

Selbstwirksamkeit

"Motivation, Gefühle und Handlungen von Menschen resultieren in stärkerem Maße daraus, woran sie glauben oder wovon sie überzeugt sind, und weniger daraus, was objektiv der Fall ist." (Albert Bandura)

Aktualität der Thematik

Das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, der Glaube daran, etwas erreichen zu können – oder ganz einfach und umgangssprachlich: das Selbstvertrauen – ist für erfolgreiches Lernen von entscheidender Bedeutung. Es ist wichtiger als gewissermaßen objektive Voraussetzungen wie Vorwissen und Intelligenz. Mindestens legen aktuelle Untersuchungen diese Annahme nahe. Einer der bedeutendsten Forscher, die zurzeit in diesem Bereich arbeiten, ist Matthias Jerusalem von der Humboldt Universität (Berlin). In seinem Vortrag an der Pädagogischen Hochschule Zürich (PHZH) vom vergangenen September hat er überzeugend dargelegt, dass "Selbstwirksamkeit" – so der Begriff, der im aktuellsten wissenschaftlichen Konzept zur angesprochenen Thematik verwendet wird – der beste Prädiktor für schulischen Erfolg ist.

Die Forschungen zu Fragen der Selbstwirksamkeit haben angesichts internationaler Bemühungen um die Verbesserung der Lernleistungen von Schülern hohe Aktualität und gewinnen seit einigen Jahren an Bedeutung. Die Längsschnittstudie "Selbstkonzept und Motivation in der Schule" von Alex Buff, Yuka Nakamura und Emilie Achermann, die an der PHZH durchgeführt wird, fügt sich nahtlos in diese Bewegung ein. Auch hier wird ein Beitrag zur empirischen Fundierung einer Konzeption geleistet, von der ein hoher Erklärungswert erwartet werden kann.

Sogar in extremen Fällen wie demjenigen von Natascha Kampusch¹, in dem alle Deutungsmuster zu versagen scheinen, vermag das Konzept der Selbstwirksamkeit möglicherweise etwas zu erhellen. So hat Horst Eberhard Richter in einem ZEIT-Interview vom 21. September geäußert, dass er wie alle von der Reife und Selbstbestimmung der jungen Frau schlicht überrascht sei und dass es jetzt nicht darum gehe, mit eigener Deutungshoheit zu glänzen. Auf jeden Fall beweise Natascha Kampusch aber, dass ihren Selbstheilungskräften viel zuzutrauen sei, was auf eine bereits vor der Entführung vorhandene innere Stärke verweise. Damit spricht Richter genau den Komplex an, um den es hier geht.

Theoriegeschichtliche Spuren

Das Konzept "Selbstwirksamkeit" (efficacy beliefs) stammt von Albert Bandura. Mit Selbstwirksamkeit bezeichnet er die subjektive Gewissheit, neue oder schwierige Anforderungssituationen auf Grund eigener Kompetenz bewältigen zu können. Es geht dabei nicht um Aufgaben oder Probleme, die durch einfache Routine lösbar sind, sondern um solche, deren Schwierigkeitsgrad die Investition von Anstrengung und Ausdauer für die Bewältigung erforderlich macht. Mit dieser Definition, die präzis und operationalisierbar ist und die zur Grundlage vielfältiger empirischer Unter-

suchungen wurde, überwindet Bandura die "amerikanische" Psychologie. Wie in seiner sozial-kognitiven Lerntheorie leuchtet er gewissermassen in die "black box" hinein und vollzieht eine Re-Europäisierung: Bewusstsein – und vielleicht auch unbewusste Anteile – sind Gegenstand der Forschung.

Tatsächlich hat sich zuerst die europäische Tiefenpsychologie genauer mit dem Selbstvertrauen befasst. Das "Ich", das in der Weiterentwicklung von Freuds Psychoanalyse, zum Beispiel bei Heinz Kohut, ganz in den Vordergrund rückt, enthält in der "Ich-Stärke" einen Aspekt des angesprochenen Komplexes. Es war aber vor allem Adler, der das Phänomen unter vielfältigen Begriffen wie Selbstwertgefühl, Selbstsicherheit, Sicherheit oder Selbstvertrauen ins Zentrum seiner Überlegungen stellte. Die individualpsychologische Setzung von subjektivem Ungenügen (Minderwertigkeitsgefühl) und dem Versuch seiner Überwindung (Kompensation) rücken die Frage nach dem Selbstwertgefühl zwingend ins Zentrum: Je grösser mein Glaube an die eigenen Fähigkeiten ist, desto besser gelingt mir eine sinnvolle Kompensation.

Reformpädagogische Praxis

Ein nicht leicht zu erschütterndes Selbstwertgefühl ist denn auch eines der zentralen Erziehungsziele, welches in der Übertragung der individualpsychologischen Kompensationstheorie auf die Pädagogik formuliert wurde. So schreibt der Individualpsychologe Manès Sperber in *Individuum und Gemeinschaft* (1987): *"Wir haben gefordert, dass man Kinder keineswegs davor bewahren soll, die Schwierigkeiten des Lebens richtig wahrzunehmen, denn nur durch die Entfaltung kompensatorischer Kräfte werden sie mit ihnen schliesslich fertig. Im Psychischen ist aller Wert Überwindungsprämie; zwar können wir sie nicht immer allein, doch müssen wir sie stets selbst erringen."* In der Überwindung steckt also eine enorme, positive Kraft; ihre Prämie ist Sicherheit und ein starkes Selbstwertgefühl. Folgerichtig ist Ermutigung zur selbstaktiven Überwindung von Schwierigkeiten eines der wichtigsten Erziehungsmittel.

Schulisch wurden die individualpsychologischen Prinzipien in Experimenten erprobt, die in den Gesamtzusammenhang der Reformpädagogik einzuordnen sind. In der Wiener Schulreform, für die Otto Glöckel stellvertretend steht, wurde am Ende der 20er Jahre eine individualpsychologische Versuchsschule aufgebaut (Oskar Spiel: *Am Schaltbrett der Erziehung*, 1979), die mit Bezug zu Kerschensteiner auf dem Prinzip der Selbsttätigkeit basierte. Die Klasse sollte Arbeitsgemeinschaft, Erlebnisgemeinschaft, Aussprachegemeinschaft und Hilfeleistungsgemeinschaft sein. Neben der Stärkung des Kollektivs ging es zentral darum, das Selbstvertrauen der Schüler/innen zu fördern.

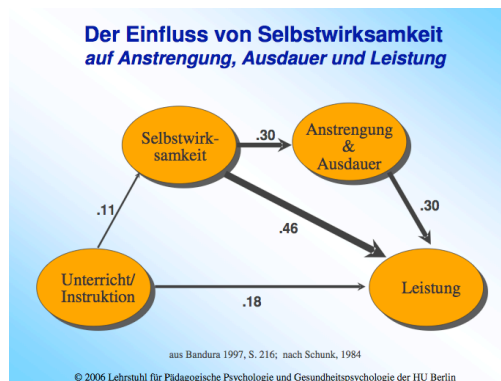
In einem anderen individualpsychologisch-reformpädagogisches Projekt, von Alfons Simon und Kurt Seelmann in München lanciert (Alfons Simon, *Verstehen und Helfen*, 1950), wurde bis ins Detail erprobt, wie der Unterricht zu gestaltet sei, damit sich die Selbstsicherheit von Schüler/innen positiv entwickle. Neben Zielbewusstsein und Wegbewusstsein sollte vor allem Erfolgswissen im Kinde geweckt werden. Es ging darum, die Kinder das Gefühl des Erfolges nach überwindener Schwierigkeit erleben zu lassen, den Unterricht so zu gliedern, dass die kleinsten wie die grössten

Fortschritte sichtbar würden. Dazu diene unter anderem eine Rückschau am Ende des Unterrichts: "Keine Stunde wird beschlossen ohne die letzte Frage: 'Was haben wir erreicht?', keinen Tag gehen wir nach Hause, ehe nicht zwei oder drei Minuten an diese Überlegung gewendet worden sind. [...] Demselben Zweck dient der ganze Samstagunterricht."

Empirische Sicherung

Obwohl die hier nur angedeuteten psychologischen Traditionslinien und die damit verbundene reformpädagogische Praxis eine hohe Rationalität erkennen lassen, handelt es sich um doch eher intuitive Ansätze. Zu ihnen bilden die präziseren Konzepte, die in den letzten Jahren formuliert wurden und die das Phänomen "Selbstvertrauen" einer empirischen Bearbeitung erst zugänglich machten, eine wichtige Ergänzung. Die empirischen Befunde bestätigen tatsächlich wesentliche Momente der bisherigen Theorie und Praxis. So belegt zum Beispiel Jerusalem, dass sich Kinder und Jugendliche mit höherer Selbstwirksamkeit durch größere Anstrengung, höheres Anspruchsniveau und bessere Leistungen auszeichnen – und dies bei gleicher Fähigkeit (IQ). Für den Unterricht bestätigt Jerusalem, dass sich Selbstwirksamkeit durch Erfolgserfahrungen und durch Ermutigung fördern lässt sowie durch die angeleitete Interpretation eigener Handlungen und Gefühle. Schliesslich kann durch Experimente gezeigt werden, dass sich Menschen mit hoher Selbstwirksamkeit durch Misserfolge kaum beeinflussen lassen, wohingegen Menschen mit niedriger Selbstwirksamkeit durch Misserfolge nochmals erheblich verunsichert werden.

Zwei Befunde verdienen aus einer lehrerbildnerischen Perspektive besondere Beachtung: Erstens zeigt sich, dass Lehrpersonen, die durch Weiterbildungsprogrammen ihren Unterricht vermehrt so gestalten, dass die Selbstwirksamkeit der Schüler/innen gestärkt wird, selbst eine steigende Selbstwirksamkeit erfahren; gleichzeitig zeigen sie eine Abnahme von emotionaler Erschöpfung, welche ihrerseits Leitsymptom von Burnout ist. Zweitens lässt sich belegen – und das ist auf den ersten Blick vielleicht etwas beunruhigend –, dass die Selbstwirksamkeit von Schüler/innen für ihre Leistung viel entscheidender ist als die Art der Instruktion, die sie erfahren. Die nachfolgende Grafik von Jerusalem zeigt dies deutlich.



Fazit für die Volksschule

Die lange psychologisch-pädagogische Tradition und die empirische Erhärtung durch die neuere Forschung legen eine Ergänzung der Standardformulierungen für die Ausbildung von Lehrer/innen nahe. Sie könnte lauten: "Lehrpersonen müssen in der Lage sein, die Selbstwirksamkeit von Kindern und Jugendlichen zu stärken."

Situierteres Lernen, Selbsttätigkeit, kooperatives Lernen und Selbstverantwortung sind Voraussetzungen für die Stärkung der Selbstwirksamkeit von Schülerinnen und Schülern. Entsprechend der in der reformpädagogischen Praxis gepflegten Bewusstmachung von erfolgreichen Lernbemühung braucht es aber auch eine auf Selbstwirksamkeit fokussierte Rückmeldungskultur und entsprechende Kontakte von Lehrpersonen und Heranwachsenden. Beide Forderungen lassen sich gerade in den Fächern Werken und Textiles Gestalten ausserordentlich gut realisieren: selbstverantwortliches, selbsttätiges, kooperatives Lernen ist hier arrangierbar, und erfolgreiche Bemühungen können oft an konkreten Produkten bewusst gemacht werden.

Schliesslich braucht es auch eine curriculare Abbildung des Themas in der Aus- und Weiterbildung von Lehrpersonen: Wenn Lehrer/innen die Selbstwirksamkeit der ihnen anvertrauten Kinder stärken sollen, müssen sie etwas über die Bedeutung dieser Frage für schulisches Lernen wissen, und sie sollten über Strategien verfügen, Selbstwirksamkeit bei Schüler/innen zu stärken. Nicht vergessen werden darf am Ende, dass auch die Selbstwirksamkeit von Lehrpersonen in den Blick rücken müsste – sicher im Sinne der erwähnten Burnout-Prophylaxe, aber auch deswegen, weil man besser vermittelt, was man selbst hat.

Literatur

- Adler, Alfred (1983): Menschenkenntnis. Frankfurt a. M.: Fischer
- Bandura, Albert (1994): Self-efficacy. In V. S. Ramachandran (Ed.), Encyclopedia of human behaviour (Vol. 4, pp. 71-81). New York: Academic Press
- Jerusalem, Matthias (1990): Persönliche Ressourcen, Vulnerabilität und Streberleben. Göttingen: Hogrefe
- Jerusalem, Matthias (2002): Selbstwirksamkeit und Motivationsprozesse in Bildungsinstitutionen. Weinheim: Beltz
- Kohut, Heinz (1977): The Restoration of the Self. Madison CO: International Universities Press
- Simon, Alfons (1950): Verstehen und Helfen. Die Aufgaben der Schule. München: R. Oldenbourg
- Sperber, Manès (1987): Individuum und Gemeinschaft. Versuch einer sozialen Charakterologie. München: dtv/Klett-Cotta
- Spiel, Oskar (1979): Am Schaltbrett der Erziehung. Bern, Stuttgart, Wien: Hans Huber

¹ Natascha Kampusch wurde in Österreich als achtjähriges Mädchen entführt und etwa zehn Jahre lang von ihrem Entführer festgehalten. Nachdem ihr die Flucht gelungen war, zeigte sie sich im Fernsehen als junge Frau mit einer erstaunlich ausgeglichenen Persönlichkeit.