

Im Folgenden wird die Handhabung des angeleiteten Selbststudiums an der Schweizer Akademie für Boeger-Therapie (SAB) beschrieben.

Das angeleitete Selbststudium (AS) beinhaltet alle klar umrissenen Aufgaben, Arbeitsanweisungen und Lernaufträge, in der Regel via Internet, die von den Lernenden in einer fest gelegten Zeit erledigt werden sollen. Häufig unter Einhaltung bestimmter definierter Sozialformen, wie Einzelarbeit, selbstorganisierte Gruppenarbeit, Plenumsunterricht oder auch Think-Pair-Share ¹⁾, einem Dreischritt, in dem sich der Lernende zunächst alleine mit der Arbeitsanweisung auseinandersetzt und sich dann mit einem Lernpartner austauscht, bevor die Ergebnisse schliesslich im Plenum zusammengetragen werden.

Das AS wird an der SAB hauptsächlich über eine Open-Source-Software (OpenOlat), durchgeführt. Aufträge und klarumrissene Arbeitsanweisungen werden mit Lernzielkontrollen, Lerntests, interaktiven Feedbacks oder Tests/Quizzes ergänzt. Im Bedarfsfall kann der Arbeitsauftrag ergänzt werden durch Selbststudium über Atlanten, Fachbücher, Skripte, unterrichtsbezogene Lehrtafeln.

Selbststudium wird allgemein als eine Art des Lernens bezeichnet, bei dem sich der Lernende unter Nutzung von Lernmitteln ohne Hilfe anderer Personen Wissen aneignet. Über das AS und die Präsenzzeit (PZ) hinausgehend sind die Lernenden ermutigt, sich im Selbststudium zusätzliches Wissen anzueignen. Das Selbststudium ermöglicht eine zeit- und ortsungebundene Auseinandersetzung im Gegensatz zum Präsenzunterricht, der zumeist am selben Ort und zur selben Zeit stattfindet. Die Lerninhalte werden im Präsenzunterricht von den Lehrpersonen vorgegeben. Die Lerninhalte können je nach (Lehr-/Lern-) Szenario im Verlauf der Veranstaltung von den Lernenden ergänzt werden z. B. durch Referate in Gruppenarbeit etc.

Lernzeit

Lernzeit wird im Allgemeinen unterteilt in Präsenzunterricht, angeleitetes Selbststudium und selbstorganisiertes, bzw. autonomes Studium. Die Verzahnung von Präsenzunterricht und E-Learning, auch als Blended Learning ²⁾ bezeichnet, verbindet die Vorteile der jeweiligen Lernform bei gleichzeitiger Reduzierung der Nachteile.

Rolle der Lehrperson im AS

Lehrpersonen initiieren durch Vorgabe von Aufträgen und Rahmenbedingungen die Lernaktivitäten, unterstützen durch Strukturierungshilfen, geben Feedback, Erklärungen, überprüfen und besprechen die Ergebnisse mit den Lernenden im Rahmen des Präsenzunterrichtes oder individuell.

Rolle der Lernenden im AS

Die Lernenden erarbeiten eigenständig Lerninhalte und Lösungen, bestimmen den Lernweg selbst, erarbeiten und erfüllen Lernaufträge selbständig oder in Gruppen. Lerngruppen können sich beim AS selbstorganisiert treffen. Die Selbstbestimmung des eigenen Lernprozesses in einem vorgegebenen thematischen und zeitlichen Rahmen steht hierbei im Vordergrund.

Formen und Verlauf des angeleiteten Selbststudiums AS

Das angeleitete Selbststudium wird vor allem durch Aufgaben, Arbeitsaufträge und/oder Problemstellungen gesteuert. Dabei sind verschiedene Formen möglich:

Lektüreaufträge

- Skript- oder videobasierte Lernaufgaben
- Erstellen von kurzen Berichten
- Konstruktions- und Gestaltungsaufgaben
- Auftragsprojekte
- Individuelle Vorhaben

In jedem der neun Module der Boeger-Therapie findet ein angeleitetes Selbststudium mit Lernaufträgen und Lernkontrollen statt.

In erster Linie werden die Lernenden in die therapie relevanten, methodenspezifischen Grundlagen der Boeger-Therapie eingeführt. Die Lernenden erhalten Fragestellungen, über die das Wissen individuell überprüft werden kann. Dies geschieht innerhalb einer vorgegebenen Frist. Um Verständnisfehler von vornherein zu vermeiden, erfolgt eine Einführung in das OpenOlat per Erklärvideo/Zoom. Eingesetzte Medien im AS: OpenOlat, Zoom, Erklärvideos, PDFs, Bücher, (Buchempfehlung: Narbentherapie, iXpending).

Umsetzung angeleitetes Selbststudium

Die Verlagerung des Wissenserwerbs auf das angeleitete Selbststudium bringt u.a. den Vorteil, dass in der PZ mehr Zeit und Raum für praktisches Arbeiten, Gespräche und Diskussionen zur Verfügung steht.

Online-Lernphasen; synchrone Präsenzzeit im virtuellen Lehrraum

1. Aufgabenstellung

- Begrüssung, Einführung ins OpenOlat und allgemeine Informationen via Erklärvideo/Zoom
- Wissensvermittlung der jeweiligen methodenspezifischen Grundlagen der Boeger-Therapie
- Phasenwechsel mit angeleiteten Bewegungsübungen
- Lernerfolgskontrolle durch Tests und Online Prüfung
- Auswertung der Arbeitsergebnisse
- Skripte als PDF vor Kursbeginn zum Download

Online-Lernphasen; Asynchrone Lernphasen im AS

2. Durchführung

Beispiel: Auftrag: Recherchearbeit; Welche Muskeln sind dominant tonisch?

- Eigenschaften dominant tonischer Muskeln
- Funktion dominant tonischer Muskeln
- Erstellen von kurzen Berichten, z.B. Instruktion einer Heimübung aus dem iXpending
- Konstruktions- und Gestaltungsaufgaben; z.B. Gestaltung einer Situation oder eines Verfahrens, in der die theoretisch erarbeitete Diagnostik der vier Patiententypen auf ihre Anwendbarkeit hin überprüft und in die Praxis umgesetzt werden.
- Auftragsprojekte; z.B. die Diagnostik und Therapie der Boeger-Therapie auf spezifische Krankheitsbilder anwenden und reflektieren
- Individuelle Vorhaben können zugelassen werden, wenn sie den methodenspezifischen Anforderungen der Boeger-Therapie entsprechen
- Kontrolle: Die Arbeitsergebnisse werden im OpenOlat hochgeladen und kontrolliert

3. Nachbereitung, synchrone Präsenzzeit im Plenum

- Auswertung der Arbeitsergebnisse
- Praxisbezogene Lernerfolgskontrolle
- Feedback und Defizitabbau während Lehreinheit durch Aufzeigen der individuellen Fehler

Zur Strukturierung des praxisbezogenen Unterrichts wurde das AVIVA-Modell ³⁾ gewählt.

Die gezielte Gestaltung führt systematisch durch die Lernphasen. Unterrichtseinheiten können durch ergänzende Methoden lebendig und interaktiv gestaltet werden.

Quellen:

¹⁾ <https://teachingtools.uzh.ch/de/tools/think-pair-share>

²⁾ Bruderer-Hofstetter, PHYSIOACTIVE 1/2023

³⁾ AVIVA-Modell_Kurzinformation_LehreA-Z_HDWB.pdf

Wir orientieren uns am Dokument „Angeleitetes Selbststudium: eine Handreichung für Lehrende (2019)“ - Hrsg. Dr. Marion Rauchert (2019); Autoren: Harder, Sven & Sander, Birke, Inkl. Quellenangabe: Angeleitetes Selbststudium Claudia Bremer (2008).