

## **KEIN TIPP Nr.9**

*für Lehrpersonen und andere Menschen*

*Gute Psychologen stellen Fragen und geben keine Tipps. Denn nur der Klient ist echter Experte seiner Lebensumstände. Und - viel wichtiger - wenn's nicht funktioniert, wird's auf den Tippgeber abgeschoben und man wird - Schwups - zum schlechten Psychologen.*

*Da aber IMMER ALLE und ZU ALLEM Tipps wollen, gebe ich in dieser Rubrik jeweils trotzdem sowas Ähnliches ab. Einiges hab ich aus Büchern, von Kollegen oder in den letzten 20 Jahren meinen Klienten abgeschaut, Anderes selbst erdacht und - mitunter erfolglos - eingesetzt. Drum denken Sie dran: Dies ist KEIN Tipp! Setzen Sie ihn NICHT um! ..... heute zum Thema:*

### **Feedforward - statt -back**

Welche Botschaft bevorzugst Du?

«Da Du eine schlechte Selbstbeobachtungsfähigkeit hast und zudem nur ungenau beurteilen kannst, worauf es ankommt, gebe ich – da ich das besser kann – Dir eine Rückmeldung darüber, was Du gemäss meinen objektiven Kriterien gut oder weniger gut gemacht hast.»

Oder: «Da ich Dir vertraue, dass Du weisst was gut ist und es eigentlich gut machen willst, erinnere ich Dich, kurz bevor es darauf ankommt, nochmals an Deinen Plan, oder helfe zu überlegen, welche kritischen Momente auftreten können und was für Handlungsalternativen Du dann haben wirst.»

Also: Such Dir zwei, drei Merksätze oder Ideen aus dem folgenden Text, die Dich 'gluschtig' machen, in den nächsten Tagen auszuprobieren.

Feedback ist Teil jedes pädagogischen Alltags, ist Teil unserer DNA. Eltern wollen Kinder von ihrer Erfahrung und Beobachtung profitieren lassen und im Schulkontext ist Notengebung ja auch gesetzliche Pflicht. Heute ist Kritik nicht mehr so beliebt. Vor allem seit wir wissen, dass Lob mehr nützt und Nörgeln gar das Gegenteil bewirkt.

Wenn Kritik uns trifft, können wir leicht verletzt sein, statt offen für etwas Neues. Wir teilen deshalb auch ungerne aus, wollen ja niemanden fertigmachen, verpacken eine kleine Sauerkirsche lieber in einer Wolke von unechter Zuckerwatte und sind dann erstaunt, wenn es nicht verstanden wurde. Und ausschliessliches Loben ist auch kein Rezept: «Super, dass du ihm nur einen und nicht zwei Zähne rausgeschlagen hast.»

Wir brauchen also unbedingt ein Instrument, das unser binäres positiv-negativ-Repertoire ergänzt.

#### **Feedforward! Wie Du's machst und was es macht: Es kann...**

**... Lösungen aufzeigen.** Sag: *'So geht es besser.'* Das sagt auch: *'Du hast wohl selbst festgestellt, dass es nicht gut war, aber ich will dir die Scham, daran erinnert zu werden, ersparen.'* Denn lernpsychologisch kann eine detaillierte Beschreibung der Fehler auch dazu führen, dass die Fehler nur noch besser ins Gedächtnis eingebrannt werden.

**... Varianten eröffnen.** Sag: *'Du könntest dies oder jenes machen.'* Dadurch sagst du auch: *'Mehrere Wege führen nach Rom und du bist kompetent, den für dich besten auszuwählen.'* Wahlmöglichkeiten sind ein erstes Element von Selbstbestimmung, was Widerstand verringern kann.

... **Grautöne aufdecken.** Sag: *‘Und wenn du deine Taktik nur wenig anpassen würdest?’* Das bedeutet auch: *‘Schütte das Kind nicht mit dem Bade aus, nicht alles was du machst ist schlecht, auch schrittweise Veränderungen führen zum Ziel.’* Das hilft, wenn jemand kaum Neues erlernen kann. Oder will ... dann relativiert es: *‘Du kannst Prinzipien haben und trotzdem flexibel sein.’*

... **Lösungen erfragen.** Sag: *‘Was könntest du in Zukunft anders machen?’* Mit Fragen sagst Du: *‘Du hast selbst Lösungen bereit.’* Selbst entwickelte Ideen weisen einen noch höheren Selbstbestimmungswert auf. Sie werden eher umgesetzt als fremd bestimmte.

... **schnell wirken.** Sag: *‘Beim nächsten Mal, ...’* Damit sagst Du auch: *‘Die Zukunft beginnt jetzt. Du kannst es subito erreichen, schon morgen.’* Es zwingt uns auch, ein realistisches Teilziel herauszuschälen.

... **Gutes verbessern.** Sag: *‘Das war gut, und ...’* statt: *‘Das war gut, aber ...’*. Weist man auf die Zukunft, *‘... und so könnte es noch besser werden’*, werden positive wie negative Vorfälle statt im unveränderbaren Gestern qualifiziert, für ein entwicklungsorientiertes Morgen nutzbar gemacht.

... **Stolpersteine vorwegnehmen.** Sag: *‘Wenn das oder das passiert, dann ...’* Damit anerkannt Du: *‘Ich weiss, dass das Leben schwierig werden kann, aber du bist nicht ausgeliefert, du kannst dich vorbereiten.’* Sicherheit reduziert Stress und verringert so die Gefahr von Überreaktionen.

... **Zuversicht schaffen.** Sag: *‘Ich traue dir zu, dass ...’* Das bedeutet: *‘Glaube an dich!’* Denn Kopf hoch ist die halbe Miete. Mit hängenden Schultern werden selten Weltrekorde aufgestellt.

... **Scheitern erlauben.** Sag: *‘Probier doch mal ...’* Das heisst: *‘Ich werde es dir nicht übelnehmen, wenn es misslingt. Aus Fehlern kannst du lernen.’* Denn wer nie scheitert, hat nie was Schwieriges probiert. Ich lerne nur, indem ich etwas mache, was ich noch nicht kann.

... **Erfolge nutzen.** Sag: *‘Wenn du dein Verhalten in Situation X auch in Situation Y zeigen würdest, ...’* Oder: *‘Kannst du X auch häufiger?’* Das zeigt, dass ich Positives an dir wahrnehme. Gleichzeitig ist es einfacher, was man schon beherrscht auf andere Situationen anzupassen, als völlig Neues zu erlernen.

... **Erfolg erspüren.** Sag: *‘Stell dir vor, wie es sich anfühlt, wenn du das geschafft hast.’* Das sagt auch: *‘Ich wünsche es nicht für mich, sondern für dich. Es soll dein Erfolg sein, nicht mein Sieg über dich.’* Nebenbei haben Erfolgsgedanken auch einen hypnotischen Effekt. Sie erhöhen die Handlungsbereitschaft.

... **Gedanken anregen.** Sag: *‘Was wäre, wenn ...’*. Damit sagst du auch: *‘Dinge können sich verändern, Träume wahr werden.’* Und deren Chancen steigt, wenn man sie benennt. Der Weg von Kopf und Herz zur Hand ist lang. Der Weg vom Mund zur Hand ist kurz.

Für alle, die, bevor sie in die Umsetzung gehen, zuerst eine Selbsterfahrung in Feedforward einbauen möchten, gibt es eine Business-Coaching-Übung, die man leicht auch in Familie, Freundeskreis, Team und Schulklasse ausprobieren kann: Nimm Dir ein Verhalten vor, das Du an Dir verändern möchtest. Geh auf eine andere Person zu und sag: *‘Ich möchte ... z.B. mich seltener aufregen, besser zuhören können, weniger gamen, länger Zähneputzen, ...’* oder sonst etwas mehr oder weniger Wichtiges. Hör dir ein, zwei Vorschläge Deines Gegenübers an, mach Dir vielleicht Notizen aber bewerte nichts. Sag einfach *‘Herzlichen Dank! Und was möchtest du verändern?’* Innerhalb von 10 Minuten können so 10 Vorschläge, 10 neue Blickwinkel zusammenkommen. Und das Schöne daran: Ich kann, aber muss nichts umsetzen, ... genauso wie beim KEIN-Tipp.

Übrigens: Feedback wird und soll nicht ganz verschwinden. Ein Blick zu je einem Drittel auf Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft dürfte wohl sinnvoll sein: *‘Was habe ich gemacht? Was denke und fühle ich? Und was werde ich tun?’* Denn ich will nicht nur wissen, wer ich war und bin, sondern auch wer ich werde – oder zumindest werden kann.

Lothar Steinke, SPD Rothenburg

In: vipp Schulpsychologie-Newsletter auf [www.vipp.ch](http://www.vipp.ch)