



Selbstreguliertes Lernen fördern

Impulse und OER für die (digitale) Hochschullehre



Fragestellungen

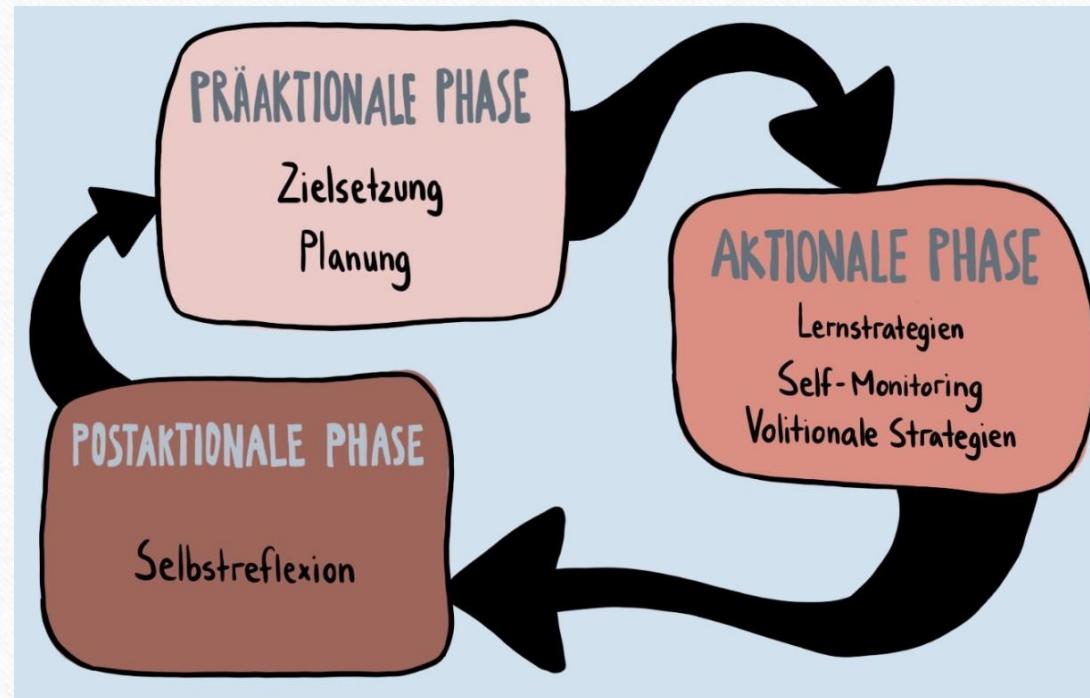
- Was ist selbstreguliertes Lernen (SRL)?
- Welche Bedeutung spielen Lernstrategien beim SRL?
- Wie kann das SRL von Studierenden gefördert werden?

Was ist selbstreguliertes Lernen?

Definition: Selbstreguliertes Lernen (SRL)

- Die Lernenden entscheiden selbst, „ob, was, wann, wie und woraufhin“ (Weinert, 1982, S. 102) gelernt wird.
- „Fähigkeit, die eigenen Gedanken, Emotionen und Handlungen zielgerecht zu steuern“ (Landmann et al., 2015, S. 46)
- Dies betrifft die
 - Kognitionen,
 - Motivation und Emotion,
 - und Handlungssteuerung beim Lernen.

Zyklisches Selbstregulationsmodell



Welche Bedeutung spielen Lernstrategien beim SRL?

Lernstrategien - Definitionen

- „Bei Lernstrategien handelt es sich (a) um eine Abfolge von effizienten Lerntechniken, die (b) zielführend und flexibel eingesetzt werden, (c) zunehmend automatisiert ablaufen, aber (d) bewusstseinsfähig bleiben“ (Streblow & Schiefele, 2006, S. 353).
- „Verhaltensweisen und Kognitionen [...], die von Lernenden aktiv zum Zweck des Wissenserwerbs eingesetzt werden“ (Wild, 2010, S. 479).
- Handlungspläne zur Steuerung des eigenen Lernverhaltens.

Klassifikation von Lernstrategien



Erklärfilm zur Aktionalen Phase Lernstrategien CC by erstellt von Projektmitarbeitenden des Projektes CAMPUS-le@rning zu finden unter:
<https://www.uni-hildesheim.de/selflearn/courses/was-sollte-man-während-des-lernens-beachten> auf der SELF-le@rning-Plattform der Universität Hildesheim

© Dr. Natalie Enders 2026

Wie kann SRL mit OER-Materialien gefördert werden?

Projekt A: SELF Le@rning

Informatik: Prof. Dr. Klaus Schmid, Dr. Jörg Cassens,

Dr. Sascha El-Sharkawy, Michael Ganske, Marcel Spark

Mathematik: Prof. Dr. Boris Girnat, Meeri-Liisa Beste, Bianca Wolf

Psychologie: Prof. Dr. Christina Bermeitinger, Dr. Natalie Enders,

Ute Zaepernick-Rothe



Aufbau der Nanomodule

Aktivierungsfrage

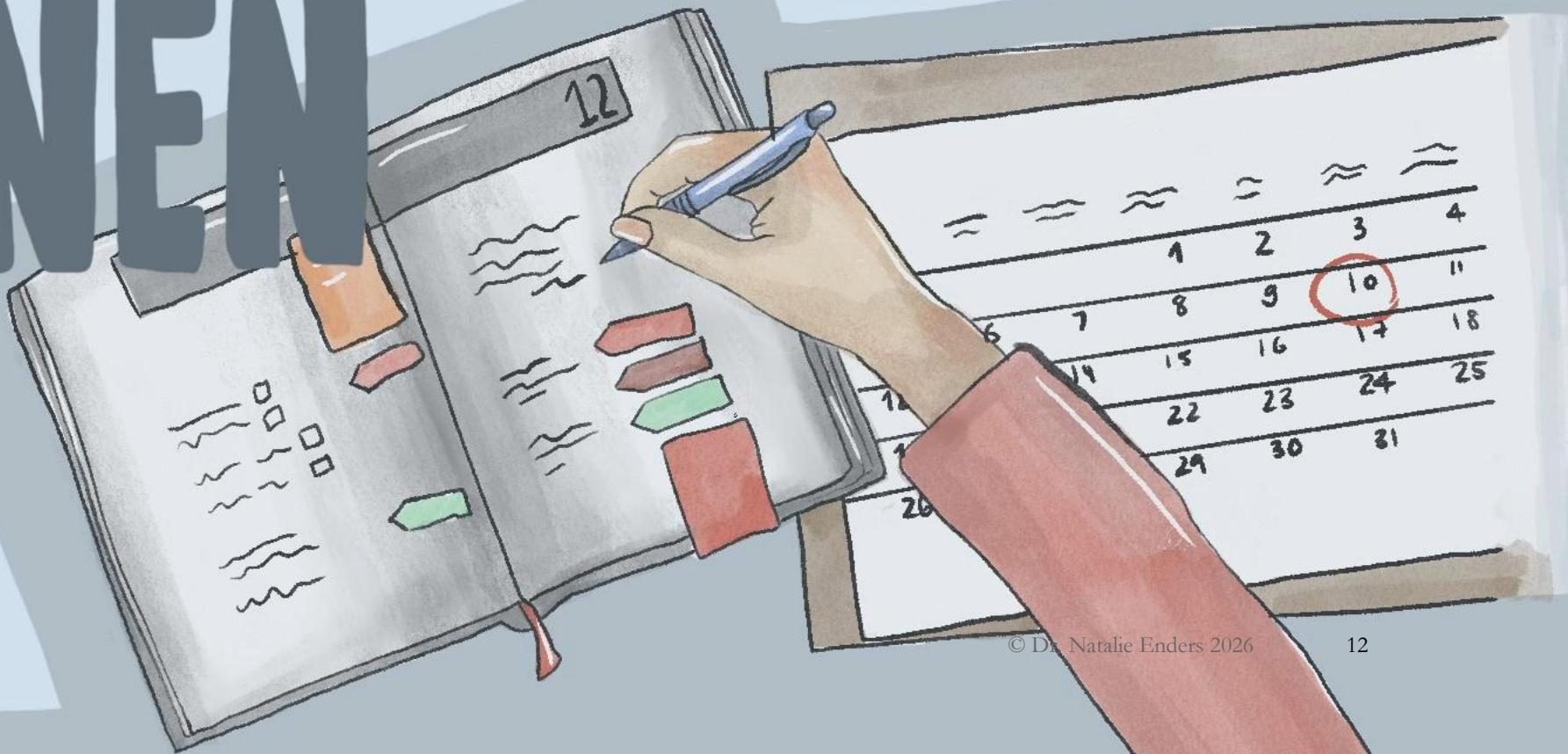
Prequestioning-Effekt
(St. Hilaire, Chan & Ahn, 2023)

Erklärfilm

Inhaltsvermittlung
(Fey, 2021)



SELBSTREGULIERTES LERNEN



Aufbau der Nanomodule

Aktivierungsfrage

Prequestioning-Effekt
(St. Hilaire, Chan & Ahn, 2024)

Erklärfilm

Inhaltsvermittlung
(Fey, 2021)

Quiz

Testungseffekt
(Carpenter, 2023)



Förderung von Lernstrategien: KBCP

- 1. Knowledge:** Lernstrategiewissen vermitteln:
 1. Was ist das für eine Strategie?
 2. Wie effektiv ist die Strategie?
 3. Wie genau funktioniert die Strategie?
- 2. Belief:** Den Glauben daran, dass die Strategie effektiv ist, idealerweise durch Erfahrung am eignen Leib stärken.
- 3. Commitment:** Selbstverpflichtung zum Einsatz der Strategien/Motivation
- 4. Planning:** konkreten Handlungsplan zur Umsetzung erstellen

Literatur

- Carpenter, S. K. (2023). Encouraging Students to Use Retrieval Practice: a Review of Emerging Research from Five Types of Interventions. *Educational Psychology Review*, 35(4), 96. <https://doi.org/10.1007/s10648-023-09811-8>
- Fey, C.-C. (2021). Erklärvideos – eine Einführung zu Forschungsstand, Verbreitung, Herausforderungen. In E. Matthes, S. T. Siegel & T. Heiland (Hrsg.), *Lehrvideos – das Bildungsmedium der Zukunft? Erziehungswissenschaftliche und fachdidaktische Perspektiven* (S. 15–30). Klinkhardt.
- Landmann, M., Perels, F., Otto, B., Schnick-Vollmer, K., & Schmitz, B. (2015). Selbstregulation und selbstreguliertes Lernen. In E. Wild & J. Möller (Hrsg.), *Pädagogische Psychologie* (2. vollst. überarb. und aktualisierte Aufl., S. 45–65). Springer.
- McDaniel, M. A., & Einstein, G. O. (2020). Training Learning Strategies to Promote Self-Regulation and Transfer: The Knowledge, Belief, Commitment, and Planning Framework. *Perspectives on Psychological Science*, 15(6), 1363–1381. <https://doi.org/10.1177/1745691620920723>
- Streblow, L. & Schiefele, U. (2006). Lernstrategien im Studium. In H. Mandl & H. F. Friedrich (Hrsg.), *Handbuch Lernstrategien* (S. 352–364). Hogrefe.
- St Hilaire, K. J., Chan, J. C. K. & Ahn, D. (2024). Guessing as a learning intervention: A meta-analytic review of the prequestion effect. *Psychonomic Bulletin & Review*, 31, 411–441 <https://doi.org/10.3758/s13423-023-02353-8>
- Wild, K.-P. (2010). Lernstrategien und Lernstile. In D. H. Rost (Hrsg.), *Handwörterbuch pädagogische Psychologie* (4., überarb. und erw. Aufl., S. 479–485). Beltz.
- Weinert, F. E. (1982). Selbstgesteuertes Lernen als Voraussetzung, Methode und Ziel des Unterrichts. *Unterrichtswissenschaft*, 10(2), 99–110.