

Policy Brief zur
Stellungnahme „Förderung der Selbstregulationskompetenzen von
Kindern und Jugendlichen an Kindertageseinrichtungen und Schulen“
der Leopoldina, Nationale Akademie der Wissenschaften
vom September 2024

Zusammenfassung

Die Stellungnahme „Förderung der Selbstregulationskompetenzen von Kindern und Jugendlichen in Kindertageseinrichtungen und Schulen“ (2024) befasst sich intensiv mit der Bedeutung von Selbstregulationsfähigkeiten für das Wohlergehen sowie die Entwicklung und Entfaltung junger Menschen. Sie hebt hervor, dass diese Kompetenzen – insbesondere kognitive, emotionale, motivationale und soziale Fähigkeiten – zentral für die psychische und körperliche Gesundheit sowie für Bildungserfolge und soziale Teilhabe sind. Die Fähigkeit zur Selbstregulation gehört zu den zentralen Kompetenzen, die Kinder und Jugendliche befähigen, Herausforderungen im Alltag, in der Schule und im sozialen Umfeld erfolgreich zu bewältigen. Dazu zählen die selbständige Organisation von Aufgaben, die Aufmerksamkeitssteuerung, das bewusste Erleben von Emotionen sowie die Fähigkeit, soziale Konflikte zu bewältigen und sich aktiv an Entscheidungen zu beteiligen.

Eine wesentliche Schlussfolgerung ist, dass der Staat und die Gesellschaft aufgrund wachsender Risiken (z. B. psychische Erkrankungen, sozioökonomische Herausforderungen, Flucht- und Zuwanderungshintergrund, Gewalt- und Mobbing Erfahrungen, Nutzung digitaler Medien) in der Pflicht stehen, schnell und gezielt zu handeln, um das Wohl junger Menschen zu sichern. Dies ergibt sich aus der UN-Kinderrechtskonvention, der Präambel der Verfassung der Weltgesundheitsorganisation und aus dem deutschen Grundgesetz. Die Förderung der Selbstregulationskompetenzen soll zu einer Leitperspektive des Bildungssystems werden, um den Herausforderungen im Bereich Bildung und psychischer Gesundheit entgegenzuwirken. Daneben bleibt es weiterhin zentral, die politischen, wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Rahmenbedingungen zu optimieren.

Besonders betont wird die Notwendigkeit, bestehende Strukturen und Rahmenbedingungen in Schulen und Kindertagesstätten zu verbessern und durch evidenzbasierte Förderstrategien gezielt Maßnahmen zur Selbstregulationsförderung zu implementieren. Zudem fordert die Stellungnahme ein stärkeres Engagement von Bildungsinstitutionen und politischen Gremien

in diesem Bereich, um die Wirksamkeit der Förderstrategien sicherzustellen und langfristig zu verbessern.

Die Stellungnahme zur Förderung der Selbstregulationskompetenzen von Kindern und Jugendlichen in Kindertageseinrichtungen und Schulen ist wissenschaftlich fundiert. Sie basiert auf aktuellen psychologischen und neurowissenschaftlichen Forschungen, die die Bedeutung von Selbstregulationsfähigkeiten für das Wohlbefinden und die Entfaltungsmöglichkeiten von Kindern und Jugendlichen belegen. Die Arbeit wurde von einer interdisziplinären Arbeitsgruppe der Deutschen Akademie der Naturforscher Leopoldina erstellt, die Experten aus verschiedenen relevanten Disziplinen wie Psychologie, Neurowissenschaften und Bildungsforschung einbezog. Darüber hinaus wurden Beiträge von Vertretungen aus Lehrbildung, Schulverwaltungen und Kultusministerien mit einbezogen sowie von Lehrkräften, Schülern und Erziehungsberechtigten.

Die Stellungnahme nutzt verschiedene wissenschaftliche Methoden, darunter Beobachtungsstudien, randomisierte kontrollierte Studien (RCTs), Metaanalysen und Längsschnittstudien, um die Evidenz für die Wirksamkeit der vorgeschlagenen Maßnahmen zu prüfen. Es werden konkrete, evidenzbasierte Förderstrategien vorgeschlagen, die bereits in Programmen national und international erfolgreich eingesetzt werden. Zudem betont die Stellungnahme die Notwendigkeit einer kontinuierlichen Evaluation und Verbesserung der Strategien, was auf einem wissenschaftlichen Ansatz zur Messung der Effekte basiert.

Fazit

Zusammenfassend bietet die Stellungnahme klare Handlungsempfehlungen für die Integration der Selbstregulationsförderung in das Bildungssystem, wobei auch die langfristigen gesellschaftlichen Vorteile dieser Maßnahmen betont werden.

Wie kann das Kultusministerium bzw. ISB und die ALP unterstützen, die hier aufgeführten Handlungsempfehlungen nachhaltig umzusetzen?

Die in der Stellungnahme genannten Handlungsempfehlungen zielen darauf ab, die Selbstregulationsfähigkeiten von Kindern und Jugendlichen zu stärken. Um diese Empfehlungen nachhaltig umzusetzen, kann das bayerische Kultusministerium bzw. das ISB und die ALP bei der Umsetzung folgender Maßnahmen unterstützen:

1. Lehreraus- und -fortbildung

- **Schulungen für Lehrkräfte:** Fortbildungsprogramme entwickeln, die Lehrkräfte in der Vermittlung von Selbstregulationskompetenzen schulen. Dazu gehören praktische Unterrichtsstrategien sowie die Integration von Selbstregulationsübungen in den Alltag.

- **Spezifische Module in der Lehrerausbildung:** Selbstregulation als festen Bestandteil in die Lehrpläne der Lehrerausbildung integrieren, sodass zukünftige Lehrkräfte diese Kompetenzen bereits im Studium erlernen.
- **Pädagogische Werkzeuge bereitstellen:** Bereitstellung von Materialien und Methoden, die auf die Förderung von Selbstregulation abzielen, wie z.B. Lernprotokolle, Reflexionsübungen und Stresstoleranztechniken.

2. Curriculare Anpassungen

- **Operationalisierung der Selbstregulationskompetenz:** Konkretisierung und Operationalisierung des Begriffs Selbstregulation in den Lehr- und Bildungsplänen. Entwicklung von Standards für Selbstregulationskompetenzen.
- **Selbstregulation im Unterricht verankern:** Einführung fächerübergreifender Programme, die Selbstregulation gezielt in den Lehrplan einbinden, insbesondere in Fächern wie Ethik, Sport und Sozialkunde, aber auch in den täglichen Ablauf aller Unterrichtsfächer.
- **Förderung emotionaler und sozialer Kompetenz:** Neben kognitiven Fertigkeiten sollten auch emotionale und soziale Lernziele stärker betont werden, um eine ganzheitliche Entwicklung der Schüler zu fördern.

3. (Weiter-)Entwicklung von Indikatoren

- **Indikatoren zur Messung der Selbstregulationskompetenzen:** Indikatoren zur Messung der Selbstregulationskompetenzen müssen entwickelt und in das bundesweite Bildungsmonitoring, etwa in die Bildungstrends des IQB und den Nationalen Bildungsbericht, sowie die datenbasierte Schul- und Unterrichtsentwicklung integriert werden, damit der Fortschritt messbar wird.
- **Integration von Indikatoren der Selbstregulationskompetenzen in Schuleingangsuntersuchungen:** Prüfung, ob und wie Indikatoren der Selbstregulationskompetenzen in Schuleingangsuntersuchungen integriert werden können.

4. Schulprogramme und Pilotprojekte

- **Implementierung von Pilotprojekten:** Start von Modellprojekten an ausgewählten Schulen, um die Wirksamkeit von Selbstregulationsprogrammen zu testen und zu evaluieren, bevor diese auf breiterer Basis eingeführt werden.
- **Schulübergreifende Programme:** Einführung von Förderprogrammen, die z.B. tägliche Achtsamkeitsübungen, Zeitmanagement-Techniken oder Gruppendiskussionen zur emotionalen Bewältigung von Herausforderungen beinhalten.
- **Zusammenarbeit mit Universitäten und Forschungseinrichtungen:** Partnerschaften mit Hochschulen eingehen, um die Programme wissenschaftlich zu begleiten und ihre Wirksamkeit langfristig zu evaluieren.

5. Schaffung unterstützender Rahmenbedingungen

- **Ressourcen:** Bereitstellung von zusätzlichen Ressourcen, um die Umsetzung dieser Maßnahmen zu unterstützen. Dazu gehören finanzielle Mittel für Personal, Ausstattungen und die Implementierung von Förderprogrammen.
- **Pausen und Entspannungsräume:** Einführung von „Ruheräumen“ oder speziellen Pausenkonzepten, in denen Schüler Techniken zur Selbstregulation wie Achtsamkeit oder Meditation üben können.

6. Elternarbeit und außerschulische Unterstützung

- **Elternseminare:** Organisation von Workshops oder Informationsveranstaltungen für Eltern, in denen erklärt wird, wie sie ihre Kinder auch zu Hause bei der Entwicklung von Selbstregulationsfähigkeiten unterstützen können.
- **Engere Zusammenarbeit mit Kindertageseinrichtungen:** Sicherstellen, dass Förderprogramme bereits in Kitas beginnen und in enger Kooperation mit den Schulen weitergeführt werden, um Kontinuität zu gewährleisten.

7. Kontinuierliche Evaluation und Anpassung

- **Langfristige Evaluation der Programme:** Einführung eines Systems zur kontinuierlichen Überprüfung der eingeführten Maßnahmen. Dabei sollte evaluiert werden, wie effektiv die Programme zur Förderung der Selbstregulation sind, um sie bei Bedarf anzupassen und zu verbessern.
- **Feedbackschleifen mit Schulen:** Regelmäßige Befragungen von Lehrkräften, Schülern und Eltern, um die Wirksamkeit der Maßnahmen zu überprüfen und ihre Erfahrungen in die Weiterentwicklung der Programme einfließen zu lassen.

8. Politische und strukturelle Maßnahmen

- **Anpassung bildungspolitischer Ziele:** Eine langfristige Implementierung von Selbstregulationsförderung als strategisches Ziel in der Bildungspolitik, die durch konkrete Maßnahmen und finanzielle Unterstützung untermauert wird.
- **Zusätzliche finanzielle Mittel bereitstellen:** Bereitstellung finanzieller Mittel zur Entwicklung und Einführung neuer Lehr- und Lernmaterialien sowie zur Fortbildung von Lehrkräften und Fachpersonal.

Fazit

Durch eine Kombination aus Lehrerbildung, curricularem Wandel, schulischen Programmen, Ressourcen für psychologische Unterstützung und langfristiger Evaluation können das bayerische Kultusministerium bzw. das ISB und die ALP unterstützen, die Handlungsempfehlungen der Stellungnahme nachhaltig umzusetzen. Ein interdisziplinärer Ansatz und die Einbindung aller Akteure – Schulen, Lehrkräfte, Erziehungsberchtigte und Schüler – sind essenziell, um die Selbstregulationskompetenzen effektiv zu fördern.

Welche Inhalte bzw. Erkenntnisse der Stellungnahme sind für Schulen von konkreter Relevanz?

Die Stellungnahme enthält folgende Erkenntnisse, die für Schulen im Hinblick auf die Förderung von Selbstregulationskompetenzen bei Schülern bedeutsam sind:

- 1. Förderung von Selbstregulation im Unterricht und selbstreguliertem Lernen:** Schulen sollen Programme und Methoden zur Förderung der Selbstregulation und des selbstregulierten Lernens implementieren, um die Lernkompetenzen und das eigenverantwortliche Lernen der Schüler zu stärken. Auf Grundlage bewährter Erziehungs- und Unterrichtsmodelle, etwa der drei Basisdimensionen (effektive Klassenführung, kognitive Aktivierung, konstruktive Unterstützung) wird aufgezeigt, wie die Förderung der Selbstregulationskompetenzen in den Unterrichtsalltag integriert werden kann.
- 2. Lehrerausbildung und -fortbildung:** Es wird betont, dass Lehrkräfte gezielt geschult werden müssen, um wirksame Ansätze zur Selbstregulation zu vermitteln. Die Lehrerfortbildung ist hier ein wichtiger Bestandteil, damit das Personal die entsprechenden Kompetenzen weitergeben kann.
- 3. Integration in den Schulalltag:** Selbstregulation soll nicht als separates Fach, sondern als Bestandteil des regulären Unterrichts und in allen Fächern gefördert werden. Dazu zählen Strategien, die Schülern helfen, ihre Ziele zu setzen, Lernprozesse zu reflektieren und ihre Motivation aufrechtzuerhalten.
- 4. Evaluation und Monitoring:** Schulen sollten die Fortschritte ihrer Schüler im Bereich der Selbstregulation regelmäßig evaluieren. Es wird empfohlen, Indikatoren zu entwickeln, um den Lernfortschritt messbar zu machen und entsprechende Anpassungen vorzunehmen.
- 5. Kooperation mit externen Partnern:** Eine enge Vernetzung mit anderen Akteuren, die ebenfalls Selbstregulationskompetenzen fördern, etwa im Gesundheitsbereich und Freizeitsport sowie Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten, wird angeraten. Ein Budget zur Einbindung externer Fachleute sowie regelmäßige Supervision sind notwendig.

Fazit

Diese Erkenntnisse sind für Schulen unmittelbar umsetzbar, um die Selbstständigkeit und das Lernverhalten der Schüler nachhaltig zu verbessern.

In der Stellungnahme werden Ansätze für solche Förderstrategien beschrieben, Beispiele gegeben und die forschungsbasierte Evidenz für deren Wirksamkeit anschaulich erläutert.

Welche Programme und Strategien zur Förderung von Selbstregulationskompetenzen sind für Schulen besonders bedeutsam?

In der Stellungnahme werden konkrete Programme und Strategien zur Förderung von **Selbstregulationskompetenzen** in Schulen und **selbstreguliertem Lernen** genannt, die sich für den Schulalltag als besonders relevant erwiesen haben:

- 1. Lernstrategien und Metakognitive Ansätze:** Schüler lernen, ihre Lernprozesse selbstständig zu planen, zu überwachen und zu reflektieren. Dies kann durch gezielte **metakognitive Übungen** gefördert werden, bei denen Schüler beispielsweise lernen, Lernstrategien zu entwickeln und zu hinterfragen.
- 2. Einsatz von Selbstbeobachtungsinstrumenten:** Schüler können durch **Selbstbeobachtungsprotokolle** und **Reflexionsbögen** ihre Lernfortschritte dokumentieren und regelmäßig reflektieren, um ihre Lernstrategien anzupassen.
- 3. Lernzielvereinbarungen:** Durch regelmäßige **Zielvereinbarungsgespräche** zwischen Lehrern und Schülern können individuelle Lernziele festgelegt und überprüft werden. Dies unterstützt die Schüler dabei, selbstgesteuert auf ihre Lernziele hinzuarbeiten.
- 4. Kooperatives Lernen:** Der Einsatz von **Peer-Tutoring** oder **Gruppenarbeitsformaten** hilft den Schülern, sich gegenseitig zu unterstützen und ihre Selbstregulationsfähigkeiten in einem sozialen Kontext zu verbessern.
- 5. Nutzung digitaler Werkzeuge:** Digitale Tools, wie **Lern-Apps** oder **Online-Plattformen**, können den Schülern helfen, ihre Lernprozesse zu planen, Fortschritte zu verfolgen und Lernziele systematisch zu erreichen.
- 6. Spezifische Förderansätze:** Programme und Strategien zur Förderung von psychischer Gesundheitskompetenz, verhaltensorientierte und kognitiv-verhaltensorientierte, achtsamkeits- und mitfühlbasierte sowie körperbasierte Ansätze tragen maßgeblich zur Ausbildung von Selbstregulationskompetenzen bei.

Fazit

Diese Strategien lassen sich in den Schulalltag integrieren und bieten praktische Möglichkeiten, um die Selbstregulation der Schüler zu fördern.

Literaturquelle: Deutsche Akademie der Naturforscher Leopoldina e. V. (2024): [Stellungnahme – Förderung der Selbstregulationskompetenzen von Kindern und Jugendlichen in Kindertagesstätten und Schulen](#). Halle (Saale).

Dr. Vera Haldenwang
Transferzentrum evidenzbasierte Bildungsforschung
16.09.2024