

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	7
1. Aktuelle Akzentuierung personaler Kompetenzen im (berufs-)schulischen Kontext.....	10
2. Förderung personaler Kompetenzen in kompetenzorientierten Bildungsplänen.....	13
3. Allgemeine Grundlagen kompetenzorientierter Bildungspläne.....	16
4. Generierung eines konzeptuellen Verständnisses personaler Kompetenzen am Beispiel der Selbstkompetenz.....	20
4.1 (Fach-) Wissenschaftliche und theoretische Konzeptionierung der Selbstkompetenz.....	23
4.2 Curriculare Legitimation eines kompetenz- orientierten Verständnisses der Selbstkompetenz.....	27
4.3 Schulpraktische Implementationen zur systemischen und systematischen Förderung der Selbstkompetenz.....	32
4.4 Didaktische Konzeption und Implementierung der Selbstkompetenz.....	38
5. MOSK Training zur Förderung von Motivation und Selbstkompetenz.....	40
Theoretische Grundlagen Modul 1.....	48
1. Methodenmodul: Einführung: Warum ein solches Förder-/ Trainingsprogramm?.....	50
Didaktische und methodische Kommentierung: Modul 1.....	56
Theoretische Grundlagen Modul 2.....	59
2. Methodenmodul: Was sind Motivation und Selbstkonzept?.....	68
Didaktische und methodische Kommentierung: Modul 2.....	73
Theoretische Grundlagen Modul 3.....	78
3. Methodenmodul: Motivation und Selbstkonzept in <u>Selbst-</u> und Fremdwahrnehmung.....	81
Didaktische und methodische Kommentierung: Modul 3.....	86

Theoretische Grundlagen Modul 4.....	90
4. Methodenmodul: Motivation und Selbstkonzept in Selbst- und <u>Fremd</u> wahrnehmung.....	92
Didaktische und methodische Kommentierung: Modul 4.....	98
 Theoretische Grundlagen Modul 5.....	103
5. Methodenmodul: Der Weg ist das Ziel! Aber was sind die richtigen Ziele?.....	107
Didaktische und methodische Kommentierung: Modul 5.....	114
 Theoretische Grundlagen Modul 6.....	119
6. Methodenmodul: Meine Arbeits- und Lernumgebung – Richtig lernen, aber wo?.....	125
Didaktische und methodische Kommentierung: Modul 6.....	130
 Theoretische Grundlagen Modul 7.....	134
7. Methodenmodul: Arbeits-, Lern- und Zeitmanagement.....	140
Didaktische und methodische Kommentierung: Modul 7.....	144
 Theoretische Grundlagen Modul 8.....	149
8. Methodenmodul: Prüfungsangst – Ursachen und Folgen sowie Strategien der Bewältigung.....	154
Didaktische und methodische Kommentierung: Modul 8.....	165
 Theoretische Grundlagen Modul 9.....	170
9. Methodenmodul: Lern- und Prüfungsvorbereitung – Lernstrategien.....	177
Didaktische und methodische Kommentierung: Modul 9.....	189
 6. Modulteil- und Abschlussevaluation.....	193
 Literaturverzeichnis.....	195