundheitspsychologInnen mit dem Schwerpunkt Pädagogische Psychologie/Bildungspsychologie begleiten bei Fragen wie:

- Welche Form der Frühförderung benötigt ein Kind mit einer Entwicklungsverzögerung?
- Wie kann der Übergang vom Kindergarten in die Schule gelingen?
- Welche Kompetenzen brauchen Eltern zur Konfliktbewältigung in der Familie?
- Wie können Kinder Strategien zur Emotionsregulation erwerben?
- Wie können inklusive Lehr-Lernsettings gestaltet werden?
- Was motiviert Erwachsene zur beruflichen Weiterbildung?

Arbeitsfelder

- Frühförderung
- Erziehungs- und Familienberatung
- Bildung, u.a. in Kindergärten, Schulen, in der Studienberatung, in der beruflichen Weiterbildung
- Gesundheit, z.B. in Rehabilitationskliniken
- Inklusion, z.B. in Einrichtungen für Menschen mit Beeinträchtigung
- Erwachsenenbildung, z.B. in der Aus-, Fort- und Weiterbildung von Lehrpersonen
- Forschung und Evaluation, z.B. Entwicklung neuer Beobachtungsverfahren für den Unterricht

Aufgabengebiete und Themenbereiche

Klinische PsychologInnen mit dem Schwerpunkt Pädagogische Psychologie/Bildungspsychologie übernehmen in Einrichtungen des Bildungs- und Gesundheitswesens sowie in freier Praxis zahlreiche Aufgaben:

- **Diagnose** u.a. von Kenntnissen, Fähigkeiten, Fertigkeiten, Motiven, Interessen und Einstellungen von Lernenden; z.B. Diagnose einer Lese-,

Rechtschreib- oder Rechenschwäche, von Schul- oder Prüfungsangst, von Verhaltensproblemen, Berufsinteressen und Hochbegabung. Zu beachten ist, dass die klinisch-psychologische Diagnostik, d.h. die Diagnose im Zusammenhang mit krankheitswertigen psychischen Störungen, unter anderem nur Klinischen PsychologInnen und FachärztInnen für Psychiatrie vorbehalten ist.

- **Beratung** als „Hilfe zur Selbsthilfe“, z.B. Erziehungsberatung von Eltern; Beratung bei Laufbahnentscheidungen wie Schul-, Ausbildungs- oder Berufswahl, vorzeitiger Einschulung oder dem Überspringen einer Klasse
- **Prognose** von Ergebnissen oder Entwicklungen; z.B. Vorhersage der schulischen Leistungen aufgrund einer Intelligenz- und Leistungsdiagnostik, Ableitung des Erfolgs von Lehrmethoden aus Evaluationsstudien
- **Prävention** von unerwünschten Entwicklungen und Situationen; z.B. durch Anbieten von Präventionsprogrammen im Bereich der Emotionsregulation, Optimierung von Lernstilen und Lernstrategien, Schulung von Lehrpersonen im Bereich der Gewaltprävention. Im Bereich der Prävention arbeiten vorwiegend GesundheitspsychologInnen mit Schwerpunkt Pädagogische Psychologie/Bildungspsychologie.
- **Intervention** in Form von psychologischer Beratung oder Trainingsprogrammen mit einzelnen Lernenden, Familien oder Gruppen (u.a. Klassen); z.B. Erwerb von Merk- und Speicherstrategien bei Lernschwierigkeiten, Aufmerksamkeitstraining bei Konzentrationsproblemen, Training von Entspannungsmethoden bei Prüfungsangst, Anbieten von beruflichen Rehabilitationsmaßnahmen; auch eine klinisch-psychologische Behandlung kann erforderlich sein.
- **Evaluation** von Maßnahmen und Interventionen; z.B. Bewertung des Erfolgs von neu entwickelten Trainingsprogrammen oder Schulungsmaßnahmen, Optimierung der Schulqualität, Erhebung landesweiter Daten für internationale Vergleichsstudien.