

Ausdauer in der Schule

Wie wir Durchhaltevermögen stärken und (gemeinsam) Ziele erreichen

Warum fällt es oft so schwer, dranzubleiben? Egal ob bei schulischen Aufgaben, Projekten oder persönlichen Zielen – es ist leicht, den Anfang zu machen, aber schwer, durchzuhalten. Viele Schüler*innen (und auch Erwachsene) scheitern nicht an mangelnder Fähigkeit, sondern an fehlender Motivation oder Durchhaltevermögen.

Wozu ist das wichtig? Kontinuität ist der Schlüssel zu langfristigem Erfolg. Wer lernt, sich Herausforderungen zu stellen und sie Schritt für Schritt zu bewältigen, entwickelt nicht nur Resilienz, sondern auch Stolz auf das Erreichte. Lehrkräfte können durch gezielte Ansätze und unterstützende Strategien Schüler*innen dabei helfen, sich selbst zu motivieren und Rückschläge zu meistern.

Was erwartet Sie in diesem Workshop? Wir zeigen Ihnen, wie Sie Schüler*innen ermutigen, dran zu bleiben – auch wenn es schwierig wird. Dabei geht es um konkrete Tipps, wie Sie Hindernisse in Motivation verwandeln und eine Kultur der Beharrlichkeit in Ihrem Unterricht etablieren können.

Wie arbeiten wir? Der Workshop kombiniert praktische Übungen, lebendige Diskussionen und Reflexion. Sie lernen Werkzeuge und Methoden kennen, die direkt in den Schulalltag integriert werden können, und entwickeln gemeinsam mit anderen Teilnehmenden Ansätze, die nachhaltig wirken.

Ziele der Fortbildung

- Bedeutung von Durchhaltevermögen erkennen.
- Schüler*innen zum Weitermachen motivieren.
- Umgang mit Rückschlägen stärken.
- Freude an kleinen Erfolgen vermitteln.
- Ausdauer in den Schulalltag integrieren.
- Positive Routinen fördern.
- Eigenverantwortung und Zielstrebigkeit entwickeln.
- Dranbleiben als Gemeinschaftserlebnis stärken.

Inhalte der Fortbildung

- Warum es schwerfällt, durchzuhalten – Ursachen erkennen.
- Motivation: Wie kleine Ziele große Wirkung haben.
- Methoden zur Förderung von Ausdauer.
- Umgang mit Rückschlägen und Frustration.
- Beispiele für Rituale und Routinen im Unterricht.
- Schüler*innen helfen, eigene Ziele zu setzen.

Inhalte der Fortbildung (Forts.)

- Teamwork und gegenseitige Unterstützung fördern.
- Strategien für eine nachhaltige Umsetzung im Alltag.

Methoden

- Dozent*inneninput
- Übungen
- Kleingruppenarbeiten
- Bearbeitung individueller Anliegen
- Fallbeispiele
- Erfahrungsaustausch

Zielgruppe

Lehrer*innen, Referendar*innen, Mitarbeiter*innen der OGS, Sozialpädagog*innen

Hilfsmittel

Flipchart, Beamer, Moderations-/ Metaplanwand

Materialien

Flipchartprotokoll, Fortbildungsmaterialien

Zeitlicher Rahmen

6 Zeitstunden + Kaffee- u. Mittagspause

08:00 h bis 15:00 h o. 08:30 h bis 15:30 h o. 09:00 h bis 16:00 h

terminliche Verfügbarkeit & Angebot

[bitte hier anfragen](#)