

Individuelle Handlungskompetenz im Sinne von Lebenskompetenz

Sabine Zubrägel, Anja Schindhelm, Cornelia Schuricht, Antje Finke (2014)

Individuelle Handlungskompetenz im Sinne von Lebenskompetenz ist die Bereitschaft und Fähigkeit des Einzelnen, Kompetenzen bezogen auf Entwicklungsanforderungen in den Themenfeldern situationsangepasst zu generieren, sich dabei individuell und sozial verantwortlich zu verhalten und eigene Handlungen sowie die Anderer sachgerecht zu beurteilen und kritisch zu reflektieren.

Sie ermöglicht es Kindern und auch Erwachsenen somit, sich Lebenskompetenzen in unterschiedlichen sozialen Konstellationen und mit unterschiedlichen Motiven zu eigen zu machen und die entsprechenden Lern- und Erfahrungsräume für sich selbst und für andere sinnstiftend zu gestalten (vgl. Finke & Zubrägel 2012).

Themenfelder und Inhaltsbereiche des Sächsischen Curriculums für Lebenskompetenz:

THEMENFELDER	INHALTSBEREICHE
Physisches und Psychisches Wohlbefinden	<ul style="list-style-type: none">- Risiko- und Schutzfaktoren- Körper und Individuum- Psyche und Individuum- Gesellschaft und physisches und psychisches Wohlbefinden
Suchtprävention	<ul style="list-style-type: none">- Prävention von stoffgebundenem Missbrauch- Prävention von stoffungebundenem Missbrauch
Gewaltprävention	<ul style="list-style-type: none">- Risiko- und Schutzfaktoren- Bullying/Mobbing- Prävention von Gewalt- Gewalt und Gesellschaft- Sexualisierte Gewalt
Sexuelle Gesundheit	<ul style="list-style-type: none">- Sexuelle Entwicklung- Sexualität und Liebe- Sexualität und Familienplanung- Sexualität und Gesundheit- Sexualität und Gesellschaft
Soziales Lernen	<ul style="list-style-type: none">- Partizipation und Verantwortungsübernahme- Konfliktkultur- Gesellschaft/Gemeinschaft und Individuum- Kommunikation und Individuum
Medienbildung	<ul style="list-style-type: none">- Medienkritik- Mediennutzung

Die Annäherung an Individuelle Handlungskompetenz im Sinne von Lebenskompetenz als zentrale Zielgröße setzt ein ganzheitliches Zielverständnis voraus.

Dies impliziert gesundheitsbezogene Selbst-, Sach- und Sozialkompetenz als auch pädagogische Perspektiven und Bildungsziele zu betrachten. Bezug nehmend auf Roth (1971) sowie den Core Life-Skills der WHO (1994) untersetzen die Autorinnen Individuelle Handlungskompetenz im Handlungsfeld Lebenskompetenz wie folgt:

Gesundheitsbezogene Selbstkompetenz umfasst im Wesentlichen Kompetenzen bezüglich:

- der achtsamen Selbstwahrnehmung (Selbstbild, Körperbild, Eigen-Sinn, Gefühl für den eigenen Lebenszusammenhang bzw. das Kohärenzgefühl),
- eines konstruktiven Umgangs mit Stress, Enttäuschungen und negativen Emotionen sowie
- Selbstbewusstsein (Identität) und innerer Standfestigkeit (eigenes Wertesystem), um in einer komplexen Welt mit heterogenen Werten und Normen eigene Positionen für ein selbst- und mitverantwortliches Handeln zu finden.

Gesundheitsbezogene Sozialkompetenz umfasst im Wesentlichen Kompetenzen bezüglich:

- der Fremdwahrnehmung (Empathie und Wertschätzung),
- der Kommunikation (verbal und non-verbal, Dialoge, Streitkultur) und
- Freundschaften, Beziehungen, Partnerschaften, um erfolgreich und kompromissfähig in homogenen (Peergroups) und heterogenen Gruppen (Gender, Generationen, Kulturen) zu handeln.

Gesundheitsbezogene Sachkompetenz umfasst im Wesentlichen Kompetenzen bezüglich:

- des Kennens von Gesundheit und Salutogenese sowie von Krankheit und Pathogenese im Wechselspiel von Lebensweisen und Lebensbedingungen,
- des Kennens und Verständnisses von Therapieformen (u.a. Schulmedizin, alternative Heilformen), um in einer komplexen Wissensgesellschaft sachbezogen zu urteilen und zu handeln,
- des Kennens und Anwendens von Lern- und Arbeitsmethoden sowie Lern- und Arbeitstechniken (Kreativitätstechniken, Konfliktlösungsmodelle),
- des Kennens und Nutzens von Unterstützungsstellen und -diensten zur Bewältigung von individuellen Lebensfragen.

Die Lebenskompetenzen wurden erstmalig durch die WHO (1994) mit Kernkompetenzen (Core Life-Skills) unterlegt und sind elementare Kriterien der Lebenskompetenzförderung. Diese wurden als pädagogische Perspektiven und Bildungsziele der Lebenskompetenz für das Sächsische Curriculum für Lebenskompetenz erschlossen.

Literatur:

Finke, A. & Zubrägel, S. (2012). Individuelle Handlungskompetenz in und durch Bewegung, Spiel und Sport. Dresden: LSJ Sachsen. [Elektronische Version] Zugriff am 12.06.2012
www.sasj.de/bewegungsportal/downloads/Handlungskompetenz_in_und_durch_BSS_LSJ2012.pdf

Roth, H. (1971). Pädagogische Anthropologie. Band 2. Hannover.

World Health Organization (WHO) (1994). Life skills education in schools. Genf: WHO.