

# Inhalt

<b>Zusammenfassung und Überblick</b> .....	<b>1</b>
<b>1 Theoretische und praktische Relevanz des selbstregulierten Lernens</b> .....	<b>5</b>
<b>2 Definition und Forschungsrichtungen</b> .....	<b>9</b>
2.1 Definition .....	9
2.2 Forschungsrichtungen.....	12
2.3 Analyse von Forschungsrichtungen in der Literatur zum selbstregulierten Lernen .....	15
2.3.1 Fragestellung .....	15
2.3.2 Methode.....	16
2.3.2.1 Datenbasis.....	16
2.3.2.2 Datenaufbereitung und Auswertung .....	21
2.3.3 Ergebnisse .....	23
2.3.3.1 Zitationshäufigkeiten .....	23
2.3.3.2 Zitationsmuster .....	25
2.3.4 Diskussion .....	33
2.4 Zusammenfassende Diskussion des Kapitels .....	37
<b>3 Selbstregulation als übergeordnete Lernstrategie</b> .....	<b>39</b>
3.1 Stand der Forschung .....	39
3.1.1 Bedeutung von Lernstrategien .....	39
3.1.2 Übergeordnete und untergeordnete Lernstrategien .....	41
3.1.3 Teilstrategien der Selbstregulation.....	44
3.1.3.1 Ziele setzen .....	45
3.1.3.2 Selbstbeobachtung .....	46
3.1.3.3 Selbsteinschätzung.....	47
3.1.3.4 Reaktion.....	48
3.1.4 Auswirkungen der Selbstregulation .....	49
3.1.4.1 Selbstregulation und Selbstwirksamkeit.....	49

3.1.4.2 Selbstregulation und Lernergebnisse .....	52
3.1.5 Selbstregulation als Trainingsinhalt .....	53
3.1.6 Zusammenfassung und Schlußfolgerungen .....	57
3.2 Entwicklung und Evaluation eines Trainings zur Selbstregulation des Lernens für Berufstätige .....	61
3.2.1 Grundsätzliche Überlegungen zur Entwicklung und Evaluation von Strategietrainings .....	61
3.2.2 Trainingsentwicklung .....	63
3.2.2.1 Inhalte .....	64
3.2.2.2 Aufbau .....	66
3.2.2.3 Aufgabenpool .....	69
3.2.2.4 Trainingsrevision .....	71
3.2.3 Trainingsevaluation I: Voruntersuchung .....	72
3.2.3.1 Fragestellung .....	72
3.2.3.2 Methode .....	72
3.2.3.3 Ergebnisse .....	74
3.2.3.4 Diskussion .....	77
3.2.4 Trainingsevaluation II: Experimentelle Evaluation des revidierten Trainingsprogramms .....	78
3.2.4.1 Fragestellung .....	78
3.2.4.2 Methode .....	79
3.2.4.3 Ergebnisse .....	86
3.2.4.4 Diskussion .....	91
3.3 Zusammenfassende Diskussion des Kapitels .....	94
<b>4 Untergeordnete Lernstrategien .....</b>	<b>97</b>
4.1 Stand der Forschung .....	97
4.1.1 Bedeutung untergeordneter Lernstrategien für das selbstregulierte Lernen .....	97
4.1.2 Gruppierung untergeordneter Lernstrategien .....	98
4.1.2.1 Strategien zur Planung und Organisation .....	99
4.1.2.2 Strategien zur kognitiven Verarbeitung .....	102
4.1.2.3 Strategien zur Motivierung .....	104
4.1.3 Zusammenfassung und Schlußfolgerungen .....	105
4.2 Fragebogenstudie zum Einsatz von Lernstrategien bei Berufstätigen .....	107
4.2.1 Erhebung von Lernstrategien: Der LIST .....	108
4.2.2 Untersuchungsabschnitt I: Eignung des LIST für die Zielgruppe der Berufstätigen .....	110
4.2.2.1 Fragestellung .....	110

4.2.2.2 Methode .....	111
4.2.2.3 Ergebnisse.....	112
4.2.2.4 Diskussion.....	121
4.2.3 Untersuchungsabschnitt II: Einsatz von Lernstrategien bei Berufstätigen und Studenten im Vergleich.....	123
4.2.3.1 Fragestellung.....	125
4.2.3.2 Methode .....	125
4.2.3.3 Ergebnisse.....	127
4.2.3.4 Diskussion.....	130
4.2.4 Untersuchungsabschnitt III: Zusammenhang zwischen Lernstrategieinsatz und Prüfungsleistung.....	132
4.2.4.1 Fragestellung.....	132
4.2.4.2 Methode .....	132
4.2.4.3 Ergebnisse.....	133
4.2.4.4 Diskussion.....	137
4.3 Zusammenfassende Diskussion des Kapitels .....	140
<b>5 Selbstregulation untergeordneter Lernstrategien im Rahmen von Lernstrategietrainings.....</b>	<b>145</b>
5.1 Stand der Forschung .....	145
5.1.1 Trainingsprogramme .....	146
5.1.1.1 Trainings für Kinder und Jugendliche .....	146
5.1.1.2 Trainings für Studenten .....	149
5.1.1.3 Trainings für Berufstätige.....	151
5.1.2 Berücksichtigung der Selbstregulation im Rahmen von Lernstrategietrainings.....	153
5.1.3 Selbstregulation untergeordneter Lernstrategien .....	154
5.1.4 Zusammenfassung und Schlußfolgerungen .....	156
5.2 Experimentelle Untersuchung zum Einfluß eines Trainings zur Selbstregulation auf den Erwerb untergeordneter Lernstrategien .....	157
5.2.1 Trainingsentwicklung.....	157
5.2.1.1 Inhalte .....	158
5.2.1.2 Aufbau .....	161
5.2.1.3 Aufgabenpool .....	162
5.2.1.4 Trainingsrevision .....	163
5.2.2 Trainingsevaluation I: Voruntersuchung.....	163
5.2.2.1 Fragestellung.....	163
5.2.2.2 Methode .....	164
5.2.2.3 Ergebnisse.....	166
5.2.2.4 Diskussion.....	170

---

5.2.3 Trainingsevaluation II: Experimentelle Evaluation des revidierten Trainingsprogramms.....	171
5.2.3.1 Fragestellung.....	171
5.2.3.2 Methode .....	172
5.2.3.3 Ergebnisse.....	179
5.2.3.4 Diskussion.....	181
5.3 Zusammenfassende Diskussion des Kapitels .....	184
<b>6 Fazit .....</b>	<b>187</b>
<b>Literaturverzeichnis.....</b>	<b>197</b>
<b>Anhang .....</b>	<b>213</b>