

# Selbstreguliertes Lesen



## Theoretischer Hintergrund

Selbstreguliertes Lesen ist eine Methode, die darauf abzielt, die Lesekompetenz durch die Förderung von Lesestrategien, Selbstregulation und Lesemotivation zu stärken. Basierend auf Zimmermans «**Prozessmodell der Selbstregulation**» (2002) wird der Leseprozess in drei Phasen unterteilt:

1. **Vorbereitungsphase (Forethought):** Lernende analysieren die Aufgabenstellung, aktivieren ihr Vorwissen und setzen sich realistische Ziele.
2. **Handlungsphase (Performance):** Während des Lesens kontrollieren und überwachen die Lernenden ihren Fortschritt und regulieren ihren Textverständnisprozess.
3. **Reflexionsphase (Self-Reflection):** Nach dem Lesen bewerten die Lernenden ihre Leistung, ziehen Schlüsse aus Erfolgen oder Schwierigkeiten und planen Anpassungen für zukünftige Aufgaben.

Der Prozess ist zyklisch, da die Erkenntnisse aus der Reflexion in die nächste Aufgabenanalyse einfließen. Diese Methode unterstützt den Aufbau von Metakognition und Selbstverantwortung, indem die Lehrperson ihre Rolle schrittweise von einer instruktiven zu einer begleitenden Funktion verändert (Zimmerman, 2002; Philipp & Schilcher, 2012).



## Anleitung für Lehrpersonen

### Einführung der Methode:

- Stellen Sie das Konzept der Selbstregulation und die drei Phasen unterstützt durch Visualisierungen vor.
- Geben Sie Beispiele für realistische Ziele, die Lernende im Leseprozess setzen können (z.B. «Ich möchte die Hauptaussagen eines Textes verstehen und notieren»).

### Begleitung in den Phasen:

- **Vorbereitungsphase:** Helfen Sie den Lernenden, den Text zu analysieren und ihr Vorwissen zu aktivieren. Lassen Sie sie ihre Ziele notieren und mögliche Strategien planen.

- **Handlungsphase:** Leiten Sie die Lernenden an, ihren Fortschritt zu überwachen, z.B. durch Markieren, Notizenmachen oder Zwischenfragen.
- **Reflexionsphase:** Fördern Sie die Reflexion durch gezielte Fragen (z.B. «Was habe ich gut gemacht?», «Was könnte ich nächstes Mal noch verbessern?»).

### 3. Förderung der Eigenständigkeit:

- Reduzieren Sie schrittweise Ihre Hilfestellung, während die Lernenden ihre Kompetenzen in Selbstregulation und Strategieanwendung entwickeln.



### Tipps zur Anwendung

- Verwenden Sie Reflexionsbögen oder Checklisten, um die Selbstbeobachtung und -bewertung zu strukturieren.
- Visualisieren Sie das «Prozessmodell der Selbstregulation» nach Zimmerman (2002) (z.B. als Plakat), um den zyklischen Charakter zu verdeutlichen.
- Beginnen Sie mit kurzen und überschaubaren Texten, um den Einstieg in die Methode zu erleichtern.
- Fördern Sie den Austausch in Partner- oder Gruppenarbeit, um Reflexion und Zielsetzung zu unterstützen.
- Integrieren Sie regelmässige Feedbackgespräche, um Fortschritte zu dokumentieren und zu motivieren.



### Differenzierungsmöglichkeiten

#### Aufgabendifferenzierung:

- Anpassen der Zielsetzung: Lernende in Förderung setzen sich kleinere Ziele, während fortgeschrittene Lernende anspruchsvollere Aufgaben wählen können.
- Unterschiedliche Reflexionsmethoden: Lernende mit Förderbedarf nutzen strukturierte Leitfragen, fortgeschrittene Lernende erstellen freie Reflexionsnotizen.

#### Soziale Differenzierung:

- Partnerarbeit: Lassen Sie alle Lernenden gemeinsam reflektieren und Strategien entwickeln.
- Heterogene Gruppenarbeit: Fördert die gegenseitige Unterstützung und das gemeinsame Entwickeln von Zielen und Strategien.

### Differenzierte Lernhilfen:

- Reflexionsbögen, Visualisierungen oder Strategiechecklisten unterstützen Lernende bei der Selbstregulation.
- Vorlagen für Notizen und Zwischenfragen können Lernenden mit Förderbedarf den Einstieg erleichtern.

### Sprachliche Differenzierung:

- Nutzen Sie vereinfachte Sprache in den Texten oder Arbeitsmaterialien für Lernende mit begrenzten Sprachkenntnissen.
- Fördern Sie mehrsprachige Lernende, indem sie ihre Reflexion zunächst in ihrer Erstsprache formulieren können.



### Reflexion der Lehrperson

Frage	Voll erfüllt	Teilweise erfüllt	Nicht erfüllt
Haben die Lernenden die Methode verstanden und erfolgreich anwenden können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben die vorgenommenen Anpassungen oder Differenzierungen funktioniert?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben alle Lernenden aktiv teilgenommen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hat die Methode das Leseverständnis und die Motivation der Lernenden positiv beeinflusst?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Waren die eingesetzten Strategien oder Materialien ausreichend und hilfreich?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



### Quellenangaben

Philipp, Maik & Schilcher, Anita (2012). *Selbstreguliertes Lesen. Ein Überblick über wirksame Leseförderansätze*. Seelze: Kallmeyer in Verbindung mit Klett Friedrich Verlag GmbH.

Zimmerman Barry J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70