Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 2 (2000)
Heft: 2

Artikel: "Spieglein, Spieglein an der Wand..."
Autor: Gautschi, Roland / Weidkuhn, Christian
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-992153

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 12.07.2025

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

«Spieglein, Spieglein an der Wand...»

Wenn wir am Morgen im Spiegel den Scheitel links ausrichten, wissen wir im Grunde, dass er eigentlich rechts ist. Wollen wir den Scheitel jedoch auch rechts, dort, wo ihn die anderen, Freunde, Bekannte und Schülerinnen und Schüler sehen? Denken wir an die anderen, während wir in den Spiegel schauen?

Roland Gautschi

In einem Interview mit Christian Weidkuhn, Turn- und Sportlehrer und Psychologe, der heute als pädagogischer Mitarbeiter des Schulamtes von Liechtenstein und als selbständiger Betriebspsychologe tätig ist und auf eine Unterrichtstätigkeit im Schulsport auf allen Stufen zurückblicken kann, versucht «mobile», dem Selbstbild–Fremdbild-Phänomen auf den Grund zu gehen. Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie Lehrkräften und J+S-Leiterinnen und -Leitern geholfen werden kann, wenn sie merken, dass der Spiegel nicht ausreicht, um das Bild zu überprüfen, das andere von der eigenen Person haben.

«mobile»: Wenn man sich als Sportlehrer oder -leiterin einmal auf einem Video unterrichten sieht, erschrickt man beim ersten Mal ziemlich stark. Die Person, die man als die eigene erkennt, erscheint fremd. Ist diese Reaktion der Normalfall?
Christian Weidkuhn: Diese Erfahrung ist etwas sehr Faszinierendes. Die meisten Leute haben wenig Gelegenheit, sich selber zu betrachten. Es passiert allen, dass sie zuerst erschrecken, wenn sie in den Spiegel schauen, der ja das Video ist. Man hat dann sozusagen ein Fremdbild vom eigenen Selbstbild. Nach einer solchen Erfahrung entsteht das Bestreben, diese Inkongruenz zwischen dem Fremdbild von sich auf dem Video und dem vorhandenen Selbstbild aufzuheben.

Man kann also nicht sagen, dass man ein falsches Selbstbild von sich hat.
Solange das Selbstbild in sich geschlossen ist, kann es nicht richtig oder falsch, gut oder schlecht sein, weil es nicht in Frage gestellt wird. Das Selbstbild ist schlicht die Summe der eigenen Wahrnehmungen über die eigene Person. Das Entscheidende ist nicht das Selbstbild oder das Fremdbild, das man von sich hat, sondern der Prozess, der zwischen den zwei Bildern in Gang gesetzt wird. Dieser wird erst dann gestartet, wenn sich die Chance ergibt, dass man sich wie im Beispiel mit Hilfe eines Videos betrachten kann und die schon erwähnte Inkongruenz zwischen Fremd- und Selbstbild deutlich wird.

Gibt es andere Möglichkeiten, sich gewissermassen «von aussen zu betrachten»?
Die Reaktionen der Kinder und Jugendlichen sind wohl die besten und ehrlichsten Rückmeldungen, die man über sich erfahren kann. Je jünger die Kinder sind, desto direkter sind die Rückmeldungen über den Unterricht und die eigene Person. Viele Sportunterrichtende neigen meines Erachtens ein bisschen dazu, solche Feedbacks nicht ernst zu nehmen. Es wäre jedoch wichtig, diese Rückmeldungen über das Bild, das andere von der eigenen Person haben, zu unterstützen.

Wie sehen solche bewusst inszenierte Rückmeldungsprozesse aus?
Möglich wäre zum Beispiel etwas wie eine moderierte Aussprachestunde. Die Sportunterrichtenden sagen, wie sie die Klasse sehen, wo sie die leitenden Figuren sehen, den schweigenden Haufen usw. Die Kinder machen das auch und sagen zum Beispiel, wie die Unterrichtenden «ankommen» usw. Die Voraussetzung, dass dies geschehen kann, ist jedoch Vertrauen zwischen diesen beiden Parteien. Das heisst, wenn die Klasse und die Unterrichtenden zerstritten sind, sollte man das nicht unbedingt machen, ausser vielleicht mit einer geleiteten Moderation. Dann können sich die beiden Parteien mit Hilfe eines externen Moderators aussprechen.

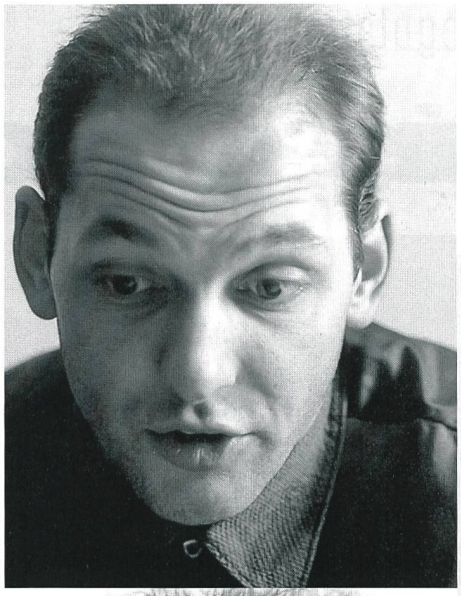
Wie sieht ein solches Gespräch mit einer Vertrauensperson aus?
Zuerst sollte es mich interessieren, was mein Gegenüber zu mir und meinen Handlungen sagt und wo Fragen auftauchen. Anschliessend sollte der Schwerpunkt im Gespräch darauf gelegt werden, welches die Unterschiede zwischen meiner Wahrnehmung und der des jeweiligen Beobachters sind. Das Bestreben wird dann sein, das Verhalten so anzupassen, dass es diesen beiden Wirklichkeiten gerecht wird. Das Prozesshafte ist das Entscheidende. Man muss die Reflexion aber zuerst zulassen.

«Routinierte Sportlehrerinnen und -leiter können sich als Beobachter fiktiv in die linke obere Ecke setzen und sich selber beobachten.»

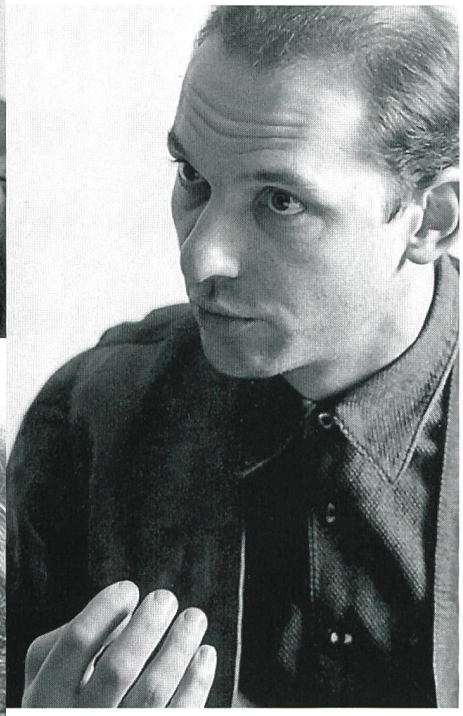
Welches sind Techniken, die einem erlauben, unmittelbar über sich und seine Handlungen nachzudenken?
Routinierte Sportlehrerinnen und -leiter können sich als Beobachter fiktiv in die linke obere Ecke setzen und sich selber beobachten. Dann hat man das Video sozusagen selber bei sich und versucht mit diesem «dritten» Auge, sich zu sehen, im Raum und im Verhältnis zu den Kindern. Der Selbstbild-Fremdbild-Adaptionsprozess ist so eigentlich dauernd im Gang. Dies ist nicht einfach, aber es ist sicher eine Fähigkeit, die mit der Routine kommt. Weiter kommen Supervision und Elemente des Team-Teaching in Frage.

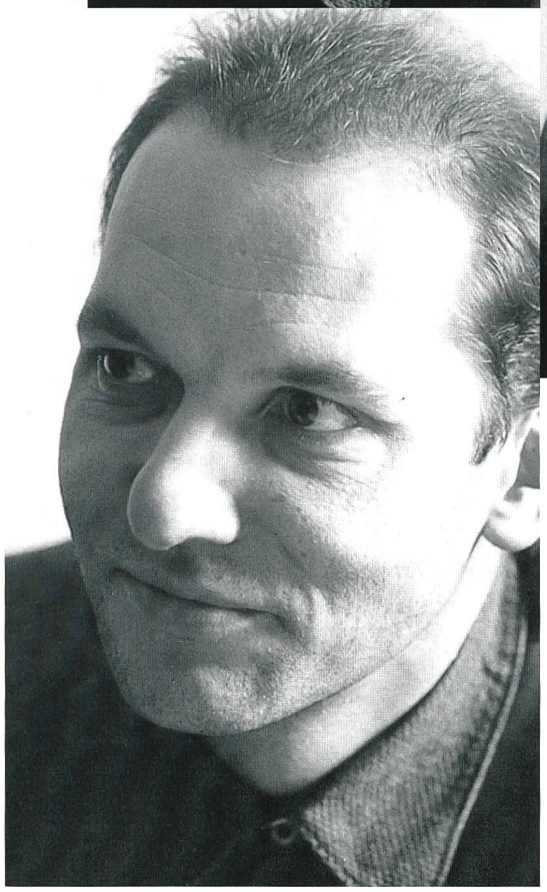
Was kennzeichnet Sportunterrichtende, bei denen sich das Selbstbild stark vom Fremdbild der Kinder unterscheidet.
Solche Lehrpersonen halten sich zum Beispiel für korrekt, fair, neutral, geschlechtsneutral, toll, jugendlich zuvor-

«Das Entscheidende ist nicht das Selbstbild oder das Fremdbild, das man von sich hat, sondern der Prozess, der zwischen den zwei Bildern in Gang gesetzt wird.»



Fotos: Gianlorenzo Ciccozzi





Christian Weidkuhn

«Ein Mensch, der offen, selbstsicher, kritikfähig ist und Spass versteht, ist ein Erlebnis für die Kinder und daher nachahmenswert.»

kommend usw. Aber die Resonanz der Kinder und Jugendlichen auf ihr Verhalten ist eine andere. Diese Personen machen von sich eine Ikone, die sie nicht sind. Diese Leute haben oft Mühe, mit Fragen und Bewertungen zum Unterricht oder Unterrichtsstil umzugehen, nehmen vieles persönlich und können oft nicht genügend unterscheiden zwischen objektiver Wahrheit und subjektiver Realität.

Was sollte bei einer Aussprache mit einer vertrauten Person im Vordergrund stehen?

Bei der Aussprache müssen sicher die bekannten Feedbackregeln beachtet werden. Das heisst: Die Beobachtungen sollten möglichst wertneutral und objektiv vorgebracht werden können. Die angesprochenen Unterrichtenden sollten die Diskussion unterstützen, indem sie einbringen, wo Übereinstimmungen, aber auch wo Diskrepanzen in der Wahrnehmung des Unterrichtsablaufes sind. Es kann ja auch sein, dass der oder die Unterrichtende sehr wohl weiss, dass etwas nicht richtig läuft. Dann kann man so vorgehen:

- Zuerst die Punkte bearbeiten, die dringend gelöst werden müssen.
- Man versucht zusammen Szenarien zu entwickeln, indem man aufschreibt, mit welchen Techniken gewisse Verhaltensweisen geändert werden sollen.
- Dann muss ein Zeitplan aufgestellt werden, der unbedingt auch den nächsten Zeitpunkt eines Unterrichtsbesuches oder Gesprächs beeinhaltet.

Hilfreich kann sein, wenn diese Person, die eine solche Veränderung im Sinn hat, von Stunde zu Stunde eine Art Tagebuch schreibt, worin festgehalten wird, ob die gesteckten Ziele erreicht wurden oder nicht.

Inwiefern ist es für Kinder und Jugendliche motivierend, wenn sie eine Sportlehrerin oder einen J+S-Leiter vor sich haben, die ein stimmiges Selbstbild von sich haben?

Ein Mensch, der offen, selbstsicher, kritikfähig ist und Spass versteht, ist ein Erlebnis für die Schüler und daher nachahmenswert. In keinem anderen Fach hat man die Möglichkeit, emotional so eng mit den Schülern in Kontakt zu treten. Man schreit vielleicht einander an, hat im Spiel Höhen und Tiefs, und das schafft eine Nähe, die in anderen Schulstunden nicht möglich ist. Diese Chance einer in sich gefestigten Person gilt es als Vorbildfunktion zu nutzen.

Weshalb sind vielleicht gerade Leute, die Sport in der Schule und im Sportverein unterrichten, anfälliger, ein Bild von sich zu kreieren, dem sie in Wirklichkeit gar nicht entsprechen?

Wer sich im Umfeld des Sportes bewegt, hat ein bisschen das Image, lässig und toll zu sein. Da kann der eine oder die andere etwas überrascht sein, wenn er oder sie merkt, dass man überhaupt nicht «ankommt», obwohl man sich lässig und toll gibt, die neusten Kleider und Schuhe trägt. Natürlich sind die äusserlichen Eindrücke wie Kleidung, Sprache, Grösse usw. die ersten, die wahrgenommen werden. Im Laufe der Zeit haben diese Attribute jedoch nur zweitrangige Bedeutung. Die Kinder interessieren sich immer mehr für das Handeln und Verhalten der Lehrperson. Dann zeigt es sich, ob jemand echt ist, oder nur eine Rolle zu spielen versucht. Man muss also weniger fragen: Was ist der perfekte Sportunterrichtende? Sondern: Was kommt da für eine Person, was für eine Kontinuität, Wandelbarkeit und Ehrlichkeit steckt hinter dieser Person? m