

### **Was weiß man über die Effektivität von Selbstregulationstrainings?**

Selbstregulationsfähigkeiten werden zu Schlüsselkompetenzen, wenn schulische Bildungsprozesse, in denen die Vermittlung zentraler Kompetenzen von Lehrpersonen initiiert, überwacht und bewertet werden, abgeschlossen sind - sind also im Erwachsenenalter von besonderer Bedeutung.

Sie sind trainierbar. Besonders effektiv erweisen sich

- Wiederholen (als kognitive Strategie)
- Erkennen des Aufgabenwertes (als motivationaler Aspekt)
- Schreiben (als Fachinhalt)

# Selbstregulation

**Tabelle 10:** Ergebnisse (Effektstärken) einer Metaanalyse zu Lernstrategietrainings (nach Donker et al., 2014, S. 9)

Variablen	Anzahl Interventionen	Effektstärke Hedges' g
<b>Strategien</b>		
<b>Kognitive Strategien</b>		
• Wiederholung	10	1.39
• Elaboration	50	.75
• Organisation	32	.81
<b>Metakognitive Strategien</b>		
• Planung	68	.80
• Monitoring	81	.71
• Evaluation	54	.75
<b>Management-Strategien</b>		
• Anstrengung	15	.77
• Gruppe	21	.83
• Umwelt	6	.59
<b>Motivationale Aspekte</b>		
• Self-efficacy	13	.72
• Aufgabenwert	6	1.84
• Zielorientierung	6	.59
<b>Metakognitives Wissen</b>		
• Allgemein	35	.97
• Personal	13	.94
<b>Personencharakteristiken</b>		
• Normal	67	.61
• Geringer SÖS und ethnische Minderheit	7	.72
• Besonderer Hilfebedarf	14	.89
• Hochbegabt und hoher SÖS	7	.72
<b>Messinstrumente</b>		
• Selbst entwickelt	122 Effektstärken	.78
• Interventionsunabhängig	50 Effektstärken	.45
• Unbekannt	8 Effektstärken	
<b>Fachinhalt</b>		
• Lesen	23	.36
• Schreiben	16	1.25
• Mathematik	449	.66
• Naturwissenschaften	3	.73
• Andere		.23

# **Selbstregulation**

[Brünken, Münzer und Spinath 2019](#)

Eindeutige ID: #1033

Verfasser: Dr. Jutta Zingler

Letzte Änderung: 2023-05-12 10:49