

**Zeitschrift:** Schweizer Schule  
**Herausgeber:** Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz  
**Band:** 87 (2000)  
**Heft:** 3: Diverse Beiträge

**Artikel:** Auf der Suche nach dem Wohlbefinden in der Schule  
**Autor:** Hascher, Tina / Baillod, Jürg  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-527289>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 14.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Auf der Suche nach dem Wohlbefinden in der Schule

---

*Über 20 000 Stunden verbringen Kinder und Jugendliche in der Schule – einem Ort des Lernens und der Leistung, der Interaktionen und sozialen Kontakte. An diesem «Arbeitsort» sollen sich die Lehrpersonen und die Schüler und Schülerinnen wohl fühlen können, denn es besteht ein Konsens darüber, dass das Wohlbefinden in der Schule einen positiven Einfluss auf das Lernen und die Leistung hat. Im Berner Lehrplan Volksschule steht z. B. geschrieben: «Lernen wird durch eine Atmosphäre begünstigt, in der sich die Schülerinnen und Schüler und die Lehrpersonen wohl fühlen.» (AHB, S. 19). An einem Oberstufenzentrum im Kanton Bern wurden sämtliche Schülerinnen und Schüler zu ihrem Wohlbefinden in der Schule befragt. Die Studie wurde von der Forschungsstelle für Schulpädagogik und Fachdidaktik (Sekundarlehramt, Universität Bern) durchgeführt<sup>1</sup>.*

Bis in die 60er und 70er Jahre galt als selbstverständliche Annahme, die Güte einer Schule bemesse sich am Hervorbringen der quantitativen und qualitativen Menge von Leistung. Sozialen und emotionalen Aspekten wurde lange Zeit wenig Beachtung geschenkt. Eine Ausnahme bilden die zahlreichen Arbeiten zur Schul- und Prüfungsangst (z. B. Jacobs, Strittmatter; Sarason et al.). Mit der «emotionalen Wende» in den 90er Jahren und im Kontext von Schulentwicklung und Qualitätssicherung entstand das Bewusstsein, dass emotionale und kognitive Aspekte im Alltag von Schüler und Schülerinnen gleichermassen wichtig sind. Die Schule wird nicht mehr ausschliesslich als Lernort verstanden, sondern auch als zentrale Lebenswelt der Jugendlichen, in der sie einen grossen Teil ihres sozialen und emotionalen Alltags erleben und diesbezügliche Kompetenzen erwerben können. Die Qualität einer Schule bemisst sich folglich auch an Aspekten des Befindens und des sozialen Verhaltens.

*Die Schule wird nicht mehr ausschliesslich als Lernort verstanden.*

Neuere Forschungsarbeiten zum Kontext Schule bemühen sich darum, emotionalen Aspekten eine grössere Bedeutung beizumessen (z. B. Bleicher et al.; Eder; Fend; Pekrun). Die Genese positiver Gefühle – wie Wohlbefinden und Freude – ist aber nach wie vor weitgehend ungeklärt. Des Weiteren bleibt oftmals undefiniert und unbestimmt, was unter dem Begriff «Befinden von Schüler und Schülerinnen» zu verstehen ist. Meist werden darunter verschiedene Emotionen subsumiert, ohne auf eine theoretische Abstützung oder eine systematische Einordnung zu achten. Vergleiche zwischen verschiedenen Studien und Generalisierungen von Ergebnissen sind damit nicht möglich.

---

## Das Wohlbefinden von Schülerinnen und Schülern

*Im vorgestellten Projekt geht es um das Wohlbefinden von Jugendlichen in der Schule.*

Im hier vorgestellten Projekt geht es nicht um eine Erfassung willkürlich ausgewählter Einzelemotionen, wie Freude, Trauer oder Langeweile, sondern um das Wohlbefinden von Jugendlichen in der Schule. Wohlbefinden (vgl. Becker) resultiert aus den subjektiven und wertenden Wahrnehmungen und Gefühlen einer Person in Bezug auf ein bestimmtes Umfeld, z. B. der Schule. So kann sich beispielsweise ein Mädchen in seiner Schule unwohl fühlen, weil sie sich den Anforderungen dieser Schule nicht gewachsen fühlt..., weil sie weniger Freundinnen hat, als sie gerne hätte..., weil ein persönlicher Kontakt zu den Lehrpersonen, der ihr sehr wichtig ist, nur bedingt möglich ist usw. Andererseits kann sich eine Schülerin wohl fühlen, weil sie das soziale Klima in der Schule als angenehm empfindet..., weil die Schule ihr Möglichkeiten zur Entfaltung ihrer Fähigkeiten bietet..., weil sie sich freut, mit den anderen Schülern und Schülerinnen aus ihrer Klasse zusammen zu sein..., weil sie den Unterricht als sinnvoll empfindet usw.

In psychologischen Begriffen gesprochen kann Wohlbefinden (vgl. im Überblick Abele, Becker) durch das Vorhandensein von Zufriedenheit bei gleichzeitiger Abwesenheit von negativer Befindlichkeit beschrieben werden. Richtig wohl fühlen in der Schule kann sich eine Jugendliche also nur, wenn sie wenig Grund zu Sorge, Angst und Kummer hat und zugleich in seiner Schule zufrieden ist. Das gilt sowohl für schulisches als auch für allgemeines Wohlbefinden (vgl. Grob et al.). Schulisches Wohlbefinden ist hier als ein umfassendes zeitlich relativ stabiles Konstrukt zu verstehen. Es ist keine momentane Empfindung, die sich innerhalb weniger Stunden oder Tage verändert. Vielmehr reflektiert es ein Gesamtbild von emotionalen und kognitiven Erfahrungen in der Schule über einen längeren Zeitraum.

---

## Ziele der Studie

Bei der Untersuchung des Wohlbefindens der Jugendlichen sollten folgende Fragen geklärt werden:

- Fühlen sich die Jugendlichen in ihrer Schule wohl?
- Womit hängt ihr Wohlbefinden zusammen, z. B. gibt es Zusammenhänge zum Selbstwertgefühl der Schüler und Schülerinnen, zu ihren Schulleistungen, zum Unterrichtsklima, zur Gewalt in der Schule)?
- Gibt es Unterschiede zwischen bestimmten Schüler- und Schülerinnen-Gruppen (z. B. Mädchen – Jungen, verschiedene Schuljahrgänge, verschiedene Leistungsniveaus)?

Ziel des Projekts war folglich, das Wohlbefinden der Jugendlichen zu erfassen und Erklärungen für die Entstehung des Wohlbefindens zu gewinnen. Dabei wurden sowohl personale Faktoren (z. B. die Motivation der Schüler und Schülerinnen, ihre schulischen Leistungen) als auch Aspekte der Schulumwelt (wie z. B. die Kontakte zu den Mitschülern und -schülerinnen und Lehrpersonen, das Klima in der Klasse während des Unterrichts und in den Pausen) erhoben. In Absprache mit der Schulleitung wurden folgende Themen ausgewählt:

- Momentane Befindlichkeit
- Wohlbefinden in der Schule
- Angst und Unsicherheit im Unterricht und in der Schule
- Gefühle beim Wechsel ins Oberstufenzentrum
- Gedanken und Gefühle beim Niveauwechsel<sup>2</sup>
- Soziale Integration in der Klasse und Diskriminierung von Mitschülern und -schülerinnen
- Sozialklima in den Schulpausen und in der Schulklasse
- Soziales Selbstkonzept in Bezug auf Lehrpersonen und Mitschüler und -schülerinnen
- Aktueller Leistungsstand,<sup>3</sup> subjektive Leistungszufriedenheit und Selbstwirksamkeit bzgl. kognitiver Anforderungen in der Schule
- Zukunftsperspektiven, Motivation und Schuleinsatz
- Gewalt und Diebstahl in der Schule
- Konsum von Alkohol, Zigaretten und anderen Drogen

Die Aussagen und Fragen zu diesen Bereichen wurden thematisch geordnet und in einem Fragebogen zusammengefasst. Die Schüler und Schülerinnen sollten angeben, welchen Items sie zustimmen, welche sie ablehnen, sowie die Stärke ihrer Zustimmung und Ablehnung bzw. die Häufigkeit auf einer sechsstufigen Skala (z. B. 1 = trifft nicht zu, 6 = trifft sehr zu) einschätzen.

---

### **Der Fragebogen zum Wohlbefinden**

Die Formulierung der Items soll am Beispiel der Fragen zum Wohlbefinden (insgesamt 34 Fragen, gegliedert in 6 Fragenblöcke, sog. Skalen) zur Zufriedenheit und Abwesenheit von negativer Befindlichkeit in der Schule illustriert werden:

**Tabelle 1:** Skalen und Indikatoren des Wohlbefindens

<i>Zufriedenheit</i>	
Skala	Beispiel
Positive Einstellung zur Schule	«Die Schule scheint mir sinnvoll.»
Schulischer Selbstwert	«Ich bin fähig, Dinge ebenso gut zu tun, wie die meisten anderen Mitschüler und -schülerinnen.»
Freude in der Schule	«Kam es in den vergangenen paar Wochen vor, dass du dich über eine erfolgreiche Probe freutest?»
<i>Negative Befindlichkeit</i>	
Skala	Beispiel
Körperliche Beschwerden	«Kam es in den letzten paar Wochen vor, dass dich vor dem Unterricht Herzklopfen plagte?»
Soziale Probleme in der Schule	«Kam es in den vergangenen paar Wochen vor, dass du dich in deiner Klasse als Aussenseiter oder als Aussenseiterin fühltest?»

---

## Die Befragung

Anfang November 1998 wurden alle anwesenden Schülerinnen und Schüler eines Oberstufenzentrums im Kanton Bern (über 400 Schüler und Schülerinnen, etwa gleich viele Jungen und Mädchen) klassenweise befragt. Das Beantworten der Fragebögen (in fünf Teilen) dauerte zwischen ein und zwei Lektionen, je nach Lesegeschwindigkeit der Schüler und Schülerinnen. Die Mitarbeit der Jugendlichen war meist sehr gut. Diejenigen Schüler und Schülerinnen, deren Sprachkompetenz in Deutsch sehr gering war, nahmen nicht an der Befragung teil oder füllten nur Teilbereiche des Fragebogens aus.

---

## Ergebnisse

Im Folgenden werden einige Ergebnisse aus den oben genannten Bereichen ausgewählt. Der Schwerpunkt liegt dabei auf den emotionalen Aspekten von Schule und Unterricht und den statistisch signifikanten Unterschieden zwischen einzelnen Gruppen.

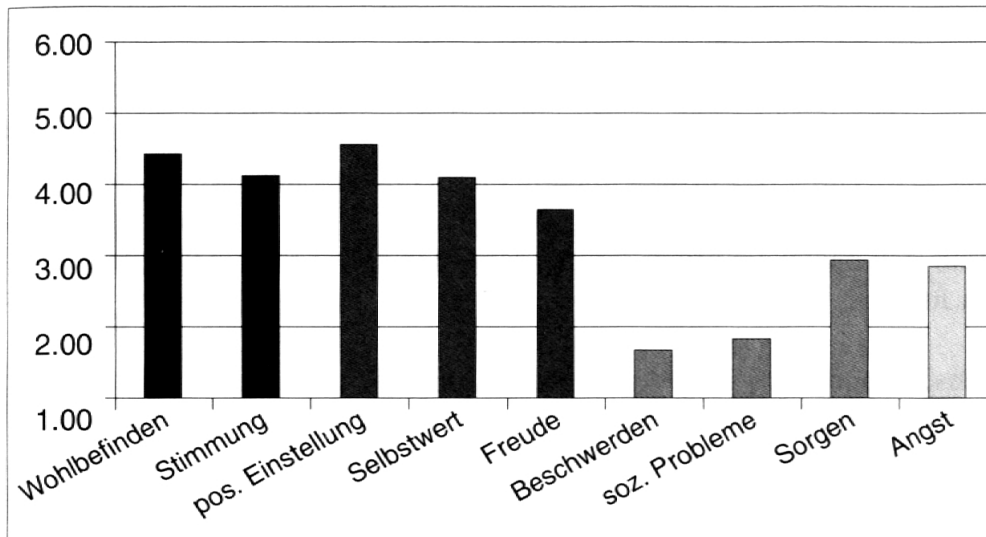
---

### Die Schule – ein Ort zum Wohlfühlen?

Das *Wohlbefinden in der Schule* (Kombination der oben genannten sechs Skalen) erreicht auf einer sechsstufigen Skala (1 = Minimum, 6 = Maximum) einen Mittelwert von  $M = 4.50$  ( $SD = .57$ ) bei einer Tagesstimmung von  $M = 4.24$  ( $SD = .77$ ). Diese Werte können als zufriedenstellend bezeichnet werden und entsprechen in etwa den Ergebnissen aus Befragungen an anderen Schulen bzw. Schulklassen mit den gleichen Fragebögen (z. B. Hascher et al.). Ein Blick auf die einzelnen Skalen (vgl. Abb. 1) zeigt: Die Skalen *schulischer Selbstwert* ( $M = 4.22$ ,  $SD = .91$ ) und *positive Einstellungen zur Schule* ( $M = 4.56$ ,  $SD = .78$ ) erreichen gute Werte. Zudem haben die Jugendlichen sehr wenige *körperliche Beschwerden wegen der Schule* ( $M = 1.63$ ,  $SD = .79$ ) und kaum *soziale Probleme in der Schule* ( $M = 1.85$ ,  $SD = .92$ ). Allerdings machen sich etliche Jugendliche *Sorgen wegen der Schule* ( $M = 2.94$ ,  $SD = 1.05$ ) und haben wenig Anlass zur *Freude in der Schule* ( $M = 3.63$ ,  $SD = .90$ ).

*Man kann sagen, dass sich die Schüler in ihrer Schule recht wohl fühlen.*

Man kann also sagen, dass sich die Schüler und Schülerinnen in ihrer Schule recht wohl fühlen. Der günstige Wert für die körperliche Befindlichkeit ist sehr positiv, aber nicht überraschend. In verschiedenen Untersuchungen zeigte sich, dass Jugendliche nur leichte bzw. wenige physische Beschwerden aufweisen (z. B. Grob et al.). Auch konnte man feststellen, dass selbst bei geringem schulischen Selbstwert und bei schulischem Misserfolg somatische Auffälligkeiten eher selten auftreten (Fend). Dies bedeutet jedoch zugleich, dass körperliche Beschwerden im Einzelfall sehr ernst zu nehmen sind.



**Abbildung 1:** Wohlbefinden und Angst der Schüler und Schülerinnen – Mittelwerte der Gesamtstichprobe.

Es gibt jedoch einzelne Bereiche, die verbesserungswürdig sind. Offensichtlich bietet der Schulalltag den Jugendlichen eher wenige Möglichkeiten, sich zu freuen. Bedenkt man, dass Freude und Spass eine wichtige emotionale Triebfeder für die Bewältigung der schulischen Anforderungen sein können, so scheint hier eine wesentliche Motivationsquelle ungenützt zu sein. Schule kann und muss nicht immer Spass machen, aber die Freude über eine gelungene Arbeit und die Wertschätzung der eigenen Person sollte keiner Schülerin und keinem Schüler vorenthalten werden.

*Offensichtlich bietet der Schulalltag wenige Möglichkeiten, sich zu freuen.*

### Die Schule – ein Ort der Angst?

Wie bereits erwähnt, wurde Schulangst in den vergangenen Jahren stark erforscht. So konnte auf einen standardisierten, international erprobten Fragebogen zurückgegriffen werden, um die Angst der Jugendlichen zu erfassen (Jacobs, Strittmatter). Der Fragebogen besteht aus 14 Aussagen zu Angstsituationen in Unterrichts- und Prüfungssituationen, z.B. «Wenn jemand an die Tafel gehen soll, denke ich: hoffentlich nimmt die Lehrkraft nicht mich dran»; «Schon wenn Probeblätter verteilt werden, bekomme ich Herzklopfen»; oder «Ich glaube, ich könnte in der Schule besser sein, wenn ich nicht so viel Angst hätte». Der Mittelwert der Schüler und Schülerinnen (vgl. Abb. 1) liegt bei  $M = 2.91$  ( $SD = 1.09$ ; zur Erinnerung: keine Angst = 1, starke Angst = 6). Ein genauerer Blick auf dieses Resultat zeigt, dass die Mehrzahl der Jugendlichen keine bzw. kaum Angst hat (70% der Jugendlichen haben einen Wert unter  $M = 3.5$ ), aber immerhin 30% von Schulangst geplagt werden. Unter Letzteren befanden sich zudem einige Kinder (insgesamt 8% aller Schüler und Schülerinnen), die als hochängstlich (Angstwert  $M = 4.5$  und höher) eingestuft werden müssen.

---

## Haben Mädchen und Jungen ein unterschiedliches Wohlbefinden?

Mädchen sind auch in der Sekundarschule weniger verhaltensauffällig und zeigen weniger Aggressionen als Jungen (z. B. Olweus). Sie haben eine etwas höhere Zufriedenheit in der Schule als Jungen, aber andererseits mehr Schulangst und psychovegetative Beschwerden (Eder). Es stellt sich daher die Frage, ob sich Mädchen in der Schule wohler fühlen als Jungen.

Diese Frage muss in der vorliegenden Studie mit «Nein» beantwortet werden. Einerseits zeigen sich insgesamt nur wenige statistisch nachweisbare geschlechtsspezifische Unterschiede. Wenn sich Unterschiede zeigen, dann zugunsten der Jungen. So haben Jungen ( $M=4.32$ ,  $SD=.88$ ) im Vergleich zu den Mädchen ( $M=4.13$ ,  $SD=.94$ ) ein grösseres Selbstwertgefühl bezüglich der Schule. Schüler ( $M=2.82$ ,  $SD=1.03$ ) machen sich auch weniger Sorgen um die Schule als Schülerinnen ( $M=3.06$ ,  $SD=1.06$ ). Mädchen ( $M=1.77$ ,  $SD=.87$ ) dagegen haben mehr körperliche Beschwerden wegen der Schule als Jungen ( $M=1.48$ ,  $SD=.67$ ) und mehr Schulangst (Mädchen:  $M=3.12$ ,  $SD=1.13$ ) vs. Jungen:  $M=2.70$ ,  $SD=1.01$ ). Es muss folglich davon ausgegangen werden, dass sich die befragten Schüler wohler fühlen als die Schülerinnen.

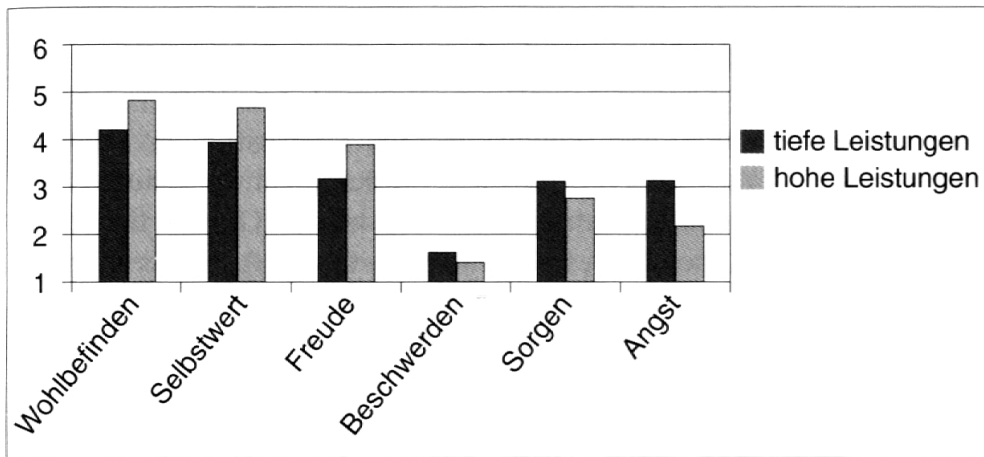
---

## Gibt es Unterschiede zwischen Schülern und Schülerinnen mit unterschiedlichen Noten?

Im Zusammenhang von Schulleistungen und Wohlbefinden muss von einer Wechselwirkung ausgegangen werden: Nicht nur das Wohlbefinden kann die Schulleistungen beeinflussen, auch die Schulleistungen wirken auf das Wohlbefinden.

Der Vergleich von drei Leistungsniveaus (tief–mittel–hoch) ergibt, dass Schülerinnen und Schüler mit mittleren und schlechteren Noten in emotionaler Hinsicht ungünstigere Werte aufweisen als Jugendliche mit (sehr) guten Noten (vgl. Abb. 2). Sie fühlen sich insgesamt weniger wohl in der Schule, haben einen geringeren schulischen Selbstwert und erleben weniger Freude in der Schule. Zudem machen sie sich mehr Sorgen um die Schule. Sie haben auch mehr Angst in der Schule. Statistisch relevant ist ausserdem der folgende Unterschied zwischen den Leistungsschwachen vs. leistungsstarken Jugendlichen: Schüler und Schülerinnen mit schlechteren Noten haben signifikant mehr körperliche Beschwerden (z. B. Schlafstörungen wegen der Schule) als Schüler und Schülerinnen mit sehr guten Noten. Ebenso wichtig wie die durch Noten erfassten Schulleistungen ist, wie sehr die Schülerinnen und Schüler subjektiv mit ihrer eigenen Schulleistung zufrieden sind. Es liegen Ergebnisse aus anderen Studien vor, bei denen die subjektive Leistungszufriedenheit sogar einen deutlich höheren Einfluss auf das Wohlbefinden hatte als das objektive Leistungsniveau (Fend). In der vorliegenden Studie besteht eine hohe Übereinstimmung zwischen dem Notendurchschnitt und der Zufriedenheit der Schüler und Schülerinnen.

*Schüler mit schlechteren Noten haben mehr körperliche Beschwerden.*



**Abbildung 2:** Unterschiede im Wohlbefinden in Zusammenhang mit der schulischen Leistung am Beispiel: Schüler und Schülerinnen mit tiefen vs. (sehr) hohen Leistungen.

### Unterscheidet sich das Wohlbefinden je nach Schulstufe?

Eder zeigt in einer repräsentativen Befragung von österreichischen Schüler und Schülerinnen, dass die Zufriedenheit in der Schule im Laufe der Schuljahre abnimmt und die Belastungen beim Übertritt in die Sekundarstufe I ansteigen. Diese Ergebnisse der Querschnitt-Studie sind unabhängig vom besuchten Schultyp. Für die Entwicklung der Schulfreude konnte ebenfalls eine Abnahme aufgezeigt werden (z.B. Fend). Die Frage nach Stufenunterschieden ist in einem Oberstufenzentrum besonders interessant, da die Schüler und Schülerinnen in der siebten Klasse neu im Schulhaus (grösstenteils auch neu im Ort) sind.

*Diese Ergebnisse sind unabhängig vom besuchten Schultyp.*

Vergleicht man nun die Wohlbefindens-Werte der Schüler und Schülerinnen unterschiedlicher Schulstufen, so finden sich drei unerwartete Ergebnisse:

- Die Werte der Jugendlichen in der 7. und 8. Klasse unterscheiden sich kaum.
- Schüler und Schülerinnen der 7. Klassen haben weniger Anlass zur Freude ( $M = 3.44$ ,  $SD = 1.02$ ) als Schüler und Schülerinnen der 9. Klassen ( $M = 3.86$ ,  $SD = 0.80$ ).
- Siebt- und Achtklässler (Bsp: 7. Klassen:  $M = 4.45$ ,  $SD = .83$ ) haben im Vergleich zu den Jugendlichen der 9. Klasse ( $M = 4.77$ ,  $SD = .70$ ) eine negativere Einstellung zur Schule, einen niedrigeren schulischen Selbstwert ( $M = 4.10$ ,  $SD = .94$  vs.  $M = 4.43$ ,  $SD = .92$ ) und sie fühlen sich insgesamt in der Schule weniger wohl ( $M = 4.42$ ,  $SD = .59$  vs.  $M = 4.64$ ,  $SD = .56$ ).

Es kann also nicht generell davon gesprochen werden, dass die 7. Klasse in dieser Stichprobe ein «kritisches Jahr» (Fend, S. 182) ist. Vielmehr scheinen die ungünstigen Werte auch noch ein Jahr nach Schuleintritt zu bestehen und sich erst in der 9. Klasse zu verringern.



---

## Gefühle beim Übertritt in die Schule und beim Niveauwechsel

### *Schulwechsel*

Wie erleben die Schüler und Schülerinnen den Übertritt in das Oberstufenzentrum? Ist dies eher ein negativer oder positiver Schritt? Der Wechsel in ein Oberstufenzentrum in einem anderen Ort, der damit verbundene Schulweg, die neuen Lehrkräfte, die neuen Anforderungen an das Lernen und die Leistung, neue Fächer ... all dies kann zu negativen Gefühlen führen. Deshalb wurden die Schülerinnen und Schüler zu ihren Gefühlen kurz vor und nach dem Schulwechsel befragt. Sie sollten retrospektiv beurteilen, ob dieser Wechsel eher mit Angst und ungunstigen Gefühlen oder eher mit positiven Emotionen verbunden war. Die Antworten der befragten Jugendlichen zeigen deutlich, dass der Schulwechsel überwiegend als positives Ereignis gesehen wird: 70% der Schüler und Schülerinnen waren der Meinung, dass dieser Wechsel keine negativen Emotionen in ihnen ausgelöst hatte. Einige Hinweise auf Hintergründe dieser positiven Erfahrungen lassen sich aus den spontanen Nennungen von knapp 40 Jugendlichen zur offenen Frage «Bevor ich an die Schule gekommen bin ...» bzw. «Nachdem ich einige Zeit an der Schule war ...» ableiten: Die meisten Antworten – sowohl bei negativen als auch bei den positiven Emotionen – beziehen sich auf die Veränderung bzw. Neuerungen innerhalb der sozialen Bezugsgruppe (z.B. «ich war froh, von dieser Klasse wegzukommen»; «ich freute mich auf neue Kollegen»; «ich habe mich schlecht gefühlt, wie ich meine beste Freundin nicht mehr so oft sehen werde»; «ich habe mich sehr schlecht gefühlt, weil ich Aussenseiterin war»). Soziale Kontakte in der Schule scheinen also eine zentrale Bedeutung für den Schulwechsel zu haben – und weniger Leistungsanforderungen, Lehrpersonen, Unterrichtszeiten usw.

*Soziale Kontakte scheinen eine zentrale Bedeutung für den Schulwechsel zu haben.*

### *Niveauwechsel*

22 Schülerinnen und Schüler wechselten im Verlauf des Schuljahres das Schulniveau in einzelnen Fächern. Unter ihnen sind 12 Jugendliche, die in einem Fach in höhere Leistungsansprüche wechselten (7 Schüler und Schülerinnen wechselten von einer Real- zur Sekundarschulklasse, 3 von der Sek. zur Spez.-Sek., 2 von der Kleinklasse zur Realschule). Zu ihren Gefühlen beim Wechsel befragt, äussert sich die überwiegende Mehrheit positiv (z.B. «Es bedeutete mir sehr viel, es ist eine gute Voraussetzung für die Zukunft»). Lediglich zwei negative Emotionen werden bei diesem Wechsel genannt («Es ist eine grosse Umstellung, wenn man immer alles wusste und jetzt muss man studieren»; «Wenn ich eine falsche Aussage machte, glaubte ich, dass die anderen denken, es sei klar, dass ich von der Realschule komme. Aber jetzt fühle ich mich richtig wohl und bin auch gleich gut wie die anderen»).

Zehn Schüler und Schülerinnen wechselten von der Sekundar- zur Realschule. Auch sie erlebten beim Wechsel fast ausschliesslich positive Gefühle (z.B. «Ich habe zwei Stunden am Tag nur Französisch gemacht, was ich lernen sollte, begriff ich einfach nicht, war total überfordert.

Mir ging es besser als ich in der Realklasse war, nicht nur in der Schule, auch zu Hause, konnte besser meine Hobby ausführen usw.»; «Ich bin erleichtert. Früher bekam ich vor dem Unterricht richtig Angst. Vom Stoff her ist es weniger fördernd, dafür gehe ich jetzt lieber in die Schule»; «Ich fühlte mich wohl, weil alle nett waren, weil sie dachten, ich bin besser in der Schule»). Diese Antworten dürfen als Indiz für die Richtigkeit der getroffenen Massnahmen – auch aus Sicht der Schülerinnen und Schüler – bewertet werden (vgl. auch Fend).

---

### **Fazit und Ausblick**

Das Wohlbefinden der Jugendlichen in der Schule ist sehr wichtig. Dies bestätigt sich in der vorliegenden Studie auch dadurch, dass es eng verknüpft ist mit weiteren emotionalen, kognitiven, sozialen und motivationalen Aspekten des Schullebens. Jugendliche mit niedrigem Wohlbefinden haben mehr Angst in der Schule, sie strengen sich für die Schule weniger an und sehen der Zukunft eher negativ entgegen. Sie misstrauen ihren Fähigkeiten im Umgang mit Mitschüler und -schülerinnen und Lehrpersonen und in Bezug auf die Leistungsanforderungen der Schule und sie erleben das Sozialklima als weniger angenehm.

Wohlbefinden in der Schule ist aber auch ein vielschichtiges Konstrukt. Einerseits müssen Schüler und Schülerinnen weitgehend frei von fachlichen Problemen, sozialen Sorgen und körperlichen Beschwerden sein. Andererseits sollten sie zugleich zufrieden in der Schule sein, d.h. eine positive Einstellung zur Schule haben, ein gutes schulisches Selbstwertgefühl aufweisen und auch Anlass zur Freude erhalten. Die Ergebnisse der hier vorgestellten Studie zeigen, dass die untersuchte Schule auf einem guten Weg ist, diesen Anspruch zu erfüllen. Sorgen und Beschwerden sind eher gering und viele Schüler und Schülerinnen haben ein gutes Selbstvertrauen und eine eher positive Einstellung zur Schule. Es zeigt sich aber auch, dass die Schule diesen Anspruch noch nicht ganz erfüllt, denn die Jugendlichen erleben eher wenig Freude in der Schule. Nur die leistungsstarken Schüler und Schülerinnen haben häufig Anlass zur Freude. Freude in der Schule sollte aber nicht nur mit der Leistung zusammenhängen, sondern z.B. auch mit Erfahrungen im Unterricht verbunden sein, in der Auseinandersetzung mit Inhalten erlebt werden und im Umgang mit Mitschülern und -schülerinnen und Lehrpersonen entstehen. Die Studie macht auch deutlich, dass etliche Jugendliche grosse Angst vor der Schule haben. Das Schaffen einer angstfreien Atmosphäre durch individuelle Förderung, z.B. durch Transparenz von Prüfungsanforderungen, durch die Trennung von Lern- und Leistungssituationen wird ein weiteres Ziel dieser Schule sein.

*Nur die leistungsstarken Schüler haben häufig Anlass zur Freude.*

Es muss in Zukunft ein pädagogisches Anliegen aller Schulen sein, Bedingungen für ein hohes Wohlbefinden in der Schule zu schaffen. Dies bedeutet nicht, dass Lehrkräfte ihre Schüler und Schülerinnen möglichst oft bei guter Laune halten sollen. Vielmehr ist damit gemeint, dass Schüler und Schülerinnen z. B. Freude an Lerninhalten, -situationen und -prozessen entwickeln können, Anlass zu Zufriedenheit bei entspre-

chende Leistungen erhalten und dass keine unberechtigten Sorgen aufkommen sollen. Das Wohlbefinden ist nicht schnell veränderbar, sondern kann nur durch langfristige Massnahmen gefördert werden. Diese Massnahmen können auf allen Ebenen des Schulalltags, z.B. Unterricht und unterrichtfreie Zeit, kognitive und emotionale Aspekte, Interaktionen zwischen Schüler und Schülerinnen und Lehrpersonen und unter den Jugendlichen ansetzen. Wünschenswert ist dabei nicht eine globale, sondern eine gezielte und differenzierte Förderung der jeweiligen Aspekte

---

## Literatur

- A. Abele, P. Becker (Hrsg.), *Wohlbefinden*, Weinheim, München: Juventa 1991
- P. Becker, Theoretische Grundlagen, in: A. Abele, P. Becker (Hrsg.), *Wohlbefinden*, S. 13–49, Weinheim, München: Juventa 1991
- M. Bleicher, M. Fix, S. Fuss, M. Gläser-Zikuda, M. Laukemann, P. Mayring, H. Melenk, C. von Rhöneck, Einfluss emotionaler Faktoren auf das Lernen in den Fächern Physik und Deutsch – erste Ergebnisse aus dem Forschungsprojekt, Pädagogische Hochschule Ludwigsburg: Forschungsbericht Nr. 1, 1999
- F. Eder (Hrsg.), *Das Befinden von Kindern und Jugendlichen*, Innsbruck, Wien: StudienVerlag 1995
- H. Fend, *Der Umgang mit Schule in der Adoleszenz*, Bern u. a.: Huber 1997
- A. Grob, R. Lüthi, F. G. Kaiser, A. Flammer, A. Mackinnon, A. J. Wearing, Berner Fragebogen zum Wohlbefinden Jugendlicher (BFW), *Diagnostica*, 37 (1), 66–75, 1991
- T. Hascher, K. Lobsang, T. Bieri, Wie steht es um das Wohlbefinden von Jugendlichen? in: *forum fortbildung*, 3, 18–19, 1997
- B. Jacobs, P. Strittmatter, *Der schulängstliche Schüler*, München u. a.: Urban und Schwarzenberg 1979
- D. Olweus, *Gewalt in der Schule*, Bern u. a.: Huber 1962
- R. Pekrun, Schüleremotionen und ihre Förderung. Ein blinder Fleck der Unterrichtsforschung, *Psychologie in Erziehung und Unterricht*, 44, 230–248, 1998
- S. B. Sarason, K. S. Davidson, F. F. Lighthall, R. R. Waite, B. K. Ruebush, *Angst bei Schulkindern*, Stuttgart: Klett 1971

---

## Anmerkungen

- <sup>1</sup> An dieser Stelle möchten wir den beteiligten Schülern und Schülerinnen und Lehrkräften sowie den Mitarbeiter der Forschungsstelle herzlich danken.
- <sup>2</sup> Diese Fragen richteten sich nur an diejenigen 22 Schülerinnen und Schüler, welche im Verlauf des Schuljahres das Schulniveau in einzelnen Fächern gewechselt hatten (z. B. im Französischunterricht von einer Real- zu einer Sekundarklasse).
- <sup>3</sup> Die Noten der Schüler und Schülerinnen in den drei Hauptfächern Deutsch, Französisch und Mathematik wurden in anonymisierter Form von den Klassenlehrpersonen zur Auswertung weitergeleitet.