

|                | CASEL / SEL   | WHO / GF   | Lehrplan 21   | BNE-Kompetenzen eine Auswahl!   | MoMento-Programm  |
|----------------|---|--|---|---|---|
| intrapersonell | <b>Self-Awareness</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Emotionswahrnehmung</li> <li>- Stärken &amp; Schwächen kennen</li> <li>- Ehrlichkeit &amp; Integrität</li> <li>- Interesse &amp; Sinnhaftigkeit</li> <li>- Selbstwirksamkeit / u.a.</li> </ul>   | <b>Selbstwahrnehmung</b>   | <b>Selbstreflexion:</b><br><i>Gefühle &amp; Bedürfnisse wahr. Stärken &amp; Schwächen kennen</i><br><i>Selbsteinschätzung</i><br>Selbstwirksamkeit / u.a.   | <b>Verantwortung</b><br>Angenehme wie unangenehme Gefühle erkennen und konstruktiv damit umgehen  | <b>Selbstwahrnehmung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Körperwahrnehmung</li> <li>- Emotionswahrnehmung</li> <li>- Bedürfniswahrnehmung</li> <li>- Ehrlichkeit &amp; Authentizität</li> <li>- Selbstwirksamkeit</li> </ul>   |
|                | <b>Self-Management</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Emotionsregulation</li> <li>- Impuls-/Verhaltenskontrolle</li> <li>- Selbstdisziplin &amp; Motivation</li> <li>- Stressbewältigungsstrategien</li> <li>- Zielsetzung &amp; Planung / u.a.</li> </ul>  | <b>Emotionsregulation</b><br><br><b>Stressbewältigung</b>  | <b>Selbständigkeit:</b><br><i>Umgang mit Herausforder. Anhaltende Konzentration</i><br><i>Selbstdisziplin &amp; Ausdauer</i><br>Haltung & Motivation / u.a.   | <b>Handeln</b><br>Verantwortun übernehmen und Handlungsspielräume nutzen  | <b>Selbststeuerung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aufmerksamkeit &amp; Konz.</li> <li>- Emotionsregulation</li> <li>- Impulskontrolle</li> <li>- Druck- &amp; Stressbewältigung</li> <li>- Motivation &amp; Selbstdisziplin</li> </ul>  |
| interpersonell | <b>Social Awareness</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Perspektivenwechsel</li> <li>- Empathie &amp; Mitgefühl</li> <li>- Soziale Normen erkennen</li> <li>- Stärken anderer erkennen</li> <li>- Dankbarkeit / u.a.</li> </ul>  | <b>Empathie</b>  | <b>Umgang mit Vielfalt:</b><br><i>Gemeinsamkeiten wahrn. Differenzen wahrn. Respektvoller Umgang</i><br><i>Wertschätz. Sprachgebrauch</i>   | <b>Perspektiven wechseln /Werte</b><br>Die Fähigkeit zum Perspektivenwechsel als Basis nutzen, um Situationen zu beurteilen und mit anderen zusammen zu arbeiten  | <b>Soziales Bewusstsein</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Empathie &amp; Mitgefühl</li> <li>- Gemeinsamkeiten</li> <li>- Kulturelle Diversität</li> <li>- Wertschätzung</li> <li>- Dankbarkeit</li> </ul>  |
|                | <b>Relationship Skills</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Klare Kommunikation</li> <li>- Positive Beziehungen</li> <li>- Kulturelle Kompetenzen</li> <li>- Teamwork &amp; Kooperation</li> <li>- Konstr. Konfliktlösung / u.a.</li> </ul>   | <b>Kommunikationsfertigg. Beziehungsfertigkeiten</b>   | <b>Dialog- &amp; Kooperationsfäh.:</b><br><i>Aufmerksam zuhören</i><br><i>Abmachungen treffen / u.a.</i><br><b>Konfliktfähigkeit:</b><br><i>Perspektivenwechsel / u.a.</i>  | <b>Kooperation</b><br>Meinungsverschiedenheiten und Interessenskonflikte hinsichtlich einer NE konstruktiv aushandeln und bewältigen  | <b>Beziehungskompetenz</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Achtsames Zuhören</li> <li>- Perspektivenwechsel</li> <li>- Kommunikationsfähigkeit</li> <li>- Teamwork &amp; Kooperation</li> <li>- Konfliktfähigkeit</li> </ul>   |
| beides         | <b>Responsible Decisionmak.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Neugier &amp; Aufgeschlossenheit</li> <li>- Kritisches Denken</li> <li>- Begründete Urteilsbildung</li> <li>- Konsequenzen vorhersehen</li> <li>- Konstr. Entscheidungen / u.a.</li> </ul>   | <b>Kritisches Denken</b><br><b>Kreatives Denken</b><br><b>Problemlösefertigkeit</b><br><b>Entscheidungsfähigkeit</b>   | <b>Eigenständigkeit:</b><br><i>Abwägen von Argumenten</i><br><i>Eigenen Standpunkt vertreten</i><br><i>Standpunkt revidieren / u.a.</i><br>Kritisches Reflektieren / u.a.   | <b>Kreativität</b><br>Eigenständige Ideen und Flexibilität entwickeln, um über den aktuellen Erfahrungs- und Wissenshorizont- hinaus zu denken  | <b>Entscheidungskompetenz</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Neugier &amp; Offenheit</li> <li>- Kritisches Denken</li> <li>- Kreatives Denken</li> <li>- Problemlösefertigkeit</li> <li>- Verantwortungsb. Entsch.</li> </ul>   |
| Fokus/Umfang   | <p>"Soziales und emotionales Lernen (SEL) ist ein integraler Bestandteil von Bildung und menschlicher Entwicklung. SEL ist der Prozess durch welchen [wir] das Wissen, die Fähigkeiten und Haltungen entwickeln und anwenden, um eine gesunde Identität zu entwickeln, Gefühle regulieren, persönliche und gemeinsame Ziele erreichen, Empathie ausdrücken [...]"</p> | <p>WHO: "Lebenskompetenzen sind jene Fähigkeiten, die es den Menschen ermöglichen, ihr Leben zu steuern und auszurichten und ihre Fähigkeit zu entwickeln, mit den Veränderungen in ihrer Umwelt zu leben und selbst Veränderungen zu bewirken."<br/>           Gesundheitsförderung Schweiz: "...effektiv mit Herausforderungen und Belastungen umgehen zu können".</p> | <p>"Überfachliche Kompetenzen sind für eine erfolgreiche Lebensbewältigung zentral. Im Lehrplan 21 werden personale, soziale und methodische Kompetenzen unterschieden; sie sind auf den schulischen Kontext ausgerichtet. Die einzelnen [...] Kompetenzen lassen sich dabei kaum trennscharf voneinander abgrenzen, sondern überschneiden sich."</p> | <p>Wichtigstes Ziel von BNE ist, die Lernenden zu befähigen, sich aktiv und selbstbestimmt an der Gestaltung von Gegenwart und Zukunft zu beteiligen. BNE unterstützt den Aufbau von personalen, fachlichen, methodischen und sozialen Kompetenzen, die es den Lernenden erlauben, den eigenen Platz in der Welt wahrzunehmen und sich kritisch und kreativ mit einer komplexen, globalisierten Welt mit unterschiedlichen Wertvorstellungen, dynamischen Entwicklungen, Widersprüchen und Ungewissheiten auseinanderzusetzen. Dabei geht es einerseits um die Verwirklichung der eigenen Persönlichkeit, andererseits um die Übernahme von Verantwortung in der Gesellschaft und für die Umwelt.</p> | <p>Lebenskompetenzen sind jene zentralen Fähigkeiten und Haltungen, die es uns ermöglichen, eine gesunde Persönlichkeit zu entwickeln und ein selbstbestimmtes, verantwortungsbewusstes und erfüllendes Leben zu führen. Sie sind die Grundlage für physische und psychische Gesundheit, Resilienz, Wohlbefinden und Lebenszufriedenheit.</p> |