

SELBSTREGULATION

evido-Podcast: Selbstregulation verstehen – mit Ulrich Trautwein und Florian Nuxoll

Was die Forschung über Selbstregulation weiß und warum sie nicht nur für das Lernen eine Superpower ist.

02. APRIL 2026

ULRICH TRAUTWEIN

FLORIAN NUXOLL

LESEZEIT: 1 MINUTEN

Selbstregulation gilt in der Bildungsforschung als eine der zentralen Voraussetzungen für erfolgreiches Lernen. Doch was genau bedeutet Selbstregulation eigentlich? Und welche empirischen Befunde gibt es dazu?

In dieser Folge des *evido-Podcasts - Bildung entscheidet* sprechen Bildungsforscher Prof. Dr. Ulrich Trautwein und Florian Nuxoll, Lehrer und wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Universität Tübingen, über Grundlagen, Forschung und Praxis einer Kompetenz, die für Lernen und Entwicklung entscheidend ist - und zeigen dabei, welche Bedeutung sie für Schule, Unterricht und individuelles Wachstum hat.

Im *evido-Podcast* geht es um die zentralen Hebel für gutes Lernen - für Kita, Schule und die Bildungspolitik von morgen.

Zur Person

Ulrich Trautwein ist Professor für Empirische Bildungsforschung an der Universität Tübingen, geschäftsführender Direktor des Hector-Instituts für Empirische Bildungsforschung, Co-Direktor des LEAD Graduate School & Research Network sowie Studiengangsleiter des Weiterbildungsstudiengangs „Schulmanagement und Leadership“ an der Universität Tübingen.

Zur Person

Florian Nuxoll ist Lehrer für Englisch und Gemeinschaftskunde an der Geschwister-Scholl-Schule in Tübingen. Außerdem ist er wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Universität Tübingen. Einmal im Monat spricht er im Podcast „Doppelstunde“ über die Chancen und Risiken der Digitalisierung in Schulen.