

Sozial-emotionale Kompetenzen



Was sind sozial-emotionale Kompetenzen?

Sozial-emotionale Kompetenzen gehören zu den [basalen Kompetenzen](#). Sie sind außerdem Teil der überfachlichen Kompetenzen (vgl. Allgemeiner Teil der [Fachanforderungen](#)) sowie der [Zukunftskompetenzen](#). Sozial-emotionale Kompetenzen werden somit in verschiedenen Kontexten als bedeutsam betrachtet, weil sie zur Persönlichkeitsentwicklung von Schülerinnen und Schülern beitragen.

Sie stehen außerdem in Zusammenhang mit dem Wohlbefinden, der Qualität zwischenmenschlicher Beziehungen und schulischer Leistungen. Um sie zu fördern ist es zunächst hilfreich zu verstehen, wie sich sozial-emotionale Kompetenzen von Schülerinnen und Schülern zeigen. *Die Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning (CASEL)* entwickelte dazu ein umfassendes Modell (Abb. 1).

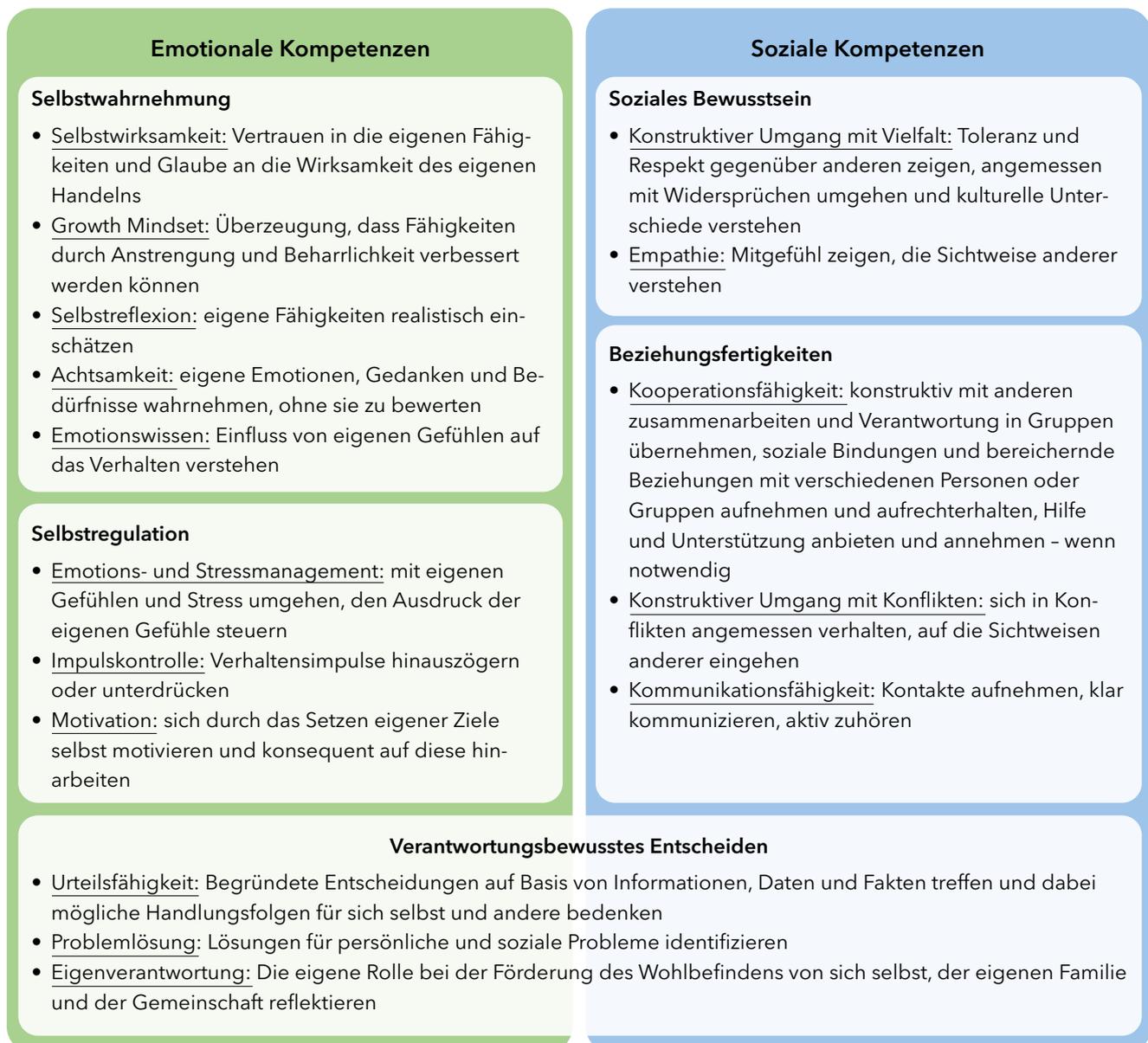


Abbildung 1: Emotionale und soziale Kompetenzen

Wie können sozial-emotionale Kompetenzen eingeschätzt werden?

Um sozial-emotionale Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler gezielt fördern zu können, ist es im ersten Schritt notwendig, sich einen Überblick über den Kompetenzstand zu verschaffen. Die Einschätzung kann dabei neben der Beobachtung auch mit Fragebögen erfolgen, die von der Lehrkraft oder den Schülerinnen und Schülern selbst ausgefüllt werden. So können Bereiche identifiziert werden, in denen die Schülerinnen und Schüler Entwicklungsbedarf aufweisen. Aber auch vorhandene Stärken, auf denen es aufzubauen gilt, werden so erkannt. Darüber hinaus kann das Ausfüllen der Fragebögen ein erster Impuls zur Auseinandersetzung mit dem

Thema sozial-emotionale Kompetenzen sein und zu Gesprächen anregen.

Der untenstehende Fragebogen kann von Schülerinnen und Schülern ab der 3. Jahrgangsstufe ausgefüllt werden und eignet sich sowohl für eine Anwendung im Klassenverband als auch für eine erste Abklärung potenzieller Entwicklungsbedarfe einzelner Schülerinnen und Schüler. Er kann für eine Einschätzung aus Lehrkraftperspektive angepasst werden, was auch eine Einordnung des Kompetenzstands jüngerer Schülerinnen und Schüler ermöglicht, und steht auch als Online-Version in

Emotionale Kompetenzen	Soziale Kompetenzen
Selbstwahrnehmung <ol style="list-style-type: none">1. Ich weiß, was ich gut mache.2. Ich weiß, was ich nicht gut mache.3. Je mehr ich mich anstrengte, desto besser werde ich.4. Ich versuche zu verstehen, wie ich mich fühle.5. Es gibt Dinge, in denen ich gut bin.	Soziales Bewusstsein <ol style="list-style-type: none">1. Ich denke darüber nach, wie sich andere fühlen.2. Es ist mir wichtig, wie sich andere fühlen.3. Ich respektiere, was andere denken.4. Ich versuche zu verstehen, wie andere denken und fühlen.
Ergänzungsmodul: Growth Mindset <ol style="list-style-type: none">1. Ich kann verändern, welche besonderen Fähigkeiten ich habe.2. Ich kann meine Intelligenz verändern.3. Ich kann verändern, wie sehr ich mich anstrengte.4. Ich kann verändern, wie leicht ich aufgebe.	Ergänzungsmodul: Empathie <ol style="list-style-type: none">1. Wenn es verschiedene Meinungen gibt, versuche ich, alle Sichtweisen zu berücksichtigen.2. Ich glaube, dass jedes Problem zwei Seiten hat, und ich versuche, mir beide Seiten anzusehen.3. Ich versuche mir vorzustellen, wie die Dinge aus der Sicht von anderen aussehen.4. Ich versuche mir vorzustellen, wie andere sich fühlen.
Selbstregulation <ol style="list-style-type: none">1. Ich weiß, was ich gut mache.2. Ich weiß, was ich nicht gut mache.3. Je mehr ich mich anstrengte, desto besser werde ich.4. Ich versuche zu verstehen, wie ich mich fühle.5. Es gibt Dinge, in denen ich gut bin.	Beziehungsfertigkeiten <ol style="list-style-type: none">1. Ich kann Konflikte mit anderen gut lösen.2. Ich komme gut mit anderen aus.3. Ich bin nett zu anderen.4. Ich helfe anderen.
Verantwortungsbewusstes Entscheiden <ol style="list-style-type: none">1. Ich fühle mich für mein Handeln verantwortlich.2. Ich kann gut zwischen richtig und falsch unterscheiden.	<ol style="list-style-type: none">3. Ich treffe gute Entscheidungen.4. Ich denke über die Konsequenzen meines Handelns nach.

Skala für jede Frage: stimmt überhaupt nicht stimmt eher nicht stimmt eher stimmt genau

Abbildung 2: [Fragen zu emotionalen und sozialen Kompetenzen](#)

LeOniE.SH (unter Vorlagen, Schülerfeedback) bereit. Die Bearbeitung dauert ca. 5 - 10 Minuten, wobei die Bearbeitungszeit durch die Auswahl einzelner Module verkürzt werden kann. Zusätzlich werden im Kontext der Befragungen zum Schülerfeedback sozial-emotionale Kompetenzen mit erhoben (vgl. <https://schuelerfeedback-sh.lernnetz.de/>).

Der Fragebogen erfasst Selbstwahrnehmung, Selbstregulation, soziales Bewusstsein, Beziehungsfertigkeiten und die Fähigkeit zum verantwortungsbewussten Entscheiden. Darüber

hinaus können mit den Ergänzungsmodulen zum Growth Mindset und zur Empathie zwei Aspekte der sozial-emotionalen Kompetenzen spezifischer in den Blick genommen werden, die in der aktuellen Diskussion von besonderem Interesse sind: So ist ein Growth Mindset vor allem für die Entwicklung leistungsschwacher Schülerinnen und Schüler wichtig, denn es bestärkt sie darin, durch Anstrengung dazuzulernen. Empathie ist die Grundvoraussetzung für ein respektvolles Miteinander und wird von Lehrkräften als eine der bedeutsamsten Fähigkeiten gesehen, die Schule vermitteln sollte.

Wie lassen sich sozial-emotionale Kompetenzen im schulischen Kontext stärken?

Emotionale und soziale Prozesse sind immer Teil von Unterricht. Aufgrund der individuell sehr unterschiedlich entwickelten sozial-emotionalen Kompetenzen können diese Anforderungen in Abhängigkeit von Lerngegenstand, Lernumgebung und aktueller emotionaler Befindlichkeit von den Schülerinnen und Schülern besser oder nur schwer bewältigt werden. Somit ist es Aufgabe der Lehrkräfte, aber auch des multiprofessionellen Teams an Schule, die Entwicklung sozial-emotionaler Kompetenzen zu fördern. Wie Abbildung 3 veranschaulicht, tragen eine hohe Unterrichtsqualität sowie die Gestaltung von Unterricht im Tandem zur Förderung der sozial-emotionalen Kompetenzen aller Lernenden bei.

Für viele Schülerinnen und Schüler sind also keine ergänzenden Maßnahmen zur Unterstützung notwendig - vielmehr ist es ausreichend, vorhandene Verhaltensweisen zu nutzen, die ohnehin untrennbar mit gutem Unterricht verbunden sind. Schülerinnen und Schüler, die hingegen ein erhöhtes Risiko für Schwierigkeiten im sozial-emotionalen Bereich aufweisen oder bei denen bereits Probleme aufgetreten sind, sollten durch spezifischere Maßnahmen unterstützt werden. Je einheitlicher und abgestimmter an Schule hier über den einzelnen Fachunterricht hinaus gemeinsam gehandelt wird, umso stärker profitieren die Schülerinnen und Schüler und umso effizienter können die multiprofessionellen Teams agieren.

betroffene Schülerinnen und Schüler

Förderzentrum, Kreis- und Landesfachberatung bieten sonderpädagogische Unterstützung an

Durchführung etablierter Maßnahmen

- Beratung, Coaching, Fallbesprechung
- Selbstinstruktionstraining
- Self-Monitoring
- Token-Systeme
- Training mit aggressiven Kindern
- Reattributionstraining

Diagnostik – Verstehen herausfordernder Verhaltensweisen

- Funktionale Verhaltensanalyse
- Kind-Umfeld-Analyse
- Kollegiale Fallbesprechung

Gestaltung individueller Lernsettings

- **Temporäre intensivpädagogische Maßnahmen (TIP)**
- **Gestaltung eines Netzwerks** innerschulischer und außerschulischer Kooperationspartner/-innen

gefährdete Schülerinnen und Schüler

Regelschule und Förderzentrum gestalten Angebote in Kooperation

Soziales und emotionales Lernen im Fachunterricht

- Schaffung von **Möglichkeiten zur Selbstwahrnehmung und Selbstregulation**, z. B.
 - Gefühlsampel
 - Nutzung von Angeboten zur besseren Konzentration
 - Selbstständige Wahl des Arbeitsplatzes oder -raumes
- Beleuchtung **unterschiedlicher Sichtweisen und kultureller Hintergründe** zur Stärkung des sozialen Bewusstseins
- Nutzung **kooperativer Arbeitsformen** zur Förderung von Beziehungsfertigkeiten
- **Lernen durch Engagement**

Förderung emotionaler und sozialer Kompetenzen mit etablierten Programmen für alle Lernenden

- Beispiele finden sich auf der [Grünen Liste Prävention](#)

Umgang mit eskalierenden Situationen

- **Low-Profile-Ansatz**: unaufgeregter Umgang mit Störungen
- **Schulinternes Konzept** zum Umgang mit herausfordernden Situationen
- **Neue Autorität** als gesamtschulisches Konzept

alle Schülerinnen und Schüler

Regelschule gestaltet die Lernumgebung, Förderzentrum berät und unterstützt

Klassenführung unterstützt Schülerinnen und Schüler in ihrem Emotionsmanagement und der Impulskontrolle durch:

- unterrichtliche **Klarheit**.
- **Routinen** und **Rituale**.
- strukturierte **kooperative Lernformen**.
- **Gestaltung des Raumes**.
- Gestaltung von **reibungslosem Unterricht**.

Klassenführung unterstützt Schülerinnen und Schüler darin, die eigene Verantwortung für eine positive Lerngemeinschaft zu erkennen, durch:

- die Etablierung **weniger, positiv formulierter Regeln**.
- die Etablierung **logischer Konsequenzen** für Regelübertritte.
- klare Aussagen darüber, was Lernende zur **Einhaltung der Regeln** tun können.

Konstruktive Unterstützung trägt dazu bei, dass Schülerinnen und Schüler in der Lehrkraft ein Vorbild für sozial-kompetentes Verhalten und verantwortungsbewusstes Entscheiden erkennen können und dass ihre Selbstwirksamkeit, ein Growth Mindset und die Emotionsregulation gefördert werden durch:

- **Beziehungsaufbau** zu den Lernenden
- **Feinfühlig, annehmender Umgang** mit Lernenden – auch in herausfordernden Situationen
- Trennung von **Person und Verhalten**
- Fokus auf **positives Verhalten und Stärken** der Lernenden
- **positive Fehlerkultur**
- **Transparenz, Verlässlichkeit und Authentizität**
- präzise **fachliche Diagnostik**
- **Differenzierung und individuelle Unterstützung im Lernprozess**

Kognitive Aktivierung fördert die Selbstwirksamkeit und unterstützt Schülerinnen und Schüler darin, sich selbst zu motivieren, durch:

- Aktivierung des **Vorwissens**
- Herstellung von **Lebensweltbezügen**
- Möglichkeiten, **den eigenen Lernprozess zu planen**
- **Passung** von Schwierigkeitsgrad und Zielen

Gestaltung von Unterricht im „Tandem“ (Grundschule und Förderzentrum)

- Gemeinsam geplanter Unterricht (Lehrkraft und Beobachtungskraft oder Lehrkraft und Unterstützungskraft)
- Stationsunterricht
- Parallelunterricht
- Niveaudifferenzierter Unterricht

Abbildung 3: Gestuftes Konzept zur Förderung sozial-emotionaler Kompetenzen

Welche Unterstützung bietet das IQSH?

Zur Förderung der sozial-emotionalen Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler bieten wir Ihnen folgende Unterstützung an:

Beratungsstelle Inklusive Schule (BIS)

- Fortbildungen zum Classroom Management, Bindungstheorie und mehr

Ansprechperson: Inken Schnaase

Kontakt: bis@iqsh.de

Fachberatung Pädagogik

- Fortbildungen für Fach-, Klassen- oder Schulteams
- Themen: Feedback-Kultur, Classroom Management, Klassenrat oder Beziehungsarbeit

Ansprechperson: Sonja Johannsen

Kontakt: sonja.johannsen@iqsh.landsh.de

Team sozial-emotionales Lernen (SEL)

- Schulartübergreifende Angebote zum sozial-emotionalen Lernen im Fachunterricht, Classroom Management, Schoolwide Positive Behavior Support, Bindungstheorie und Neue Autorität

Ansprechpersonen:

Björn Voß (Schulartteam Grundschule),

Markus Burgdorf (Schulartteam Sonderpädagogik),

Tobias Rumohr (Schulartteam Sonderpädagogik)

Kontakt: EsE@iqsh.de

Schülerfeedback.SH

Schülerfeedback ermöglicht es Schülerinnen und Schülern zu erlernen, Rückmeldungen konstruktiv zu formulieren und ihre eigene Sicht mit der Perspektive anderer abzugleichen. Zudem können Lehrkräfte Rückmeldungen zu den selbst eingeschätzten sozial-emotionalen Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler einholen.

Tipps zur Umsetzung finden Sie auf

<https://schuelerfeedback-sh.lernetz.de/>.

Prävention und Intervention

- Fortbildungen zum Umgang mit psychischen Erkrankungen bei Schülerinnen und Schülern

Ansprechperson: Dr. Manfred Böge

Kontakt: manfred.boege@iqsh.landsh.de

Unterrichtsberatung und Angebote zur Weiterentwicklung der Lehrfertigkeiten

- Schulartübergreifende Unterstützung bei der systematischen Unterrichtsentwicklung und dem wirksamen Lernen von Schülerinnen und Schülern
- Themen wie Eigenverantwortliches Lernen fördern, Bindung und Beziehung fördern, Regeln und Rituale, Methodenlernen, Reflexion und Feedback, Umgang mit Heterogenität

Ansprechperson: Christiane Hüttmann

Kontakt: christiane.huettmann@iqsh.landsh.de

Schlagworte in formix

Zu allen hier genannten Themen können Sie direkt in formix unter den im Text genannten Schlagworten suchen: <https://formix.info>

Schulpsychologischer Landesdienst

- Beratung und Unterstützung aller am Schulleben Beteiligten bei schulbezogenen Problemen
- Zuständigkeit: schulpsychologische Beratungsstelle des Kreises / der kreisfreien Stadt, in dem/der die Schule liegt
- Freiwillige Inanspruchnahme durch alle am Schulleben Beteiligten – direkt und vertraulich

Kontakt: [Hier](#) finden Sie alle Anschriften.

Schulische Erziehungshilfe

- In den zuständigen Kreisen und kreisfreien Städten
- Förderung sozial-emotionaler Kompetenzen

Bitte informieren Sie sich vor Ort.

März 2025

Herausgeber: Institut für Qualitätsentwicklung an Schulen Schleswig-Holstein IQSH
Schreiberweg 5 | 24119 Kronshagen | Tel. 0431 5403-0 | Fax 0431 988-6230-200
www.iqsh.schleswig-holstein.de | info@iqsh.landsh.de | https://x.com/_IQSH

Titelbild: © evgenyatamanenko / istockphoto.com | Gestaltung: L&S Digital GmbH & Co. KG | 24222 Schwentinental
Das IQSH ist laut Satzung eine dem Bildungsministerium unmittelbar nachgeordnete, nicht rechtsfähige Anstalt des öffentlichen Rechts.