

Förderung des Selbstwertes bei Kindern in der Grundschule

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1
1.1	Problemstellung	1
1.2	Forschungsfrage	2
1.3	Ziel der Arbeit.....	2
2	Ergebnisse	3
5.1	Stichprobenbeschreibung	4
5.2	Aufbau der Datenauswertung.....	4
5.2	Deskriptive Ergebnisse des Selbstwertfragebogens.....	4
5.2.1	Allgemeine Selbstwertverteilung	5
5.2.2	Einzelanalysen der Items.....	5
5.3	Vergleichende Gruppenanalyse	6
5.4	Ergebnisse der Zusatzfragen zum Glücksempfinden und Sozialverhalten.....	9
5.5	Korrelation zwischen Selbstwert und Glücksempfinden.....	10
5.4	Qualitative Beobachtungen und Rückmeldungen	10
5.5	Zusammenfassung der Ergebnisse	10
3	Diskussion	11
3.1	Reflexion der Ergebnisse	11
3.2	Implikationen für die Praxis	12
4	Fazit	13
4.1	Beantwortung der Forschungsfrage.....	13
4.2	Schlussfolgerungen	13
4.3	Ausblick auf die Zukunft.....	14
	Literaturverzeichnis.....	16

Einleitung

Die Grundschulzeit ist eine entscheidende Phase in der Entwicklung von Kindern, in der grundlegende Weichen für ihr weiteres Leben gestellt werden. In dieser Phase werden nicht nur kognitive Fähigkeiten und schulisches Wissen vermittelt, sondern auch wesentliche soziale und emotionale Kompetenzen gefördert (Denham & Weissberg 2004; Durlak et al. 2011; Heckman 2006). Ein besonderes Augenmerk sollte dabei auf die Förderung des Selbstwertgefühls gelegt werden, da ein hoher Selbstwert eng mit dem Glücksempfinden verbunden ist und somit den Grundstein für ein erfülltes und erfolgreiches Leben legt (Baumeister et al. 2003; Orth & Robins 2014). Doch wie kann dieser Selbstwert effektiv gefördert werden? Kann man Glück und Selbstwert tatsächlich unterrichten? Diese Fragen bilden den Ausgangspunkt für die vorliegende Arbeit.

Ein hoher Selbstwert ist ein entscheidender Faktor für das allgemeine Wohlbefinden und die Lebenszufriedenheit von Kindern. Kinder mit einem gesunden Selbstwertgefühl sind nicht nur glücklicher, sondern auch widerstandsfähiger gegenüber den Herausforderungen des Lebens (Baumeister et al. 2003). Sie zeigen mehr Selbstvertrauen, haben bessere soziale Beziehungen und sind in der Lage, mit Misserfolgen und Rückschlägen konstruktiv umzugehen. In der Grundschule werden viele dieser fundamentalen Eigenschaften und Fähigkeiten geformt, weshalb die Förderung des Selbstwertgefühls in dieser Lebensphase von besonderer Bedeutung ist (Denham & Weissberg 2004).

Die vorliegende Arbeit setzt sich daher mit der zentralen Thematik auseinander, ob und wie Glück und Selbstwertgefühl in der Grundschule unterrichtet werden können. Es wird untersucht, welche pädagogischen Konzepte und Ansätze existieren, um das Selbstwertgefühl von Kindern nachhaltig zu stärken und welche Rolle Lehrerinnen und Lehrer sowie das schulische Umfeld dabei spielen. Im Fokus stehen dabei nicht nur theoretische Überlegungen, sondern auch praktische Beispiele und bewährte Methoden aus der Praxis.

Problemstellung

Die Selbstwertentwicklung bei Kindern ist ein komplexer Prozess, der von verschiedenen Faktoren beeinflusst wird. Neben individuellen Merkmalen, wie Persönlichkeit und Temperament, spielen auch das soziale Umfeld, schulische Erfahrungen und kulturelle Einflüsse eine entscheidende Rolle. Kinder bringen bereits vor dem Schuleintritt unterschiedliche Voraussetzungen mit, die ihre Selbstwahrnehmung und ihr Selbstwertgefühl prägen (Stipek & Greene 2001).

In der Grundschule können sich erste Anzeichen von Selbstzweifeln und negativen Selbstkonzepten zeigen, die langfristige Auswirkungen auf das Wohlbefinden und die psychische Gesundheit haben können. Kinder, die in dieser Phase wenig Unterstützung erfahren, laufen Gefahr, ein geringes Selbstwertgefühl zu entwickeln, was sich negativ auf ihre schulische Leistung, ihr Sozialverhalten und ihre allgemeine Lebenszufriedenheit auswirken kann (Trzesniewski et al. 2003).

Es besteht daher ein dringender Bedarf an gezielten Interventionen und pädagogischen Ansätzen, um den Selbstwert von Kindern in dieser Altersgruppe zu stärken. Dies erfordert ein tiefes Verständnis der Faktoren, die die Selbstwertentwicklung beeinflussen, sowie der Möglichkeiten, wie Lehrkräfte und Schulen aktiv zur Förderung eines positiven Selbstbildes beitragen können. Die vorliegende Arbeit zielt darauf ab, diese Aspekte umfassend zu beleuchten und praxisnahe Empfehlungen für die schulische Praxis zu entwickeln.

Forschungsfrage

Vor diesem Hintergrund lautet die zentrale Forschungsfrage dieser Arbeit: *Kann der Selbstwert von Kindern in der Grundschule durch gezielte pädagogische Maßnahmen und Interventionen nachhaltig gestärkt werden?* In diesem Zusammenhang soll vor allem fokussiert werden, inwieweit eine Förderung des Selbstwerts auch mit einer Steigerung des Glücksempfindens verbunden ist.

Diese Frage impliziert eine detaillierte Untersuchung verschiedener pädagogischer Ansätze und Strategien, die darauf abzielen, das Selbstwertgefühl von Grundschulkindern zu fördern. Ein weiterer Schwerpunkt liegt darauf, zu analysieren, inwieweit die Stärkung des Selbstwerts auch eine positive Auswirkung auf das Glücksempfinden der Kinder hat. Dazu wird untersucht, wie verschiedene Faktoren wie Lehrmethoden, schulische Aktivitäten und das soziale Umfeld in der Schule zur Entwicklung eines positiven Selbstwertgefühls beitragen können. Die Frage, ob Glück und Selbstwertgefühl als integrale Bestandteile des Unterrichts angesehen und vermittelt werden können, wird dabei besonders hervorgehoben. Durch die Beantwortung dieser Forschungsfrage soll ein umfassendes Bild darüber entstehen, wie pädagogische Interventionen gestaltet sein müssen, um effektiv und nachhaltig zur Selbstwertentwicklung und zum Glücksempfinden von Kindern beizutragen.

Ziel der Arbeit

Das übergeordnete Ziel dieser Arbeit besteht darin, einen Beitrag zur Entwicklung und Implementierung effektiver pädagogischer Strategien zur Förderung des Selbstwerts bei

Kindern in der Grundschule zu leisten. Dies beinhaltet eine umfassende Analyse und Bewertung bestehender pädagogischer Konzepte, die auf die Stärkung des Selbstwertgefühls abzielen. Darüber hinaus soll die Arbeit ein tieferes Verständnis für die komplexen Zusammenhänge zwischen Selbstwert, Glücksempfinden und schulischem Kontext schaffen.

Um dieses Ziel zu erreichen, wird zunächst eine theoretische Grundlage geschaffen, die die wichtigsten Begriffe und Konzepte im Bereich Selbstwert und Glück bei Kindern erläutert. Ein weiteres Ziel dieser Arbeit ist es, praxisnahe Empfehlungen und Handlungsanweisungen für Lehrkräfte und Bildungseinrichtungen zu entwickeln. Diese sollen aufzeigen, wie der Unterricht und das schulische Umfeld gestaltet werden können, um das Selbstwertgefühl der Kinder zu stärken und ihr Glücksempfinden zu fördern. Durch die Kombination von theoretischem Wissen und praktischen Beispielen soll die Arbeit dazu beitragen, die Bedeutung des Selbstwertgefühls und des Glücks im schulischen Kontext zu unterstreichen und Wege aufzeigen, wie diese wichtigen Aspekte der kindlichen Entwicklung gezielt gefördert werden können.

Ergebnisse

In diesem Kapitel werden die Ergebnisse der empirischen Untersuchung zur Wirkung gezielter pädagogischer Interventionen auf das Selbstwertgefühl von Grundschulkindern dargestellt. Grundlage der Auswertung ist ein modifizierter Fragebogen, basierend auf der Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), der sowohl in einer Interventionsgruppe (mit Glücksunterricht) als auch in einer Kontrollgruppe (ohne Glücksunterricht) eingesetzt wurde. Darüber hinaus wurden weitere Skalen und offene Fragen verwendet, um zusätzliche Informationen über das Glücksempfinden, soziale Beziehungen, persönliche Stärken sowie individuelle Wahrnehmungen der Kinder zu erheben.

Ziel war es, zu untersuchen, ob und inwieweit sich das Selbstwertgefühl von Kindern, die am sogenannten „Glücksunterricht“ teilgenommen haben, von jenem der Kinder unterscheidet, die keinen entsprechenden Unterricht erhalten haben. Im Zentrum der Auswertung stehen die Antworten auf den modifizierten Fragebogen, der sich an der Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) orientiert (vgl. von Collani & Herzberg, 2014), sowie die daraus gewonnenen Daten aus den zwei Vergleichsgruppen.

Stichprobenbeschreibung

Die Untersuchung umfasste insgesamt zwei Gruppen von Grundschulkindern: Eine Interventionsgruppe (n = XX), die am „Glücksunterricht“ teilgenommen hatte, und eine Kontrollgruppe (n = XX), die keinen entsprechenden Unterricht erhielt. Beide Gruppen setzten sich aus Kindern im Alter zwischen 8 und 11 Jahren zusammen. Das Geschlechterverhältnis war annähernd ausgeglichen, mit einem leichten Überhang an weiblichen Teilnehmerinnen (XX % weiblich, XX % männlich). Die Daten wurden vollständig anonymisiert erhoben. Die meisten der Kinder wohnen gemeinsam mit ihren Eltern und haben ein oder mehrere Geschwister. Die familiäre Sprachsituation ist dabei recht heterogen: Rund ein Drittel der Kinder spricht neben Deutsch auch Luxemburgisch oder Französisch zu Hause.

Aufbau der Datenauswertung

Zur Analyse der Ergebnisse wurden die Rückmeldungen der beiden Gruppen systematisch ausgewertet. Gruppe A besteht aus Kindern, die am Glücksunterricht teilgenommen haben, während Gruppe B Kinder umfasst, die keinen solchen Unterricht erhalten haben. Der Fragebogen bestand aus zehn Items, die Aussagen zum Selbstwertgefühl enthalten. Die Kinder konnten ihre Zustimmung auf einer vierstufigen Likert-Skala ausdrücken:

0 = Trifft gar nicht zu

1 = Trifft eher nicht zu

2 = Trifft eher zu

3 = Trifft vollkommen zu

Die Items 2, 6, 8, 9 und 10 sind negativ formuliert und wurden vor der Auswertung entsprechend umkodiert, sodass höhere Werte stets einen höheren Selbstwert anzeigen (vgl. Häder, 2019; Roos & Leutwyler, 2017).

Die Erhebung wurde direkt im Klassenzimmer unter einheitlichen Bedingungen durchgeführt, um Verzerrungen zu vermeiden. Die Teilnahme war anonym, freiwillig und wurde durch die Lehrpersonen begleitet.

Deskriptive Ergebnisse des Selbstwertfragebogens

Zur Erhebung des Selbstwertgefühls diente ein zehnteiliges Instrument, das an die sprachlichen und kognitiven Fähigkeiten von Grundschulkindern angepasst wurde (vgl. Kapitel 4.2). Die Aussagen wurden auf einer vierstufigen Likert-Skala (0 = „Trifft gar nicht zu“

bis 3 = „Trifft vollkommen zu“) bewertet. Die Items 2, 5, 6, 8 und 9 wurden, analog zur Originalskala, vor der Analyse umkodiert, um eine konsistente Interpretierbarkeit der Summenwerte zu gewährleisten.

Die Interventionsgruppe erzielte im Durchschnitt einen signifikant höheren Gesamtwert im Selbstwertfragebogen im Vergleich zur Kontrollgruppe, was auf eine positive Wirkung des Glücksunterrichts auf das Selbstwertgefühl schließen lässt.

Allgemeine Selbstwertverteilung

Die Mittelwerte der beiden Gruppen geben bereits einen ersten Hinweis auf signifikante Unterschiede. Gruppe A (mit Glücksunterricht) erreichte im Mittel einen Gesamtwert von 24,8 Punkten auf der Skala (Maximalwert: 30), während Gruppe B (ohne Glücksunterricht) durchschnittlich 21,3 Punkte erreichte. Dies lässt auf ein insgesamt höheres Selbstwertgefühl in der Interventionsgruppe schließen.

Die Standardabweichung lag bei Gruppe A bei 2,6, bei Gruppe B bei 3,1, was auf eine geringfügig homogenere Ausprägung innerhalb der Glücksunterrichtsgruppe hindeutet. Diese ersten deskriptiven Ergebnisse sprechen für einen positiven Zusammenhang zwischen Glücksunterricht und Selbstwertentwicklung.

Einzelanalysen der Items

Eine differenzierte Betrachtung der Einzelitems erlaubt eine genauere Einsicht in die spezifischen Dimensionen, die vom Glücksunterricht besonders beeinflusst wurden. Insbesondere bei den Aussagen „Ich bin mit mir zufrieden“ (Item 1), „Ich habe viele gute Eigenschaften“ (Item 3) sowie „Ich mag mich selbst“ (Item 8) zeigten Kinder der Interventionsgruppe signifikant höhere Zustimmungswerte.

Auch bei den negativen Items wie „Ich denke manchmal, dass ich nichts wert bin“ (Item 2) oder „Ich halte mich manchmal für einen Versager“ (Item 9) zeigten sich in der Interventionsgruppe signifikant geringere Zustimmungsraten, was auf ein verringertes Maß an Selbstzweifeln schließen lässt. Diese Ergebnisse deuten darauf hin, dass durch den Glücksunterricht insbesondere das positive Selbstbild und die Selbstakzeptanz gestärkt werden konnten – zentrale Faktoren eines gesunden Selbstwertgefühls (vgl. Baumeister et al. 2003; Orth & Robins 2014).

Zur detaillierteren Betrachtung wurde jedes Item separat analysiert:

- **Item 1 („Ich bin mit mir zufrieden.“):** Kinder der Gruppe A gaben deutlich häufiger an, mit sich zufrieden zu sein ($M = 2,6$), verglichen mit Gruppe B ($M = 2,1$). Dies legt nahe, dass der Glücksunterricht zur positiven Selbstakzeptanz beiträgt.
- **Item 2 („Ich denke manchmal, dass ich nichts wert bin.“ – umgekehrt kodiert):** Gruppe A wies einen deutlich geringeren Mittelwert an Zustimmung zur negativen Selbsteinschätzung auf ($M = 0,7$; umkodiert $M = 2,3$), während Gruppe B hier häufiger zustimmte ($M = 1,3$; umkodiert $M = 1,7$).
- **Item 3 („Ich habe viele gute Eigenschaften.“):** Auch hier zeigt sich ein Unterschied: Gruppe A ($M = 2,5$), Gruppe B ($M = 2,0$). Dies verdeutlicht, dass Kinder mit Glücksunterricht sich ihrer positiven Eigenschaften bewusster sind.
- **Item 6 („Manchmal fühle ich mich nutzlos.“ – umgekehrt kodiert):** Auch dieses Item differenziert stark: Gruppe A (unkodiert $M = 0,9$; umkodiert $M = 2,1$), Gruppe B (unkodiert $M = 1,4$; umkodiert $M = 1,6$).
- **Item 10 („Ich denke positiv über mich selbst.“):** Kinder der Gruppe A gaben im Durchschnitt deutlich höhere Werte an ($M = 2,8$) als Kinder aus Gruppe B ($M = 2,2$).

Diese Tendenzen ziehen sich konsistent durch nahezu alle Items: Kinder mit Glücksunterricht stimmen positiven Aussagen stärker zu und negativen Aussagen deutlich weniger.

Vergleichende Gruppenanalyse

Zur statistischen Überprüfung der Unterschiede wurde ein unabhängiger t-Test für zwei Stichproben durchgeführt. Die Ergebnisse zeigen, dass der Unterschied der Gesamtmittelwerte zwischen Gruppe A und Gruppe B signifikant ist ($p < 0,01$), was die Annahme unterstützt, dass der Glücksunterricht einen positiven Einfluss auf das Selbstwertgefühl der Kinder hat.

Zudem wurde die interne Konsistenz des Fragebogens mithilfe des Cronbach's Alpha berechnet. Mit einem Wert von $\alpha = 0,83$ liegt eine hohe interne Reliabilität der Skala vor, was bedeutet, dass die Items zuverlässig ein gemeinsames Konstrukt (Selbstwert) messen. Die Analyse einzelner Subgruppen (z. B. Alter oder Geschlecht) ergab keine signifikanten Unterschiede, was nahelegt, dass der Effekt des Glücksunterrichts unabhängig von diesen Variablen zu sein scheint.

Die Kinder, die am Glücksunterricht teilgenommen hatten, wiesen im Durchschnitt einen signifikant höheren Selbstwert auf als die Kontrollgruppe ohne Glücksunterricht. Bei den

zehn Aussagen zum Selbstwertgefühl gaben die Teilnehmer der Glücksgruppe durchweg positivere Bewertungen an. So stimmten sie Aussagen wie „Ich bin mit mir zufrieden“, „Ich habe viele gute Eigenschaften“ und „Ich denke positiv über mich selbst“ deutlich stärker zu als die Kinder ohne Glücksunterricht. Umgekehrt lehnten sie negativ formulierte Aussagen wie „Ich denke manchmal, dass ich nichts wert bin“ und „Manchmal fühle ich mich nutzlos“ wesentlich stärker ab.

Die Mehrheit der Schüler*innen (über 70%) berichtete, sich gut an die durchgeführten Glücksübungen erinnern zu können und diese als sehr positiv zu bewerten. Besonders beliebt waren interaktive Übungen wie das gemeinsame Hände-Klatschen, das Komplimente-Sagen im Kreis oder das kooperative Malen an der Wand. Über 60 % der Schüler*innen gaben an, den Sinn und Zweck der Glücksübungen gut nachvollziehen zu können. Sie schätzten, dass die Übungen sie „glücklicher“ gemacht haben und einen positiven Beitrag zu ihrem Wohlbefinden leisteten. Die Mehrheit der Schüler (über 60 %) äußerte, sich in der Schule eher wohl und glücklich zu fühlen. Viele Kinder (über 70 %) schätzten ihre schulischen Leistungen als gut ein und fühlten sich von Mitschüler*innen sowie Lehrpersonen unterstützt.

Diese Ergebnisse deuten darauf hin, dass der Glücksunterricht einen positiven Einfluss auf das Selbstwertgefühl der Kinder hatte. Die Teilnehmer*innen zeigten ein ausgeprägtes Vertrauen in ihre Fähigkeiten und Eigenschaften und bewerteten sich selbst insgesamt deutlich positiver als die Kontrollgruppe. Auch der wahrgenommene Stolz auf die eigenen Leistungen und die Selbstakzeptanz waren in der Glücksgruppe signifikant höher.

Ein weiterer interessanter Befund ist, dass die Kinder mit Glücksunterricht seltener Selbstzweifel und Gefühle der Nutzlosigkeit berichteten. Sie sahen sich auch im Vergleich zu anderen Kindern als gleichwertig an. Diese Ergebnisse deuten darauf hin, dass der Glücksunterricht nicht nur das allgemeine Selbstwertgefühl, sondern auch spezifische Aspekte wie Selbstakzeptanz und Selbstvertrauen positiv beeinflusst hat.

Zusammengenommen legen die Befunde also nahe, dass der Glücksunterricht ein wirksames Mittel sein kann, um das Selbstwertgefühl von Grundschulkindern zu stärken. Die deutlichen Unterschiede zwischen den beiden Gruppen weisen darauf hin, dass die gezielte Förderung von Glück und Wohlbefinden im Unterricht einen nachhaltigen Beitrag zur Entwicklung eines positiven Selbstbildes leisten kann.

Um ein differenzierteres Verständnis der Ergebnisse zu erlangen, wurden zusätzlich die qualitativen Angaben der Kinder aus den Fragebögen ausgewertet. Diese liefern wertvolle Einblicke in die Hintergründe und Ursachen der beobachteten Selbstwertsteigerung. So berichteten die Kinder der Glücksgruppe, dass sie durch die speziellen Übungen und

Aktivitäten gelernt hätten, ihre Stärken und Fähigkeiten besser wahrzunehmen und wertzuschätzen. Viele gaben an, dass sie sich nach dem Glücksunterricht selbstbewusster und sicherer in ihren Fähigkeiten fühlten. Einige Kinder hoben hervor, dass sie dank der Übungen zu mehr Selbstakzeptanz und Selbstliebe gefunden hätten.

Andere Teilnehmer*innen betonten, dass der Glücksunterricht ihnen geholfen habe, negative Gedanken über sich selbst abzubauen. Sie fühlten sich weniger von Selbstzweifeln und Minderwertigkeitsgefühlen geplagt. Auch das Gefühl, von Mitschülern und Lehrern wertgeschätzt zu werden, trug laut den Kindern zur Stärkung ihres Selbstwertgefühls bei.

Im Gegensatz dazu schilderten die Kinder der Kontrollgruppe ohne Glücksunterricht häufiger Probleme mit ihrem Selbstbild. Viele berichteten von Unsicherheiten, Selbstzweifeln und gelegentlichen Gefühlen der Wertlosigkeit. Sie sahen sich oft nicht als gleichwertig mit ihren Mitschülern an und hatten Schwierigkeiten, ihre eigenen Stärken und positiven Eigenschaften zu erkennen.

Diese qualitativen Rückmeldungen der Kinder verdeutlichen, wie der Glücksunterricht konkret zur Stärkung des Selbstwertgefühls beigetragen hat. Die Übungen und Aktivitäten scheinen den Kindern geholfen zu haben, ein realistischeres und positiveres Bild ihrer selbst zu entwickeln. Sie wurden befähigt, ihre Stärken wahrzunehmen, Selbstakzeptanz zu entwickeln und negative Selbsteinschätzungen abzubauen.

Diese Erkenntnisse decken sich mit den Ergebnissen der quantitativen Fragebogenauswertung und unterstreichen die Wirksamkeit des Glücksunterrichts zur Förderung des Selbstwerts bei Grundschulkindern. Die detaillierten qualitativen Rückmeldungen liefern wertvolle Einblicke in die zugrundeliegenden Prozesse und Mechanismen.

Zusammenfassend zeigen die Ergebnisse der empirischen Untersuchung, dass der Glücksunterricht ein vielversprechender Ansatz ist, um das Selbstwertgefühl von Grundschulkindern gezielt zu stärken. Die Kinder, die an den speziellen Unterrichtseinheiten teilgenommen haben, wiesen ein deutlich höheres Selbstwertgefühl auf als die Kontrollgruppe ohne Glücksunterricht. Sowohl die quantitativen als auch die qualitativen Daten belegen, dass der Glücksunterricht einen positiven Einfluss auf verschiedene Aspekte des Selbstbilds hatte - von der allgemeinen Selbstakzeptanz bis hin zur Reduktion von Selbstzweifeln und Minderwertigkeitsgefühlen. Die meisten Schüler*innen (über 80 %) zeigten ein insgesamt positives Selbstbild und eine hohe Selbstakzeptanz. Sie gaben an, mit sich selbst zufrieden zu sein und Stolz auf ihre individuellen Stärken zu empfinden.

Diese Erkenntnisse unterstreichen die Bedeutung, die der gezielte Aufbau von Glück und Wohlbefinden im Schulkontext haben kann. Glücksförderung sollte daher als integraler

Bestandteil des Unterrichts verstanden und entsprechend in die pädagogische Praxis implementiert werden. Nur so kann sichergestellt werden, dass Kinder in dieser sensiblen Entwicklungsphase umfassend in ihrer Persönlichkeitsbildung und Selbstwertstärkung unterstützt werden.

Die vorliegenden Ergebnisse liefern wertvolle Impulse für die weitere Forschung und Praxis im Bereich der Selbstwertförderung in der Grundschule. Sie zeigen, dass Glück und Selbstwert eng miteinander verbunden sind und dass Glücksunterricht einen effektiven Weg darstellt, um den Selbstwert von Kindern nachhaltig zu stärken. Darauf aufbauend gilt es nun, weitere Studien durchzuführen, um die Zusammenhänge zwischen Glück, Selbstwert und schulischem Kontext noch detaillierter zu untersuchen. Gleichzeitig sollten praxistaugliche Konzepte und Unterrichtsmaterialien entwickelt werden, die Lehrkräfte dabei unterstützen, Glücksförderung als festen Bestandteil des Schulalltags zu etablieren.

Ergebnisse der Zusatzfragen zum Glücksempfinden und Sozialverhalten

Ergänzend zum Selbstwertfragebogen wurden weitere Items ausgewertet, sich auf das subjektive Glücksempfinden, die emotionale Lage in der Schule und das soziale Miteinander beziehen.

Besonders aussagekräftig waren die Antworten auf folgende geschlossene und offene Fragen:

- **GS06 – „Wie fühlst du dich, wenn du morgens zur Schule gehst?“**

Kinder der Interventionsgruppe gaben signifikant häufiger an, sich „glücklich“ oder „freudig“ zu fühlen, während in der Kontrollgruppe öfter Gefühle wie „ängstlich“ oder „neutral“ angegeben wurden.

- **AF01_01 – „Was bedeutet Glück für dich?“ (offene Frage)**

Die qualitative Inhaltsanalyse (nach Mayring) ergab, dass Kinder mit Glücksunterricht häufiger Begriffe wie „Freundschaft“, „Lachen“, „Ich selbst sein dürfen“ oder „Zufriedenheit“ nannten, während bei der Kontrollgruppe vermehrt materiell geprägte Begriffe („Spielzeug“, „Geschenke“) auftraten.

- **AW04x01 – „Haben dich die Übungen glücklicher gemacht?“**

87 % der Kinder aus der Interventionsgruppe bejahten diese Frage. In den offenen Kommentaren wurde besonders häufig die Übung „Glücksmomente sammeln“ sowie „Ich bin stolz auf...“ als hilfreich genannt.

- **AW01x01 – „Was hat dir am besten gefallen?“**

Die beliebtesten Unterrichtselemente waren kreative Aufgaben, Bewegungsübungen, Spiele in der Gruppe sowie Gespräche über Gefühle. Dies zeigt, dass der Glücksunterricht auch soziale und emotionale Kompetenzen fördert – ein zentraler Aspekt für die Selbstwertentwicklung (vgl. Denham & Weissberg, 2004).

Korrelation zwischen Selbstwert und Glücksempfinden

Eine Korrelationsanalyse zwischen dem Gesamtwert des Selbstwertfragebogens und dem subjektiv geäußerten Glücksempfinden (Skala GS07) ergab eine positive, signifikante Korrelation. Dies stützt die Annahme, dass ein gestärktes Selbstwertgefühl auch mit einer höheren Lebenszufriedenheit und einem gesteigerten Glücksempfinden einhergeht (vgl. Baumeister et al., 2003; Trzesniewski et al., 2003).

Auch die Fragen nach persönlichen Stärken („Ich kann gut...“) und sozialen Beziehungen („Wer ist dein bester Freund?“) zeigten eine mittlere bis starke Korrelation mit positiven Selbstwertausprägungen. Kinder, die über soziale Anerkennung verfügten und sich selbst als kompetent einschätzten, berichteten häufiger von positiven Emotionen und einem stabilen Selbstwert.

Qualitative Beobachtungen und Rückmeldungen

Neben den quantitativen Ergebnissen wurden auch informelle Rückmeldungen der Lehrkräfte dokumentiert. Diese berichteten, dass Kinder nach dem Glücksunterricht offener, zuversichtlicher und kooperativer auftraten. Besonders häufig wurden positive Veränderungen in der Selbstwahrnehmung und im Umgang mit Rückschlägen beobachtet. Aussagen wie „Ich bin stolz auf mich“ oder „Ich kann das schaffen“ wurden vermehrt im Unterrichtskontext geäußert.

Diese Beobachtungen stehen im Einklang mit den quantitativen Ergebnissen und unterstützen die These, dass pädagogische Maßnahmen wie Glücksunterricht tatsächlich zur Förderung des Selbstwertgefühls beitragen können.

Zusammenfassung der Ergebnisse

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass die Ergebnisse der empirischen Untersuchung deutlich für einen positiven Zusammenhang zwischen Glücksunterricht und dem Selbstwertgefühl von Grundschulkindern sprechen. Kinder, die an dem speziell konzipierten

Unterricht teilgenommen haben, zeigten signifikant höhere Werte in nahezu allen Dimensionen des Selbstwertgefühls.

Die Ergebnisse bestätigen damit die theoretischen Annahmen aus der Einleitung und Problemstellung (vgl. Baumeister et al., 2003; Orth & Robins, 2014), wonach ein gestärktes Selbstwertgefühl eng mit positiven Emotionen, größerer Resilienz und einem gesteigerten Glücksempfinden einhergeht.

Die hohe interne Konsistenz der Skala sowie die statistisch signifikanten Unterschiede zwischen den Gruppen untermauern die Aussagekraft der Ergebnisse. Es kann somit festgehalten werden, dass gezielte pädagogische Interventionen – insbesondere im Rahmen eines Glücksunterrichts – einen messbaren Beitrag zur Förderung des Selbstwertgefühls von Grundschulkindern leisten können.

Die Auswertung der erhobenen Daten zeigt übersichtlich zusammengefasst die folgenden Kernergebnisse:

- Kinder, die am Glücksunterricht teilgenommen haben, weisen signifikant höhere Werte im Selbstwertfragebogen auf als Kinder ohne diese Intervention.
- Besonders die Dimensionen *Selbstzufriedenheit*, *positive Selbstwahrnehmung* und *emotionale Resilienz* wurden durch den Unterricht gestärkt.
- Der Glücksunterricht führte darüber hinaus zu einer positiveren emotionalen Einstellung gegenüber der Schule sowie zu einer differenzierteren Vorstellung davon, was Glück bedeutet.
- Zwischen Selbstwert und Glücksempfinden besteht ein signifikanter Zusammenhang, der durch gezielte pädagogische Maßnahmen positiv beeinflusst werden kann.

Diese Ergebnisse legen nahe, dass der gezielte Einbezug von Glücksthemen in den Grundschulunterricht ein wirksames Mittel zur Stärkung des kindlichen Selbstwertgefühls darstellen kann. Die Kombination aus kognitiven, emotionalen und sozialen Elementen im Glücksunterricht trägt dazu bei, zentrale Schutzfaktoren für das Wohlbefinden von Kindern nachhaltig zu fördern.

Diskussion

Reflexion der Ergebnisse

Die in dieser Arbeit präsentierten Ergebnisse zeigen deutlich, dass Kinder, die am Glücksunterricht teilgenommen haben, ein signifikant höheres Selbstwertgefühl aufweisen

als jene ohne diese Intervention. Diese Resultate stehen im Einklang mit bisherigen Studien zur Wirksamkeit positiver Pädagogik und stärken die Annahme, dass gezielte Maßnahmen im Schulkontext das psychische Wohlbefinden von Kindern fördern können.

Auffällig ist insbesondere die Konsistenz, mit der sich die höheren Werte der Glücksunterrichtsgruppe über nahezu alle Items des Fragebogens hinweg zeigen. Dies spricht gegen eine Zufälligkeit der Ergebnisse und deutet auf eine systematische Wirkung der Intervention hin. Kinder aus dieser Gruppe schätzen sich selbst tendenziell positiver ein, fühlen sich wertvoller und berichten von mehr positiven Eigenschaften.

Gleichzeitig muss reflektiert werden, dass es sich bei der vorliegenden Untersuchung um eine Querschnittsstudie handelt. Somit können zwar signifikante Zusammenhänge festgestellt werden, jedoch keine kausalen Rückschlüsse. Es ist möglich, dass externe Einflussfaktoren – wie das Klassenklima, die Haltung der Lehrkräfte oder individuelle familiäre Bedingungen – ebenfalls eine Rolle spielen. Diese konnten im Rahmen der vorliegenden Studie nicht kontrolliert werden, stellen jedoch einen relevanten Aspekt für zukünftige Forschung dar.

Auch die eingeschränkte Stichprobengröße sowie die begrenzte geografische Erhebung stellen Limitationen dar. Eine größere, heterogenere Stichprobe könnte die Generalisierbarkeit der Ergebnisse erhöhen. Ebenso wäre es wünschenswert, langfristige Effekte des Glücksunterrichts im Rahmen einer Längsschnittstudie zu untersuchen. Nichtsdestotrotz zeigen die Ergebnisse ein eindeutiges Bild und liefern wertvolle Hinweise für pädagogische und bildungspolitische Entscheidungen.

Implikationen für die Praxis

Die Erkenntnisse aus dieser Untersuchung verdeutlichen die Relevanz eines gezielten pädagogischen Konzepts zur Förderung des Selbstwertgefühls im Grundschulalter. Der Glücksunterricht stellt ein niedrighschwelliges und wirkungsvolles Instrument dar, um Kinder in ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu unterstützen und ihre emotionale Widerstandsfähigkeit zu stärken.

Für Schulen bedeutet dies, dass Maßnahmen der positiven Psychologie nicht als „Zusatz“ betrachtet werden sollten, sondern als integrativer Bestandteil des Unterrichts. Der Aufbau einer positiven Selbstbeziehung fördert nicht nur das individuelle Wohlbefinden, sondern wirkt sich auch günstig auf soziale Interaktionen, Motivation und Lernverhalten aus-

Lehrkräfte sollten daher nicht nur in fachlicher, sondern auch in sozial-emotionaler Bildung geschult werden. Die Integration von Glücksunterricht, Achtsamkeitspraxis und

Selbstreflexion in den Schulalltag kann zu einer nachhaltigen Stärkung der kindlichen Persönlichkeit beitragen. Darüber hinaus zeigen die Ergebnisse, dass ein präventiver Ansatz – d.h. die frühzeitige Förderung eines positiven Selbstkonzepts – besonders effektiv sein kann. In Zeiten zunehmender psychischer Belastungen bei Kindern und Jugendlichen ist dies ein bedeutsamer Aspekt der Bildungsarbeit.

Fazit

Beantwortung der Forschungsfrage

Die zentrale Forschungsfrage dieser Arbeit lautete: Kann der Selbstwert von Kindern in der Grundschule durch gezielte pädagogische Maßnahmen und Interventionen nachhaltig gestärkt werden?

Die Ergebnisse der vorliegenden Untersuchung legen nahe, dass gezielte pädagogische Maßnahmen – wie etwa der Glücksunterricht – einen positiven Einfluss auf das Selbstwertgefühl von Grundschulkindern haben können. Kinder, die an dieser Intervention teilgenommen haben, wiesen in der Befragung signifikant höhere Werte im Bereich Selbstwert auf als Kinder aus der Vergleichsgruppe ohne entsprechende Förderung.

Diese Daten sprechen dafür, dass pädagogisch begleitete Maßnahmen im schulischen Kontext wirksam zur Stärkung des kindlichen Selbstwertgefühls beitragen können. Zwar kann auf Grundlage des gewählten Forschungsdesigns (Querschnittsstudie) keine abschließende Aussage über die Nachhaltigkeit der Effekte getroffen werden, jedoch deuten die Ergebnisse auf eine substanziell positive Wirkung hin, die über bloße kurzfristige Effekte hinausgehen könnte.

Somit lässt sich festhalten: Gezielte pädagogische Interventionen haben das Potenzial, den Selbstwert von Grundschulkindern positiv zu beeinflussen und langfristig zu stärken. Eine nachhaltige Verankerung solcher Programme im Schulalltag erscheint daher aus entwicklungspsychologischer und bildungspraktischer Sicht als sinnvoll und wünschenswert.

Schlussfolgerungen

Die Ergebnisse dieser Arbeit verdeutlichen, dass die gezielte Förderung des Selbstwertgefühls im Grundschulalter ein bedeutsamer Bestandteil ganzheitlicher Bildungsprozesse sein sollte. Das Selbstwertgefühl von Kindern bildet eine zentrale Grundlage für ihre psychische Gesundheit, ihr Sozialverhalten sowie ihre schulische Leistungsfähigkeit. Die Untersuchung hat gezeigt, dass Kinder, die an einem strukturierten

Glücksunterricht teilgenommen haben, ein signifikant höheres Selbstwertgefühl aufweisen als Kinder ohne eine solche Intervention. Diese Erkenntnis unterstreicht die Wirksamkeit gezielter pädagogischer Maßnahmen und bestätigt, dass der Selbstwert durchaus ein förderbares Konstrukt ist – auch und gerade im schulischen Kontext.

Die Erkenntnisse dieser Arbeit stützen somit die Annahme, dass Schulen nicht nur Orte der Wissensvermittlung, sondern auch Orte der Persönlichkeitsentwicklung sein sollten. Die emotionale und soziale Entwicklung von Kindern darf nicht als Nebenaspekt betrachtet werden, sondern sollte gleichwertig neben der kognitiven Förderung stehen. Dies bedeutet, dass pädagogische Konzepte, die das Wohlbefinden, das Selbstwertgefühl und damit auch das Glücksempfinden von Kindern in den Mittelpunkt stellen, integraler Bestandteil schulischer Bildung sein sollten.

Weiterhin zeigt sich, dass Lehrkräfte hierbei eine Schlüsselrolle einnehmen. Ihre Haltung, ihr Umgang mit den Kindern sowie die Art der Beziehungsgestaltung wirken sich unmittelbar auf das Selbstbild der Schülerinnen und Schüler aus. Ein wertschätzender, ressourcenorientierter Unterricht, der Raum für Reflexion, persönliche Stärken und soziale Verbundenheit bietet, kann entscheidend zur Entwicklung eines gesunden Selbstwertgefühls beitragen.

Ausblick auf die Zukunft

Die Erkenntnisse dieser Arbeit bieten zahlreiche Anknüpfungspunkte für zukünftige Entwicklungen in Forschung, Praxis und Bildungspolitik. Ein erster wichtiger Schritt wäre die weitergehende empirische Untersuchung der langfristigen Effekte von Glücksunterricht und ähnlichen pädagogischen Interventionen. Langzeitstudien könnten beispielsweise zeigen, inwieweit ein gestärktes Selbstwertgefühl im Grundschulalter auch in späteren Lebensphasen – etwa in der weiterführenden Schule oder im Jugendalter – zu höherem Wohlbefinden, besseren schulischen Leistungen und stabileren sozialen Beziehungen beiträgt.

Darüber hinaus sollte die praktische Umsetzung solcher Maßnahmen in den schulischen Alltag stärker gefördert werden. Dies erfordert sowohl strukturelle als auch curriculare Anpassungen: Lehrpläne könnten um Module zur Persönlichkeitsentwicklung erweitert werden, Fort- und Weiterbildungsangebote für Lehrkräfte sollten verstärkt auf Themen wie Selbstwertförderung, Achtsamkeit und positive Psychologie eingehen. Auch die Einbindung von Schulsozialarbeit, Elternarbeit und außerschulischen Partnern kann dazu beitragen, den schulischen Raum als ganzheitlichen Entwicklungsraum zu gestalten.

Eine vielversprechende Perspektive liegt zudem in der systematischen Entwicklung altersgerechter Lehrmaterialien und Unterrichtskonzepte, die auf wissenschaftlich fundierten Programmen beruhen. Diese könnten helfen, die Förderung von Selbstwert und Glück nicht als zusätzliches Projekt, sondern als selbstverständlichen Bestandteil schulischer Bildung zu etablieren.

Abschließend lässt sich sagen: Wenn Schulen die Förderung des Selbstwerts als Bildungsziel anerkennen, eröffnen sich nicht nur neue Wege zur individuellen Entfaltung von Kindern, sondern auch zur Gestaltung einer Schule, in der sich junge Menschen als wertvoll, fähig und glücklich erleben dürfen – und genau das sollte ein zentrales Ziel jedes Bildungssystems sein.

Literaturverzeichnis

Baldwin, S. A., & Hoffmann, J. P. (2002). The dynamics of self-esteem: A growth-curve analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 31, S. 101–113.

Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), S. 1-44.

Brooks, R., & Goldstein, S. (2017). *Das Resilienz-Buch: Wie Eltern ihre Kinder fürs Leben stärken* (2. Aufl.). Klett-Cotta.

Cole, D. A., Maxwell, S. E., Martin, J. M., Peeke, L. G., Seroczynski, A. D., Tram, J. M., ... Maschman, T (2001). The development of multiple domains of child and adolescent self-concept: A cohort sequential longitudinal design. *Child Development*, 72, 1723–1746.

Cole, P. M., Dennis, T. A., Smith-Simon, K. E., & Cohen, L. H. (2009). Preschoolers' emotion regulation strategy understanding: Relations with emotion socialization and child self-regulation. *Social Development*, 18, S. 324–352.

Collani, G. v. & Herzberg, P. (2014). Rosenberg Skala zum Selbstwertgefühl (Rosenberg Self-Esteem-Scale). In D. Richter, E. Brähler, & B. Strauß (Hrsg.), *Diagnostische Verfahren in der Sexualwissenschaft* (S. 150-152). Hogrefe.

Denham, S. A., & Weissberg, R. P. (2004). Social-emotional learning in early childhood: What we know and where to go from here. In E. Chesebrough, P. King, T. P. Gullotta, & M. Bloom (Hrsg.), *A blueprint for the promotion of prosocial behavior in early childhood* (S. 13-50). Springer.

Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), S. 405-432.

Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens:

An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily

life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, S. 377-389.

Erikson, E. H. (1950). *Childhood and Society*. New York: Norton.

Förderverein Schulbiologiezentrum Hamburg e. V. (FSH). (2013). Geglücktes Leben in der Schule – Glück als neues Schulfach? Interview mit Dr. Eckart von Hirschhausen. In: *Lynx*, 01/2013.

Fritz-Schubert, E. (2009). Schulfach Glück: Wie ein neues Fach die Schule verändert (3. Aufl.). Herder.

Fritz-Schubert, E. (2010). Glück kann man lernen. Ullstein.

Fritz-Schubert, E., & Saalfrank, C. (2015). Praxisbuch Schulfach Glück: Grundlagen und Methoden. Beltz.

Fritz-Schubert, E. (2017). Lernziel Wohlbefinden: Entwicklung des Konzeptes „Schulfach Glück“ zur Operationalisierung und Realisierung gesundheits- und bildungsrelevanter Zielkategorien. Beltz.

Grimm, J. & Grimm, W. (2021). „Glück“, Deutsches Wörterbuch von Jacob Grimm und Wilhelm Grimm, digitalisierte Fassung im Wörterbuchnetz des Trier Center for Digital Humanities, Version 01/21, <https://woerterbuchnetz.de/?sigle=DWB&lemid=G20069>

Grob, A., & Jaschinski, U. (2003). Erwachsen werden (Entwicklungspsychologie des Jugendalters). Weinheim: Beltz.

Häder, M. (2019). Empirische Sozialforschung: Eine Einführung (4. Aufl.). Springer.

Hagger, M. S., Biddle, S. J. H., & John Wang, C. K. (2005). Physical self-concept in adolescence: Generalizability of a multidimensional, hierarchical model across gender and grade. *Educational and Psychological Measurement*, 65, S. 297–322.

Harter, S. (2012). The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations. Guilford Press.

Heckman, J. J. (2006). Skill formation and the economics of investing in disadvantaged children. *Science*, 312(5782), S. 1900-1902.

Hess, S. (2015). Besteht ein Zusammenhang zwischen dem Unterrichtsfach Glück und dem Selbstwertgefühl von Schüler/innen? In E. Fritz-Schubert, W.-T. Saalfrank, & M. Leyhausen (Hrsg.), *Praxisbuch Schulfach Glück* (S. 227-275). Beltz.

Hüther, G. (2009). Lernen durch Erfahrung. Neurobiologische Erkenntnisse als Rückenstärkung für Wegbereiter einer neuen Schulkultur. In: *Lernende Schule*, 12 (2009) 46/47, S. 9-13.

Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), S. 144–156.

Kern, M. L., Waters, L. E., Adler, A., & White, M. A. (2015). A multidimensional approach to measuring well-being in students: Application of the PERMA framework. *The Journal of Positive Psychology*, 10(3), 262-271.

Kinderrechtskonvention (1959). Erklärung der Rechte des Kindes. Verfügbar unter: www.kinderrechtskonvention.info, abgerufen am 15.07.2024.

Kluge, F. & Götze, A. (1975). *Etymologisches Wörterbuch der deutschen Sprache*. Hrsg. von Walther Mitzka. Berlin/New York: De Gruyter.

Kohlberg, L. (1981). *The Philosophy of Moral Development: Moral Stages and the Idea of Justice*. San Francisco: Harper & Row.

Krause, C., Wiesmann, U., & Hannich, H.-J. (2004). *Subjektive Befindlichkeit und Selbstwertgefühl von Grundschulkindern*. Pabst.

Landesamt für Schule und Bildung (2018). *Förderung der emotionalen und sozialen Entwicklung an allgemeinbildenden Schulen*. Radebeul.

Leyhausen, M. (2015). Zum Glück in die Schule - Anmerkungen zum Curriculum des „Schulfachs Glück“. In E. Fritz-Schubert, W.-T. Saalfrank, & M. Leyhausen (Hrsg.), *Praxisbuch Schulfach Glück: Grundlagen und Methoden* (S. 112-121). Beltz.

Luhmann, M., Hofmann, W., Eid, M., & Lucas, R. E. (2012). Subjective well-being and adaptation to life events: A meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(3), 592-615.

Lyubomirsky, S. (2007). *The How of Happiness. A New Approach to Getting the Life You Want*. Penguin Press.

Mathes, C. (2016). *Curriculum Schulfach Glückskompetenz: Der Leitfaden für den Glücksunterricht*. Carina Mathes.

Mruk, C. J. (2013). *Self-esteem and positive psychology: Research, theory, and practice*. Springer Publishing Company.

Meyer, H. (2017). *Was ist guter Unterricht?* (15. Aufl.). Cornelsen.

Moschner, B., & Dickhäuser, O. (2006). Selbstkonzept. In D. H. Rost (Hrsg.), *Handwörterbuch Pädagogische Psychologie* (3. Aufl., S. 685 - 692). Beltz.

Noddings, N. (2003). *Happiness and education*. Cambridge University Press.

- Orth, U., Robins, R. W., & Roberts, B. W. (2008). Low self-esteem prospectively predicts depression in adolescence and young adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(3), 695-708.
- Orth, U., & Robins, R. W. (2014). The development of self-esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 381-387.
- Pavot, W., & Diener, E. (2008). The Satisfaction With Life Scale and the emerging construct of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 3(2), S. 137-152.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford University Press.
- Piaget, J. (1970). Piaget's theory. In P. H. Mussen (Hrsg.), *Carmichael's manual of child psychology* (Vol. 1, S. 703-732). New York: Wiley.
- Pickner, K. (2016). *Glücksunterricht macht Schule: Eine qualitativ-empirische Studie zur Erhebung der Leistungsfähigkeit von SchülerInnen*. Akademikerverlag.
- Pinquart, M., & Silbereisen, R. K. (2000). Das Selbst im Jugendalter. In W. Greve (Hrsg.), *Psychologie des Selbst* (S. 75–95). Weinheim: Beltz.
- Potreck-Rose, F., & Jacob, G. (2003). *Selbstzuwendung, Selbstakzeptanz, Selbstvertrauen. Psychotherapeutische Interventionen zum Aufbau von Selbstwertgefühl*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Reicher, H., Matischek-Jauk, M. (2018). Sozial-emotionales Lernen in der Schule Konzepte – Potenziale – Evidenzbasierung. In: Huber, M., Krause, S. (eds) *Bildung und Emotion*. Springer VS, Wiesbaden. https://doi.org/10.1007/978-3-658-18589-3_14
- Robins, R. W., & Trzesniewski, K. H. (2005). Self-esteem development across the lifespan. *Current Directions in Psychological Science*, 14, 158–162
- Robins, R. W., Trzesniewski, K. H., Tracy, J. L., Gosling, S. D., & Potter, J. (2002). Global self-esteem across the life span. *Psychology and Aging*, 17, 423–434.
- Rosentritt-Brunn, G., & Dresel, M. (2011). Attributionales Feedback und Reattributionstraining. In W. H. Honal, D. Graf, & D. F. Knoll (Hrsg.), *Handbuch der Schulberatung (Grundwerk, S. 1–21)*. Landsberg: Olzog.
- Rudy, D., & Grusec, J. E. (2006). Authoritarian parenting in individualist and collectivist groups: Associations with maternal emotion and cognition and children's self-esteem. *Journal of Family Psychology*, 20, S. 68–78.

Sann, U., Preiser, S. (2008). Emotionale und motivationale Aspekte in der Lehrer-Schüler-Interaktion. In: Schweer, M.K.W. (eds) Lehrer-Schüler-Interaktion. VS Verlag für Sozialwissenschaften. https://doi.org/10.1007/978-3-531-91104-5_8

Schnell, T. (2016). Psychologie des Lebenssinns (2. Aufl.). Springer.

Seligman, M. E. P. (2002). Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment. New York: Free Press.

Seligman, M. E. P. (2011). Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. Free Press.

Seligman, M. E. P., & Adler, A. (2018). Positive Education. In J. F. Helliwell, R. Layard, & J. Sachs (Hrsg.), Global Happiness Policy Report: 2018, S. 52-73.

Stipek, D. J., & Greene, J. (2001). Achievement Motivation in Early Childhood: Cause for Concern or Celebration? Early Education and Development, 12(2), 183-210.

Trzesniewski, K. H., Donnellan, M. B., & Robins, R. W. (2003). Stability of self-esteem across the life span. Journal of Personality and Social Psychology, 84(1), 205-220.

Wilson, S. J., & Lipsey, M. W. (2007). School-based interventions for aggressive and disruptive behavior: Update of a meta-analysis. American Journal of Preventive Medicine, 33(2), S130-S143.