

# Zu wenig emotionale Kompetenzvermittlung in der Schule?

Forschende haben untersucht, inwiefern die Stärkung emotionaler Kompetenzen in deutschen Lehrplänen eine Rolle spielt. Sie meinen: eine zu geringe!

Lena Sterz

29.06.2023 Lesezeit 7 min

**In der Schule der Zukunft ist die reine Wissensvermittlung zu wenig, darüber sind sich Bildungsforschende weitgehend einig. Auch die Stärkung emotionaler Kompetenzen ist ein wichtiges Bildungsziel. Doch laut einer Studie von Julius Grund und Jorrit Holst des Institut Futur der Freien Universität Berlin wird das in 42 Prozent der Lehrpläne nicht verfolgt. Im Interview erläutert Julius Grund die Studienergebnisse und sagt, warum er die Auseinandersetzung mit Emotionen in der Schule für essentiell hält.**

***Redaktion: Sie haben untersucht, inwiefern das Thema emotionale Kompetenz in deutschen Lehrplänen eine Rolle spielt. Erstmal: Was ist mit emotionaler Kompetenz genau gemeint?***

**Julius Grund:** Emotionale Kompetenz zeigt sich letztendlich darin, wie gut ich mit Emotionen umgehen kann. Einerseits mit meinen eigenen Emotionen, aber andererseits auch wie gut ich auf Emotionen von anderen reagieren kann.

In den meisten Fällen bedeutet das zunächst einmal die Fähigkeit Emotionen zu erkennen, also bewusst wahrzunehmen, was ich oder andere fühlen und warum. Ein zweiter Schritt ist es, das, was in mir ist und mich bewegt dann auch in angemessener Weise ausdrücken zu können, z.B. zu verbalisieren. Eine weitere Facette ist, in der Lage zu sein, mein eigenes emotionales Erleben auch beeinflussen zu können, also meine Emotionen ein Stück weit auch bewusst verändern zu können. Und zuletzt beinhaltet es auch, sich empathisch in andere einzufühlen zu können, also zu verstehen und mitzufühlen, was andere Menschen bewegt.

***Redaktion: Vieles davon bekommt ein Kind ja schon vermittelt, bevor es in die Schule kommt - im Elternhaus und im Kindergarten zum Beispiel. Warum meinen Sie ist es wichtig, dass das in der Schule fortgeführt wird und im Lehrplan steht?***

**Grund:** Erstmal ist die Schule natürlich eine Institution, die alle durchlaufen, das heißt, man erreicht erst mal jeden und jede in der gleichen Lebensspanne, unabhängig davon wie gut die emotionale Kompetenz bereits durch das Elternhaus gefördert wurde. Und man hat sehr viele Lernchancen und Lerngelegenheiten, da Emotionen ohnehin tagtäglich in der Schule präsent sind.

Ich meine, dass die Schule, die traditionell eher die Rolle der Wissensvermittlung innehat, wesentlich stärker davon wegkommen kann zu denken „Wir müssen ganz viele verschiedene Fächer anbieten und sehr viele fachliche Inhalte vermitteln.“ Wir leben ja heutzutage in ganz anderen Zeiten: das Wissen der Menschheit ist mit einem Smartphone für die meisten nahezu vollständig zugänglich. Ich denke deshalb, man sollte Menschen eher beibringen, was sie ihr Leben lang selbst befähigt, das zu lernen, was sie lernen möchten und selbst gesteckte Ziele zu erreichen. Auch dafür braucht es im Kern emotionale Kompetenz.

**Redaktion: Das klingt alles sehr sinnvoll, aber wie lässt sich das Lernen emotionaler Kompetenz fachübergreifend verankern?**

**Grund:** Zunächst glaube ich, dass sich emotionale Kompetenz in der Tat fast in jeder Schulstunde stärken lässt, denn Emotionen sind allgegenwärtig. Ich gebe mal ein konkretes Beispiel. Man liest ja während der gesamten Schulzeit vielfältige Bücher. Da sind ja letztendlich meistens andere Menschen dargestellt und die sind natürlich auch emotional. Das heißt, anstatt sich im Deutschunterricht damit nur auf der Inhaltsebene zu beschäftigen kann man so ein Werk auch nutzen, um einen Perspektivwechsel zu üben und die Empathiefähigkeit zu stärken. Eine Unterrichtsfrage könnte beispielsweise lauten: Jetzt steht Faust vor seiner großen Entscheidung, wie geht es ihm denn damit gerade? Was ist jetzt wohl emotional in ihm los? Welches Bedürfnis liegt seiner Entscheidung zugrunde? Einfach mal offen darüber nachdenken, was könnte denn da sein?

Und dann habe ich schon einen Moment geschaffen, wo ich gar nicht mal die eigenen Gefühle der Schülerinnen und Schüler thematisieren muss und trotzdem das Thema emotionale Kompetenz sinnvoll aufgreife. Und da gibt es, glaube ich, viele Chancen, das zu tun.

**Redaktion: Wie könnte man die emotionale Kompetenz im mathematisch-naturwissenschaftlichen Unterricht stärken?**

**Grund:** In der Mathematik halte ich die Umsetzung für etwas schwerer als in anderen Fächern, da die Inhalte meistens sehr abstrakt sind. Aber dennoch sind Emotionen, auch im Mathematikunterricht stets im Klassenraum präsent. Hier kann es dann eher um Fragen des Umgangs mit eigenen Emotionen gehen: Wie gehe ich z.B. mit aufkommender Frustration um, wenn ich einfach nicht auf die Lösung komme? Dabei können Lehrkräfte natürlich zu jeder Zeit und in jeder Interaktion eine Vorbildrolle einnehmen, indem sie wertschätzend und empathisch mit den Lernenden umgehen.

Andere naturwissenschaftliche Fächer sind jedoch bereits jetzt emotional sehr stark besetzt. Zum Beispiel wissen wir aus der Forschung deutlich, dass sehr viele junge Menschen Sorgen und Ängste in Bezug auf die ökologischen Krisen haben.

**Redaktion: Im Erdkunde-Unterricht könnte ich also fragen, ob das Thema Klimawandel Angst auslöst?**

**Grund:** Das Beispiel Klimakrise bietet vielfältige Möglichkeiten, emotionale Kompetenz zu fördern, weil das ein Thema ist, das viele junge Menschen stark beschäftigt. Und Emotionen zeigen immer an, wo ist etwas relevant für uns, das heißt, wenn Unterricht junge Menschen interessiert, dann sind immer Emotionen dabei und bei der Klimakrise eben ganz besonders.

Aber ich würde es überhaupt nicht empfehlen, im Geografieunterricht einfach nur inhaltlich über den neuen Report des Weltklimarates zu sprechen. Da muss ich auch auf dem Schirm haben, dass das, was ich an reinen Fakten vermittele, bei jungen Menschen auch etwas emotional auslöst. Und da wäre es vielleicht der Königsweg zu sagen jetzt machen wir einen Gruppen-Austausch, und ihr könnt darüber sprechen wie ihr euch in Bezug auf dieses Thema fühlt. Das ist jedoch ein sehr, sehr hoher Anspruch, weil sehr, sehr persönlich.

Aber ich kann ja auch überhaupt erstmal darüber sprechen „Hier ist die Klimakrise. So ist der Stand

der Wissenschaft. Was die Wissenschaft auch zeigt, ist, dass die Klimakrise ganz viele Sorgen und Ängste auslöst. Sorgen und Ängste sind Emotionen und die zeigen an, dass hier etwas bedroht ist, das mir wichtig ist.“ Damit setze ich schon mal ganz andere Normen hinsichtlich der Thematisierung von Gefühlen in der Schule. Ich habe noch nicht unmittelbar über die Emotionen der Schülerinnen und Schüler selbst geredet, aber ich habe über die emotionalen Aspekte des Themas informiert und diesbezüglich sensibilisiert.

Oder, was ich meistens auch sehr geeignet finde, sind fünf Minuten Selbstreflexion. Das heißt zum Beispiel niederzuschreiben, was ist gerade in mir los? Optional kann man das dann anschließend auch in den Austausch bringen, je nachdem, wie vertrauensvoll der Umgang in der Lerngruppe ist. Diese, wenn auch kurzen, Momente des Innehaltens, der Introspektion sind für Bildungsprozesse von sehr hoher Bedeutung.

**Redaktion: In Deutschland sind diese Themen nicht flächendeckend im Lehrplan verankert. Wissen Sie, wie es in anderen Ländern aussieht?**

**Grund:** Es gibt zum Beispiel eine Dissertation, die das deutsche und das finnische Bildungssystem vergleicht – Finnland schneidet ja auch in den Pisa-Tests regelmäßig überdurchschnittlich gut ab. Für die Studie wurden die Beteiligten in Interviews befragt und auch mit verschiedenen anderen Methoden wurde sich dem Thema angenähert, und da zeigte sich, dass der Fokus auf Emotionen im Alltag der finnischen Schülerinnen und Schüler wirklich mehr Raum und Zeit bekommt. Und dass es dort eine andere Art der Beziehungsgestaltung gibt, dass die Lehrkräfte nicht nur die Rolle der Wissensvermittlung haben, sondern viel stärker mit den Schülerinnen und Schülern in Beziehung gehen. Und da könnte man durchaus die Hypothese aufstellen, dass das vielleicht auch die Pisa-Ergebnisse positiv beeinflusst.

**Redaktion: Welche Rolle könnte das Erlernen emotionaler Kompetenzen bezüglich der Prävention von psychischen Erkrankungen spielen?**

**Grund:** Emotionale Kompetenz geht nachweislich mit besserer psychischer Gesundheit einher, kann demnach auch der Prävention psychischer Erkrankungen dienen. Je nachdem, welche Parameter man anlegt, sind zwischen zehn und 20 Prozent der Kinder und Jugendlichen von psychischen Erkrankungen betroffen und das hat leider durch Corona noch mal deutlich zugenommen. Von daher ist das Thema psychische Gesundheit höchst aktuell und immens wichtig.

Ein kleines Beispiel: Man könnte in der Schule die Mediennutzung thematisieren. Bei Social-Media zeigt sich nämlich, dass sich die Nutzung durchaus negativ auf die psychische Gesundheit von jungen Menschen auswirkt. Da gibt's zudem ganz starke Suchttendenzen, auch was eine übermäßige Nutzung des Internets im Allgemeinen anbelangt. Man kann Emotionserkennung üben, indem man schaut: Was gibt es mir emotional, mich zum Beispiel bei Instagram von Seite zu Seite zu klicken? Vor welchem Gefühl fliehe ich womöglich damit? Wie geht es mir langfristig damit? Denn Social Media Nutzung hat ja kurzfristig einen emotionalen Wert, und ich glaube, da gibt es einfach eine riesige Chance, aus Automatismen auszubrechen, indem man sein eigenes Nutzungsverhalten reflektiert.

**Redaktion: Herr Grund, wir danken Ihnen für dieses Gespräch.**



## Zur Person

Julius Grund, M.Sc. Psychologie ist seit 2017 wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut Futur der Freien Universität Berlin. Er gehört ebenfalls zum Team, das im Rahmen des Weltaktionsprogramms „Bildung für nachhaltige Entwicklung“ (WAP BNE) ein Monitoring der Implementierung von BNE in Deutschland erarbeitet. Schwerpunktmäßig konzentriert er sich dabei auf die quantitativen Forschungsinhalte des Monitorings.