BILDUNGSFORUM für den Alb-Donau-Kreis im Landratsamt Ulm
Fachtagung am 24.10.2024

Wohlbefinden in der Schule

Prof. Dr. Tina Hascher

Universität Bern

Institut für Erziehungswissenschaft, Abteilung Schul- und Unterrichtsforschung

Übersicht

1. Warum ist Wohlbefinden in der Schule wichtig?
   Was meinen wir, wenn wir von Wohlbefinden sprechen?

2. Wie kann das Wohlbefinden von Schüler:innen untersucht werden?
   Was zeigen die Ergebnisse?

3. Wie kann Wohlbefinden in der Schule gefördert werden?
   Was können Schulen tun?

1. **Warum ist Wohlbefinden in der Schule wichtig? Was meinen wir, wenn wir von Wohlbefinden sprechen?**

Zur Relevanz von Wohlbefinden

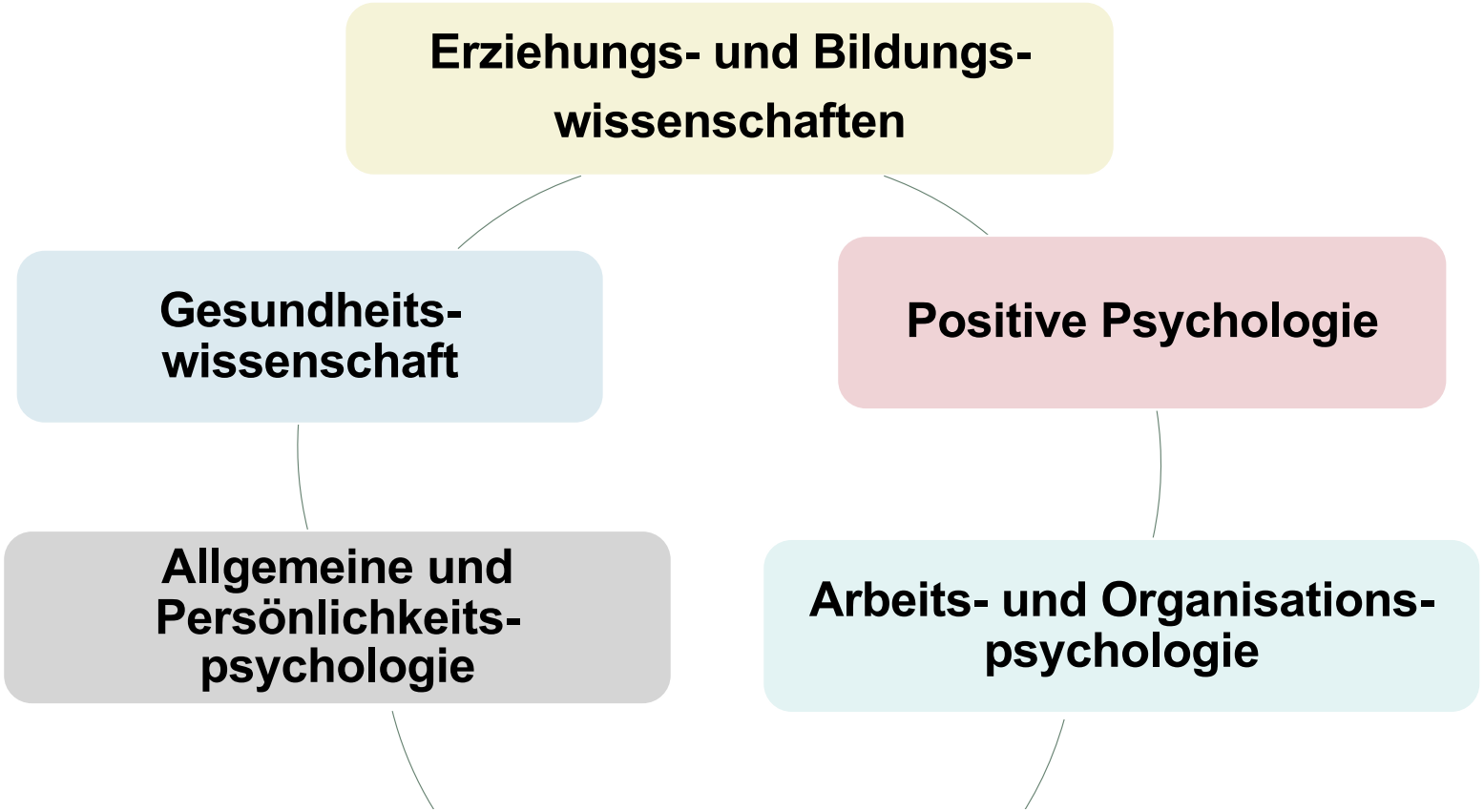
Allgemein

- Indikator für Lebensqualität
- Prädiktor und Indikator für die menschliche Entwicklung, die Gesundheit und ein erfülltes Leben
- gibt Auskunft über individuelle Bewertungen (Kognitionen) und emotionale Erfahrungen
- Wert an sich

(z.B. Diener, 1984; Ryff & Keyes, 1995; UNESCO, 2016)

Wohlbefinden im Spiegel verschiedener Disziplinen

(z.B. Hascher & Waber, 2021; Hascher & Mori, 2023)



Zur Relevanz von Wohlbefinden

Allgemein

- Indikator für Lebensqualität
- Prädiktor und Indikator für die menschliche Entwicklung, die Gesund-heit und ein erfülltes Leben
- gibt Auskunft über individuelle Be-wertungen (Kognitionen) und emotio-nale Erfahrungen
- Wert an sich

(z.B. Diener, 1984; Ryff & Keyes, 1995; UNESCO, 2016)

In der Schule

- Indikator der Bildungsqualität
- Wohlbefinden hängt eng mit der Entwicklung im Kontext der Schule zusammen
- gibt Auskunft über die (psycholo-gischen) Bedürfnisse von Lernenden und Lehrpersonen
- Wert an sich

(z.B. Govorova et al., 2020; Hascher, 2004, 2012; OECD, 2017, 2019; Seligman et al., 2009)

Wohlbefinden von Schüler:innen ...

... als **Quelle der Unterstützung** für schulbezogenes Verhalten und Leistung
(z.B. Gutman & Vorhaus, 2012; Hascher, 2017; OECD, 2017)

... als **Quelle der Prävention** von oppositionellem Verhalten, Störungen und Risikobereitschaft
(z.B. Hagenauer & Hascher, 2011; McNeely & Falci, 2004; Närhi et al., 2014)

Die vielen «Gesichter» des Wohlbefindens

(z.B. Hascher & Mori, 2023)

Wohlbefinden von Lehrpersonen

- Absenz von Stress und Burnout
  (z.B. Klusmann et al., 2008)
- Zufriedenheit und positive Emotionen
  (z.B. Ilgan et al., 2015)
- Motivation und Commitment
  (z.B. Kern et al., 2014)
- Allgemeine mentale Gesundheit
  (z.B. Kim & Lim, 2016)
- Resilience und „Flourishing“
  (z.B. Birchinall et al., 2019)
- Verhältnis von Anforderungen und Ressourcen
  (z.B. Bakker & Demerouti, 2003)

Wohlbefinden von Schüler:innen

- Absenz negativer emotionaler Zustände
  (z.B. Undheim & Sund, 2005)
- Zufriedenheit und positive Emotionen
  (z.B. Diener, 1984; Huebner et al., 2001)
- Lernmotivation und Leistung
  (z.B. OECD, 2017)
- Mentale Gesundheit
  (z.B. Cosma et al., 2023)
- verschiedene emotionale, soziale und kognitive schullbezogende Aspekte
  (z.B. OECD, 2017)
- positive Dysbalance zwischen negativen und positiven Aspekten
  (z.B. Hascher, 2004)

2. Wie kann das Wohlbefinden von Schüler:innen untersucht werden? Was zeigen die Ergebnisse?

- allgemeine Instrumente
- für Primarschüler:innen
- für Sekundarschüler:innen / Jugendliche
- stufenübergreifend

Allgemein: Lebenszufriedenheit
Satisfaction with life scale (SWLS)

(Diener et al., 1985)

_____ “In most ways my life is close to my ideal.”
_____ “The conditions of my life are excellent.”
_____ “I am satisfied with my life.”
_____ “So far I have gotten the important things I want in life.”
_____ “If I could live my life over, I would change almost nothing.”

7-point scale:
7 = Strongly agree; 1 = Strongly disagree

Allgemein: WHO-5 Well-being Index

(Bech et al., 2003; Bech, 2004)

“In den letzten zwei Wochen ..

1. ... war ich froh und guter Laune.
2. ... habe ich mich ruhig und entspannt gefühlt.
3. ... habe ich mich energisch und aktiv gefühlt.
4. ... habe ich mich beim Aufwachen frisch und ausgeruht gefühlt.
5. ... war mein Alltag voller Dinge, die mich interessieren.”

6-point scale:
0 = zu keinem Zeitpunkt; 5 = die ganze Zeit

Primarstufe: FEESS 1-2, 3-4

(Rauer & Schuck, 2004)

SIKS (37 Items)

- Sozialklima (soz. Integration in der Klasse, Klassenklima), 12 Items
- Fähigkeitsselbstkonzept, 15 Items

SALGA (53 Items) = Schul- und Lernklima in 4 Skalen

- Schuleinstellungen (Wohlbefinden), 14 Items
  z.B. “Ich gehe gern zur Schule.”
- Lernfreude, 13 Items
  z.B. “Ich lernen gern in der Schule”.
- Anstrengungsbereitschaft, 13 Items
  z.B. “Ich strenge mich ungern an beim Lernen.” (rec)
- Angenommensein von Lehrperson, 13 Items
  z.B. “Meine Lehrer reden freundlich mit mir.”

2- und 4-point scale:
1 = stimmt nicht; 2/4 = stimmt

Primarstufe: Stimmungssmileys

(Stark et al., 2018)

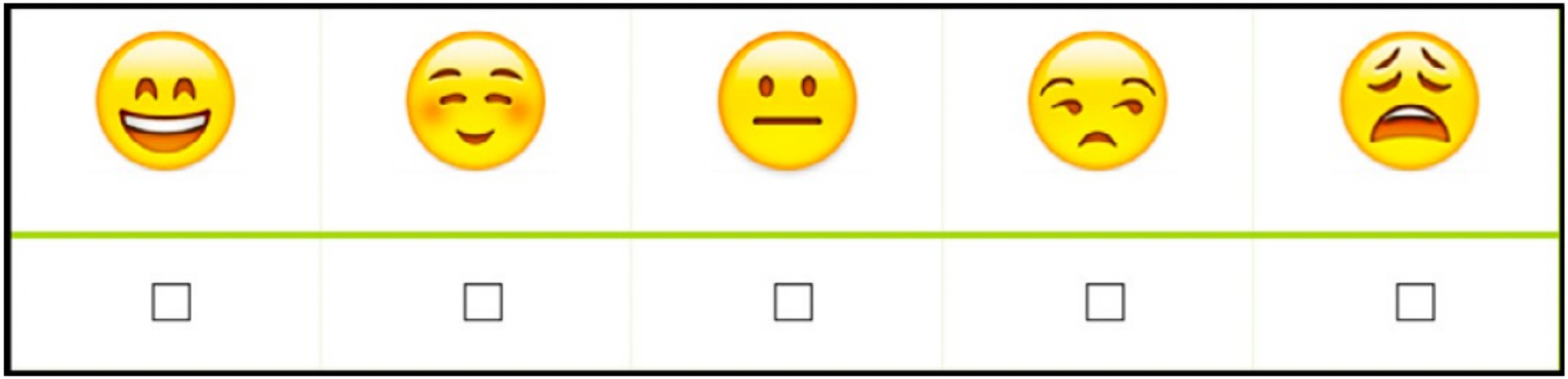


Fig. 1. Mood icons for children's self-report on well-being.

Sekundarstufe: Brief Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale (BMSLSS)

(Huebner, 1991, 1994, 2004)

1. "I would describe my satisfaction with my family life as: ..."
2. "I would describe my satisfaction with my friendships as: ..."
3. "I would describe my satisfaction with my school experience as: ..."
4. "I would describe my satisfaction with myself as: ..."
5. "I would describe my satisfaction with where I live as: ..."

7-point scale:
Terrible, Unhappy, Mostly Dissatisfied, Mixed (about equally satisfied and dissatisfied), Mostly Satisfied, Pleased, Delighted

Sekundarstufe: Brief Adolescents' Subjective Well-Being in School Scale (BASWBSS)

(Tian et al., 2015)

1. "I perform well in school."
2. "My school is provided with good school rules and facilities."
3. "I have good relationships with my teachers."
4. "I get along well with classmates."
5. "The teachers' instructional methods and quality are good."
6. "The curriculum and homework assigned are suitable."

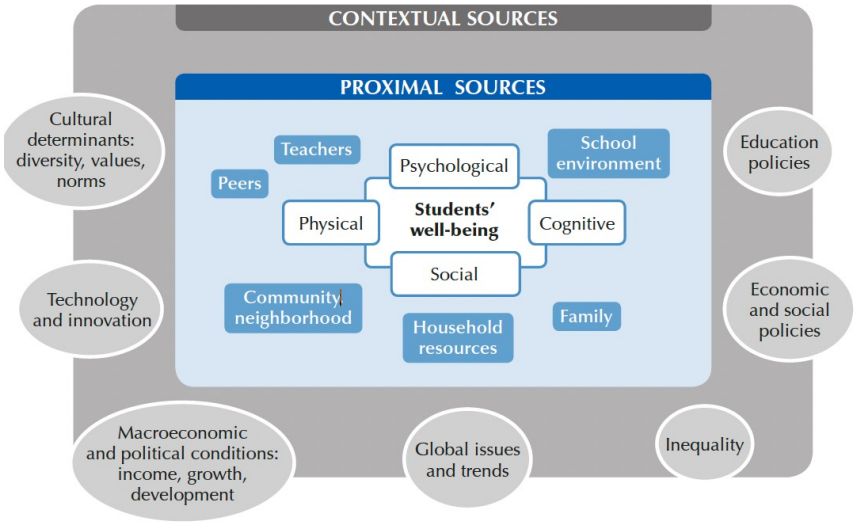
7. *"In school, the frequency of my pleasant feelings is …"
8. *"In school, the frequency of my unpleasant feelings is ..."

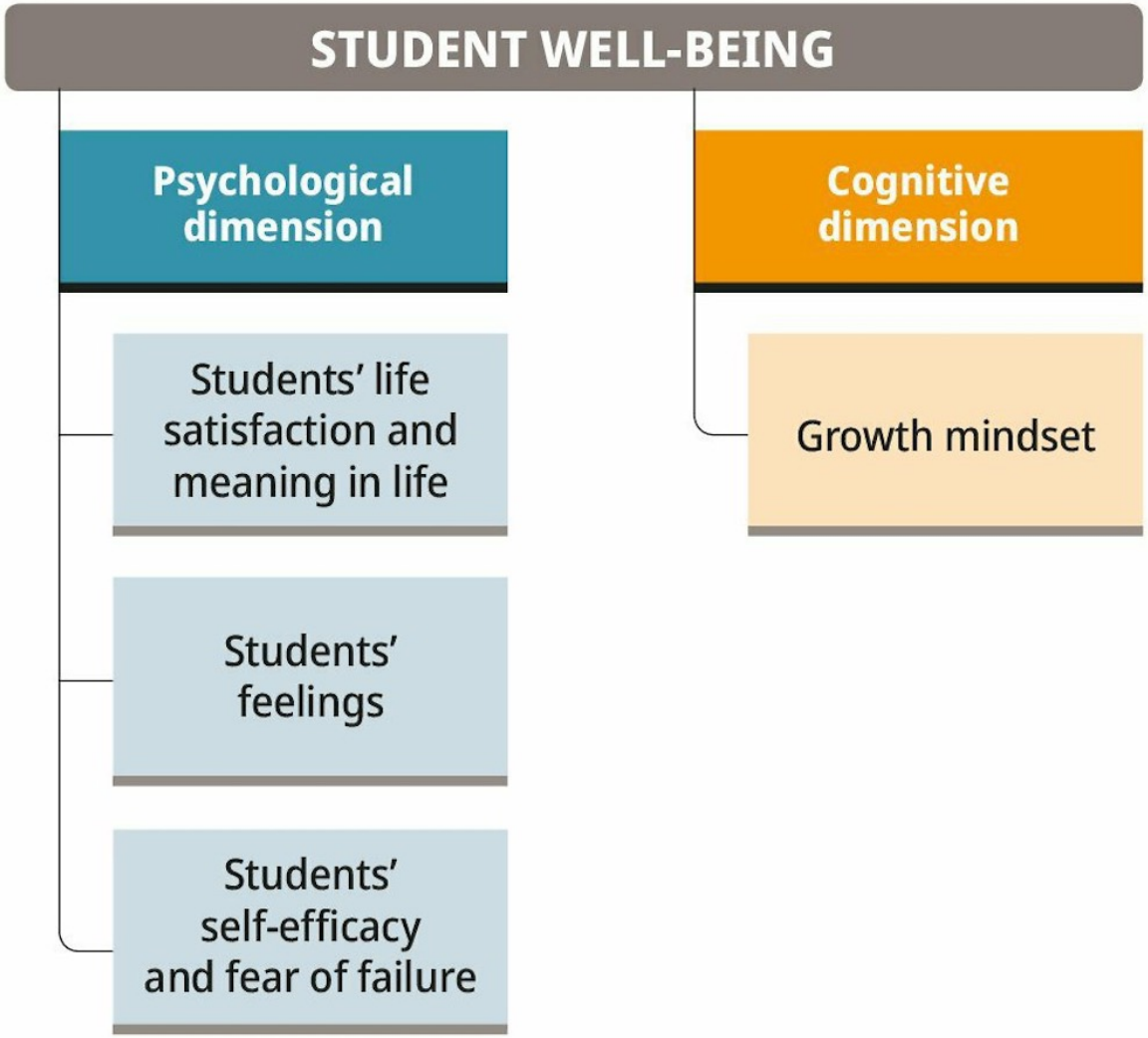
6-point scale:
1 = Strongly disagree; 6 = Strongly agree
*1 = Never; 6 = Always

Sekundarstufe: PISA well-being 2018

(OECD, 2019)

Figure III.2.2 ▪ **Dimensions and sources of students' well-being**





adaptiert: Wohlbefindensfragenbogen für Schüler:innen

(Hascher, 2004, 2007, 2008, 2010, 2012 ...)

Freude

z.B. „Kam es in den letzten paar Wochen vor, dass du dich in der Schule gefreut hast, weil du was dazugelernt hast?“

Positive Einstellungen

z.B. „Ich gehe gerne in die Schule.“

Positives Selbstkonzept

z.B. „Ich habe keine Probleme, die Anforderungen in der Schule zu bewältigen.“

Sorgen

z.B. „Hast du dir in den vergangenen paar Wochen Sorgen gemacht wegen der Schule?“

Körperliche Beschwerden

z.B. „Kam es in den letzten paar Wochen vor, dass du Bauchschmerzen wegen der Schule hattest?“

Soziale Probleme

z.B. „Kam es in den letzten paar Wochen vor, dass du dich in deiner Klasse als Aussenseiter:in fühltest?“

4- oder 6-Punkte Skala:
1 = nie; 4/6 = sehr oft
1 = stimmt nicht; 4/6 = stimmt sehr oft

adaptiert: KIDSCREEN *27/52*

(z.B. Bisegger et al., 2005)

- *körperliches Wohlbefinden* (5 Items)
- *psychisches Wohlbefinden* (6 Items)
- Stimmungen und Emotionen (7 Items)
- Selbstwahrnehmung (5 Items)
- Autonomie (5 Items)
- *Beziehungen zu Eltern und zum Zuhause* (6 Items)
- finanzielle Möglichkeiten (3 Items)
- *Beziehungen zu Gleichaltrigen und soziale Unterstützung* (6 Items)
- *schulisches Umfeld* (6 Items)
- soziale Akzeptanz (Bullying) (3 Items)

Der KIDSCREEN-10 Index wurde aus dem KIDSCREEN-27 entwickelt und operationalisiert die generelle gesundheits-bezogene Lebensqualität in einer einzigen Skala

5-Punkte Skala:
1 = nie/überhaupt nicht; 5 = sehr/immer

adaptiert: Elternrating des kindlichen Wohlbefindens (7-13.8 Jahre)

(Gutman & Vorhaus, 2012)

(1) **Emotionales Wohlbefinden** = a composite including questions about separation anxiety, fears, compulsions and obsessions, anxiety, and moods, 5+ Items
z.B.“Has he/she often worried about something unpleasant happening to someone or about losing them?”

(2) **Verhaltenbezogenes Wohlbefinden** = 4 Subskalen: attention problems, activity problems, akward behavior, troublesome behavior, 8+ Items
z.B. The child ... “found it hard to sit still for long in the past six months.”

(3) **Soziales Wohlbefinden** = 2 Subskalen: having positive friendships and victimization, 3 Items
z.B. The child ... “is picked on and bullied at school.”

(4) **Schulisches Wohlbefinden** = 2 Subskalen: school engagement & school enjoyment, 4 Items
z.B. The child ... “is stimulated by school.”

verschiedene 3-Punkt-Skalen: z.B.
1 = Yes, a lot more than others;
2 = A little more than others; 3 = No

adaptiert: „Perception of Inclusion Questionnaire“ (PIQ, Prim+Sek) und „PIQ-early (1-2)“

(Original: Venetz et al., 2015; Prim/Sek: Knickenberg et al., 2022; Early: Grüter et al., 2023)

Drei Skalen à 4 Items

1. Emotionale Integration
   z.B. „Ich gehe gerne in die Schule.“
2. Soziale Integration
   z.B. „Ich habe sehr viele Freundinnen oder Freunde in meiner Klasse.“
3. Akademisches Selbstkonzept / Leistungsmotivationale Integration
   z.B. „Ich lerne schnell.“

4-point scale:
1 = stimmt gar nicht; 4 = stimmt genau
liegt in ca. 25 Sprachen vor; Version für Schüler:innen, Lehrpersonen, Eltern

Und was zeigen die Ergebnisse?

1. Zusammenhänge
2. Veränderungen und Einfluss-
   faktoren

Zusammenhänge

(z.B. Collie & Hascher, 2024; Hascher & Mori, 2023)

+ verschiedenen Aspekten des erwünschten Verhaltens in der Schule (z.B. Engagement, Selbstregulation)
  (z.B. Eriksen & Bru, 2022)

+ Schulleistungen
  (z.B. Lopez et al., 2017)

+ Selbstkonzept
  (z.B. Dufner et al., 2015)

Zusammenhänge

(z.B. Collie & Hascher, 2024; Hascher & Mori, 2023)

+ verschiedenen Aspekten des erwünschten Verhaltens in der Schule (z.B. Engagement, Selbstregulation)
  (z.B. Eriksen & Bru, 2022)

+ Schulleistungen
  (z.B. Lopez et al., 2017)

+ Selbstkonzept
  (z.B. Dufner et al., 2015)

- Schulabsentismus
  (z.B. OECD, 2017)

- Aggression
  (z.B. Agbaria, 2021)

Zusammenhänge

(z.B. Collie & Hascher, 2024; Hascher & Mori, 2023)

+ verschiedenen Aspekten des erwünschten Verhaltens in der Schule (z.B. Engagement, Selbstregulation)
  (z.B. Eriksen & Bru, 2022)

+ Schulleistungen
  (z.B. Lopez et al., 2017)

+ Selbstkonzept
  (z.B. Dufner et al., 2015)

- Schulabsentismus
  (z.B. OECD, 2017)

- Aggression
  (z.B. Agbaria, 2021)

+ Wohlbefinden der Lehrpersonen
  (z.B. Maricuțoiu et al., 2023)

Veränderungen und Einflussfaktoren

(z.B. Hascher, 2023; Hascher & Mori; 2023, 2024)

- Wohlbefinden ist in der Primarschule höher als in der Sekundarschule
- Wohlbefinden nimmt im Verlauf der Schuljahre ab

- **Lehrpersonen** sind für das Wohlbefinden der Schüler:innen zentral, auch im Jugendalter (Kompetenzerleben, soziale Eingebundenheit, Fairness)
- **Unterrichtsgestaltung** ist wichtig
- **Peers** sind ebenfalls wichtig, haben aber eine andere Funktion als Lehrpersonen

- Soziale Unterstützung

3. Wie kann Wohlbefinden in der Schule gefördert werden?
Was können Schulen tun?

Wie kann Wohlbefinden gefördert werden?

- **Ansatz der „Ganzen Schule“ (Whole School Approach):**
  Förderung des Sozialklimas in Schulen, Förderung der Partizipation der Schüler:innen (z.B. Anderson & Graham, 2015)

Wie kann Wohlbefinden gefördert werden?

- **Ansatz der „Ganzen Schule“ (Whole School Approach):**
  Förderung des Sozialklimas in Schulen, Förderung der Partizipation der Schüler:innen (z.B. Anderson & Graham, 2015)
- **Implementation spezifischer Programme:**
  MindMatters, Kids Matter, Happy Kids, Gatehouse Project, Penn Resilience, Strath Haven Positive Psychology Curriculum, You can do it, Maytiv Positive Psychology School Program (z.B. Oppenheimer et al., 2014)

Wie kann Wohlbefinden gefördert werden?

- **Ansatz der „Ganzen Schule“ (Whole School Approach):**
  Förderung des Sozialklimas in Schulen, Förderung der Partizipation der Schüler:innen (z.B. Anderson & Graham, 2015)
- **Implementation spezifischer Programme:**
  MindMatters, Kids Matter, Happy Kids, Gatehouse Project, Penn Resilience, Strath Haven Positive Psychology Curriculum, You can do it, Maytiv Positive Psychology School Program (z.B. Oppenheimer et al., 2014)
- **Mindfulness-Training, Mediationstraining, Übungen in positiver Psychologie, Stress-Management** (z.B.Graham & Truscott, 2020)

Wie kann Wohlbefinden gefördert werden?

- **Ansatz der „Ganzen Schule“ (Whole School Approach):**
  Förderung des Sozialklimas in Schulen, Förderung der Partizipation der Schüler:innen (z.B. Anderson & Graham, 2015)
- **Implementation spezifischer Programme:**
  MindMatters, Kids Matter, Happy Kids, Gatehouse Project, Penn Resilience, Strath Haven Positive Psychology Curriculum, You can do it, Maytiv Positive Psychology School Program (z.B. Oppenheimer et al., 2014)
- **Mindfulness-Training, Mediationstraining, Übungen in positiver Psychologie, Stress-Management** (z.B.Graham & Truscott, 2020)
- **Sozial-emotionales Lernen** (CASEL) (z.B. Ross & Tolan, 2017)

Wie kann Wohlbefinden gefördert werden?

- **Ansatz der „Ganzen Schule“ (Whole School Approach):**
  Förderung des Sozialklimas in Schulen, Förderung der Partizipation der Schüler:innen (z.B. Anderson & Graham, 2015)
- **Implementation spezifischer Programme:**
  MindMatters, Kids Matter, Happy Kids, Gatehouse Project, Penn Resilience, Strath Haven Positive Psychology Curriculum, You can do it, Maytiv Positive Psychology School Program (z.B. Oppenheimer et al., 2014)
- **Mindfulness-Training, Mediationstraining, Übungen in positiver Psychologie, Stress-Management** (z.B.Graham & Truscott, 2020)
- **Sozial-emotionales Lernen** (CASEL) (z.B. Ross & Tolan, 2017)
- **Bewegung und Sport** (z.B. Di Palma et al., 2019)

Aufgaben und Rolle der Schule

- Schulen sind der zentrale Ort, an dem das Wohlbefinden der Kinder und Jugendlichen gefördert werden kann
- Schulen können Wohlbefinden „unterrichten“ und sie können Wohlbefinden „leben“
- „Learn it“ and teach it, live it and embed it“ (Norrish et al., 2013)

Aufgaben und Rolle der Schule

- Unterricht ist der zentrale Ort für gute Lernumgebungen
- Unterricht ist der zentrale Ort, an dem die Beziehungen zwischen Schüler:innen und zwischen Lehrpersonen und Schüler:innen gestaltet werden

- Schulen sind der zentrale Ort, an dem das Wohlbefinden der Kinder und Jugendlichen gefördert werden kann
- Schulen können Wohlbefinden „unterrichten“ und sie können Wohlbefinden „leben“
- „Learn it“ and teach it, live it and embed it“ (Norrish et al., 2013)

Aufgaben und Rolle der Schule

Spezifische Interventionen für Teilgruppen

- Unterricht ist der zentrale Ort für gute Lernumgebungen
- Unterricht ist der zentrale Ort, an dem die Beziehungen zwischen Schüler:innen und zwischen Lehrpersonen und Schüler:innen gestaltet werden

- Schulen sind der zentrale Ort, an dem das Wohlbefinden der Kinder und Jugendlichen gefördert werden kann
- Schulen können Wohlbefinden „unterrichten“ und sie können Wohlbefinden „leben“
- „Learn it“ and teach it, live it and embed it“ (Norrish et al., 2013)

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit