

---

# Überfachliche Kompetenzen für Bildung, Gesundheit und Lebensbewältigung

Zürcher Präventionstag  
2. Februar 2024

Esther Kirchhoff  
Zentrum Inklusion und Gesundheit in der Schule  
Pädagogische Hochschule Zürich

# Inhalt

---

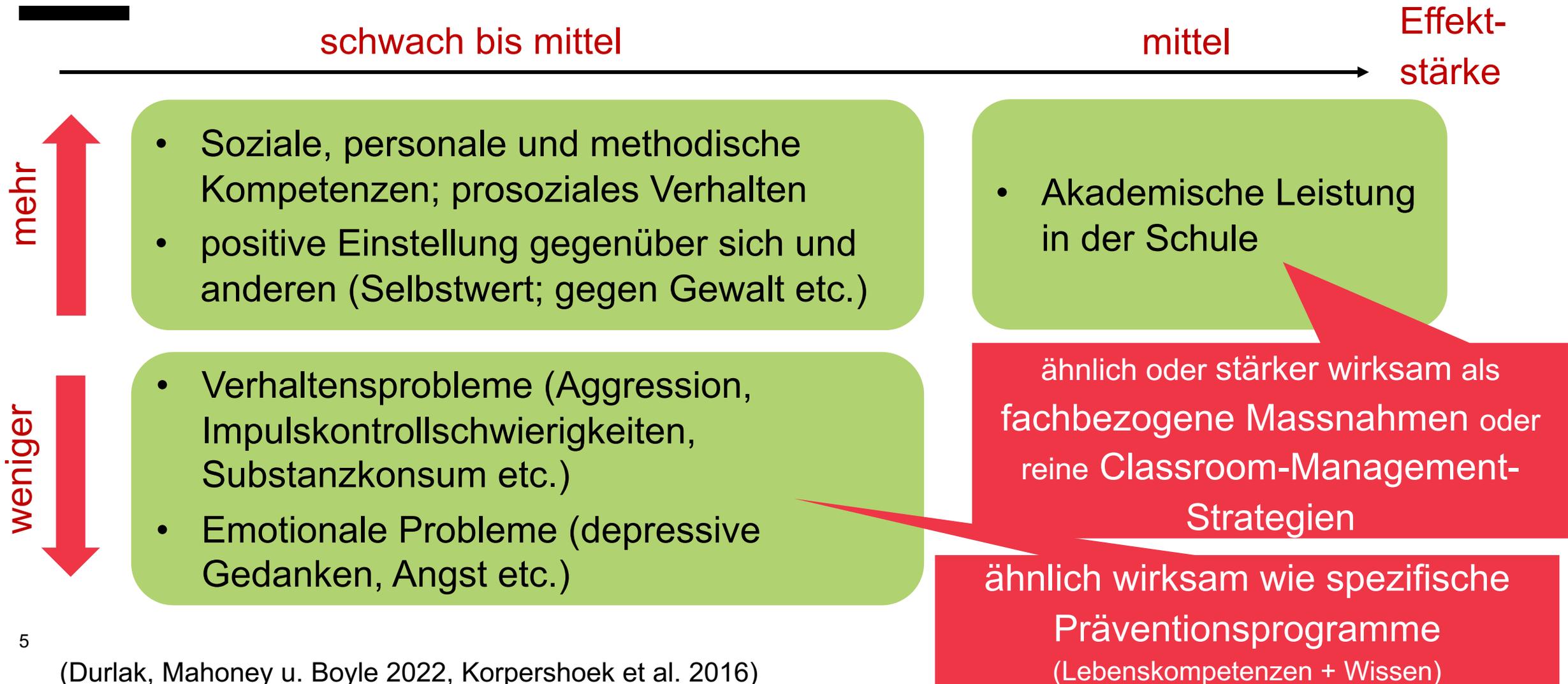
1. Evidenz zur Wirksamkeit der Förderung überfachlicher Kompetenzen
2. Kriterien des Gelingens
3. Fazit: die Win-win-Situation nutzen!

# Evidenz

# Wovon sprechen wir?

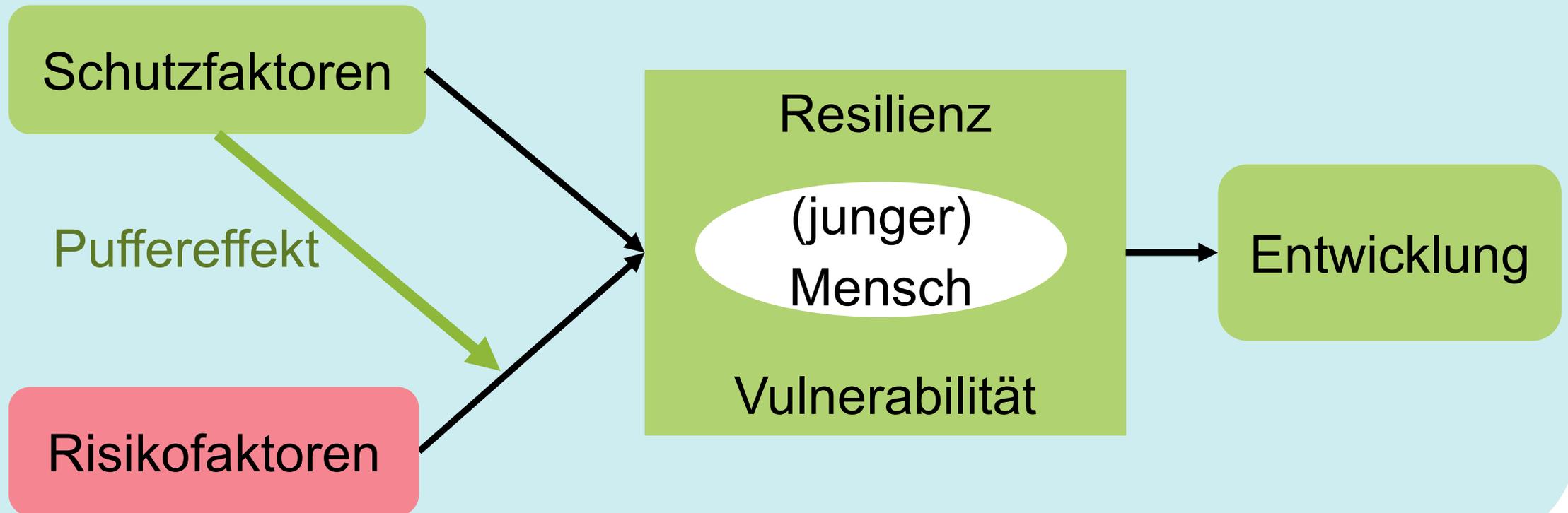
<b>Lehrplan 21</b>	<b>Soziale Kompetenzen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dialog, Kooperation</li><li>• Konfliktfähigkeit</li><li>• Umgang mit Vielfalt</li></ul>	<b>Methodische Kompetenzen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sprachfähigkeit</li><li>• Informationen nutzen</li><li>• Aufgaben/Probleme lösen</li></ul>	<b>Personale Kompetenzen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Selbstreflexion</li><li>• Selbständigkeit</li><li>• Eigenständigkeit</li></ul>
<b>Lebenskompetenzen</b> (WHO 1994, 2003)	<ul style="list-style-type: none"><li>• kommunizieren, verhandeln, etwas ablehnen</li><li>• Empathie aufbauen</li><li>• kooperieren, im Team zusammenarbeiten</li><li>• Anwaltschaft übernehmen</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• gesunde Entscheide treffen</li><li>• Probleme lösen</li><li>• kritisch denken</li><li>• kreativ denken</li></ul> <p>oft inkl. spezifischem Wissen zu Gesundheitsthemen</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• sich selbst vertrauen</li><li>• Verantwortung übernehmen</li><li>• mit eigenen Gefühlen umgehen</li><li>• Stress bewältigen</li></ul>
<b>Soziales u. emotionales Lernen SEL</b> (CASEL 2024)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Soziales Bewusstsein</li><li>• Beziehungskompetenzen</li></ul> <p>auf den Schulalltag und das Lernen bezogen</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• verantwortungsbewusst Entscheide treffen</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Selbstwahrnehmung</li><li>• Selbstmanagement</li></ul>

# Evidenz zu SEL: Die Förderung überfachlicher Kompetenzen **wirkt** – von Kindergarten bis Sek II !

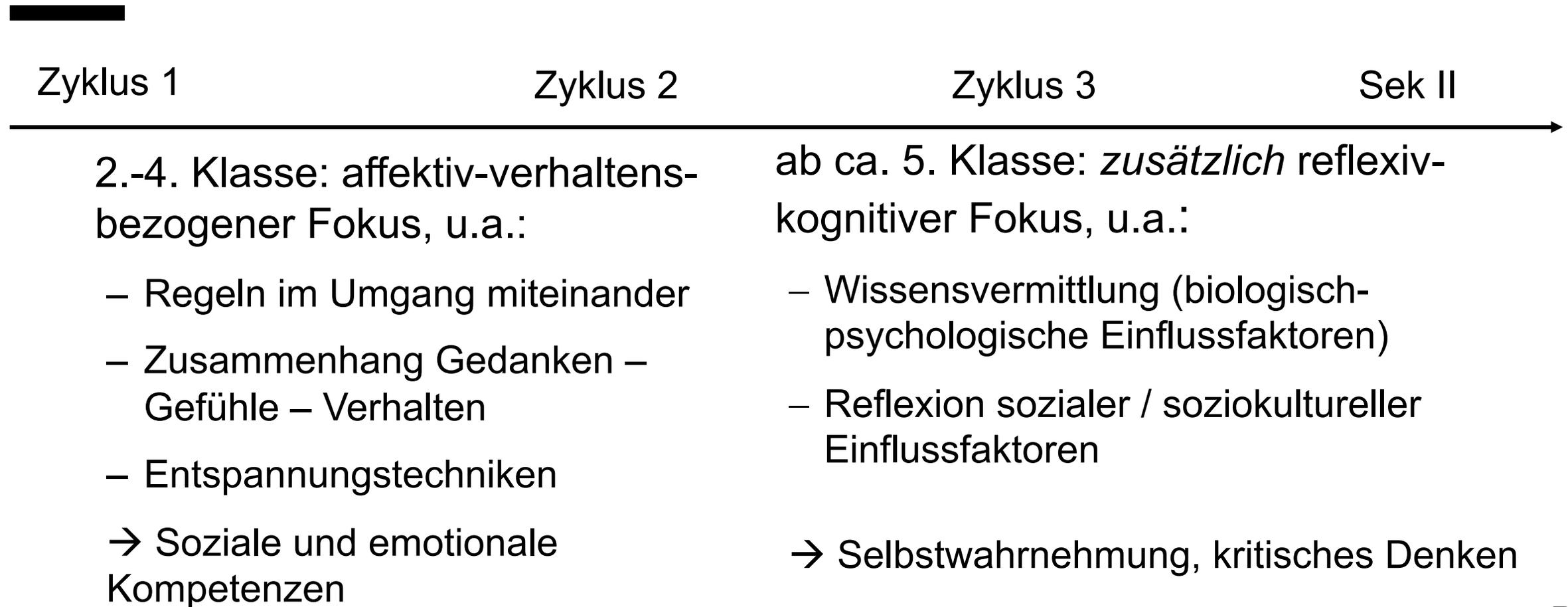


# Überfachliche Kompetenzen als Schutzfaktoren für die Entwicklung der (jungen) Menschen

## Soziale Entwicklungseinflüsse



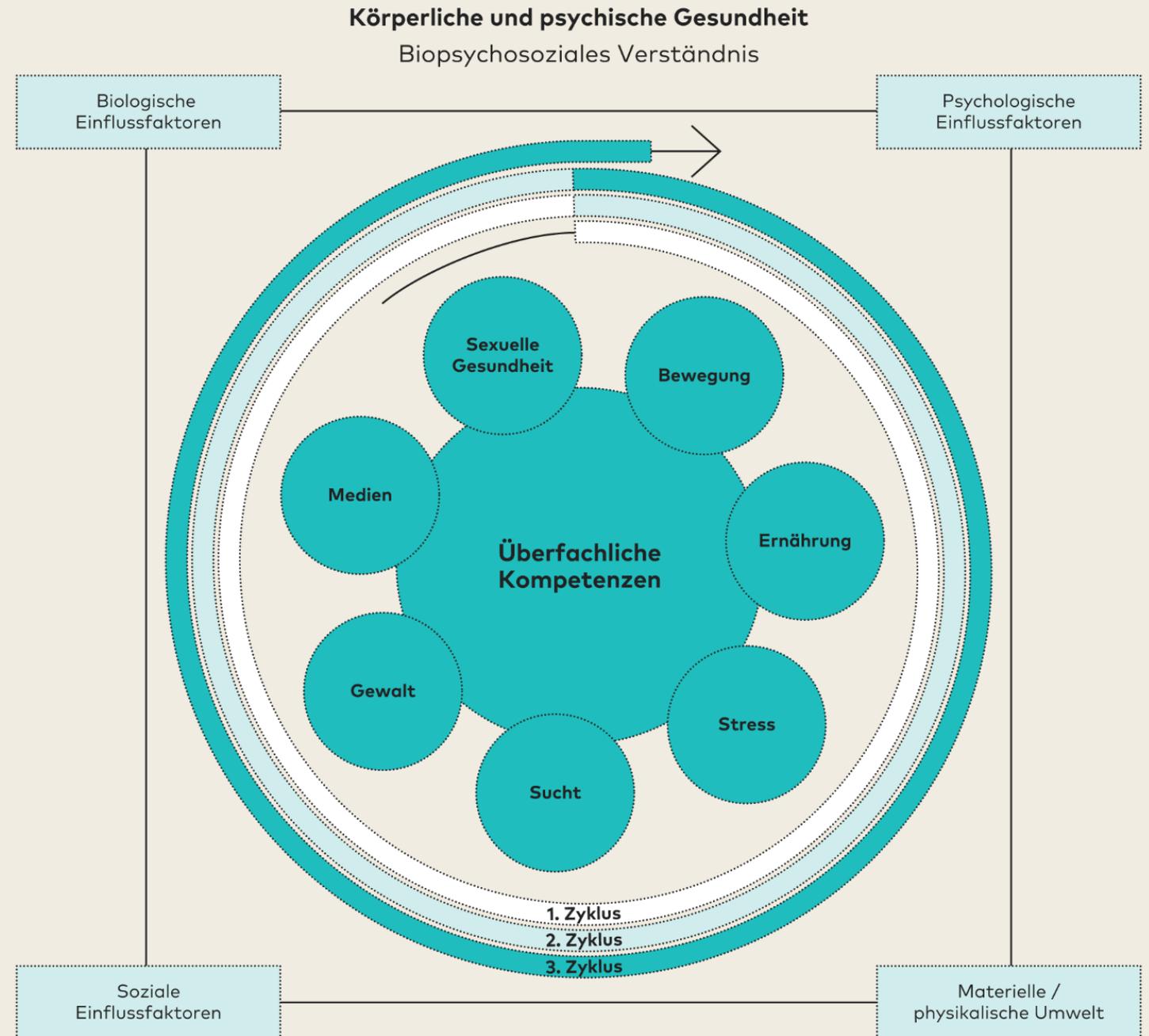
# Welche Kompetenzen stehen in evaluierten Lebenskompetenzen-Programmen im Fokus?



# Planungshilfen Gesundheits- förderung und Prävention

[https://tiny.phzh.ch/  
plh-ges](https://tiny.phzh.ch/plh-ges)

(Fachteam Gesundheitswissenschaften 2023)



# Es wirkt! – doch weiterer wissenschaftlicher Klärungsbedarf...

(Durlak, Mahoney u. Boyle 2022)

Welche Kompetenzen – in welchem Alter – bei welchen Kindern/Jugendlichen/jungen Erwachsenen – in welchen Kontexten – mit Blick auf welches Ziel?

Auf welcher theoretischen Grundlage und mit welchen didaktisch-methodischen Vorgehensweisen?

Was brauchen Lehrpersonen, Schulen, andere Beteiligte?

Wie messen?

etc.

# Kriterien des Gelingens

# Kriterien des Gelingens...

- **S**equenced Inhalte über die Schuljahre und Stufen koordiniert und in einem inneren inhaltlichen Zusammenhang
- **A**ctive Aktive Formen des Lernens: Rollenspiel; Praxis und Feedback etc.
- **F**ocused Genügend Zeit, um die einzelnen Kompetenzstufen einzuüben
- **E**xplicit Begründete Wahl von genau spezifizierten Kompetenzen

(Durlak et al. 2010, 2011)

# ... abgestimmt auf die soziale, emotionale und kognitive Entwicklung und auf Entwicklungsaufgaben



Jugend

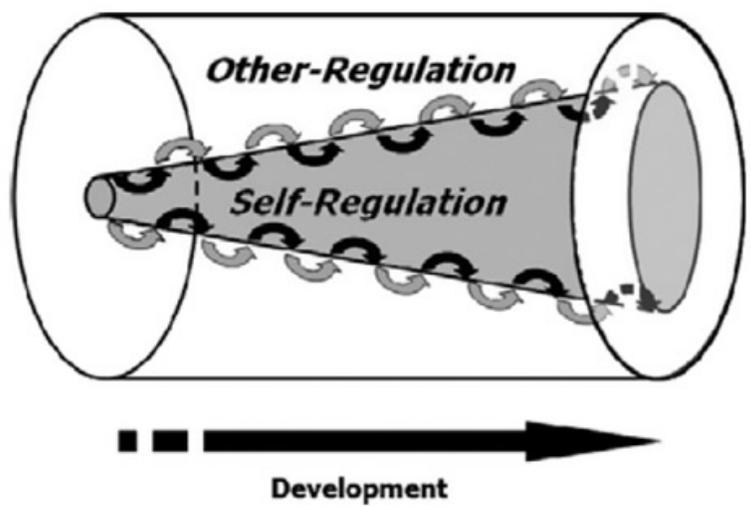
Erwachsenenalter

to commit - soziale Bindungen aufbauen

to qualify – sich qualifizieren

to participate - partizipieren

to consum - konsumieren und regenerieren



(Sameroff 2010)

(Hurrelmann u. Quenzel 2015; Eschenbeck u. Knauf 2018; Hofer 2014)

# ... und der Zeitfaktor

---

- **Ziele** so herunterbrechen, dass **sie kurz- bis mittelfristig erreichbar** und damit **überprüfbar** sind (beobachtend, erfragend) = wichtige Hinweise auf die Wirksamkeit des eigenen professionellen Handelns.
- **Zufriedenheit** der (jungen) Menschen mit persönlicher **Zeitbalance** = einfaches Mass dafür, ob sie in der Bewältigung der verschiedenen Entwicklungsaufgaben gut unterwegs sind → gute Prognose für eine gelingende und gesunde Entwicklung.

(Hofer 2014)

# Eine anregende, jedoch physisch und emotional sichere und unterstützende Umgebung schaffen!

---

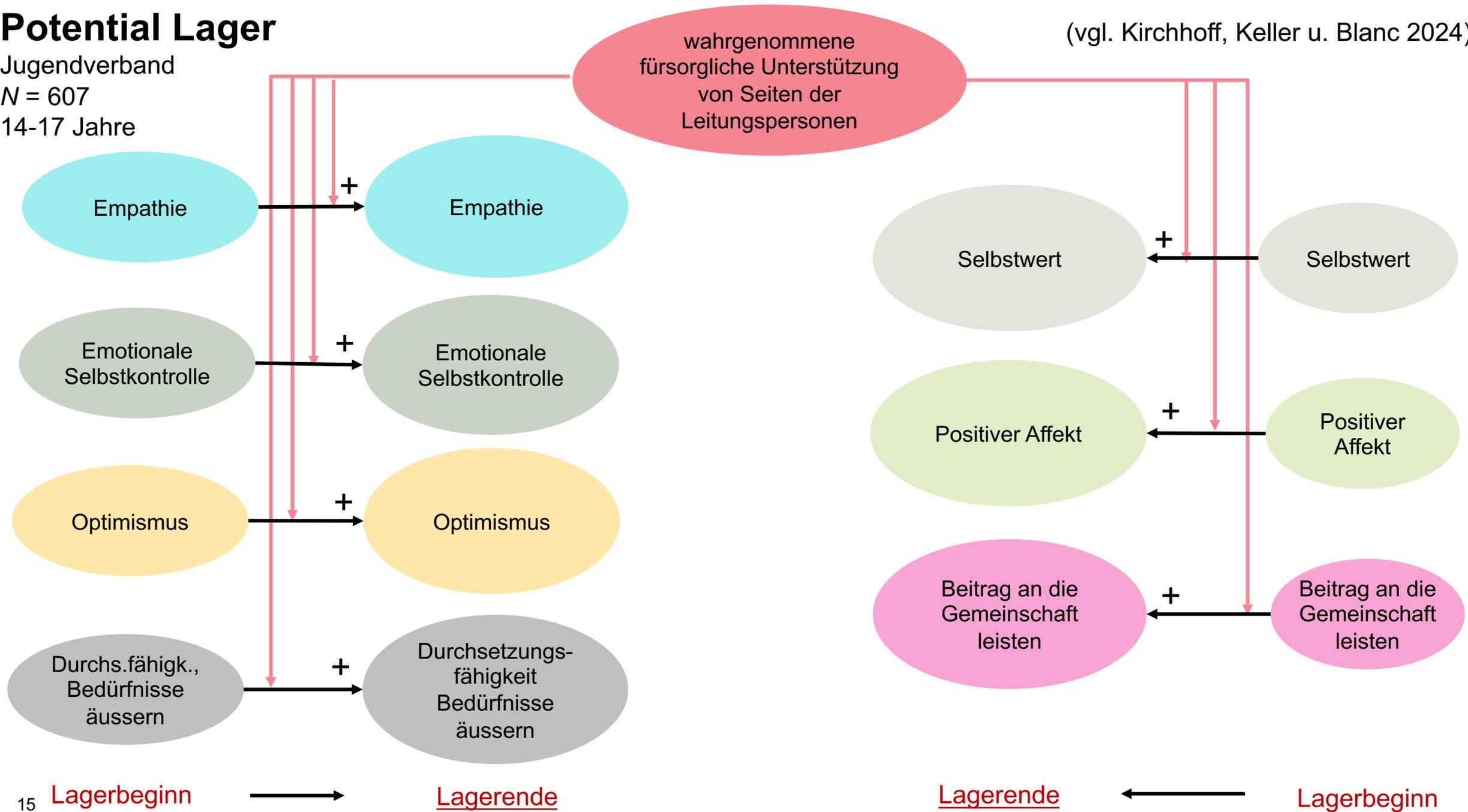
- Es braucht **Vertrauen, Verlässlichkeit** und ein **Sicherheitsgefühl**, um sich mit sozialen und emotionalen Themen auseinanderzusetzen
- instruktionale Lernunterstützung allein genügt nicht (auch auf Sek I und Sek II nicht) → **emotionale** und **verhaltensbezogene Unterstützung** ist wichtig für Wirksamkeit
- W-Fragen («was möchtest du erreichen»? «Wie könntest du vorgehen»?)
- Einüben der Kompetenzen **unter Begleitung / Supervision**

(Immordino-Yang, Darling-Hammond u. Krone 2019; vgl. zum «Spielzeugfreien Kindergarten»: Keller, Perren u. Nievergelt 2022; für Sek II: Conley, Durlak u. Hirsch 2015)

# Potential Lager

Jugendverband  
N = 607  
14-17 Jahre

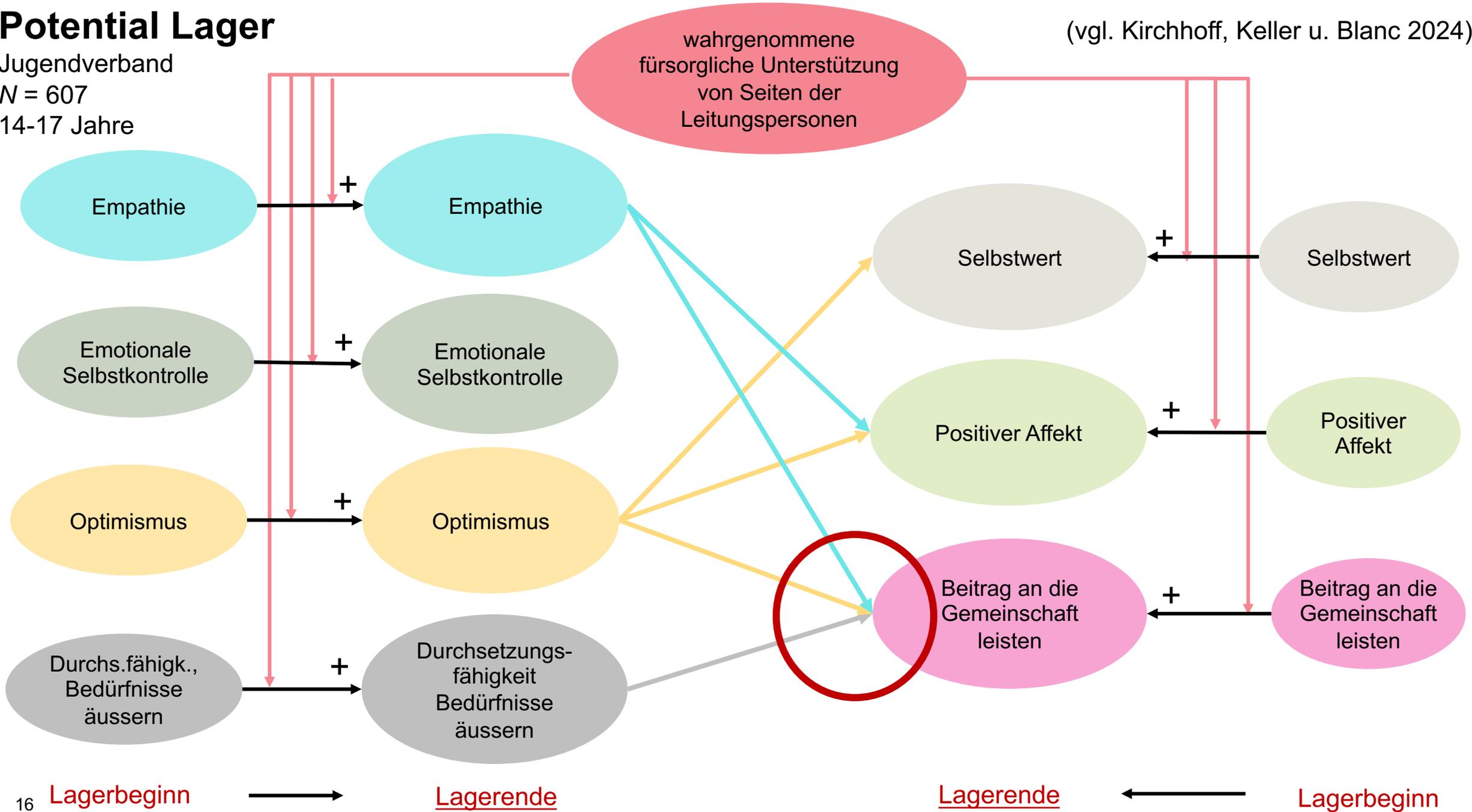
(vgl. Kirchhoff, Keller u. Blanc 2024)



# Potential Lager

Jugendverband  
N = 607  
14-17 Jahre

(vgl. Kirchhoff, Keller u. Blanc 2024)



# Weiterbildungsbedarf?

- Unsicherheiten und wahrgenommene Defizite an Wissen und professioneller Kompetenz?
  - z.B. bei Sekundarstufen-Lehrpersonen (international): bezüglich Förderung der Selbstwahrnehmung und des Selbst-Managements (Schiepe-Tiska, Dzhaparkulova u. Ziernwald 2021)
- Durchführung eines systematischen Programms kann diese professionelle Kompetenz stärken (Kirchhoff u. Keller 2021)
  - z.B. zu aufmerksamer und fürsorglicher Interaktion mit den Schüler:innen; Classroom-Management (Blewitt et al. 2020; Sandilos et al. 2023)
- Begleitung bei der Einführung und Umsetzung ist essenziell, um die hohe Wirkung zu erzeugen
  - z.B. Unterstützung in der Planung; Motivation zum Dranbleiben; Feedback zur Umsetzung (Merle et al. 2022)

Fazit – Die Win-win-  
Situation nutzen!

# Alle profitieren von der Förderung der überfachlichen Kompetenzen – auch wir als Lehrpersonen!

---

- verbesserte Beziehungen
- mehr Selbstwirksamkeitserleben
- vereinfachte Organisation im Klassenzimmer
- mittel- und langfristige Entlastung im Schulalltag
- etc.

**→ Ressource für Wohlbefinden und Gesundheit aller Beteiligten!**

(Blewitt et al. 2020; Sandilos et al. 2023; Schiepe-Tiska, Dzhaparkulova u. Ziernwald 2021)

Danke

# Literatur

Bengel, Jürgen, Frauke Meinders-Lücking, und Nina Rottmann. 2009. *Schutzfaktoren bei Kindern und Jugendlichen: Stand der Forschung zu psychosozialen Schutzfaktoren für Gesundheit*. Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, Band 35. Köln: Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung, BZgA.

Blewitt, Claire, Amanda O'Connor, Heather Morris, Aya Mousa, Heidi Bergmeier, Andrea Nolan, Kylie Jackson, Helen Barrett, und Helen Skouteris. 2020. «Do Curriculum-Based Social and Emotional Learning Programs in Early Childhood Education and Care Strengthen Teacher Outcomes? A Systematic Literature Review». *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17 (3): 1049. <https://doi.org/10.3390/ijerph17031049>.

Bühler, Anneke, Elke Schröder, und Rainer K. Silbereisen. 2007. «Welche Lebensfertigkeiten fördert ein suchtp Präventives Lebenskompetenzprogramm?» *Zeitschrift für Gesundheitspsychologie* 15 (1): 1–13. <https://doi.org/10.1026/0943-8149.15.1.1>.

Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). 2024. «Fundamentals of SEL». Advancing Social and Emotional Learning. Zugriff am 19. Januar 2024. <https://casel.org/>.

Conley, Colleen S., Joseph A. Durlak, und Alexandra C. Kirsch. 2015. «A Meta-Analysis of Universal Mental Health Prevention Programs for Higher Education Students». *Prevention Science* 16 (4): 487–507. <https://doi.org/10.1007/s11121-015-0543-1>.

Durlak, Joseph A., Roger P. Weissberg, Allison B. Dymnicki, Rebecca D. Taylor, und Kriston B. Schellinger. 2011. «The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions». *Child Development* 82 (1): 405–32. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>.

# Literatur

Durlak, Joseph A., Roger P. Weissberg, Allison B. Dymnicki, Rebecca D. Taylor, und Kriston B. Schellinger. 2011. «The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions». *Child Development* 82 (1): 405–32. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>.

Durlak, Joseph A., Roger P. Weissberg, und Molly Pachan. 2010. «A Meta-analysis of After-school Programs That Seek to Promote Personal and Social Skills in Children and Adolescents». *American Journal of Community Psychology* 45 (3–4): 294–309. <https://doi.org/10.1007/s10464-010-9300-6>.

Eschenbeck, Heike, und Rhea-Katharina Knauf. 2018. «Entwicklungsaufgaben und ihre Bewältigung». In *Entwicklungspsychologie des Jugendalters*, herausgegeben von Arnold Lohaus, 23–50. Berlin, Heidelberg: Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-662-55792-1\\_2](https://doi.org/10.1007/978-3-662-55792-1_2).

Fachteam Gesundheitswissenschaften PH Zürich. 2023. «Überfachliche Kompetenzen». Planungshilfen Gesundheitsförderung und Prävention. 2023. <https://tiny.phzh.ch/plh-ges>.

Hofer, Manfred. 2014. «Persönlichkeitsentwicklung als schulisches Erziehungsziel jenseits kognitiver Kompetenzen». *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie* 46 (2): 55–66. <https://doi.org/10.1026/0049-8637/a000105>.

Hurrelmann, Klaus, und Gudrun Quenzel. 2015. «Lost in Transition: Status Insecurity and Inconsistency as Hallmarks of Modern Adolescence». *International Journal of Adolescence and Youth* 20 (3): 261–70. <https://doi.org/10.1080/02673843.2013.785440>.

# Literatur

Immordino-Yang, Mary Helen, Linda Darling-Hammond, und Christina R. Krone. 2019. «Nurturing Nature: How Brain Development Is Inherently Social and Emotional, and What This Means for Education». *Educational Psychologist* 54 (3): 185–204. <https://doi.org/10.1080/00461520.2019.1633924>.

Keller, Roger, Sonja Perren, und Mirjam Nievergelt. 2022. «Spielzeugfreier Kindergarten – ein Projekt zur Stärkung der Lebenskompetenzen: Ergebnisse zu den Lehrpersonen- und Elternbefragungen sowie Beobachtungen der Lehrperson-Kind-Interaktion 2020/21». <https://doi.org/10.5281/ZENODO.6304570>.

Kirchhoff, Esther, und Roger Keller. 2021. «Age-specific life skills education in school: A systematic review». *Frontiers in Education* 6: 660878. <https://doi.org/10.3389/feduc.2021.660878>.

Kirchhoff, Esther, Roger Keller, und Barbara Blanc. 2024. «Empowering young people -The impact of camp experiences on personal resources, well-being, and community building». *Frontiers in Psychology* 15:1348050. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1348050>.

Korpershoek, Hanke, Truus Harms, Hester De Boer, Mechteld Van Kuijk, und Simone Doolaard. 2016. «A Meta-Analysis of the Effects of Classroom Management Strategies and Classroom Management Programs on Students' Academic, Behavioral, Emotional, and Motivational Outcomes». *Review of Educational Research* 86 (3): 643–80. <https://doi.org/10.3102/0034654315626799>.

# Literatur

Merle, James L., Andrew J. Thayer, Madeline F. Larson, Sydney Pauling, Clayton R. Cook, Joseph A. Rios, Jenna L. McGinnis, und Margaret M. Sullivan. 2022. «Investigating Strategies to Increase General Education Teachers' Adherence to Evidence-Based Social-Emotional Behavior Practices: A Meta-Analysis of the Single-Case Literature». *Journal of School Psychology* 91 (April): 1–26. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2021.11.005>.

Sameroff, Arnold. 2010. «A Unified Theory of Development: A Dialectic Integration of Nature and Nurture». *Child Development* 81 (1): 6–22. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2009.01378.x>.

Sandilos, Lia E., Sabina R. Neugebauer, James C. DiPerna, Susan C. Hart, und Puiwa Lei. 2023. «Social–Emotional Learning for Whom? Implications of a Universal SEL Program and Teacher Well-Being for Teachers' Interactions with Students». *School Mental Health* 15 (1): 190–201. <https://doi.org/10.1007/s12310-022-09543-0>.

Schiepe-Tiska, Anja, Aiymbubu Dzhaparkulova, und Lisa Ziernwald. 2021. «A Mixed-Methods Approach to Investigating Social and Emotional Learning at Schools: Teachers' Familiarity, Beliefs, Training, and Perceived School Culture». *Frontiers in Psychology* 12 (Juni): 518634. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.518634>.

WHO. 1994. *Life skills education for children and adolescents in schools. Introduction and guidelines to facilitate the development and implementation of life skills programmes*. Genf: World Health Organization WHO.

WHO. 2003. *Skills for health skills-based health education including life skills: An important component of a Child-Friendly/Health-Promoting School*. Information Series on School Health, Issue 9. Genf: World Health Organization WHO.