

1. Definition und Arten

Emotionen

Emotionen können nach Hasselhorn und Gold (2022, S. 91) als „komplexe Muster körperlicher und mentaler Veränderungen“ verstanden werden, die „physiologische Erregungen, Gefühle, kognitive Prozesse und Reaktionen im Verhalten als Antwort(en) auf Situationen, die persönlich als bedeutsam (für ein bestimmtes Ziel) wahrgenommen werden“ sind. Dabei können diese Muster relativ andauernd sein oder auch intraindividuell sehr veränderlich, was oft auch als „Stimmung“ bezeichnet wird (Hasselhorn & Gold, 2022).

Bindung

Im Mittelpunkt der Bindungstheorie nach Bowlby steht die Tendenz des Menschen, enge emotionale Beziehungen zu Personen aufzubauen, die ihm Unterstützung und Schutz bieten. Bindung kann in diesem Zusammenhang als ein „affektives Band“ verstanden werden, das als Sinnbild für eine überdauernde, raum- und zeitübergreifende, auf eine bestimmte Person ausgerichtete und emotional bedeutsame Beziehung gesehen werden kann, sodass immer wieder der Wunsch nach Nähe und Kontakt zu dieser Person besteht (Ellinger, 2005).

Sie ist in der Kindheit am stärksten ausgeprägt, bleibt aber ein Leben lang gegeben (Bowlby, 2001). Auch Lehrende können zu Bindungspersonen werden, vor allem dann, wenn Lernende keine andere Bindungspersonen besitzen (Ellinger, 2005).

Ab der Pubertät können vier verschiedene Bindungsrepräsentationen unterschieden werden. *Sicher-autonom* gebundene Kinder messen der Bindungsbeziehung eine hohe Bedeutung bei. *Unsicher-distanziert* gebundene Kinder zeigen dagegen eine eher emotionslose Abwertung der Bindungsperson. Bei *unsicher-verstrickt* gebundenen Kindern ist eine noch konflikthafte Beziehung zur früheren Bezugsperson zu beobachten. Diese eher klassischen Einteilungen können durch eine weitere Repräsentationsform, die *unsicher-unverarbeitete* Bindung, ergänzt werden. Diese tritt auf, wenn es Anzeichen für unbewältigte psychische Traumata oder den Verlust einer Bindungsperson gibt (Ellinger, 2005).

2. Zweck & Funktion für den Lernprozess

Emotionen

Emotionen und Lernen sind stark miteinander verknüpft (Hascher 2010). Dabei wirken sie sich (siehe Abbildung 1) auf mindestens vier Arten von kognitiven Prozessen direkt aus (Pekrun & Schiefele, 1996):

- auf die Auswahl und Nutzung von Strategien
- auf die Prozesse der Informationsspeicherung im Langzeitgedächtnis und Abruf von Vorwissen
- auf die Transformationsprozesse im Arbeitsgedächtnis
- auf Prozesse und Zustände

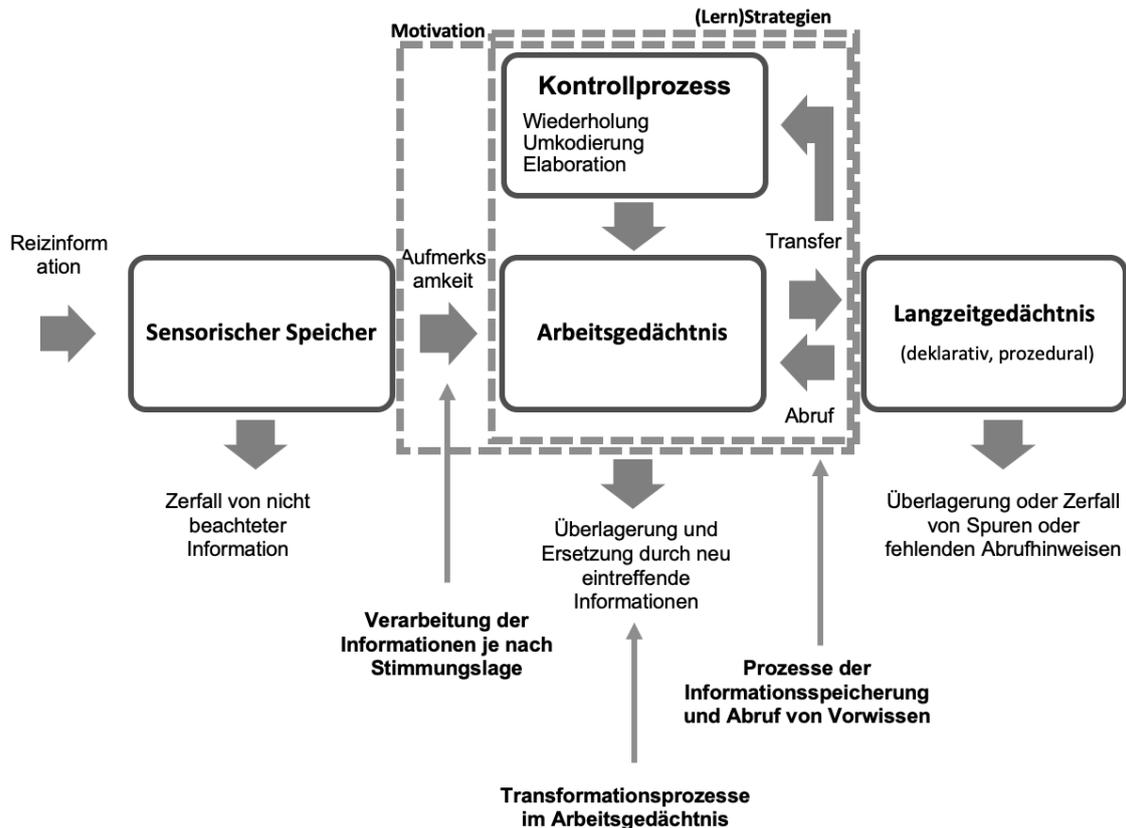


Abbildung 1: Beeinflussungsstellen (hellgrüne Hervorhebung) von Emotionen auf den kognitiven Prozess im Drei-Wege-Modell
Quelle: In Anlehnung an Goschke, 2014

Kuhl (1983) geht davon aus, dass sogar die Informationsverarbeitung von der Stimmungslage der Person abhängt und je nach Emotion anders abläuft. In Bezug auf die Lernleistung können Emotionen in drei Arten unterschieden werden. Zum einen in positive Emotionen, welche sich durch Lernfreude, leistungsbezogene Hoffnungen und Stolz niederschlägt. Zum anderen in negative Emotionen, welche entweder aktivierend oder desaktivierend sein können. Zu den aktivierenden negativen Emotionen gehören beispielsweise Angst und Ärger. Diese sorgen dafür, dass Lernende den Lernprozess trotz negativer Emotionen aufnehmen. Desaktivierende Emotionen dagegen verhindern eine Lernleistung, da sie sowohl die intrinsische als auch die extrinsische Motivation hemmen. Dies können beispielweise Hoffnungslosigkeit oder Langeweile sein (Pekrun & Schiefele, 1996).

Positive Emotionen können dadurch gefördert werden, dass Lernende im Unterricht Kontrollerfahrungen machen können, sei es durch die Wahl eines Themas oder Mitbestimmung bei der Methode. Darüber hinaus ist es förderlich eine „Kultur des Fragens“ zu etablieren, in der die Lernenden keine Angst oder Scham haben, etwas „Dummes“ zu fragen. Gleiches gilt für das Machen von Fehlern, insbesondere im Lernkontext. Lehrende können positive Emotionen auch verstärken, indem sie den Arbeitsprozess und den individuellen Lernfortschritt der Lernenden loben. Vor allem ein Unterricht, der ihnen selbst Spaß macht und einen spielerischen Charakter hat, kann dazu führen, dass sich die Lernenden wohl fühlen und ihre Motivation steigt (Uni-Konstanz, 2022).

Bindung

Jede Bindungs-Repräsentationsform gegenüber der Lehrkraft kann unterschiedliche Auswirkungen auf die Lernleistung der Lernenden haben. Bei einer sicheren Bindung besteht eine vertrauensvolle Beziehung zur Lehrkraft, wodurch der Lernerfolg und der Selbstwert gesteigert werden kann (Ellinger, 2005). Dadurch, dass ein sicher gebundener Lernender häufiger die Lehrkraft um Hilfe bittet, wird zudem die Selbstwirksamkeit der Lehrkraft erhöht, was wiederum zu einer besseren Schüler-Lehrer-Beziehung führt. Darüber hinaus zeigen diese Lernenden eine größere Ausdauer beim Lösen eines Problems oder einer Aufgabe und haben einen größeren Erfindungsgeist. Unsicher gebundene Lernende erwarten dagegen weder von sich noch von der Lehrkraft viel.

Vermeidend-unsicher gebundene Lernende leugnen die Bedeutung des Beziehungsaspektes, sodass sie sich ausschließlich auf den Sachaspekt der schulischen Kommunikation konzentrieren. Sie lassen sich ungerne helfen, auch wenn sie Hilfe benötigen. Bezüglich der Emotionen und Motivation bei der Ausdauer und Informationssuche unterscheiden sie sich wenig von sicher gebundenen Lernenden, allerdings können sie Informationen nicht so planvoll und zielsicher in Handlungen umsetzen wie diese. Unsicher-verstrickte bzw. ambivalente Lernende besitzen ein permanent hyperaktives Bindungssystem, sodass sie dauerhaft mit Beziehungsfragen beschäftigt sind und sie sich am effektiven Lernen selbst hindern. Die Lehrperson erlebt solche Lernenden als abhängig (Ellinger, 2005).

Es lässt sich zusammenfassen, dass eine ausreichend sichere Bindung die Grundlage für Neugier und Erkundungsbereitschaft und somit für das Lernen ist. Darüber hinaus setzt diese Aufmerksamkeitsressourcen frei, welche für die vollständige Ausschöpfung kognitiver Fähigkeiten notwendig sind. Bei Verfügbarkeit der Bindungsperson gehen Lernende kompetent mit neuen Situationen um, sodass es sich weder über- noch unvorsichtig zeigt (Ellinger, 2005).

Ein entscheidender Faktor für eine gelungene Bindung bzw. Schüler-Lehrer-Beziehung ist die Feinfühligkeit der Lehrenden. Im schulischen Kontext gelten Lehrende als feinfühlig, wenn sie angemessen, sensitiv aber unmittelbar auf das Verhalten der Lernenden reagieren. So können Lehrkräfte sogar als professionelle Fürsorge- und Bezugspersonen für die Lernenden fungieren (Bolz, et al., 2019).