

# Zeit ist mehr als das, was man an der Uhr abliest

## Reflektierter Umgang mit Zeit als bedeutsamer Faktor in der Schule

Sabine Höflich<sup>1</sup>

### Zusammenfassung

Zeit ist ein Faktor, der in jeder Sekunde des Lebens eine Rolle spielt. Dabei ist die objektiv messbare Uhrzeit nicht zwangsläufig gleichbedeutend mit subjektiver Erlebniszeit. Den Umgang mit dem Faktor Zeit zu lernen und sich in freudvolle Momente vertiefen zu können, sich nicht durch größere Geschwindigkeit und Gleichzeitigkeit zu Hektik und letztendlich in die Überforderung und Erschöpfung treiben zu lassen, sollte daher auch im Schulsystem unter Berücksichtigung der individuellen Bedürfnislage und der momentanen Entwicklungsphase der Schülerinnen und Schüler mitgedacht werden.

### Life is an one-time offer. Use it well

#### Abstract

Time plays a central role in every second of our life. Measurable time is not synonymous with subjective experienced time. Learning to manage time and to enjoy moments of life is important to avoid that speed and simultaneity lead to overwork and exhaustion. In school, it's also necessary to think of students' individual needs and actual phases of development while considering time.

#### Schlüsselwörter:

Zeit  
 Zeitmanagement  
 Emotional erlebte und metrische Zeitmessung  
 Zeitempfinden  
 Rhythmisierung des Unterrichts

#### Keywords:

time  
 time management  
 Emotionally experienced and metric timing  
 perception of time  
 timing in class

## 1 Einleitung

Zeit ist das, was man von der Uhr abliest (Albert Einstein).

Eine Uhr kann stehen bleiben, die Zeit aber geht weiter. Schnelligkeit und Gleichzeitigkeit, also Zeitverdichtung, bestimmen unser Tun. Wer lässt sich nicht hetzen und empfindet keinen Zeitdruck, wer läuft mit übersteigertem Aktionismus vor etwas davon oder hektisch hinterher?

Betrachtet man Zeit mehr als eine Maßeinheit, die man an der Uhr abliest, wird ein verantwortungsbewusster Umgang mit Zeit auch in der Schule so bedeutsam, dass es in allen Lebensbereichen und Gegenständen gleichsam wie ein didaktisches Prinzip mitgedacht werden sollte.

Reflektiert und achtsam agierende Lehrpersonen sind sich bewusst, dass verantwortungsvolles Zeitmanagement Einfluss auf Wohlbefinden und personalen, sozialen, fachlichen und methodischen Kompetenzaufbau hat.

Folgende Ausführungen beschäftigen sich mit der Frage, in welchen Spannungsfeldern, die die Zeitkomponente beinhalten, sich schulisches Handeln bewegt.

<sup>1</sup> Pädagogische Hochschule Niederösterreich, Mühlgasse 67, 2500 Baden.  
 Korrespondierende Autorin. E-Mail: [sabine.hoeflich@ph-noe.ac.at](mailto:sabine.hoeflich@ph-noe.ac.at)

Die Bedeutung von kontemplativer Versenkung für den einzelnen/die einzelne sowie von Bindung als unsichtbares Band, das Raum und Zeit verbindet, und der Grundlage von selbstbestimmter Zeit für problemlösendes, kreatives und soziales Verhalten wird ebenso thematisiert wie subjektives Zeitempfinden, schulische Strukturierungshilfen, Langeweile und Pausen.

## 2 Zeit für mich. Zeit für Beziehung

Je jünger ein Kind ist, umso weniger ausgeprägt ist sein Zeitbegriff.

Babys haben ein völlig unreflektiertes Zeitempfinden. Da Menschen von Geburt an wahrgenommen werden, sich verstanden fühlen und Resonanz erfahren wollen, braucht es Zuneigung und Geborgenheit sowie die Rückmeldung, dass die Person selbst mit ihren individuellen Bedürfnissen wahrgenommen wird. Hierbei bedarf es eines Ortes, in dem sie geborgen ist, Mitgefühl erlebt und ein Klima der Unterstützung erfährt. Beziehung bedeutet Authentizität, in der sich Gefühle darstellen und die Gleichwürdigkeit des Kindes als etwas Selbstverständliches anerkannt wird, und ermöglicht so Bindung, die als unsichtbares Band Raum und Zeit verbindet. (Ghanim & Schimak, 2014; Roth, 2011)

Im Kindergarten prägt das subjektive Zeitempfinden das Erleben. Die Kinder spielen und leben scheinbar zeitlos, und eine Zeitspanne erscheint ihnen so lange wie sie diese emotional empfinden. Allzu enge Taktung oder ständige Unterbrechung erleben sie als Stress, da sie daran gehindert werden, in eine Tätigkeit einzutauchen, ganz im Tun aufzugehen und um der Sache willen dran zu bleiben. Denn dazu braucht es Vertiefungszeit, Zeit für Probieren, Nachahmen und Variieren. Diese kontemplative Versenkung ins Tun ist für das Begreifen und Einprägen unerlässlich und darf auch in späteren Jahren nicht vernachlässigt werden. Die Erfahrung, Zeit zu haben und sich selbst strukturieren zu können, ist für die Ausbildung von Selbstwert, Selbstwahrnehmung und Selbstwirksamkeit bedeutsam. (Haug-Schnabel, 2016)

## 3 Zeit für Schwäche, um stark zu werden

Die Basis gelingender pädagogischer Prozesse bildet die Beziehungsebene, die gemäß dem Alter und der Entwicklung der Kinder und Jugendlichen unterschiedlich gestaltet wird. Einlassen auf Beziehung und sich Zeit zu nehmen, um sich mit jedem Kind ehrlich auseinander zu setzen, ihm mit Respekt zu begegnen und das Gefühl des Ernstgenommen-Werdens, der Zugänglichkeit und Aufrichtigkeit sind bedeutsam, um ein stabiles Vertrauensverhältnis zwischen Lehrperson und Schülerinnen und Schülern aufzubauen.

Neben einer stabilen Bindung zu einer Bezugsperson gelten eine positive Selbstwahrnehmung, positives Temperament, hohe eigene Kognition, soziale Kompetenz und aktive Bewältigungsstrategien als Ressourcen um Resilienz, psychische Stärke und Widerstandsfähigkeit, aufzubauen. (Roth, 2011)

Gerade in einer Zeit, in der es notwendig ist, sich originell, unkonventionell und innovativ ständig neuen, sich rasch wandelnden Gegebenheiten und Einflüssen zu widmen, ist eine positive Fehlerkultur unerlässlich. Um Fehler als Herausforderung annehmen und als Chance nützen zu können, bedarf es neben dem Bewusstmachen des möglichen Potentials der Erkenntnis einer Schutz versprechenden, stabilen Beziehung, in der eine positive Fehlerkultur herrscht und Zeit und Raum für Fehlermachen, Reflexion und Lernen aus Konflikten, Problemen und Widerständen zur Verfügung steht.

Es bedeutet zunächst zeitlichen Mehraufwand, die Schülerinnen und Schüler selbst auf Fehlersuche gehen zu lassen. Kindern und Jugendlichen zuzutrauen, Fehler selbst zu finden, Überlegungen und Begründungen sprachlich zu formulieren, im Team darüber zu diskutieren und gemeinsam nach Ursachen und Lösungsmöglichkeiten zu suchen, fördert mehrdimensionalen Kompetenzaufbau, welcher nicht nur auf fachlicher, sondern auch auf personaler und sozialer Ebene stattfindet.

Weiters sollte in der Schule eine fehlerfreundliche Haltung gelebt werden können. Dies bedeutet, dass es selbstverständlich ist, dass in fachlichen wie in zwischenmenschlichen Abläufen Fehler passieren können, dass man sich deswegen schlecht fühlen kann, aber dies nicht zwangsläufig tun muss, und dass es normal und gleichzeitig mutig ist, Verantwortung zu übernehmen. Umwege können Lernchancen sein und sind nicht nur bei fachlichen Fragen selten überflüssig, sondern können in sozialen und gesellschaftlichen Problemfeldern auf unerfüllte Bedürfnisse, Unzufriedenheit oder Widerstände und Krisen hinweisen.

Gelingt es dem Individuum, sich selbst zu nehmen, wie es ist und die Eigenarten der anderen zu akzeptieren und diesen mit Freundlichkeit und Höflichkeit zu begegnen, kann ein gutes Auskommen miteinander stattfinden.

Werden Probleme nicht verfolgt und Problemlösung mit Arrangieren mit Gegebenheiten gleichgesetzt, sind diese Beziehungen eher flach und nicht konfliktstark. Diese sind bei Herausforderungen oft nicht stark genug, um Beschämung oder Ausgrenzung zu vermeiden, da der Mensch als Subjekt seiner Selbst anerkannt werden muss und die individuelle Selbstrealisierung die Grenzen in der Selbstrealisierung der anderen hat. Es bedarf Raum, Zeit und Gelassenheit, um sich mit Konflikten und komplexen Fragestellungen auseinanderzusetzen. Oft anstrengend und mühsam, bieten diese herausfordernden, komplexen Lernprozesse, in denen allen Beteiligten in ihrem Recht auf Akzeptanz und Individualität in Achtsamkeit und Sorgfalt begegnet werden soll, ein Übungsfeld um Problemlösekompetenz aufzubauen.

Dies verlangt neben persönlichem Mut eine sichere, vertrauensvolle Basis, in der eine authentische Beziehung gelebt wird, jedem/jeder Selbstfähigkeit und den Willen zur Entfaltung zugesprochen wird und die Anstrengung jedes/jeder einzelnen beim Setzen und Verfolgen von Zielen gesehen und anerkannt wird. (Fröhlich-Gildoff & Rönna-Böse, 2009; Fröhlich-Gildoff, 2012; Hammerer, 2005; Höflich, 2016; Prediger & Wittmann, 2009; Thiersch, 2015)

## 4 Zeit für haltgebende Sicherheit und Zeit für Freiheit

### 4.1 Möglichkeiten äußerer Strukturen

In einem humanistischen Verständnis von Erziehung und Bildung bedarf es der Akzeptanz der Einmaligkeit der Person und des Einlassens auf den Balanceakt von Nähe und Distanz, denn dort spielt sich Beziehung ab. Um die Erfahrung der Kraft der eigenen Entscheidung und der Wirksamkeit des Tuns zu machen, welche notwendig ist, um sich neuen Dingen zu öffnen, bedarf es Geduld und Zeit.

Ändert eine Lehrperson von einem Tag auf den nächsten Strukturen gemäß dem Motto „Teilt eure Zeit frei ein!“, schafft dies Unsicherheit, welche Verlust- und Versagensängste mit sich bringen kann. Besonders Kinder, die in wenig Stabilität bietenden familiären Verhältnissen aufwachsen, traumatische Ereignisse erlebt haben oder von der Persönlichkeitsstruktur ängstlich und schüchtern sind, brauchen einen schützenden Rahmen. In vielen Fällen sind diese mit einer plötzlichen, nicht vorhersehbaren bzw. unangekündigten Änderung überfordert. Auf den Zusammenbruch gewohnter Strukturen reagieren viele mit Rückzug, Regression oder Aggression. (Roth, 2011)

Langsame Änderungen wie der Einsatz von Übungsvarianten, die jedes Mal ein wenig verändert werden, und die schrittweise Erweiterung der Wahlmöglichkeiten und Freiheiten wie die freie Wahl von Arbeitspartnern/-partnerinnen oder Arbeitsformen führen zu immer selbständigerer Einteilung der Zeit. Von freier Wahl der Abfolge der Erledigung der Arbeit über Tages- bis hin zu Wochenplänen sowie Erstellung individueller Lernpläne sind daher besonders für jene geeigneter, um Selbständigkeit und Eigenverantwortlichkeit zu erweitern.

Sind die Schülerinnen und Schüler gewohnt, in geöffneten Strukturen zu arbeiten, ist die Beobachtung dessen, woran Kinder gerade arbeiten, für Lehrerinnen und Lehrer aufschlussreich und kann auch für Mitschülerinnen und Mitschüler inspirierend wirken. Wahlmöglichkeiten bieten die Chance, sich selber kennen und einschätzen und Bedürfnisse wahrnehmen zu lernen. In voller Konzentration ohne Blick auf die Uhr zu arbeiten und genügend Zeit zu haben, im Tun völlig aufzugehen und erst dann die Arbeit zu beenden, wenn sie für das Individuum beendet ist, erzeugt das Gefühl von Zufriedenheit. Nicht die Lehrperson beschließt, ob ein Werk fertig ist, sondern die Schülerin oder der Schüler selbst.

Wird dies nie erlebt, kann dies zu unerwünschten Verhaltensweisen führen, die Kinder und Jugendliche zeigen, die nie zu einem Ende kommen und so lange malen und schreiben, bis nichts mehr zu erkennen ist bzw. das Werk keinen Sinn mehr gibt und daher ihren Erfolg nicht wahrnehmen können. Andere meinen wiederum, nach kurzer, oberflächlicher Betrachtung bzw. Bearbeitung auch schon wieder fertig zu sein. Letzteres kann aber auch durch Arbeitsmittel ausgelöst werden, wenn zu viel oder zu strukturiertes Material wenig Möglichkeiten bietet, um kreativ werden zu können. Um Monotonie zu vermeiden, bedarf es einer anregungsreich gestalteten Umgebung, in der immer wieder kleine Veränderungen vorgenommen werden. Für manche Kinder ist es frustrierend, dass ihre Werke nicht fertig werden bzw. wieder weggeräumt werden müssen und so längerfristige Projekte nicht realisiert werden können. Dies zu thematisieren, Lösungsvorschläge der Kinder einzubeziehen und zu reflektieren, ob sich zeitliche und räumliche Möglichkeit

bieten, etwas Begonnenes stehen zu lassen, um am nächsten Tag oder in Phasen im Tages- oder Wochenablauf, in denen Zeit für freies Spiel oder für Freiarbeit eingeplant ist, wieder weiterzuarbeiten, könnte einen Beitrag zu demokratischer Schulkultur leisten. (Haug-Schnabel, 2016; Schirp, 2004)

## 4.2 Ablauf kreativer Lernprozesse

Menschen wünschen sich Sicherheit und streben gleichzeitig nach Freiheit. Dieses Spannungsfeld im menschlichen Erweiterungsstreben zeigt sich auch in Innovations- und Problemlöseprozessen.

Einerseits bedarf es eines strukturellen Rahmens und konkreter Vorgaben, um sich nicht in Details zu verlieren und Prioritäten zu vernachlässigen, um nicht unbeabsichtigt abzuschweifen und plötzlich andere Projekte oder Belanglosigkeiten zu verfolgen oder um nicht plan- und ziellos in den Tag zu leben und den Fokus oder das Interesse für die eigentliche Sache zu verlieren. Daher bilden thematische Grenzen und konkrete Ziele, sozialer Druck und zeitliche Grenzen, beispielsweise durch eine Präsentation oder einen Abgabetermin, meist die Rahmenbedingungen für kreative Prozesse.

Andererseits braucht man genügend Zeit, um den gesamten Kreativitätsprozess zu durchlaufen. Manchmal beginnt dieser mit der Verleugnung des Problems und erst nach einem gewissen Zeitraum wird dieses erkannt. Um Widerstände zu überwinden, muss man sich Zeit nehmen, um aus der Emotion zu kommen und die Botschaft, die hinter diesen steht, bzw. das Gefühl, welches ausgelöst wurde, zu verstehen. Auch wenn auf den ersten Blick bzw. im ersten Moment etwas negativ und unlösbar erscheint, beginnt die Suche nach Positivem, sobald die Möglichkeiten und Chancen, die Veränderung bieten kann, erkannt werden. Kommt es zur Erkenntnis, dass Probleme spannende Herausforderungen, welche veränderbar bzw. lösbar sind, und auch Chancen sein können, folgt der Phase der Problemidentifikation die Vorbereitungsphase, in welcher notwendige Informationen und Fakten gesammelt werden. Nicht immer steht das Agieren als alleinige Vorgehensweise zur Diskussion. Manchmal ist eine Pause notwendig, damit Abstand gewonnen werden kann und sich Dinge entwickeln können. Unter Umständen müssen gewisse Tatbestände auch als gegeben und momentan nicht veränderbar akzeptiert werden. Anschließend werden bei der Ideenfindung unterschiedliche Lösungsansätze entwickelt. Scheitern, Umplanen und Reorganisation gehören dabei zum Prozess. Vollendete Zeit ist nicht gleichzusetzen mit vollgefüllter Zeit. Ein Rückblick, Zwischenevaluationen, Erprobungsphasen und schöpferische Unterbrechungen können während des gesamten Prozesses ihre Berechtigung haben. Ein Moratorium als Unterbrechung, um darüber zu reflektieren, was bisher erfolgreich gewesen ist und zu überprüfen, ob sich der Weg auch tatsächlich als zielführend erweist, kann bedeutsame Erkenntnisse mit sich bringen. In der letzten Phase werden erfolgversprechende Lösungsmöglichkeiten ausgewählt und realisiert. Ideen gelten dann als kreativ, wenn diese umgesetzt und etwas Neues und Originelles, Nützliches und Angemessenes, Qualitätsvolles und Wertvolles entsteht.

Das Ende eines erfolgreichen kreativen Prozesses ist gleichzeitig der Beginn eines neuen. Mit der Beantwortung einer Frage werden oft mehrere neue Fragen aufgeworfen oder es treten innovative Ideen, deren Umsetzung es bedarf, zu Tage. Denn Erfolgserlebnisse führen ebenso wie Resonanz zu einer Ausschüttung von Glückshormonen sowie einer Mischung von Oxytocin, dem Vertrauens- und Beziehungshormon, und von Dopamin, dem Neurotransmitter für Belohnungserwartung, der für Motivation und Antrieb sorgt, also zum Streben nach neuen Erfahrungen und zur Bereitschaft sich anzustrengen. So wird das Erfolgserlebnis zum Ausgangspunkt für neue Abenteuer, Wagnisse und Herausforderungen. (Bauer, 2014; Gebauer, 2012; Heintel, 2016; Höflich, 2014)

## 5 Zeit für Pausen, um konzentriert arbeiten zu können

Schule ist „work in progress“. Es gibt kaum einen Augenblick, bei dem das Gefühl entsteht, alles wäre erledigt. Daher ist es bedeutsam, auf die Rhythmisierung des Schulalltages sowie von Arbeitsprozessen zu achten anstatt ruhelos auf ein bestimmtes Ziel oder die Fertigstellung eines Produkts hinzuarbeiten. Es ist normal, dass bei komplexen, anstrengenden Arbeiten auch das Moment des Stillstandes, des Scheiterns, des Motivationstiefs oder der Erschöpfung eintritt. Pausen, Aktivitätswechsel oder Belohnungsphasen sind daher erlaubt und sollten nicht mit Schuldgefühlen, die Stress auslösen und den subjektiv empfundenen Wert des bereits Geleisteten mindern würden, einhergehen, sondern als Teil des Prozesses betrachtet werden. Der Genuss des schönen Augenblicks, die Kunst des Verweilens und der ästhetischen Kontemplation müssten in der Schule einen Platz finden, da Innehalten, Erholung und Reflexion des bisher Geschafften viel zum

Wohlbefinden aller Beteiligten beitragen kann, was sich letztendlich produktiv auf das Lernklima und -verhalten auswirkt.

Bei der Planung gebundener Unterrichtseinheiten werden die strukturellen, psychosozialen und themenspezifischen Voraussetzungen und Möglichkeiten der Klasse und die Konsequenzen für das Zeitmanagement einbezogen. Phasenmodelle der Unterrichtsplanung versuchen allgemeindidaktische Verlaufsvorstellungen und Unterrichtsprinzipien unter Beachtung fachwissenschaftlicher und fachdidaktischer Denkweisen und Erfordernisse methodisch umzusetzen. Dabei sollen Phasen der Selbsttätigkeit der Schülerinnen und Schüler die zeitlich längste darstellen, die Phasen davor dienen dem emotionalen, sozialen und fachlichen sowie methodischen Einstimmen und Vorbereiten. Der Arbeitsphase folgt beispielsweise im Modell nach Grell (2011, S. 274) eine „Auslöschungsphase“, eine kurze, intendierte Unterbrechung des Unterrichts, die der kurzfristigen Erholung und der Aufrechterhaltung der Konzentration dient, bevor Lernergebnisse präsentiert und evaluiert werden sowie Feedback gegeben wird.

Unabhängig von der Organisationsform der Schule – verschränkter Ganztagesunterrichts, bei dem Lern- und Freizeitaktivitäten einander abwechseln und strukturell Abwechslung auf Basis von fixierten Zeitblöcken stattfindet oder Vormittagsunterricht – sollen die Bedürfnisse und Interessen der Schülerinnen und Schüler und die verschiedenen Möglichkeiten, die ein Thema bietet, in den Mittelpunkt gestellt werden. Neben dem Einsatz verschiedener Methoden sowie wechselnder Sozialformen und Präsentationstechniken können beispielsweise vielfältiger Medieneinsatz bzw. Ermöglichung des Gebrauchs unterschiedlicher Medien und die Anregung abwechslungsreicher Schülertätigkeiten beim Bearbeiten eines Themas in möglichst fächerübergreifenden, an der Lebenswelt orientierten Weise mit Berücksichtigung von unterschiedlichsten Bedürfnissen von Rückzug bis Bewegung einen Beitrag zur Rhythmisierung leisten. Je offener Unterricht gestaltet wird, umso mehr erhalten die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit durch die freie Wahl von Ort, Raum, Sozialform, Inhalt und Zeit ihre Neugierde selbstbestimmt und eigenverantwortlich zu befriedigen und ihren Interessen nachgehen können. Ansprechender Unterricht, der die Aufmerksamkeit und Motivation der meisten Schülerinnen und Schüler aufrechterhält, braucht das Element der Abwechslung von Anregung und Ruhe sowie von Anspannung und Entspannung, da das Gehirn Zeit braucht, um in Ruhe neue Informationen zuzuordnen, zu vernetzen und zu speichern. Der Verarbeitungsprozess sollte nicht durch neue Informationen gestört werden, besonders hinderlich wären ähnliche Inhalte. Denn um die Konsolidierung, die Festigung des Gelernten, zu fördern, ist es notwendig, die Ähnlichkeitshemmung zu verhindern, die durch das zeitlich zu nahe Präsentieren ähnlicher Inhalte entsteht und die Wahrscheinlichkeit von Verwirrung und Verwechslung erhöht.

Daher bringen effektiv eingeplante sowie bedürfnisorientierte individuelle Pausen keinen Zeitverlust mit sich, sondern durch eine bessere Behaltensleistung letztlich Zeitgewinn, Wohlbefinden und Lernerfolg sowie Reduzierung von Zeitdruck und Stress. (Bauer, 2014; Höflich, 2014; Schachl, 2005)

## 6 Zeit für Vergangenes, Gegenwärtiges und Zukünftiges

### 6.1 Zeiterleben im Wandel des Alters

Im Kindergartenalter spielt das Hier und Jetzt die tragende Rolle. Zeiterleben findet zyklisch statt, von Naturbezogenem wie dem Jahreskreis über das Innehalten bis zum Wiederkehren und Aufgreifen von Bekanntem.

Schulische Zeitgestaltung wird verstärkt linear, da viel Neues vermittelt wird. Trotz der Vielfalt und Diversität an Inhalten und Themen bleiben aber zyklische Elemente wie der Ablauf des Jahres wie auch das Aufgreifen, Wiederholen, Üben sowie das Vertiefen und Erweitern von Inhalten von Bedeutung.

Je mehr Sicherheit in Abläufen vorherrscht, umso besser gelingt es, die Gegenwart als Voraussetzung für Zukünftiges zu erkennen, in Planungen den Faktor Zeit zu berücksichtigen und auch emotionale wie soziale Elemente zu integrieren. So gibt es durchaus Momente, in denen es gilt, konkurrierende Motive und Ziele auf einer Zeitachse nacheinander anordnen zu können und so Prioritäten zu setzen. (Haug-Schnabel, 2016)

Auch Jugendliche leben meist stark gegenwartsbezogen. Besonders in der heutigen Zeit machen sie die Erfahrung rascher Veränderungen im Berufsleben, bei der Freizeitgestaltung und der Mediennutzung sowie des permanenten gesellschaftlichen Wandels. Schule soll neben dem Blick in die Vergangenheit und auf die Erkenntnisse, Entdeckungen und auch die Fehler und Trugschlüsse der jeweiligen Epoche, besonders den Gegenwarts- und Zukunftsaspekt im Fokus haben, wobei letzteres angesichts der immer rascheren Veränderungsprozesse auch herausfordernder wird, da diese oft ungewiss erscheint. Um Inhalte auf den Alltag und die aktuelle Lebenssituation zu beziehen und Pädagogik der persönlichen Betroffenheit mit Einbeziehung

sprachlicher und nicht sprachlicher, szenischer, bildlicher und kommunikativer Mittel zu verfolgen, sind Methoden wie Peerlearning, Projekte und Rollenspiele meist besser geeignet bzw. nachhaltiger als auf linearem Weg zurückzublicken oder bloßes Auswendiglernen. Lernen und handlungsfähig werden bedeutet nämlich, dass der/die Jugendliche nicht durch Zwang, Drill und Druck sowie unreflektiertes Wiedergeben von Inhalten die Schule absolviert. Lernen im heutigen Verständnis soll eine Erweiterung der Person darstellen. Es geht um Aneignung mit Identitätsaspekt, der Kommunikation und Gruppenlernen notwendig macht. Dies braucht Zeit, kritisches Innehalten, Raum für Kritik und demokratische, altersgemäße Strukturen. Schule bietet dem/der Jugendlichen die Möglichkeit seine/ihre Entwicklungsbesonderheit auszuspielen, und dient als Schutzraum, in dem Konflikte ausgetragen, an Grenzen gegangen und Spannungen im geschützten Rahmen erlebt werden können. Die Möglichkeit zur Mitbestimmung unterstützt Selbstfindungsprozesse. (Böhnisch, 2016; Roth, 2011)

## 6.2 Subjektives Erleben von Zeit im Schulalltag

Da es weder einen physikalischen Auslösereiz für Zeitempfinden noch ein Sinnesorgan für die Zeitwahrnehmung gibt, stimmen subjektives Zeiterleben und objektiv messbare, durch die Uhrzeit verkörperte und relativ gleich verstreichende Welt-Zeit nicht überein. So scheinen Minuten und Stunden, in denen Zeit lustvoll, vertieft und angenehm verbracht wird, viel schneller zu vergehen, während Phasen der Langeweile oder des Desinteresses sowie Unangenehmes quälend langsam verstreichen. Diese sinnentleerte, gedehnt erscheinende Zeit wird rückblickend nur kurz in der Erinnerung gespeichert, während die positiv empfundene Zeit viel genauer, länger und anhaltender empfunden und gespeichert wird. Rückerinnerung gibt daher Auskunft über unterschiedliche Qualitäten, der metrischen, der erlebten und der emotionalen Zeitmessung.

Im Alltagsgeschehen von Bildungsinstitutionen ist eine Strukturierung des Schultages und eine Reflexion des Tages wichtig, um einerseits Orientierung zu bieten, andererseits auch das Bewusstsein und die Erinnerung auf Geleistetes zu lenken, um Geschehenes zu verbalisieren und Reflexion von Zeitmessung zu fördern. Eine regelmäßige Reflexion des Umgangs mit Zeit kann helfen, diese bewusster zu gestalten, diese genießen zu können und weniger Stress und dafür Zufriedenheit zu empfinden. Da subjektive Zeit in Abfolge und Beschaffenheit des Ereignisses stark davon abhängig ist, ob diese als angenehm bzw. sinnvoll oder als langweilig empfunden wurde, bieten Phasen des Bewusstmachens, der Verbalisierung und des Austausches darüber, was an einem Schultag bzw. während eines Lernprozesses gemacht, erlebt und geschafft wurde, den Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit ihre Leistungen bewusst wahrzunehmen. Durch Verschriftlichung der Reflexion wird dieser Prozess noch intensiviert und erhält mehr Verbindlichkeit und Nachhaltigkeit. (Helfrich-Hölter, 2016; Poltrum, 2016; Tauss, 2016)

## Resümee

Die Themen Zeitmanagement, Zeitdruck und Beschleunigung machen auch vor Bildungsinstitutionen nicht Halt. Förderlicher Umgang mit Zeit in der Schule bedarf eines reflektierten Umfelds, das in seiner Vorbildfunktion sinnvolles Zeitmanagement vorlebt und Strategien vermittelt, das Rücksicht auf das kindliche Zeitempfinden nimmt, Sicherheit durch zeitlich festgelegte Strukturen gibt und Entfaltungsmöglichkeiten sowie Spielräume durch zeitliche Freiräume ermöglicht und die Bedeutung von Pausen, Vertiefen und Versenken für effektives Arbeiten aufzeigt. Teils durch äußere, teils durch innere Organisation bestimmt der Faktor Abläufe mit und kann durch bewusste Reflexion, durch geplante Aktion und flexible Handhabung sinnstiftend genützt werden.

## Literatur

- Bauer, J. (2014). Wie entwickelt das Kleinkind soziale Kompetenz? Gene, Motivationssysteme, Spiegelneurone. In A. M. Kalcher & K. Laueremann (Hrsg.), *Vorbilder. Erziehen wohin?* (S. 36-45). Salzburg.
- Böhnisch, L. (2016). Pädagogik braucht ihre Zeit. 65. Internationale Pädagogische Werktagung Salzburg, 12.7.2016. Online verfügbar unter <http://www.bildungskirche.at/Werktagung/Pressebericht14716.aspx>, zuletzt geprüft am 18.7.2016.
- Fröhlich-Gildoff, K. & Rönau-Böse, M. (2009). Resilienz München.

- Fröhlich-Gildoff, K. (2012). Gewaltprävention und -intervention als Bestandteil der Organisationsentwicklung in Kindergarten und Schule. In A. M. Kalcher & K. Lauermaun (Hrsg.), *Die Macht der Aggression* (S. 142-172). Salzburg.
- Gebauer, K. (2012). Gefühle erkennen, sich in andere einfühlen. So entstehen Kindheitsmuster für Empathie. Soziale und antisoziale Triebe im Kindes- und Jugendalter. In A. Neider (Hrsg.), *Wie lernen Kinder Empathie und Solidarität?* (S. 39-64). Stuttgart.
- Ghanim, D. & Schimak, A. (2014). Beziehungskompetenz in der Kinder- und Jugendpsychiatrie oder warum wir uns über unsere Fehler eigentlich freuen sollten. In: Was das Beste ist, sage immer noch ich! Mach das (gem)einsame Scheitern gescheiter? Abstract zum Referat im Rahmen des 8. Hinterbrühler Symposiums. Hinterbrühl, 24.
- Grell, J. (2011). Unterrichtsrezepte. Weinheim und Basel
- Hammerer, F. (2005). Der Fehler – eine pädagogische Schlüsselsituation und Herausforderung. In R. Fischer & P. Heitkämper (Hrsg.), *Montessori Pädagogik. Aktuelle und internationale Entwicklungen* (S 367-382). Münster.
- Haug-Schnabel, G. (2016). Mehr als ein Blick auf die Uhr. Wie Kinder die Zeit erleben. 65. Internationale Pädagogische Werktagung, Salzburg, 14.7.2016. Online verfügbar unter <http://www.bildungskirche.at/Werktagung/Pressebericht14716.aspx>, zuletzt geprüft am 18.7.2016.
- Helfrich-Hölter, H. (2016). Der verborgene Horizont. Psychologische Aspekte der Zeit. 65. Internationale Pädagogische Werktagung, Salzburg, 13.7.2016. Online verfügbar unter <http://www.bildungskirche.at/Werktagung/Pressebericht13716.aspx>, zuletzt geprüft am 18.7.2016.
- Heintel, P. (2016). Geld ist Zeit. 65. Internationale Pädagogische Werktagung Salzburg, 12.7.2016. Online verfügbar unter <http://www.bildungskirche.at/Werktagung/Pressebericht12716.aspx>, zuletzt geprüft am 18.7.2016.
- Höflich, S. (2016). Anerkennung und Störung – Störung anerkennen?! Schwierigkeiten, Widerstände und Konflikte als (schulische) Gegebenheiten und die Bedeutung von Anerkennung. *R&ESource. Open Online Journal for Research and Education*. Online verfügbar unter <http://journal.ph-noe.ac.at/index.php/resource/article/view/293>.
- Höflich, S. (2014). Verlässlichkeit – Gegensatz von Kreativität oder Grundlage kreativer Prozesse? Online verfügbar unter <http://journal.ph-noe.ac.at/index.php/resource/article/view/61>, zuletzt geprüft am 31.5.2016.
- Poltrum, M. (2016). Schrittmacher der Wirklichkeit. *Die Furche*, 7.7.2016, 3.
- Prediger, S. & Wittmann, G. (2009). Aus Fehlern lernen – (wie) ist das möglich? Vorversion eines Artikels in PM 7,2009. Online verfügbar unter [http://www.schulentwicklung.nrw.de/angebote/materialdatenbank/upload/2507/864671\\_3\\_2\\_4\\_PM\\_27\\_09\\_\\_Fehler.pdf](http://www.schulentwicklung.nrw.de/angebote/materialdatenbank/upload/2507/864671_3_2_4_PM_27_09__Fehler.pdf), zuletzt geprüft am 13.7.2015.
- Roth, G. (2011). Bildung braucht Persönlichkeit. Wie Lernen gelingt. Stuttgart.
- Schachl, H. (2005). Was haben wir im Kopf? Die Grundlagen für gehirngerechtes Lehren und Lernen. Linz.
- Schirp, H. (2004). Werteerziehung und Schulentwicklung. Konzeptuelle und organisatorische Ansätze zur Entwicklung einer demokratischen und sozialen Lernkultur. Berlin.
- Tauss, M. (2016). Das innere Rauschen der Sanduhr. *Die Furche*, 7.7.2016, 4.
- Thiersch, H. (2015). Anerkennung als Voraussetzung und konkrete Utopie in pädagogischen Aufgaben. 64. Internationale Pädagogische Werktagung Salzburg, 14.7.2015. Online verfügbar unter <http://www.bildungskirche.at/Werktagung/NachlesePWT2015.aspx>, zuletzt geprüft am 20.7.2015.