

Lernen kann man am besten, wenn es Spaß macht. Spielerische Elemente können das Lernen fördern. Deshalb sollte Unterricht nicht todernst, trocken und verbissen sein, aber trotzdem ernsthaft. Und wer Menschen beim Spielen zuschaut, der bemerkt sehr schnell, wie ernsthaft man spielen kann. Inzwischen ist es neuropsychologisch gut nachgewiesen, dass beim Spielen sehr effektiv gelernt wird. Lassen Sie uns das für die Schule, für den Unterricht nutzen. In diesem Band machen wir Vorschläge, wie Sie Mentalmagie, einer spannende Mischung aus Bühnenzauberei und Psychologie, spielerisch nutzen können. Lassen Sie sich verzaubern und verzaubern Sie Ihre Schülerinnen<sup>1</sup>. Mit viel Spaß und Spielfreude – aber auch mit der nötigen Ernsthaftigkeit.

## Das zu lösende Problem

Bevor schulisches Lernen stattfindet, muss die Aufmerksamkeit der Schülerinnen zunächst auf den Lerngegenstand gebündelt und gelenkt werden. Schon hier treten die ersten Probleme auf. Viele andere Dinge sind spannender als der Unterrichtsstoff bzw. die Schülerinnen erwarten, dass der Lernstoff langweilig werden könnte und beschäftigen sich prophylaktisch anders. Manche versuchen durch gezielte Ablenkungsmanöver das Bearbeiten des Lernstoffes hinauszuzögern.

Optimale Startbedingungen wären es, wenn die Schülerinnen an den Lippen der Lehrerin hingen, und wenn sie es – voller Neugier – kaum erwarten könnten, mehr zu erfahren. Das würde sich nicht nur förderlich auf das schulische Lernen auswirken, sondern es wäre auch ressourcenschonend und gesundheitsförderlich für die Lehrerin.

Neugier ist eine Folge der Emotion Überraschung. Überraschung führt dazu, dass wir mehr Information aufnehmen. Das ist bio-psychologisch determiniert. Wenn wir überrascht sind, öffnen wir ganz automatisch unsere Augen (s. Abb. 1.1) und richten all unsere Sinne auf die Ursache der Überraschung. Wir wollen ein Informationsdefizit beheben. Lässt sich das Informationsdefizit nicht sofort beheben und ist die Überraschung zusätzlich noch positiv bewertet, entsteht mit großer Wahrscheinlichkeit Neugier.



**Abbildung 1.1: Überraschtes Gesicht**

---

<sup>1</sup> In diesem Band wird immer die weibliche Form gewählt, wenn beide Geschlechter gemeint sind.

## **Mentalmagie als eine Lösung**

Mentalmagie ist gut geeignet, mit spielerischen Mitteln und mit Leichtigkeit, Neugier zu erzeugen. Mentalmagie ist eine Mischung aus Bühnenzauberkunst und Psychologie. Sie hinterlässt bei den Zuschauerinnen das Gefühl, dass die Mentalmagierin über übersinnliche Fähigkeiten verfüge, dass sie die Gedanken ihres Gegenübers lesen oder diese auf magische Weise beeinflussen könne. Die Zuschauerinnen wollen in der Regel, wissen, wie die Mentalmagierin den erstaunlichen Effekt hinbekommen hat. Es geht selbstverständlich alles mit rechten Dingen zu. Die Effekte beruhen auf ausgefeilten Routinen, von denen in diesem Band zwölf Stück vorgestellt werden, die im Rahmen von Unterricht besonders gut einsetzbar sind.

In aller Regel kann man sich gut vorstellen, dass Mentalmagie Überraschung und schließlich Neugier auslöst. Es bleibt aber die Frage, wie man diesen Zustand der Neugier auf schulisches Lernen übertragen kann. Die Antwort auf diese Frage, lautet: Der Zustand der Neugier lässt sich nicht nur erzeugen, er lässt sich auch verankern und für den Lernstoff nutzen. Wie das funktioniert, darum geht es in diesem Band.

Angemerkt sei hier noch, dass sich Neugier selbstverständlich auf viele Arten und Weisen erzeugen lässt. Die psychologischen Prinzipien werden hier so beschrieben, dass Sie als Leserin den Transfer auf andere Bereiche selbst vornehmen können.

## **Auch eine Lösung für ineffektive Nutzung der Lernzeit?**

Ein weiteres Problem, dass sich dem schulischen Lernen hin und wieder in den Weg wirft, ist eine ineffiziente Nutzung der Arbeitszeit. Auch hier sind die Strategien, die die Schülerinnen im Laufe der Zeit entwickeln, meist sehr effektiv, um Anstrengungen zu vermeiden. Bei vielen Lehrerinnen entsteht auch hier das Gefühl, sie müssten mit viel Druck die Schülerinnen zum Arbeiten bewegen. Attraktive Anreize können auch hier die Bearbeitung der Aufgaben fördern, das Lernen für Schülerinnen effektiver machen und für Lehrerinnen ein leichteres Arbeiten bewirken.

In diesem Band wird gezeigt, wie man mentalmagische Routinen dazu nutzen kann, attraktive Anreize zu schaffen.

### **Exkurs in die Motivationspsychologie: Vom Beginnen und Durchhalten**

Was oben praxisnah beschrieben wurde, stellt zwei große Bereiche der Motivationspsychologie dar: Wir unterscheiden zwischen Motivation und Volition. Unter Motivation versteht man das Lenken der Aufmerksamkeit auf den Gegenstand des Interesses und das Initiieren von Tätigkeiten (z. B. mit der Aufgabe beginnen). Die Volition ist das Teilgebiet der Motivationspsychologie, die sich damit beschäftigt, wie Personen Tätigkeiten aufrechterhalten und gegen attraktivere Reize abschirmen. Es geht also um das Durchhalten. Beide Aspekte werden in diesem Band behandelt – jedoch bei weitem nicht vollständig.

## **Überblick über diesen Band**

Wir stellen zunächst eine Technik zum Verankern einer neugierigen Haltung vor (Kap. 2). Es werden Wege aufgezeigt, wie diese Haltung nach und nach auf den regulären Schulstoff übertragen werden kann.

Danach zeigen wir zwei Wege auf, wie Sie mentalmagische Routinen als Anreizmotivation nutzen können, um Arbeitsverhalten auf- und Störverhalten abzubauen (Kap. 3). Diese Strategien sind jedoch nicht explizit für den Umgang mit stark verhaltensauffälligen Kindern und Jugendlichen geeignet. Hier braucht es zusätzliche Strategien<sup>2</sup>. Trotzdem können auch die hier beschriebenen Maßnahmen flankierend bei stark verhaltensauffälligen Kindern und Jugendlichen eingesetzt werden.

Im vierten Kapitel werden zwölf mentalmagische Routinen vorgestellt, die Sie im Unterricht nutzen können. Diese werden zunächst aus Sicht einer Schülerin beschrieben, die zuschaut. Manchmal sagen Bilder mehr als Worte. Deswegen finden Sie eine DVD beigelegt, auf der die mentalmagischen Routinen gezeigt werden. Anschließend wird die Durchführung Schritt für Schritt erklärt. Das Verstehen komplizierter Techniken wird durch Videos auf der DVD gezielt unterstützt.

Wir wünschen Ihnen, dass Sie von diesem Band profitieren, sich selbst ein wenig verzaubern lassen und vor allem Ihre Schülerinnen verzaubern, so dass eine neugierige Haltung in Ihren Lerngruppen selbstverständlich dazugehört.

---

<sup>2</sup> Ein Bündel effektiver und praxiserprobter Strategien zum konstruktiven Umgang mit verhaltensauffälligen Kindern und Jugendlichen im Unterricht findet sich beispielsweise in unserem Band „Umgang mit schwierigem Verhalten im Unterricht“ (erscheint voraussichtlich im Frühling 2019).

### Das problematische Lernprinzip als Lösungsbasis nutzen

Viele Schülerinnen finden den Lernstoff schon deswegen langweilig, weil er im Unterricht – in der Schule – behandelt wird. Und das selbst, wenn der Stoff sie eigentlich interessieren könnte. Was hier passiert, ist auch ein Lernprozess, wenngleich ein ungünstiger: Die Schülerinnen verknüpfen den Lernstoff mit aversiven Affekten. Dieser Lernprozess wird durch eine häufige Kopplung von Reizklassen verursacht: Der eine Reiz ist die Umgebung eines Klassenzimmers (typische Unterrichtssituation).

Der andere Reiz ist das Erleben von Langerweile, Anstrengung und Frustration: Eigentlich spannende Dinge werden zerredet. Man muss sich auf das Thema konzentrieren, obwohl man lieber etwas anderes machen oder denken würde. Dabei ist die eigene Freiheit noch eingeschränkt (auch das führt zu aversiven inneren Zuständen) und man muss sich anstrengen, was als unangenehm erlebt wird. Zudem erfahren Kinder in der Schule schon früh, dass sie noch nicht alles können, so wie sie es als Kindergartenkind noch fest vermutet haben. Das Entdecken eigener Unzulänglichkeiten, das bei Kindern vorwiegend und vermehrt mit dem Eintritt in die Schule einsetzt, wird als kränkend erlebt. Abhängig davon, wie die Schülerinnen diese aversiven Zustände bewältigen, erleben sie diese mehr oder weniger intensiv.

Je intensiver und je aversiver sie diese Zustände im Unterricht erleben, desto stärker ist die Kopplung von Unterricht (als eine Reizklasse) und aversivem Erleben. Der hier illustrierte Lernprozess ist eine klassische Konditionierung.

Das Ziel der Strategie, die hier vorgestellt wird, ist es, mit Hilfe eines ähnlichen Lernprozesses gegenzusteuern. Der Zustand der wachen und positiven Neugier soll hier verankert werden. Verankern bedeutet, dass es eine Kopplung eines bestimmten unterrichtsbezogenen Reizes – z. B. dass die Lehrerin sich auf einen ganz bestimmten Platz setzt – mit dem Erleben von positiver Neugier gibt. Dieser Platz ist dann ein Raumanker für den Zustand neugieriger Offenheit und positiver Erwartungen.

Neugier ist eine positive Erwartungshaltung, die sich aufbauen lässt. In diesem Band werden zum Erzeugen von Neugier mentalmagische Routinen vorgeschlagen (s. Kap. 4). Selbstverständlich lassen sich auch spannende Geschichten oder andere Dinge nutzen, um Neugier aufzubauen.

Besteht erst eine feste Kopplung zwischen dem unterrichtsbezogenem Reiz (z. B. dem Einnehmen eines bestimmten Platzes) und dem Erleben von Neugier, können spannende Unterrichtsinhalte von diesem Platz aus vermittelt werden. Das führt in der Regel dazu, dass die Schülerinnen den Inhalten, die von dem ausgewählten Platz vermittelt werden, offener und neugieriger begegnen werden. Dazu sollten von dem ausgewählten Platz (Raumanker) nur spannende Inhalte vermittelt werden, damit dieser Platz nicht mit Frust und Langerweile verknüpft wird. Das Ziel ist es, den Raumanker so

geschickt aufzubauen und zu nutzen, dass die Schülerinnen Sie bitten, mehr zu erzählen – anstatt dass Sie die Schülerinnen bitten, zuzuhören.

## **Einen Neugier-Anker erstellen**

### *Schritt 1: Einen Platz suchen*

Damit ein Raumanker funktioniert, benötigen Sie einen Platz, den Sie nur für das Erzeugen von Neugier reservieren. Suchen oder schaffen Sie sich einen Ort im Klassenzimmer, von dem aus Sie konsequent Neugier erzeugen. Machen Sie nichts anderes von diesem Platz aus.

Sie könnten beispielsweise einen Tisch vorne in den Raum stellen. Diesen Tisch können sie einfach aber ansprechend gestalten. Eine Tischdecke, eine Pflanze und ein besonderer Gegenstand reichen häufig schon aus. Wie immer Sie den Platz gestalten, für die Schülerinnen sollte erkennbar sein: Dieser Platz ist etwas Besonderes. Alternativ zu Raumanker wird dieser Platz im Folgenden auch Anker-Platz genannt. Beide Begriffe werden synonym verwendet.

### *Schritt 2: Planen Sie Ihre „Auftritte“*

Entscheidend für den Erfolg ist es nicht, dass Sie etwas Spannendes vorführen, sondern dass die Schülerinnen es spannend finden. Dafür benötigen die Schülerinnen ein Minimum an kognitiven Aufnahmekapazitäten. Freitags in der fünften Stunde bei brütender Hitze und schlechter Luft im Klassenzimmer ist es sicherlich denkbar ungeeignet, Neugier zu verankern, weil die Motivationslage der Schülerinnen höchstwahrscheinlich Ihnen nicht entgegenkommt. Wählen Sie also günstige Zeiten aus. So trivial es klingt: Machen Sie sich klar, dass Sie mit den mentalmagischen Routinen nicht den „PausencLOWN“ spielen, um die Schülerinnen bei Laune zu halten (so groß manchmal auch die Verführung sein mag).

Planen Sie auch im Vorfeld, was Sie wann zeigen werden. Es bietet sich an, mit einer mentalmagischen Routine zu starten, die große Verblüffung bei Ihren Schülerinnen auslösen wird. Lesen Sie sich die Routinen im Kapitel vier zunächst in Ruhe durch und wählen Sie eine für Sie und Ihre Schülerinnen passende Start-Routine aus.

Von dem Neugier-Anker-Platz (Raumanker) können Sie auch knifflige Rätsel stellen, die Ihre Schülerinnen unbedingt lösen wollen, und kleine spannende Geschichten erzählen, von denen Ihre Schülerinnen gerne wüssten, wie sie weitergehen. Ein wichtiges Element ist das Informationsdefizit und der Wunsch, dieses auszugleichen. Erzeugen Sie sogenannte „Cliffhanger“.

Wechseln Sie also mentalmagische Routinen mit Geschichten und Rätseln ab. Die Abwechslung sorgt dafür, dass der Tisch/Platz nicht als reiner „Zauberplatz“ wahrgenommen wird. Planen Sie im Vorfeld, was Sie wann machen, da Sie gerade am Anfang konsequent und kontinuierlich ankern müssen, damit es funktioniert. In den ersten zwei Wochen sollten Sie nach Möglichkeit täglich einmal Neugier am Anker-Platz erzeugen.

### ***Schritt 3: Mentalmagische Routine einstudieren***

Haben Sie eine Routine ausgewählt, dann studieren Sie diese so ein, als würden Sie sie vor einem vollen Saal mit 1000 Plätzen vorführen. Sie wollen verblüffen. Studieren Sie deswegen nicht nur die Technik ein, sondern auch eine Form der Präsentation, die Ihre Schülerinnen anspricht und die zu Ihnen passt. Machen Sie es kurzweilig. Damit es leicht wirkt, muss man üben. „Quälen“ Sie also zunächst Freunde, Partner und ggf. die eigenen Kinder. Üben Sie vorm Spiegel, damit es überzeugt.

### ***Schritt 4: Durchführung***

Machen Sie sich bevor Sie beginnen klar: Sie wollen das Gegenteil von dem, was die Schülerinnen bislang mit Unterricht verbinden (ich hoffe natürlich, Ihre Schülerinnen verbinden auch jetzt schon viel Positives mit Unterricht). Die Schülerinnen sollen Ihre „Auftritte“ nicht als Zwang erleben. Sie sollten sie also nicht ermahnen, aufzupassen.

Erzeugen Sie bereits am Anfang eine gespannte Erwartungshaltung, die Ihnen die Aufmerksamkeit sichert. Es reichen vielfach schon Kommentare wie: „Ich glaube, Ilona hat ganz besondere Fähigkeiten, von denen bis jetzt keiner etwas gewusst hat“. Ihre Schülerinnen werden wissen wollen, welche Fähigkeiten es sind. Sie sagen einfach: „Ich zeig es euch einmal...“ und beginnen mit der Routine *Bauchgefühl*.

Ein anderes Beispiel könnte so aussehen: Sie eröffnen Ihrer Klasse, dass es Momente gibt, da können Sie die Gedanken Ihrer Schülerinnen erahnen. Das werden die Schülerinnen sehen wollen. Sie beginnen mit der Routine *Lügendetektor*.

Gerade bei den mentalmagischen Routinen werden die Schülerinnen wissen wollen, wie diese funktionieren. Jetzt gilt es, Ihre Schülerinnen auf die Folter zu spannen. Machen Sie zunächst Andeutungen, dass Sie vielleicht etwas verraten könnten, ... aber Sie müssen es sich noch überlegen. genießen Sie diesen Moment: Jetzt wollen die Schülerinnen etwas von Ihnen wissen. Finden Sie insgesamt ein gutes Maß zwischen dem, was Sie aufklären und dem, was Sie für sich behalten. Grundsätzlich gilt: Die Neugier der Schülerinnen sollte belohnt werden (und zwar durch Informationen). Aber gehen Sie mit Informationen sparsam um. Und bleiben Sie geheimnisvoll (zumindest was Ihre Rolle angeht). Das erzeugt Neugier!

Übrigens: Sie können das Auflösen der Routinen auch als Anreizmotivation für das Zeigen von wünschenswertem (Arbeits-)Verhalten oder dem Abbau von störendem Verhalten einsetzen (s. Kap. 3).

### ***Schritt 5: Unterrichtsinhalte vom Neugier-Anker-Platz***

Jetzt geht es darum, die Früchte Ihrer Arbeit zu ernten. Nachdem Sie jetzt etwa zwei Wochen lang die Schülerinnen am Neugier-Anker-Platz mit mentalmagischen Routinen, Rätseln und Geschichten darauf konditioniert haben, dass eine neugierig offene Haltung entsteht, wenn Sie an den Anker-Platz gehen, beginnen Sie nun hin und wieder auch Unterrichtsinhalte vom Anker-Platz zu vermitteln. Hier brauchen Sie etwas Geschick. Wählen Sie zunächst nur spannende Inhalte aus und präsentieren diese

so, dass Ihre Schülerinnen gerne mehr erfahren würden. Achten Sie darauf, dass Sie den Anker nicht verwässern. Nutzen Sie ihn deswegen nur für spannende Inhalte und bereichern ihn weiterhin durch mentalmagische Routinen, Rätsel und Geschichten an.

### 3 Mentalmagie als Anreiz-Verstärker nutzen

Wenn Sie mentalmagische Routinen vorführen, möchten Ihre Schülerinnen natürlich auch wissen wie diese funktionieren (s. Kap 2). Diese Neugier können Sie als Anreizmotivation dafür nutzen, um erwünschtes Verhalten aufzubauen bzw. störendes Verhalten abzubauen. Wie das funktioniert, wird in diesem Kapitel beschrieben.

Grundsätzlich wird zwischen Verhaltensaufbau und Verhaltensabbau unterschieden. Beispiele für Verhaltensaufbau sind der zügige und ruhige Arbeitsbeginn, das Erledigen von Hausaufgaben, ruhige Phasenübergänge usw. Ein Beispiel für Verhaltensabbau ist das Unterlassen von Zwischenrufen im Unterricht. Lernpsychologisch wird der Verhaltensaufbau durch sofortige und kontinuierliche Verstärkung des gewünschten Verhaltens erreicht, während der Verhaltensabbau durch sofortige und regelmäßige „Bestrafung“ des unerwünschten Verhaltens erreicht wird. Allerdings führt das Bestrafen eine Reihe unerwünschter Nebenwirkungen mit sich (z. B. Beschädigung der pädagogischen Beziehung). Deswegen wird hier eine Möglichkeit vorgestellt, wie Sie lernpsychologisch wirksam „bestrafen“ können, ohne die Nebenwirkungen in Kauf nehmen zu müssen.

#### **Verhaltensaufbau**

Um wünschenswertes Verhalten aufzubauen bzw. zu verstärken, stellen wir ein spezielles Tokensystem vor, das sich besonders gut bei Schülerinnen in der Mittelstufe (Sekundarstufe 1) anwenden lässt.

##### ***Exkurs: Was ist ein Tokensystem?***

Bei einem Tokensystem werden sofort nach dem Zeigen des erwünschten Verhaltens Tokens, das sind sogenannte Eintauschverstärker, gegeben (z. B. Punkte, Münzchips, Smileys etc.). Die Schülerinnen können diese sammeln und bei einer bestimmten Anzahl von Tokens gibt es eine Belohnung. Diese Token sind für die Schülerinnen in dem Maße attraktiv, in dem auch die zu erreichende Belohnung attraktiv ist.

Der Vorteil eines solchen Tokensystems besteht darin, dass die Lehrerin wünschenswertes Verhalten durch das Geben von Tokens sofort und sehr einfach verstärken kann. Die Schülerinnen bekommen so einen Anreiz, ein Verhalten häufiger zu zeigen, welches sie sonst seltener zeigen.

### ***Ein spezielles Tokensystem mit Mentalmagie***

Die Grundidee dieses Ansatzes ist einfach und ökonomisch: Sie stellen eine mentalmagische Routine am Anker-Platz vor (s. Kap. 2). Wenn die Schülerinnen wissen möchten, wie die Routine funktioniert, nennen Sie den Schülerinnen den „Preis“: Diese müssen eine bestimmte Anzahl von Token erwerben und können sich dann die Auflösung „erkaufen“. Wichtig ist es, dass die Schülerinnen gerade zu Beginn recht schnell Erfolge haben. Im Folgenden erklären wir Schritt für Schritt, wie Sie so ein Tokensystem aufbauen.

#### ***Schritt 1: Einen Verhaltensbereich auswählen***

Definieren Sie ein Verhalten, das die Schülerinnen häufiger zeigen sollen. Prüfen Sie unbedingt, ob die Lerngruppe realistischweise in der Lage ist, dieses Verhalten zu zeigen und somit auch Erfolg zu haben. Es sollte sich um ein klar definiertes Verhalten handeln. Beispiele sind das Anfertigen von Hausaufgaben, Vokabeln lernen, ein ruhiger und rascher Unterrichtsbeginn. Nicht geeignet sind unklare und schlecht definierte Verhaltensweise und große Verhaltenscluster. Ein Beispiel für eine schlecht definierte Verhaltensweise wäre: Die Schülerinnen sollen lieb sein.

#### ***Schritt 2: Anzahl der Token festlegen***

Legen Sie die Anzahl der Token fest, die die Schülerinnen erreichen müssen, damit Sie eine mentalmagische Routine auflösen. Berücksichtigen Sie, dass gerade beim Einführen dieses Systems die Schülerinnen schnelle Erfolge haben sollten. In der Regel erwirbt die gesamte Lerngruppe gemeinsam Token.

#### ***Beispiel für den Verhaltensbereich „Vokabeln lernen“***

Sie fragen in einer Stunde beispielsweise 20 Vokabeln mündlich ab, wobei Sie die Schülerinnen bestimmen, die jeweils eine Vokabel von denen nennen, die sie zuhause lernen sollten. Um das Gefühl willkürlicher Auswahl zu vermeiden („Immer nehmen Sie die dran, die das nicht können!“), können Sie die Schüler auslosen oder auswürfeln (es gibt auch 30-seitige Würfel). Das erhöht die Akzeptanz und baut ggf. Widerstände ab.

Für jede korrekte Vokabel gibt es einen Punkt. Haben die Schülerinnen 37 Punkte zusammen, verraten Sie eine mentalmagische Routine.

#### ***Beispiel für den Verhaltensbereich „Hausaufgaben“***

Ähnlich können Sie auch bei den Hausaufgaben vorgehen. Kontrollieren Sie stichprobenmäßig jede Stunde bei 10 Schülerinnen die Hausaufgaben (es reicht ja schon, gemacht/nicht gemacht). Für jede gemachte Hausaufgabe gibt es wieder einen Punkt. Bei 17 Punkten verraten Sie eine mentalmagische Routine.

### ***Beispiel für den Verhaltensbereich „Ruhiger und schneller Einstieg“***

Sie geben der Klasse vier Punkte, wenn die Schülerinnen bei Ihrem Ankommen in der Klasse unterrichtsfertig an ihren Plätzen sitzen; drei Punkte, wenn sie dafür zwei Minuten benötigen; zwei Punkte, wenn sie dafür drei Minuten brauchen und einen Punkt für vier Minuten. Bei acht Punkten verraten Sie die Auflösung einer mentalmagischen Routine.

Passen Sie die Zeiten und die Punkte so an, dass Ihre Lerngruppe damit Erfolge haben kann und trotzdem einen Fortschritt macht. Manchmal kann es sinnvoll sein, dass man bestimmte Schülerinnen von diesem Spiel ausnimmt, weil sie beispielsweise ADHS haben und den Erfolg der Klasse behindern würden. Das sollte dann wertschätzend im Klassenrat transparent gemacht werden. Wichtig dabei ist, dass nicht einzelne Schülerinnen die ganz Klasse blockieren können.

### ***Fortschritt und Anzahl der Token***

Setzen Sie anfangs den „Preis“ lieber etwas niedriger an, so dass die Schülerinnen schnell einen Erfolg haben und merken, dass es sich lohnt. Steigern Sie danach den Preis, damit das Verhalten automatisiert und nachher unabhängig von der Belohnung gezeigt wird. Damit das für die Schülerinnen einleuchtend erscheint, fangen Sie mit einer einfacheren mentalmagischen Routine an, deren Preis nicht so hoch ist und machen mit einer stärker beeindruckenden weiter, die natürlich eine höheren Preis hat. Starten Sie z. B. mit ***Intuition*** (s. Abschn. Routine 1) und machen Sie als zweite ***Eine Karte unsichtbar machen und aus der Hand verschwinden lassen*** (s. Abschn. Routine 2).

Legen Sie in diesem Schritt auch fest, was Sie als Token ausgeben. Sehr unkompliziert ist ein Poster, auf das Sie Aufkleber in vorgegebene Felder kleben oder diese Felder ausmalen, abhaken etc. Dieses Poster sollte sichtbar aufgehängt werden, so dass der Fortschritt ins Auge fällt. Auch Poker-Chips eignen sich gut.

### ***Schritt 3: Mentalmagische Routine vorführen und Anreiz setzen***

Sie führen die mentalmagische Routine am Anker-Platz vor. Gehen Sie dabei so vor, wie es im Kapitel zwei beschrieben wurde. Wenn die Schülerinnen wissen wollen, wie die Routine funktioniert, nennen Sie den Preis (s. Schritt 2).

### ***Schritt 4: Token sammeln***

Sie wollen, dass die Schülerinnen Erfolg haben, denn Sie wollen, dass sie das gewünschte Verhalten zeigen. Unterstützen Sie die Lerngruppe dadurch, dass Sie noch einmal darauf hinweisen, dass sie jetzt Punkte sammeln können. Ermutigen Sie die Schülerinnen.

Geben Sie aber nur die verabredete Anzahl an Token, wenn das Verhalten auch tatsächlich gezeigt wurde. Lassen Sie nicht mit sich handeln. Geben Sie auch keine Token für anderes Verhalten, was auch wünschenswert ist. Token gibt es nur für das verabredete Verhalten, das Sie ja gezielt aufbauen wollen. Konzentrieren Sie sich dabei zunächst nur auf eine Verhaltensweise.

Und ganz wichtig: Nehmen Sie keine Token wieder weg – egal wie schlimm sich die Schülerinnen auch verhalten. Token sind kein Druckmittel sondern ein Anreizverstärker für ein spezifisches Verhalten.

Noch wichtiger: Freuen Sie sich mit Ihren Schülerinnen über Erreichtes und ermutigen Sie, wenn es noch nicht so gut klappt. Die Beziehungsebene spielt bei dem ganzen Vorgehen die entscheidende Rolle.

### *Schritt 5: Token einlösen*

Haben die Schülerinnen die benötigte Anzahl an Token, ist das ein guter Grund, ein kleines bisschen zu feiern. Zelebrieren Sie die Auflösung einer mentalmagischen Routine ein wenig. Würdigen Sie das Erreichte. Das ist gut für die Beziehungsebene. Die Auflösung präsentieren Sie selbstverständlich vom Anker-Platz aus. Nehmen Sie sich Zeit, lassen Sie die Schülerinnen die Routine selbst durchführen und etwas üben. Leiten Sie die Routine verständlich an.

## **Verhaltensabbau**

Um die Auftretenswahrscheinlichkeit von unerwünschtem Verhalten zu reduzieren, ist lernpsychologisch die sofortige und zuverlässige „Bestrafung“ des Verhaltens indiziert, so dass das Verhalten mit negativem Erleben verkoppelt wird.

Allerdings gehen mit Bestrafungen eine ganze Reihe unerwünschter Nebenwirkungen einher (besonders im pädagogischen Kontext). Bestrafungen führen zu negativen Emotionen, die sich wiederum ungünstig auf das Leistungsverhalten und die Beziehungsqualität auswirken können. Zusätzlich kann Bestrafung die Selbstwirksamkeitserwartung und das Selbstkonzept nachhaltig negativ beeinflussen und zu allgemeiner Verhaltenshemmung führen. Außerdem bedarf es konsequenter Verhaltensüberwachung, was im Rahmen von Unterricht kaum leistbar ist.

Im Kontext der Psychotherapie wurde ein Verfahren entwickelt, das lernpsychologisch wie Bestrafung verhaltensabbauend wirkt, jedoch ohne die unerwünschten Nebenwirkungen. Es wird im Rahmen der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie vielfach bei Verhaltensstörungen eingesetzt. Dieses Verfahren lässt sich wunderbar (und komplett untherapeutisch) im Unterricht anwenden: Das Verstärker-Entzugssystem (Response Cost System). Deswegen stellen wir es hier vor und verknüpfen es mit den Vorzügen der Mentalmagie.

### ***Wie funktioniert ein Verstärker-Entzugssystem?***

Ein Verstärker-Entzugssystem basiert auf der Idee des Tokensystems, wie es oben vorgestellt wurde. Den Kindern und Jugendlichen wird für einen bestimmten und vorher definierten Zeitabschnitt eine bestimmte Anzahl von Token in Aussicht gestellt. Es wird ein Verhalten festgelegt, das abgebaut werden soll (z. B. Zwischenrufen). Jedes Mal, wenn eine Schülerin dieses Verhalten zeigt, wird ein Token abgezogen. Die Schülerinnen bekommen letzten Endes die Token, die am Ende des Zeitabschnittes noch nicht abgezogen wurden.

#### **Beispiel**

Frau Müller möchte das Reinrufen während einer Arbeitsphase abbauen. Für eine zehnminütige Arbeitsphase stellt sie den Schülerinnen zehn Token in Form von Poker-Chips in Aussicht. Diese zehn Chips legt sie sichtbar auf ihren Tisch. Bei jeder Störung durch Reinrufen nimmt sie ein Token weg. Am Ende liegen noch sechs Token da, die die Schülerinnen bekommen.

Der Vorteil dieses Systems liegt darin, dass zwar unerwünschtes Verhalten sofort sanktioniert wird, dass aber gleichzeitig ein positiver Anreiz bestehen bleibt: Nämlich möglichst viele Token zu sammeln.

### ***Die Umsetzung mit Mentalmagie***

Die Umsetzung eines Verstärker-Entzugssystem mit Mentalmagie wird hier Schritt für Schritt beschrieben. Grundsätzlich ist das Vorgehen ganz ähnlich wie beim Aufbau eines Tokensystems zur positiven Verstärkung.

#### ***Schritt 1: Einen Verhaltensbereich festlegen***

Hier ist es wichtig, dass Sie sich auf ein Verhalten bzw. einen Verhaltensbereich festlegen, der sehr spezifisch und für die Schülerinnen prinzipiell erreichbar ist. So ist das Unterlassen von Zwischenrufen für Schülerinnen normalerweise realistisch, Schülerinnen mit ADHS haben damit jedoch mehr Schwierigkeiten. Diese müssen unbedingt berücksichtigt werden. Nur Erfolgserlebnisse führen zu Verhaltensänderungen in die gewünschte Richtung.

#### ***Schritt 2: Anzahl der Token festlegen***

Hier legen Sie erstens fest, wie viele Token die Schülerinnen prinzipiell bekommen können, wenn sie kein unerwünschtes Verhalten zeigen. Die Anzahl sollte so kalkuliert werden, dass die Lerngruppe eine reelle Chance hat, am Ende noch Token übrig zu haben (darin besteht ja der Anreiz und damit die Wirkweise dieses Verfahrens).

Analog zum zweiten Schritt beim Verhaltensaufbau (s. o.) legen Sie jetzt den Preis für die Auflösung einer mentalmagischen Routine fest.

### ***Schritt 3: Mentalmagische Routine vorführen und Anreiz setzen***

Dieser Schritt ist identisch mit dem oben beschriebenen Schritt 3 beim Verhaltensaufbau: Sie führen die Routine am Anker-Platz vor und nennen Ihre Bedingungen für die Auflösung der Routine. Hier sollte für alle klar gemacht werden, dass nur und ausschließlich das definierte unerwünschte Verhalten durch den Abzug von Token sanktioniert wird. Anderes unerwünschtes Verhalten wird nicht durch Tokenentzug „bestraft“. Wenn beispielsweise verabredet ist, dass Reinrufen durch Tokenabzug sanktioniert wird, werden keine Token für vergessene Hausaufgaben abgezogen.

### ***Schritt 4: Wettkampf um Token***

Nehmen Sie hier (spielerisch) eine Haltung ein, die suggeriert, dass Sie Ihr Geheimnis für sich behalten möchten. In diesem Sinne führen Sie einen Wettkampf um die zu gewinnenden Token durch. Durch das Unterlassen des unerwünschten Verhaltens nehmen die Schülerinnen Ihnen Stück für Stück Ihr Geheimnis um die Funktionsweise der mentalmagischen Routine weg.

In Wirklichkeit unterstützen und ermutigen Sie natürlich die Schülerinnen und freuen sich selbstverständlich mit ihnen über gewonnene Token.

Wählen Sie deshalb realistische und gut zu schaffende Zeiträume. Haben Ihre Schülerinnen anfangs Probleme, ihre Impulse zehn Minuten so zu regulieren, dass sie nicht dazwischenrufen, wählen Sie vielleicht erst einmal einen Zeitraum von sieben Minuten und dehnen den Zeitraum nach und nach aus. Erfolgserleben ist für die Selbstwirksamkeit und damit auch für das Gelingen wichtig!!!

Erinnern Sie die Schülerinnen vor Beginn des Zeitraums an den Wettkampf und zeigen Sie, dass Sie sich für die Schülerinnen freuen, wenn diese gut sind.

Nehmen Sie auf keinen Fall Token außerhalb der definierten Zeit weg. Auch anderes unerwünschtes Verhalten darf auf keinen Fall durch Tokenentzug sanktioniert werden.

### ***Schritt 5: Token einlösen***

Dieser Schritt ist identisch mit dem fünften Schritt beim Verhaltensaufbau.