

Prüfung intra- und transkulturelle Kommunikation

Termin: März 2022

Der Ausgangstext wurde im Jänner 2022 im populärwissenschaftlichen Magazin *Spektrum der Wissenschaft – Die Woche* veröffentlicht. Der Text wurde gekürzt.

Die Autorin, Audry Ginity, ist klinische Psychologin.

Gestalten Sie für die nachfolgend formulierten Situationen Texte in Ihren drei Arbeitssprachen basierend auf den Informationen des Ausgangstextes. Achten Sie darauf, Ihre Zieltexte in Makro- und Mikrostruktur dem Auftrag entsprechend zu texten und dabei den jeweiligen kulturellen Kontext und sämtliche Aspekte der Kommunikationssituation zu berücksichtigen. Ihre Texte sollen ca. 250 Wörter umfassen. Die Beurteilung der Zieltexte erfolgt basierend auf dem PIK- Beurteilungsraster.

Auftrag 1 – Textproduktion A-Sprache (ca. 250 Wörter):

Als Mitglied eines Uniblog-Teams in einem Land Ihrer A-Sprache texten Sie einen ironischen Kommentar für <https://blog.uni-xxxx.xx/> zum Thema Dynamik des Selbstbildes in der Prüfungswoche.

Auftrag 2 – Textproduktion B-Sprache (ca. 250 Wörter):

Für einen regelmäßig publizierten Podcast, der sich in einem Land Ihrer B-Sprache an junge Leute wendet, die nach dem Studium ins Berufsleben einsteigen, wird ein Interview mit der Psychologin Audrey Ginity vorbereitet. Verfassen Sie einleitende Worte zu diesem Podcast-Interview und stellen Sie darin den Ansatz des Interview-Gasts vor.

Auftrag 3 – Textproduktion C-Sprache (ca. 250 Wörter):

Ein populärwissenschaftlicher Online-Ratgeber zur Persönlichkeitsentwicklung bringt Tipps für Eltern, wie man das Potential von Kindern optimal entfalten kann. Verfassen Sie einen Artikel für diesen Ratgeber.

Selbstbild: Die mentalen Bremsen lösen

Audrey Ginisty

Virginie traut sich nicht zu, ein Team zu leiten: Sie ist davon überzeugt, nicht zur Managerin zu taugen, weil sie sich gar nicht als Führungspersönlichkeit sieht. Als sie die Gelegenheit bekommt, sich auf eine solche Stelle zu bewerben, wagt sie es deshalb nicht einmal, ihr Glück überhaupt zu versuchen.

Dafür, wie man sich mit ungünstigen Glaubenssätzen über sein Können, seine Persönlichkeit oder sein Potenzial selbst im Weg stehen kann, gibt es viele Beispiele: »Ich kann nicht gut Klavier spielen«, »Ich bin schlecht in Mathe«. Noch schlimmer sind Pauschalurteile wie »Ich kann gar nichts«. Derart negative Selbstbilder entstehen oft schon nach einem einzigen Misserfolg, der uns dann in unserer Meinung bestätigt, unfähig zu sein. Sie beruhen auf der Vorstellung, dass man bestimmte Fähigkeiten entweder besitzt oder eben nicht. Mit anderen Worten: Nur wer von Hause aus begabt ist, hat eine Chance auf Erfolg.

Carol Dweck von der Stanford University, die jahrzehntelang die Voraussetzungen vor Erfolg erforscht hat, bezeichnet eine solch starre und binäre Vorstellung von Fähigkeiten und Persönlichkeitsmerkmalen als »fixed mindset«. Menschen mit diesem Mindset halten Intelligenz, Kreativität, aber auch körperliche Fitness und andere Eigenschaften für angeboren und unveränderlich. Entsprechend glauben sie, Erfolge ließen sich einzig durch Begabung und Glück erzielen. Das führt dazu, dass sie viel von ihrem persönlichen Potenzial ungenutzt lassen: Bei der kleinsten Schwierigkeit reden sie sich ein, nicht über das »nötige Talent« zu verfügen, um ein bestimmtes Ziel zu erreichen, und boykottieren sich auf diese Weise selbst.

Personen mit einem statischen Selbstbild stehen zudem unter ständigem Erfolgsdruck. Da sie ihre Leistungen als unmittelbaren Maßstab für ihre Fähigkeiten betrachten und ihr gesamtes Selbstwertgefühl an ihrer Intelligenz und Kompetenz festmachen, leiden sie besonders oft unter Versagensängsten und starker innerer Anspannung.

Wie kann man sich also von einer solchen Grundhaltung lösen, die letztlich schadet und hemmt? Carol Dweck hat im Rahmen ihrer Forschung noch ein zweites Denkmuster entdeckt, das »dynamische Mindset« oder »growth mindset«. Menschen mit dieser Einstellung glauben fest daran, dass sie ihre Fähigkeiten mit Ausdauer und Beharrlichkeit weiterentwickeln und verbessern können. Dadurch können sie auf Herausforderungen oder Misserfolge ganz anders reagieren: Statt sich von einem Ergebnis, das hinter ihren Erwartungen zurückbleibt, lähmen und entmutigen zu lassen, betrachten sie es als kurzzeitigen Rückschlag und als Chance zur persönlichen Weiterentwicklung. Am Ende verdoppeln sie ihren Einsatz.

Dweck schätzt, dass etwa 40 Prozent der Menschen ein eher statisches Selbstbild haben – »eher«, weil es keine klare Grenze zwischen den beiden Haltungen gibt und ein Selbstbild nie vollkommen statisch oder dynamisch ist; je nach Kontext wechseln wir auch mal vom einen zum anderen. Dass es sich jedoch lohnen kann, seine Eigenschaften insgesamt eher dynamisch zu betrachten, zeigen etwa Untersuchungen aus dem Bildungsbereich.

2019 ließ eine Gruppe um David Yeager von der University of Texas in Austin mehr als 12 000 amerikanische Highschool-Schüler an einem Online-Seminar teilnehmen. Darin wurde ihnen vermittelt, dass ihre intellektuellen Fähigkeiten nicht in Stein gemeißelt, sondern ausbaubar sind. Die Noten der schwächeren Schülerinnen und Schüler verbesserten sich daraufhin, und auch die Anmeldungen zu weiterführenden Mathematikkursen mit höherem Schwierigkeitsgrad nahmen zu, wie das Team beobachten konnte. Die Schüler waren zudem eher bereit, neue Lernstrategien auszuprobieren und sich Unterstützung zu holen, um Fortschritte zu machen.

1998 identifizierten Carol Dweck und ihre Kollegin Claudia Mueller eine weitere wirksame Stellschraube, um das Mindset von Kindern zu beeinflussen: die Art und Weise, wie sie gelobt werden. Denn nicht jedes Lob ist geeignet, die Motivation dauerhaft zu fördern. In einem Experiment ließen die beiden Forscherinnen Kinder eine Aufgabe lösen. Danach wurden einige der jungen Teilnehmer von den Wissenschaftlerinnen für ihre Anstrengungen gelobt («Du musstest hart arbeiten»), während die anderen Lob für ihre Eigenschaften («Du bist klug») erhielten. In einem zweiten Schritt legten die Forscherinnen denselben Kindern einen schwierigeren Test vor, an dem viele von ihnen scheiterten, und beobachteten deren Reaktionen.

Diejenigen, die für ihre Intelligenz gelobt worden waren, stellten nun ihre Kompetenz in Frage: In ihrer Vorstellung hatten sie den ersten Test nur dank ihrer Intelligenz bestanden; das Scheitern im zweiten Test deuteten sie folglich als Beleg für ihre Inkompetenz. Anders sah es bei den Kindern aus, die zuvor für ihre Anstrengungen gelobt worden waren: Sie zeigten nun deutlich mehr Ausdauer, hatten mehr Spaß an den Übungen und erzielten bessere Ergebnisse als die Probandinnen und Probanden der ersten Gruppe. Sie stellten weder ihre Fähigkeiten noch ihr Potenzial in Frage, sondern verstanden ihre Punktzahl lediglich als Indikator für ihren aktuellen Lernstand.

Ein dynamisches Mindset kann man sich mit ein bisschen Ausdauer in jedem Alter aneignen. Dabei ist es hilfreich, den inneren Dialog mit sich selbst zu verändern. Statt Schwierigkeiten sofort als Beweis für die eigene Inkompetenz zu werten, kann es sich lohnen, sie als Teil des Lernprozesses zu sehen und sich ermutigende Worte zuzusprechen. Beim nächsten Misserfolg könnte man statt »Ich schaffe es nicht« vielleicht denken: »Ich schaffe es im Moment nicht.« Das klingt erst einmal nach keinem großen Unterschied, ist jedoch schon viel weniger demotivierend. Die Erkenntnis, dass man durch Phasen von Versuch und Irrtum gehen muss, um den Weg zum Ziel zu finden, ist der erste Schritt zum Erfolg.