

~~dein~~

FEHLERKULTUR

~~Mein Fehler.~~ Blöd gelaufen!

Wir lernen durch Scheitern. Doch wenn uns selbst ein Patzer passiert, suchen wir oft lieber nach Ausreden statt Einsicht. Warum wir Fehler vermeiden wollen, wie wir sie verhindern können und welche Voraussetzungen helfen, damit das auch gelingt.

Text **Stefan Geissmann**

**Wessen Fehler wars?
Der des Baums
bestimmt nicht.**

Sorry, mein Fehler» – drei Worte, die Ärger verfliegen lassen und zwischenmenschliche Risse wieder kitten können. Trotzdem kommen sie uns oft nur schwer über die Lippen, denn Fehler zuzugeben kostet viel Überwindung. Gleichzeitig kennen wir alle den Grundsatz, dass man aus ihnen durchaus lernen kann.

Dieses Lernen aus Fehlern kann man bei Kleinkindern gut beobachten: Während sie laufen lernen, plumpsen sie immer und immer wieder auf den Hintern. Das Signal, das ihr Gehirn in diesem Prozess jedes Mal erhält: «So nicht!» Damit häufen sie aus einer endlosen Kette an Misstritten und Poplumpsern negatives Wissen an, also die Information darüber, wie etwas eben gerade nicht funktioniert.

Auf genau diese Weise funktioniert unser Gehirn beim eigenständigen Lernen, erklärt Jan Rauch (50), Sport- und Teampsychologe

an der Zürcher Hochschule für angewandte Wissenschaften: «Wenn ein Ergebnis nicht der Erwartung entspricht, erzeugt das ein starkes Lernsignal im Gehirn. Dadurch passen wir unser Verhalten beim nächsten Versuch an.»

Unsere Gehirne führen also eine Art Ausschlussverfahren durch, bei dem sie speichern, was funktioniert und was nicht. Und so wissen wir als Erwachsene zwar noch immer nicht bewusst, wie man läuft. Aber immerhin können wir in den allermeisten Fällen den kleinen Zeh schmerzfrei um das Tischbein herum navigieren. Gelingt uns das nicht, hüpfen wir zwar fluchend in der Wohnung auf und ab, doch wenigstens wurde damit unser negatives Wissen erfolgreich aufgefrischt.

Der Fehler und die anderen

Während unser Gehirn also prinzipiell gut darin ist, mit jedem Missgeschick → Seite 22

«Wenn ein Ergebnis nicht der Erwartung entspricht, erzeugt das ein starkes Lernsignal im Gehirn.»

Jan Rauch



Jan Rauch
Sport- und
Teampsychologe
an der ZHAW