

Alma Lea Köhler

Webbasiertes Zeitmanagementtraining und Wirkung auf die Planungskompetenzen von Schüler/innen der Oberstufe

Bachelorarbeit

BEI GRIN MACHT SICH IHR WISSEN BEZAHLT



- Wir veröffentlichen Ihre Hausarbeit, Bachelor- und Masterarbeit
- Ihr eigenes eBook und Buch - weltweit in allen wichtigen Shops
- Verdienen Sie an jedem Verkauf

Jetzt bei www.GRIN.com hochladen
und kostenlos publizieren



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de/> abrufbar.

Dieses Werk sowie alle darin enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsschutz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlanges. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen, Auswertungen durch Datenbanken und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme. Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdrucks, der fotomechanischen Wiedergabe (einschließlich Mikrokopie) sowie der Auswertung durch Datenbanken oder ähnliche Einrichtungen, vorbehalten.

Impressum:

Copyright © 2016 GRIN Verlag
ISBN: 9783346016027

Dieses Buch bei GRIN:

<https://www.grin.com/document/498160>

Alma Lea Köhler

Webbasiertes Zeitmanagementtraining und Wirkung auf die Planungskompetenzen von Schüler/innen der Oberstufe

GRIN - Your knowledge has value

Der GRIN Verlag publiziert seit 1998 wissenschaftliche Arbeiten von Studenten, Hochschullehrern und anderen Akademikern als eBook und gedrucktes Buch. Die Verlagswebsite www.grin.com ist die ideale Plattform zur Veröffentlichung von Hausarbeiten, Abschlussarbeiten, wissenschaftlichen Aufsätzen, Dissertationen und Fachbüchern.

Besuchen Sie uns im Internet:

<http://www.grin.com/>

<http://www.facebook.com/grincom>

http://www.twitter.com/grin_com

**Erstellung und Durchführung eines webbasierten Zeitmanagementtrainings
und Wirkung auf die Planungskompetenzen von Schülerinnen und Schülern
der Oberstufe**

Bachelorarbeit

gemäß § 15 Ordnung für die
Prüfung im lehramtsbezogenen Bachelorstudiengang
an der Johannes Gutenberg-Universität Mainz

Abteilung Psychologie in den Bildungswissenschaften
der Johannes Gutenberg Universität Mainz

vorgelegt von
Alma Lea Köhler
Mainz, im März 2017

Inhaltsverzeichnis

Zusammenfassung	1
Abstract.....	2
Abkürzungsverzeichnis	3
1. Einleitung.....	4
2. Theorie	6
2.1 E-Learning.....	6
2.2 Selbstreguliertes Lernen - Begriffsbestimmung.....	7
2.3 Selbstregulations-Prozessmodell des Lernens nach Schmitz und Wiese	8
2.4 Relevanz von selbstreguliertem Lernen	11
2.5 Aktueller Forschungsstand	12
2.6 Zeitmanagement.....	13
2.6.1 Begriffsbestimmung.	14
2.6.2 Komponenten guten Zeitmanagements.	15
2.7 Zusammenfassung.....	18
2.8 Forschungsfrage	19
3. Methode	21
3.1 Stichprobe.....	21
3.2 Materialien	22
3.2.1 Prä- und Posttest.	22
3.2.2 Webbasiertes Training zur Planung und zum Zeitmanagement.....	23
3.3 Versuchsdurchführung	24
3.3.1 Versuchsdesign.....	24
3.3.2 Versuchsablauf.	24
4. Ergebnisse	26
4.1 Reliabilitätsanalysen und Interne Konsistenz der Skalen	26
4.2 Deskriptive Statistiken	26
4.3 Inferenzstatistik: t-Tests	28
5. Diskussion.....	30
5.1 Wirksamkeit des webbasierten Trainings zum Zeitmanagement.....	30
5.2 Begrenzungen und Kritik	31
6. Fazit und Ausblick	33
Literaturverzeichnis	35
Tabellenverzeichnis.....	42
Abbildungsverzeichnis	43
Anhang A. Beschreibung des Trainings	44
Anhang B. Vorgehensweise bei der Erstellung des Trainings	55

Zusammenfassung

Mit dem Ziel, die Zeitmanagementkompetenz im Rahmen eines Selbstregulationstrainings von Schülerinnen und Schülern der Oberstufe zu fördern, wurde in der vorliegenden Arbeit ein webbasiertes Training entwickelt und evaluiert. Da bereits bestehende, webbasierte Trainings auf Studenten zugeschnitten waren und herkömmliche Trainings aufgrund räumlicher Begebenheiten von traditionellem Unterricht nur eine begrenzte Anzahl an Teilnehmerinnen und Teilnehmern zulassen, wurde ein webbasiertes Training (WBT) für Schülerinnen und Schüler auf Basis des webbasierten Selbstregulationstrainings von Henrik Bellhäuser (2016) für Studenten, erstellt. Das auf der Grundlage des theoretischen Modells von Schmitz und Wiese (2006) basierende Training hat sich bereits in einer Studie als wirksam erwiesen.

Die Wirksamkeit des in dieser Arbeit untersuchten Trainings, wurde mithilfe einer Stichprobe von 83 Schülerinnen und Schülern der Oberstufe unterschiedlicher Gymnasien in Rheinland-Pfalz geprüft. Nur die Experimentalgruppe, bestehend aus 25 Schülerinnen und Schülern, erhielt Zugang zu dem Zeitmanagementtraining. Zudem gab es, um eine Veränderung feststellen zu können, einen Prätest vor dem Training und einen Posttest 1-2 Wochen später, um den Lernzuwachs zu erfassen. Auch die Kontrollgruppe bearbeitete beide Tests. Hierbei konnten signifikant positive Effekte zum Wissen und Verhalten im Bereich Zeitmanagement, sowie im Bereich der Einstellung gegenüber dem Lernen und somit auch der Selbstwirksamkeit innerhalb der Experimentalgruppe, festgestellt werden. Diese Ergebnisse lassen eine positive Wirksamkeit des WBT vermuten. Aufgrund der kleinen Stichprobe und der geringen Anwendungsdauer von ein bis zwei Wochen sind diese Ergebnisse jedoch nur sehr vorsichtig zu interpretieren.