

Ablenkung.

Unterrichtsvorbereitende Informationen mit Arbeitsaufträgen.

Dauer: eine Schulstunde (45 Minuten)

Methoden

- Parcours
- Gruppendiskussion

Material

- Flipchart bzw. Wände zum Ankleben, Stifte, Moderationskarten, Pinnwandnadeln oder Kleber zum Befestigen der Moderationskarten
- Stühle, Tisch und Taschen als Hindernisse für einen Parcours
- Blätter und Stifte zum Schreiben
- Tablett, Plastikbecher

Diskussion als Einleitung

Mal ehrlich: Wer nutzt als Fußgänger sein Smartphone, um Nachrichten zu tippen, um Musik zu hören oder zum Navigieren? Ist jemand dabei schon mal in eine gefährliche Situation gekommen?

Hintergrund und Fakten

Telefonieren, etwas essen, nach der Sonnenbrille suchen – all diese Dinge lenken vom eigentlichen Verkehrsgeschehen ab. Was dabei unterschätzt wird: Wer bei einer Geschwindigkeit von 50 km/h nur zwei Sekunden lang unachtsam ist, legt fast 28 Meter im Blindflug zurück. Auch für Fußgänger oder Radfahrer entstehen durch verkehrsfremde Tätigkeiten erhöhte Unfallrisiken. Wir kennen die vertrauten Bilder: ein telefonierender Fußgänger, der die Straße überquert. Ein Fahrradfahrer mit Kopfhörern schlängelt sich durch den dichten Stadtverkehr. Bahnreisende, die sich am Bahnsteig mit Blick ins Smartphone bewegen. Aber ist es – trotz der ablenkenden Tätigkeiten – wirklich möglich, sich sicher auf das zu konzentrieren, was um einen herum passiert?

Das menschliche Gehirn im Multitasking-Stress

Wenn wir uns im Straßenverkehr bewegen – egal ob zu Fuß, auf dem Fahrrad oder motorisiert – handeln wir intuitiv und folgen gewissen Routinen. Bei Rot bleiben wir stehen, bei Grün bewegen wir uns über die Straße usw. Unser Gehirn trifft jedes Mal blitzschnelle Entscheidungen. Wird dieser Vorgang durch etwas unterbrochen – sei es durch einen Anruf oder ein Blick auf das Smartphone – verzögert sich dadurch unsere Reaktionszeit. Das Gehirn gerät in Stress. Das bedeutet: Wird das Gehirn von der einen Hauptaufgabe, z. B. Radfahren, durch eine andere Aufgabe, z.B. tippen einer Nachricht, beansprucht, verringert es die Aufmerksamkeit bei der Hauptaufgabe. Gerade in unerwarteten Situationen im Straßenverkehr kann das fatale Folgen haben.

Mythos Multitasking

Schaut man genauer in unser Gehirn, ist es das Arbeitsgedächtnis, das unsere Leistung einschränkt. Bei Ablenkungen werden im Arbeitsgedächtnis gespeicherte Informationen schnell verdrängt und gehen verloren. Das menschliche Arbeitsgedächtnis ist sehr begrenzt. Es kann nur ca. fünf Informationseinheiten aufnehmen. Verteilen wir also unsere Aufmerksamkeit auf mehrere Dinge, wird unser Arbeitsgedächtnis auf Grund seiner limitierten Leistungsfähigkeit die verschiedenen Arbeitsaufträge deutlich langsamer und schlechter durchführen.

Einstiegsübung

Einfache Logikfrage

Isabella ist älter als Sarah. Wer ist jünger?

Die Lösung findet sich schnell.

Schwere Logikfrage

Ferdinand ist jünger als Michael. Rudi ist älter als Harald. Ferdinand ist älter als Rudi. Wer ist der Ältteste? In der Regel kann niemand auf Anhieb diese Frage lösen (Lösung: $H < R < F < M$). Der Arbeitsspeicher unseres Gehirns ist einfach nicht groß genug, um alle relevanten Informationen aufzunehmen und die Vergleichsbeziehungen (z. B. „Michael ist älter als Rudi“) im Gedächtnis zu behalten und miteinander zu vergleichen.

Kurzübung

In einem ersten Durchlauf wird die Zeit gestoppt, die man braucht, um von eins bis zehn zu zählen und gleich danach die ersten zehn Buchstaben des Alphabets aufzusagen.

In einem zweiten Durchlauf wird die Aufgabe gemischt: Es wird die Zeit gemessen, die benötigt wird, um sowohl die Buchstaben als auch die Zahlen abwechselnd aufzusagen (A1, B2, C3, D4, E5 usw.). Welche Aufgabe wurde schneller gelöst? Die Konzentration auf eine Aufgabe war vermutlich schneller und effizienter, als beide Aufgaben gleichzeitig zu bewältigen.

Arbeitsauftrag

Im Klassenzimmer wird ein Hindernisparcours aufgebaut. Dabei können Stühle als Slalomelemente genutzt werden und Tische, um darüberzuklettern. Schwierigkeitsgrad nach Belieben, Sicherheit hat Vorrang!

Nach jedem Durchlauf wird mit den Schüler/-innen reflektiert: Wie ist es ihnen ergangen? Was war besonders schwierig?

Erster Durchgang

Jede/-r Schüler/-in durchquert den Parcours so schnell wie möglich, ohne dabei zu rennen. Die benötigte Zeit wird notiert.

Zweiter Durchgang

Die Schüler/-innen müssen ein Tablett mit einem bis zum Rand gefüllten Glas Wasser durch den Parcours balancieren. Die dafür benötigte Zeit wird notiert.

Dritter Durchgang

Die Schüler/-innen müssen während der Durchquerung des Parcours auf einem Blatt Papier folgende Dinge aufschreiben: vollständiger Name, Geburtsdatum, Adresse, Größe, Name der Eltern und Geburtsdatum der Eltern. Die hierfür benötigte Zeit wird notiert. Außerdem wird geprüft: Wurden alle Angaben erfasst? Kam es zu Fehlern bei den Daten oder bei der Rechtschreibung?

Fazit

Muss unser Gehirn mehrere Aufgaben gleichzeitig bewältigen, kann es das nicht in dem gleichen Maße tun, wie wenn es sich nur mit einer Aufgabe beschäftigen muss. Daher ist es wichtig, sich in gefährlichen Situationen nicht ablenken zu lassen, auch wenn es eine vermeintliche Routinesituation ist.

Quellen

Statistisches Bundesamt:

https://www.destatis.de/DE/PresseService/Presse/Pressekonferenzen/2018/verkehrsunfaelle_2017/unfallentwicklung_uebersicht.html

<https://www.destatis.de/DE/Publikationen/Thematisch/TransportVerkehr/Verkehrsunfaelle/Unfaelle-15bis17jaehrigen.html>

Bundesministerium für Verkehr und digitale Infrastruktur:

<https://www.bmvi.de/SharedDocs/DE/Anlage/VerkehrUndMobilitaet/Strasse/mythos-multitasking.html>

Deutscher Verkehrssicherheitsrat (DVR):

<http://www.abgelenkt.info/>