

Selbstregulationskompetenz stärken

Mit einem Corporate Design Lernen sichtbar machen

Kurzbeschreibung:

Selbstregulationskompetenzen beschreiben die Fähigkeiten, eigene Emotionen, Gedanken und Verhaltensweisen zu steuern. Dazu gehören Impulskontrolle, Zielsetzung und Stressbewältigung. Wir finden, dass Selbstregulationskompetenzen entscheidend für schulischen und persönlichen Erfolg sind. Deshalb sind sie für uns am Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium zur Leitlinie unserer gesamten Schulentwicklung geworden.

Unser Anspruch ist es, jede Unterrichtsstunde so zu gestalten, dass Lernen in einer strukturierten und störungsfreien Umgebung möglich ist, zum selbstständigen Denken angeregt wird und konstruktives Feedback die Selbstwirksamkeit stärkt. Dafür entwickeln wir gemeinsam ein „Corporate Design“ des Unterrichts: eine Tiefenstruktur, die den Lernprozess sichtbar macht und Schüler:innen Schritt für Schritt in die Lage versetzt, selbstverantwortlich für ihr eigenes Lernen zu sein – nach dem Prinzip: Zielklarheit → Monitoring → Feedbackloop.

Ergebnisse:

Wir wurden für den Deutschen Schulpreis Spezial 2020/21 nominiert und 2023 als „Gute gesunde Schule“ ausgezeichnet. Unsere Anmeldezahlen sind die höchsten der Stadt. Außerdem hat sich unsere Lernkultur spürbar in Richtung mehr Vernetzung, Selbstverantwortung und psychischer Gesundheit verändert.

Umsetzung:

1. 2019 haben wir ein wissenschaftlich fundiertes Meditationsprojekt an unserer Schule etabliert.
2. Unsere Kollegin Veronika Schoop hat in der Arbeitsgruppe der Leopoldina mitgewirkt, die sich mit Meditation auf neurologischer Basis befasst.
3. 2024 hat die Leopoldina eine Stellungnahme zur Förderung der Selbstregulationskompetenz veröffentlicht.
4. Seitdem arbeiten wir an der Umsetzung der Empfehlungen der Leopoldina in der Schulpraxis und richten alle Schulentwicklungskonzepte an den Prinzipien der

Selbstregulationskompetenz aus: Projekt Herausforderung, Meditation, Auslandserfahrungen, Projektkurse und mehr.

5. Seit Februar 2025 etablieren wir ein Corporate Design von Unterricht im Sinne des selbstregulierten Lernens zur Vergegenwärtigung von Lernprozessen.

Tipps:

1. 2019 haben wir ein wissenschaftlich fundiertes Meditationsprojekt an unserer Schule etabliert.
2. Unsere Kollegin Veronika Schoop hat in der Arbeitsgruppe der Leopoldina mitgewirkt, die sich mit Meditation auf neurologischer Basis befasst.
3. 2024 hat die Leopoldina eine Stellungnahme zur Förderung der Selbstregulationskompetenz veröffentlicht.
4. Seitdem arbeiten wir an der Umsetzung der Empfehlungen der Leopoldina in der Schulpraxis und richten alle Schulentwicklungskonzepte an den Prinzipien der Selbstregulationskompetenz aus: Projekt Herausforderung, Meditation, Auslandserfahrungen, Projektkurse und mehr.
5. Seit Februar 2025 etablieren wir ein Corporate Design von Unterricht im Sinne des selbstregulierten Lernens zur Vergegenwärtigung von Lernprozessen.

Beteiligung und Mitgestaltung:

Wir haben ein Fortbildungsprogramm mit Input von Prof. Dr. Charlotte Dignath durchgeführt. Jede Kollegin und jeder Kollege hat die Grundidee in mindestens vier Unterrichtsstunden umgesetzt. Das ergibt ein Volumen von über 300 Stunden als Impuls in die Schule, ergänzt durch Evaluation und Dokumentation. Unsere Schulkonferenz, bestehend aus je sechs Schüler:innen, Eltern und Lehrkräften, funktioniert als Think-Tank mit offener Kommunikation und transparenter Information der Schulgemeinschaft.

Herausforderungen:

1. Bisher sind keine größeren Herausforderungen aufgetreten. Entscheidend war von Anfang an, das Projekt als Impuls zu verstehen und nicht als Infragestellung von allem, was vorher war.

Lösungen:

1. Offene Kommunikation und eine sehr individuelle Fortbildungsplanung haben dazu beigetragen, dass alle Beteiligten gut mitgenommen wurden.

Benötigte Ressourcen:

- Budget: ca. 3.000 € für den Fortbildungskurs
- Personal: 85 Lehrkräfte sowie eine Schulpsychologin
- Tools: MS Teams

Partnerschaften & Förderungen

Kontakt:

Hospitation möglich? [Ja](#)

Frank Bäcker

f.baecker@dbg-gl.de

Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium

Am Rübezahlwald 5, 51469 Bergisch Gladbach

02202 28330

info@dbg-gl.de