

Feed Forward und Feed Back – Das ZIEL ist der Weg Bildauswahl, Bildschnitt und Rückschaumethodik

Dipl.Päd. Hannelore Gens

1. Einführung

Eine der wesentlichen Säulen des Video-Home-Trainings® (VHT) und seinen daraus abgeleiteten Formen VIB, VST und VID ist die Arbeit mit Videoaufnahmen der tatsächlichen alltäglichen Situation des Klientensystems. Neutral betrachtet, geben Videoaufnahmen lediglich das wieder, was geschieht, sie sind sozusagen das Rohmaterial, dem nach den Vorstellungen und Intentionen des Nutzers eine Gestalt gegeben werden muss. Im Kontext der sozialen Arbeit bedeutet das, dass die Bilder im weitesten Sinne etwas mitteilen sollen und man darüber ins Gespräch kommen will. Im engeren Sinne und auf das VHT bezogen heißt die Frage: Wie können die Videoaufnahmen so eingesetzt werden,

- dass die Fragestellung/Hilfefrage der Klienten beantwortet werden kann und sie ihr Ziel erreichen, und
- wie die Rückschau methodisch so gestaltet wird, um dies ressourcen- und zielorientiert sowie aktivierend zu erreichen.

Der Einsatz der Videoaufnahmen bedarf also eines Konzeptes, das beinhaltet, was von dem aufgenommenen Bildmaterial gezeigt und wie damit methodisch gearbeitet wird. Wie im weiteren Verlauf gezeigt wird, hat die Wahl des Konzeptes einen deutlichen Einfluss auf die Art der Methodik, vor allem auf die Auswahl und die Arbeit mit den Videobildern.

Die Begründer des VHTs um Harrie BIEMANS haben von Anfang an vorgegeben, dass ausschließlich mit positiven Bildern gearbeitet wird. Dies ist DAS unterscheidende Merkmal im Vergleich mit anderen Methoden, die ebenfalls mit Video arbeiten. Im Laufe der internationalen Entwicklung der Methode in den letzten 30 Jahren haben sich dazu zwei wesentliche Vorgehensweisen herauskristallisiert, die mit „Feed Forward“ und „Feed Back“ bezeichnet werden können. Dabei hängt die Wahl des Vorgehens von der Funktion der Videoaufnahmen im jeweiligen Kontext und dem verfolgten Ziel des Video-Home-Trainers (VHTer)¹ ab.

Die erste Frage, die gestellt werden muss ist „Was will ich mit den Bildern bewirken und worüber will ich mit dem Klienten ins Gespräch kommen?“

- Will ich Einsichten hervorrufen?
- Will ich Muster erkennen und erklären?
- Will ich den Klienten zeigen, wie gut sie die Situation meistern, Ihnen ein positives Feed Back geben?
- Will ich gezielt einen Lernprozess in Gang setzen?
- Will ich erklären, was auf den Bildern passiert?
- Will ich aktivierend oder kompensierend arbeiten?
- Will ich zeigen, was gut ist und wie es noch besser geht?
- Will ich konfrontieren und Einsichten hervorrufen?
- Will ich zielorientiert oder analytisch arbeiten?

¹ In diesem Artikel werden die Personenbezeichnungen nicht „gegendert“. Mit den Bezeichnungen sind immer Klassen von Personen gemeint, sie haben keinen Bezug zu einzelnen Personen, deren Geschlecht unterschieden werden müsste.

Diese Fragen zeigen beispielhaft, vor welchen Entscheidungen der VHTer steht, wenn er das Videomaterial sichtet und es für die Rückschau vorbereitet. Die Liste ließe sich beliebig erweitern, da die Fragestellungen vielfältig sind. Wichtig ist dabei jedoch die Bewusstheit über die eigene Intention, denn Sie beeinflusst das weitere Vorgehen.

Die aus den Fragen abzuleitenden methodischen Schritte lassen sich alle durchweg mit der Vorgabe der positiven Bilder vereinbaren und unterscheiden sich dennoch deutlich in Bezug auf Bildauswahl und Rückschaumethodik.

Im Folgenden sollen sowohl das Konzept des „Feed Forward“ als auch das Konzept des „Feed Back“ auf ihre Merkmale und ihre Wirkungen untersucht werden, um Video-Home-Trainern Entscheidungshilfe bei der gezielten Auswahl und zum optimalen Einsatz des aufgenommenen Bildmaterials zu geben.

Das Ziel bestimmt in diesem Fall den Weg!

2. Das Konzept „Feed Forward“ – konsequent positiv und zukunftsgerichtet

Der Begriff „Feed Forward“ wurde 1991 von Peter DOWRICK als Technik des *self modeling* eingeführt.² Er bezeichnet diese Vorgehensweise als die beste Methode, um Bilder für die Rückschau so zu strukturieren, dass mit ihnen die schnellste Wirkung erzielt wird.

Ausgehend von der Annahme, dass der Klient bereits alle Fähigkeiten besitzt, um sein Problem zu lösen, diese aber vielleicht noch nicht an der passenden (= zielreichenden) Stelle und noch nicht zum passenden Zeitpunkt realisiert, stellt er die, die Fähigkeiten aufweisenden, Videofragmente so zusammen, dass sie das gewünschte Verhalten bzw. die gewünschte Situation bereits abbilden. Die Botschaft der Bilder ist dann folgerichtig:

„So wirst Du aussehen, wenn Du Dein Ziel erreicht hast“.

Bei Feed Forward wird die schwierige Situation, das Problem des Klienten im Sinne der Lösungsfokussierten Kurzzeittherapie (SFBT) von DE SHAZER³ nicht bearbeitet, sondern als ein Hindernis auf dem Weg zu seinem Ziel, der Erfüllung eines Wunsches verstanden. Es ist daher müßig, das Problem zu analysieren, sich ggfs. daran festzuhalten und Lösungen aus ihm abzuleiten. DE SHAZER⁴ postuliert sogar, dass die Lösung nicht unbedingt mit dem Problem zu tun haben muss. Es ist deshalb sinnvoller, an der Erreichung des durch das „Problem“ verdeckten Ziels zu arbeiten.

Hinter jedem Problem steckt ein unerfüllter Wunsch, ein noch nicht erreichtes Ziel!

Der Vorteil dieser Sichtweise ist, dass Wünsche und Zielvorstellungen immer zukunftsgerichtet und damit auch immanent positiv sind. Darüber hinaus orientiert sie sich automatisch an den Ressourcen und Fähigkeiten der Klienten. Damit sind auch die ausgewählten Bildsequenzen grundsätzlich positiv.

Video-Home-Trainer verfügen mit dem Video-Kontakt-Schema (VKS) von BIEMANS (1990)⁵ über die ausgezeichnete Möglichkeit, Ziele und Wünsche der Klienten in Basiskommunikation zu „übersetzen“, da es sich meist um Lösungen zu Fragen der Kommunikation und Interaktion handelt (Eine Grundannahme des VHTs ist, dass Erziehung und Führung grundsätzlich gelingen, wenn die

² Zitiert nach Wels, *Helpen met beelden*, 2001 S. 41

³ Steve des Shazer, *Mehr als ein Wunder*, Heidelberg 2008, S. 23-24

⁴ De Shazer a.a.O., S.24

⁵ S. Beitrag in diesem Kursbuch zum VKS auf S.

Kommunikation gelingt). Hiermit steht ihnen ein methodischer Orientierungsrahmen zur Verfügung. Bildfragmente mit Elementen gelungener Basiskommunikation sind nach dieser Hypothese bereits Abbilder der Lösung. Werden sie in einer dem VKS entsprechenden logischen Abfolge zusammengeschnitten, hat der Klient eine Vorstellung, ein erfolgreiches Bild von sich – das „Wunderbild“⁶, wie DE SHAZER es nennt, dem er im Sinne des Lernens am eigenen Modell (Video Self Modeling) nacheifern kann. In der Gestaltpsychologie ist dieses Bild für den Klienten die „Gute Gestalt“⁷, die er anstrebt und im Problem („Schlechte Gestalt“) noch nicht gefunden hat.

Welche Rückschaumethodik wird durch das Feed Forward - Konzept vorgegeben?

DOWRICKs Methode des „Self Modeling“ beschäftigt sich ausschließlich mit der Wirkung der editierten Bildsequenzen, eine Rückschaumethode wie beim VHT wendet er nicht an. Für ihn ist es wesentlich, dass der Klient sich den Zusammenschnitt mehrfach täglich mit Konzentration anschaut. Da er damit sehr schnelle Erfolge in der Veränderung von Verhalten erzielte, kann davon ausgegangen werden, dass die Bilder allein bereits eine äußerst starke Wirkung haben. (Im Exkurs über die Wirkung von Bildern aus neurowissenschaftlicher Sicht wird weiter unten noch einmal erklärend auf dieses Phänomen eingegangen.)

Eine weitere Voraussetzung, die nach DOWRICK gegeben sein muss, ist die Motivation des Klienten. Die beste Wirkung wird erzielt, wenn das Erreichen des abgebildeten Zielverhaltens an oberster Stelle auf dessen Prioritätenliste steht.

VHTer nutzen bei Feed Forward diese Erkenntnis, indem sie als Erstes mit dem Klienten **die Hilfefrage**⁸ erarbeiten, denn sie gibt Aufschluss darüber, wo die Motivation liegt und wie stark sie ist, bzw. wo das wirkliche Ziel zu finden ist. In Zwangskontexten ist dies nicht immer einfach, vor allem weil es meistens auch noch Hilfeplanvorgaben gibt. Die Erfahrung zeigt jedoch, dass Klienten auch in diesen Situationen einen Wunsch, ein nicht erreichtes Ziel haben, an dessen Erreichen mit Unterstützung des VHTers gearbeitet werden kann und das letztendlich mit den übergreifenden Hilfeplanzielen vereinbar ist. Hier kommt es darauf an, wie geschickt er die Struktur der Hilfefrage und die eigene Basiskommunikation einsetzt.

Bei Feed Forward ist diese Hilfefrage der Dreh- und Angelpunkt der Arbeit der VHTers, sie focussiert ausschließlich das Anliegen des Klienten und reduziert die Komplexität der Gesamtsituation. Gleichzeitig weist sie den Weg zu Bildauswahl und Zusammenschnitt und hilft sowohl Klienten und VHTern, in der Rückschau am Bild zu bleiben.

Im nächsten Schritt wird die Hilfefrage in **Basiskommunikation „übersetzt“**. Das VKS von BIEMANS (1990) bietet dazu eine logische Struktur an, mit der die Fähigkeiten, die zur Zielerreichung notwendig sind, aufeinander aufbauend in Bündeln, Mustern und Elementen dargestellt sind. Bei der ersten Aufnahme werden dann die vorhandenen Muster und Elemente bzw. die nächsten Lernschritte identifiziert und fortgeschrieben.

Der erste Zusammenschnitt ist von großer Wichtigkeit, weil er konsequent die Ressourcen des Klienten zur Zielerreichung bzw. die gewünschte Zielsituation abbildet. Diese sog. Feed Forward-Film kann im Laufe der Arbeit immer wieder zur Überprüfung der Fortschritte herangezogen und ergänzt werden.

⁶ De Shazer a.a.O. S.103, Das „Wunderbild“ entsteht aus der „Wunderfrage“

⁷ Wertheimer, Koffka, In: Arnold, Eysenck, Meili: Lexikon der Psychologie Bd. 3, Augsburg 1997 S. 2542f

⁸ Über die Erarbeitung der Hilfefrage s. den entsprechenden Beitrag in diesem Kursbuch

Eine kleine Aufmunterung für Skeptiker: In jeder Aufnahme sind Basiskommunikationselemente zu finden, man muss nur lange genug suchen und sie ggfs. mit Standbildern „größer“ machen. Manche VHTer haben schon ertragreiche Rückschauen mit einigen wenigen Standbildern durchgeführt.

Der VHTer „**komponiert**“ den **Zuschnitt** aus den Elementen der Basiskommunikation und seinem eigenen tieferen Fallverstehen. D.h. neben dem Abbild der Ressourcen kann er mit technischen Mitteln auch intendierte Effekte einbauen. Er kann sich für Standbilder, die mit Musik unterlegt werden und für eingeblendete Texte sowie bestimmte Blenden entscheiden. Sie alle dienen dem Ziel, die Rückschau nicht nur kognitiv, sondern auch emotional zu gestalten, da damit der größte Lernerfolg erzielt wird (s. hierzu den neurowissenschaftlichen Exkurs weiter unten).

Im VHT wird mit dem Klienten - in Ergänzung zu DOWRICKs Vorgehen - in der Rückschau auch analysierend an den Bildern gearbeitet, allerdings anders als im klassischen Feed Back. Nach der intensiven Wahrnehmung der Bilder und ihres emotionalen Gehalts wird untersucht, WAS er dafür getan hat, dass diese Situation zustande gekommen ist. Wichtig hierbei ist es, dass die Momente gelungener Kommunikation und Interaktion fokussiert und andere Situationsvariablen ausgeblendet werden.

Für meine Ausbildungsgruppen habe ich einen Leitfaden für die typischen Fragen in der Feed Forward Rückschau entwickelt. Sie orientieren sich u.a. an der Fragetechnik DE SHAZERS⁹, die von der Haltung des „Nichtwissens“ ausgeht und den Klienten anregen soll, die Elemente der Lösung, die in den Bildern enthalten sind¹⁰, zu identifizieren und sie eigenständig mit seiner Hilfefrage zu verbinden. Ziel ist hierbei, dass er eine sog. „WENN-DANN-Aussage“ formulieren kann, die das eigene Verhalten mit dem Verhalten des Interaktionspartners in Beziehung setzt.

Beispiel:

Eine Mutter erkennt, dass der Blickkontakt zu ihrem Kind beim Lenken und Leiten zu ihrem Ziel führt. Ihre WENN-DANN Aussage könnte dann heißen: „Ach so, wenn ich mein Kind anschau, dann wird es aufmerksam und ich kann ihm sagen, was ich von ihm will“.

Oder:

Eine Teamleiterin erkennt, dass Ihre Körperhaltung in Teamrunden eine große Bedeutung hat. Ihr WENN-DANN-Satz könnte heißen: „Ach so, wenn ich aufrecht sitze und in die Runde schaue, dann nehmen die anderen mich als leitende Person wahr“

Die 10 „Goldenen Fragen“ in der Rückschau:

- 1. Wie lautet Ihre Hilfefrage? Bitte nennen Sie sie noch einmal**
- 2. Beschreiben Sie bitte das Bild – wer ist da drauf, was tun die Personen dort?**
- 3. Achten Sie bitte in der nächsten Sequenz genau auf ...**
- 4. Was tun Sie?**
- 5. Was tut Ihr Gegenüber?**
- 6. Wie geht es Ihnen dabei?**
- 7. Wie geht es Ihrem Gegenüber dabei?**
- 8. Wie könnte das zusammenhängen?**
- 9. Wie könnten Sie den Zusammenhang in einem Wenn-Dann-Satz ausdrücken?**
- 10. Welche Antwort(en) haben Sie heute auf ihre Hilfefrage bekommen?**

⁹ De Shazer a.a.O. S.28

¹⁰ Zur Expertenrolle des VHTers im systemischen Kontext s. auch den Beitrag von Dr. Andreas Kirchner in diesem Kursbuch

Es versteht sich von selbst, dass für die atmosphärische Gestaltung der Rückschau alle Antworten freundlich in der Ja-Serie¹¹ empfangen werden und dabei eine positive Sprache gehandhabt wird. Die Basiskommunikation und die wertschätzende VHTer-Klient-Beziehung – einschließlich Komplimenten¹² für Fortschritte und eigene Lösungen - ist eine wesentliche Variable für das Gelingen des Lernprozesses. Zuweilen ist es sinnvoll, dem Klienten einige **relevante Informationen** zu geben, die die gewonnene Einsicht in einen neuen Zusammenhang bringen. Eltern wissen z.B. oft nicht, wie wichtig die kleinsten Elemente der Basiskommunikation sind und was sie damit bewirken können. Fachkräfte unterschätzen häufig die nonverbalen Aspekte ihrer Kommunikation. Diese Informationen werden jedoch grundsätzlich erst dann gegeben, wenn die der Klient seine „Einsicht“ in die Zusammenhänge formuliert hat.

Als eine sehr erfolgreiche Intervention hat sich der **empathische Perspektivwechsel am Bild** erwiesen. Die Frage: „Wie fühlt sich Ihr Interaktionspartner (Kind, Mitarbeiter u.a.), was könnte er wollen bzw. jetzt von Ihnen brauchen?“ betont einerseits das Dialogische in Kommunikation und Interaktion und enthält andererseits häufig bereits die Lösung. In der Identifikation mit dem Kind bzw. dem Interaktionspartner wird schnell deutlich, was nötig ist, um das Ziel zu erreichen.

Mit dieser Technik können auch **neue Lernpunkte** bzw. die nächsten Elemente im VKS erarbeitet werden. Neben der „sprechenden Kamera“ ist dies das Mittel der Wahl, um aktivierend und „nichtwissend“ den nächsten Schritt zur Beantwortung der Hilfefrage zu gehen.

Den Höhepunkt in der Bearbeitung einer Szene bildet das **abschließende „gemeinsame Genießen“**, mit dem die Einsicht emotional verankert wird.

Für die Zeit zwischen Rückschau und der nächsten Aufnahme (**Festigungs- und Übungszeit**) hat sich DOWRICKs Technik des wiederholten konzentrierten Ansehens der Zusammenschnitte bewährt. Die Neurowissenschaften können ihre Wirksamkeit auf eindrucksvolle Weise erklären (s. S.) Manche VHTer „verordnen“ ihren Klienten, die Bilder 2 x täglich anzusehen und fragen beim nächsten Aufnahmetermin nach den zusätzlich gewonnenen Einsichten und Erfolgen.

Wann ist die Entscheidung für das Konzept „Feed Forward“ angebracht?

Feed Forward ist dann angezeigt, wenn

- Ein auf Lösungen fokussierter Lern- und Veränderungsprozess des Klienten zielgerichtet auf den Weg gebracht werden soll
- Wenn ausschließlich und ohne innere Widersprüche (kognitive Dissonanzen) an positiven Bildern gearbeitet werden soll
- Wenn konsequent aktivierend und zukunftsorientiert gearbeitet werden soll
- Wenn die Selbsttätigkeit des Klienten im Vordergrund steht
- Wenn der VHTer weitgehend auf seine Expertenrolle verzichtet, er in seinem Selbstverständnis mit dem Zusammenschritt lediglich Möglichkeiten zur Zielerreichung anbietet („Hebammenfunktion“)
- Wenn die Bilder 1:1 zur Nachahmung (Video Self Modeling) dienen sollen

¹¹ Der niederländische Begriff „ja reeks“ wird in Deutschland in 2 Fassungen übersetzt: Ja-Serie und Ja-Reihe. Beide bezeichnen dasselbe Phänomen. Die Autorin bevorzugt ersteren Begriff, da er der niederländischen Bedeutung am nächsten kommt.

¹² Das Wort „Komplimente“ wird hier anstatt „Lob“ benutzt, da letzteres im systemischen Kontext zu stark die Expertenrolle betont. Auch entspricht es eher der niederländischen Haltung im VHT.

Wofür ist das Konzept „Feed Forward“ nicht geeignet?

- Für die Diagnostik
- Wenn ein ausdrückliches Feed Back gewünscht wird („Ich will mal sehen, wie ich das mache“)
- Wenn es keine Hilfefrage gibt, bzw. wenn sie nicht eindeutig formuliert ist (hier kommt der VHTer automatisch in den Feed Back-Modus)
- Wenn Verhaltensmuster analysiert werden sollen
- Wenn eher analytisch gearbeitet werden soll/muss
- Wenn vorwiegend erklärend gearbeitet werden soll
- Wenn der VHTer sich für die Expertenrolle entscheidet

Was ist zu beachten?

Klienten haben in Bezug auf die Videoaufnahmen eine Feed Back-Erwartung. Wenn mit Feed Forward gearbeitet werden soll, muss ihnen dieses Konzept vorher – auf ihrem eigenen Sprachniveau - erklärt werden. Andernfalls verstehen sie die Bilder und die Arbeitsweise nicht und können sich durch kognitive Dissonanzen schwer auf die Arbeit einlassen.

Auch der VHTer muss die innere Klarheit über seine Arbeitsweise haben, damit er sie vermitteln kann und sauber praktiziert. Nichts verwirrt Klienten und VHTer mehr als z.B. eine Rückschau mit Feed Forward-Zuschnitt und Feed Back-Techniken.

3. Exkurs:

Über die Wirkung von Bildern im Lernprozess - die neurowissenschaftliche Sicht

In den letzten Jahren haben die Neurowissenschaften in Bezug auf das Lernen viele neue Erkenntnisse gebracht, die auch für das VHT relevant sind. Einerseits bestätigen sie die bisher praktizierte Arbeitsweise aus einer neuen Perspektive, andererseits lässt sich aus ihnen auch die Richtigkeit der dem VHT zugrundeliegenden Grundannahmen ableiten (zum Beispiel die vorrangige Bedeutung der Basiskommunikation in der Hierarchie der Grundbedürfnisse¹³). Vor allem das Wissen um die Wirkung und Verarbeitung von Bildern im Lernprozess sowie ihre Rolle bei der Initiierung nachhaltiger Veränderungsprozesse, geben dem VHTer mehr methodische Sicherheit und Klarheit. Er kann es bewusst zur Steuerung der VHT- Prozesse einsetzen.

Wie wird Lernen aus neuwissenschaftlicher Sicht verstanden?

Das Gehirn wiegt ca. 1,5 kg und besteht aus 100 Milliarden Nervenzellen, die dynamische neuronale Netzwerke bilden. Diese Netzwerke werden als Verhaltensbereitschaften und Verhaltensmuster wirksam, wenn sie durch Wahrnehmungsreize stimuliert werden. Das Gehirn ist unablässig in Aktion und verbraucht dabei 20 % der Gesamtenergie des Körpers, ob wohl es nur ca. 2 % der Körpermasse ausmacht. Netzwerke, die häufig aktiviert werden, festigen sich, indem die Verbindungen dichter werden und sich ausdifferenzieren. Netzwerke, die dagegen weniger in Anspruch genommen werden, werden wieder abgebaut. Lernen und das Initiieren von Lernprozessen wird verstanden als das Aufbauen und Festigen neuer neuronaler Netzwerke und ggfs. das Abbauen von bereits bestehenden Netzen. HÜTHER¹⁴ bezeichnet diesen Prozess mit der Metapher „von Trampelpfaden zu Autobahnen“. Verhalten kann demnach gezielt gelernt und auch wieder verlernt werden. Dem zugrunde liegt die Erkenntnis von der „neuronalen Plastizität“, dem ständigen Veränderungsprozess im Auf- und Abbau von Hirnstrukturen, der beeinflussbar ist. HÜTHER postuliert dazu: „Das Gehirn

¹³ Bauer, J. : Prinzip Menschlichkeit, Hamburg 2006, S.21 ff.

¹⁴ Hüther, G.: Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn, Göttingen 2001, S.85 ff

wird durch seine Benutzung programmiert und das zeitlebens“.¹⁵

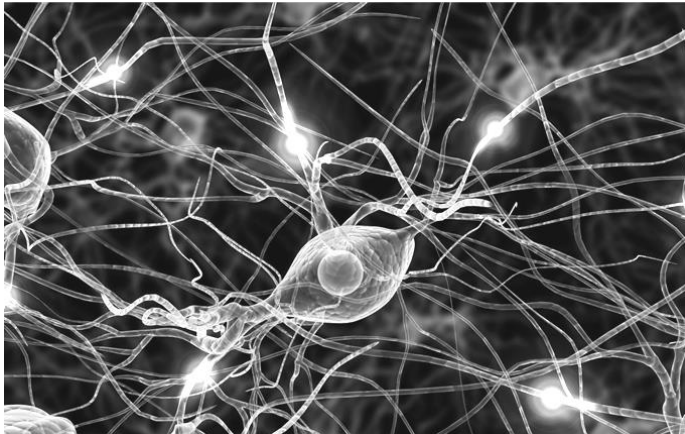


Abb.1 Nervenzellen mit Synapsenverbindungen

Der Ort, an dem diese dynamischen Prozesse stattfinden, sind die Synapsen, Endpunkte in den Ausstülpungen der Zellkerne. Zwischen 2 Synapsenköpfchen befindet sich der sog, Synaptische Spalt, in dem ein Austausch von Botenstoffen (Neurotransmitter) stattfindet, die die Reize weiterleiten und zur Vernetzung führen.

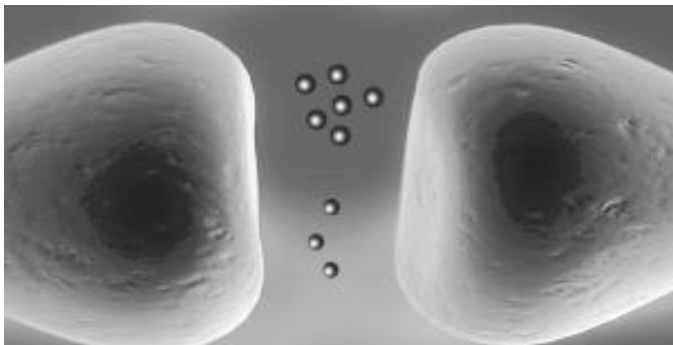


Abb. 2 Synaptischer Spalt mit Austausch von Botenstoffen

Diese Botenstoffe haben u.a. Einfluss auf die „eingebaute“ emotionale Qualität der neuen Verbindung. D.h. Lernen ist untrennbar und – wie wir noch sehen werden - an erster Stelle mit Emotionen verbunden. Positive Emotionen beschleunigen den Lernprozess, da sie zu weiterer Aktivität anregen und damit einen sich selbst verstärkenden Prozess in Gang setzen.

Welche Botenstoffe sind vorrangig beteiligt?

1. Dopamin = Der Botenstoff für alles motivierte Tun
2. Serotonin = Der Botenstoff für das Wohlfühl
3. Oxytocin = Der Botenstoff für eine positive Beziehung und Bindung
4. Noradrenalin = Der Botenstoff, der zusammen mit Cortisol negativen Stress auslöst

Durch entsprechende Wahrnehmungsreize wird die Ausschüttung dieser Botenstoffe gesteuert. Erleben wir z.B. eine subjektiv angenehme Beziehungssituation, werden die ersten 3 Botenstoffe ausgeschüttet. Wir fühlen uns wohl, finden den Interaktionspartner sympathisch und haben Lust, etwas gemeinsam zu tun. Erleben wir hingegen eine subjektiv unangenehme Situation, wird Cortisol ausgeschüttet und wir haben die Tendenz zu flüchten, aggressiv zu werden oder in eine Starre zu verfallen. Dies sind archaische Reaktionsmuster, die in der Evolution ausgebildet wurden, um im Überlebenskampf zu bestehen. Sie sind einfach strukturiert und geben lediglich die Signale „Das ist

¹⁵ Hüther, G. a.a.O. S.99

gut für Dich“, „Das ist schlecht für Dich“, „Tun!“, „Nicht tun!“ und manifestieren sich zuerst im Körper, mit den sog. „Somatischen Markern“¹⁶.

In unserer zivilisierten Welt zeigen sie sich als Widerstand, Verweigerung, Aggression, Flucht, Vermeidungsverhalten.

Ihre Ausschüttung erfolgt innerhalb von 200 Millisekunden nach dem Wahrnehmungsreiz und bleibt damit unterhalb der Bewusstseinschwelle. Die Großhirnrinde (Präfrontaler Cortex) wird erst nach 800 Millisekunden erreicht, wo sich der Bewusstseinsinhalt manifestiert und kognitiv verarbeitet wird.

Bei der Emotionsverarbeitung sind vor allem die Amygdala (Mandelkern) und der Nucleus accumbens (Lustzentrum) im limbischen System, dem ältesten Teil des Gehirns beteiligt. Alle im Leben erfahrenen Emotionen sind dort gespeichert und werden durch aktuelle Erlebnisse reaktiviert. „Die Amygdala vergisst nichts!“. Die „Schaltstelle“ für die ankommenden Wahrnehmungsreize ist der Thalamus. Von dort aus werden sie an die entsprechenden Gehirnregionen weiter geleitet.

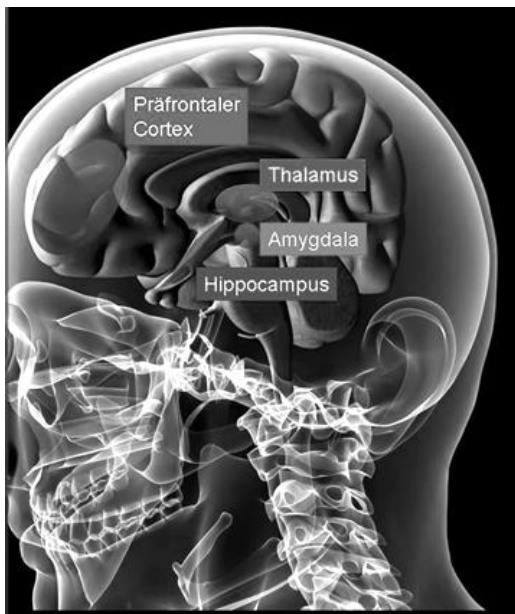


Abb. 3 Ansicht des Gehirns mit limbischem System und Präfrontalem Cortex

Was passiert im Gehirn, wenn im Lernprozess Bilder eingesetzt werden?

Bilder, vor allem bewegte Bilder, sind ein komplexes und ganzheitliches Wahrnehmungsgebilde. Sie bestehen sowohl aus emotionalen und auch rationalen Inhalten. Da der emotionale Inhalt bereits unterhalb der Bewusstseinschwelle durch Ausschüttung der entsprechenden Botenstoffe verarbeitet wird, „färbt“ diese Emotion die anschließende kognitive Verarbeitung ein. Beides ist für das Lernen notwendig, die neue neurowissenschaftliche Erkenntnis ist, dass sie **nacheinander** auftreten. Dies hat wiederum weitreichenden Konsequenzen für alle Veränderungsarbeit. In unserer rational geprägten Welt gehen wir fast immer vom Verstand aus, auch in der sozialen Arbeit. Viele „pädagogische Gespräche“ sind rational geprägt und haben häufig keinen Erfolg.

Hier zeigt sich der Wert der Basiskommunikation, die erst eine positive Beziehung aufbaut, bevor gelenkt und geleitet wird bzw. Forderungen gestellt werden. Wenn Kommunikation gelingt, werden Dopamin, Serotonin und Oxytocin ausgeschüttet!¹⁷. Erst dann ist Leistung möglich.

¹⁶ Krause, F und Storch, M: Ressourcenorientiertes Selbstmanagement, Bern 2010, S. 48 ff

¹⁷ Bauer, J. Prinzip Menschlichkeit, Hamburg 2006, S. 29

Hiermit kann auch DOWRICKs Technik, nur die Bilder wirken zu lassen, in ihrem Erfolg erklärt werden. Der Zusammenschritt der gelungenen Sequenzen bewirkt die Ausschüttung motivierender Botenstoffe und intensiviert das Self Modeling, indem zusätzlich der Effekt der „Spiegelneuronen“ wirksam wird. Das Konzept der Spiegelneuronen stammt von BAUER¹⁸. Es bezeichnet Areale von Nervenzellen, die die menschliche Fähigkeit zur Empathie bewirken. Allein die Beobachtung von emotionalen Erlebnissen bei anderen Menschen ruft die gleichen Emotionen beim Betrachter hervor. Beim Self Modeling ergibt sich dadurch ein sich selbst verstärkender Effekt. Der emotionale Gehalt der Bilder kann nach BAUER auch durch Musik, eine freundliche Atmosphäre und gemeinsames Lachen verstärkt werden.

Was bedeutet das alles für das VHT?

- Es wird deutlich, dass **der Lernprozess** der Klienten **beschleunigt und qualitativ (positiv) beeinflusst** wird, wenn mit Bildern positiven Erlebens gearbeitet wird. Videosequenzen mit negativ erlebtem Inhalt rufen die durch Noradrenalin und Cortisol bewirkten Effekte hervor. Eine sich ggfs. anschließende Umdeutung der Situation (Reframing) durch den VHTer muss gegen diesen Widerstand arbeiten. Hier finden wir die typische Ja-Aber- Argumentation des Klienten, das Abschweifen vom Bild, die Skepsis, dass es doch eigentlich ganz anders gewesen sei und das Bestehen auf dem Problem mit immer wieder neuen Beispielen. Die Bilder haben ihre negative emotionale Wirkung bereits entfaltet, das eher kognitive Reframen kommt zu spät.
- Das Einsetzen von Musik im Zusammenschritt und das „gemeinsame Genießen“ lassen sich jetzt ebenfalls in ihrer Wirkung belegen. Musik vertieft die emotionale Verankerung. Sie muss allerdings überlegt und mit einer klaren Intention eingesetzt werden und sollte instrumental sein. Das Unterlegen der „Arbeitsszenen“ mit Musik hat sich in der Praxis nicht bewährt, der Einsatz bei Standbildsequenzen jedoch sehr („Bilder zur positiven Einstimmung und zum Genießen“). Bei der Musikauswahl ist die Empathie des VHTers gefragt. Es sollte den Klienten auch kommuniziert werden, dass Musik eingearbeitet wurde und wozu sie dienen soll. Oft freuen sie sich über die schönen Gefühle und danken dem VHTer für die Einfühlung („Da haben Sie eine wirklich schöne Musik für mich ausgesucht!“)
- Das „Gemeinsame Genießen“ ruft noch einmal Oxytocin hervor, festigt die Beziehung zwischen VHTer und Klient und intensiviert die emotionale Speicherung der Einsicht.
- Die in der Rückschau gewonnenen Einsichten müssen **geübt** werden. Das neue neuronale Netz soll ja von einem „Trampelpfad zu einer Autobahn“ anwachsen. Gleichzeitig soll die ungewünschte Verhaltensroutine zu einem Trampelpfad werden bzw. möglichst ganz verkümmern. Hierzu kann vielfältig angeregt werden: Nicht nur das tatsächliche Tun, sondern auch andere Erinnerungshilfen, sog. „Primes“¹⁹, können es stärken. Dazu gehören z.B. ausgedruckte Standbilder, die in der Wohnung aufgehängt werden, das DOWRICK'sche wiederholte Ansehen des Zusammenschrittes, Merksätze, Symbole für Einsichten, auch die WENN-DANN-Pläne in der Feed Forward-Methodik. Sogar die lediglich imaginierte Wunschsituation kann das neue Netz stärken und die in der Rückschau erlebte Musik kann hier noch einmal wirksam werden. Primes wirken unbewusst weiter, ohne dass die Klienten sich darauf konzentrieren müssen. Das Unbewusste arbeitet immer zu ihren Gunsten!

¹⁸ Bauer, J. Warum ich fühle, was Du fühlst. Hamburg, München 2006

¹⁹ Krause F, Storch M. a.a.O. S. 76

4. Das Konzept „Feed Back“ – Die Spiegelung der „Wirklichkeit“

Was kennzeichnet das Konzept des Feed Back?

Feed Back ist die klassische Methode in der Arbeit mit Video. Der Klient bekommt eine Spiegelung seines Verhaltens, die mit unterschiedlichen Intentionen in unterschiedlichen Formen bearbeitet werden kann.

Die Botschaft der Bilder lautet: „So bist Du, so machst Du das, so sehen Dich andere“ Feed Back ist damit – im Gegensatz zu Feed Forward - das Arbeiten mit einem Abbild der Realität²⁰ in ihrem situativen Zusammenhang.

Ziel dieses Konzeptes ist es, dem Klienten eine differenzierte Rückmeldung über die aufgenommenen Situationen zu geben - mit der Erwartung, dass diese zu einer Verhaltensänderung führt.

An welchen Themen kann grundsätzlich im Bereich der sozialen Arbeit mit Video Feed Back gearbeitet werden? Hier einige Möglichkeiten:

- Es kann am Bild eine (positive) Rückmeldung gegeben werden, sowohl durch den Bildinhalt als auch durch den professionellen Begleiter
- Es kann analysiert und erklärt werden, wie welches Verhalten zustande gekommen ist
- Man kann die Klienten mit ihrem Verhalten konfrontieren, sowohl im positiven als auch im negativen Sinne
- Es können Informationen gegeben werden, warum es etwas gelingt oder nicht gelingt
- Der Begleiter kann erklären, was auf den Bildern passiert
- Man kann Fortschritte und Veränderungen im Verhalten feststellen und dokumentieren
- Man kann Verhalten bewerten in „richtig“ oder „falsch“
- Man kann Lösungen zeigen im Vergleich von „schlecht“ zu „besser“
- Es können diagnostische Erkenntnisse gewonnen werden. Z.B. Muster der Interaktion, Bindungsverhalten, Verhaltensauffälligkeiten und ihre Dynamik
- Es kann ein realistischeres Bild der Person vermittelt werden (Selbst – und Fremdbild)
- Man kann am Bild Lösungen für Probleme entwickeln

Wie werden diese methodischen Möglichkeiten mit der VHT-Arbeitsweise verknüpft und gestaltet?

Im Bereich des VHTs werden diese Möglichkeiten durch methodische Vorgaben kanalisiert: Ausschließliches Arbeiten an gelungenen Szenen, Aufbau von alternativem bzw. funktionalem Verhalten auf der Grundlage der Basiskommunikation, Aktivierung, ggfs. Informationen über Verhalten und seine Dynamik.

Die „Ausnahmen“

Beim Konzept Feed Back werden die Szenen mit gelungenem Klientenverhalten (im Sinne der Basiskommunikation) ausgesucht und analysiert. Es wird mit dem situativen Kontext gearbeitet und nach dem geschaut, was dort passiert ist. In Bezug auf das „Problem“ des Klienten wird hier sozusagen nach „Ausnahmen“ gesucht und danach geschaut, warum die Situation gelungen ist. Der VHTer kann in der Rückschau mit Eltern z.B. zeigen und erklären, was das Kind gerade will und braucht und wie sie erfolgreich darauf eingehen können. Es können auch ganze Situationen in ihrer Dynamik analysiert werden, um sie zu verstehen.

²⁰ Der Autorin ist bewusst, dass es DIE Realität an sich nicht gibt, sondern dass diese immer, auch in der Arbeit am Bild, durch die Wahrnehmung des Betrachters konstruiert ist. Das Medium Video ist jedoch ein wesentlich neutralerer Botschafter als die Rekonstruktion der Beteiligten aus ihrer Erinnerung.

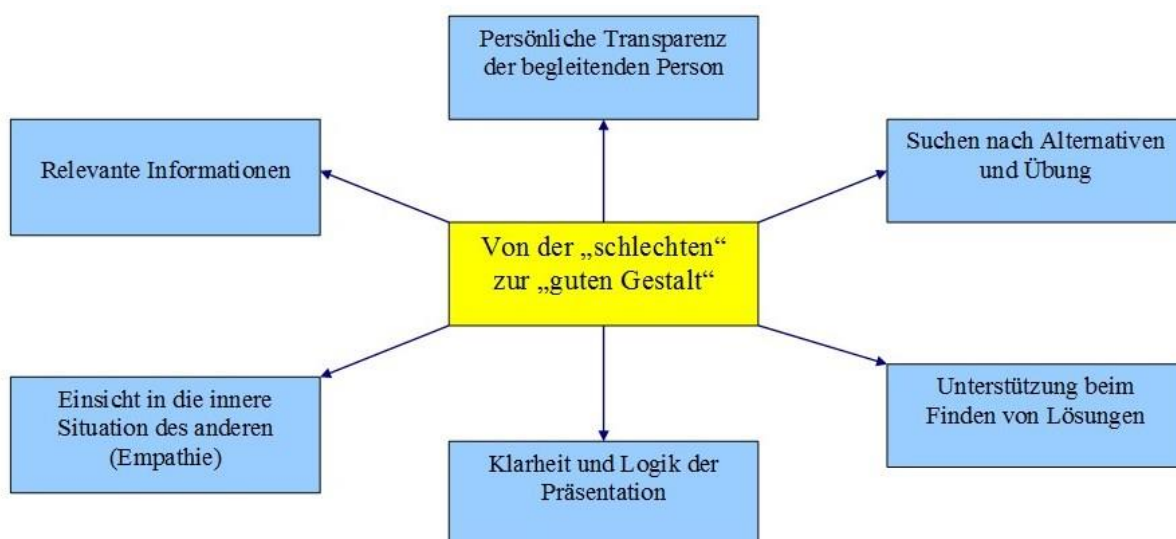
Da der Fokus auf dem liegt, „was ist“, ist eine ausgefeilte zielorientierte Hilfefrage wie bei Feed Forward entbehrlich. Die Nennung des Problems ist oft ausreichend, um dem VHTer Hinweise für die Auswahl der Arbeitsszenen zu geben, da er sich eher an der im Bild erscheinenden Basiskommunikation orientieren kann als an dem ausgearbeiteten „Wunderbild“ des Klienten. Die Umformulierung des Problems in ein Ziel ist allerdings hilfreich, damit den Klienten die „Ausnahmen“ plausibel werden.

Diese „Ausnahmen“ sind auch das Kernstück der Arbeit: Wenn Klienten verstanden haben, dass sie damit ihr Problem erfolgreich lösen können, werden sie „mehr davon“²¹ machen und sich seltener für die erfolglosen Verhaltensweisen entscheiden.

Die Umstrukturierung der Wahrnehmung

Das Feed Back Konzept bietet weiterhin die Möglichkeit, die Wahrnehmung des Klienten so umzustrukturieren, dass er von der „schlechten zur guten Gestalt“ kommen kann, d.h. dass er durch die Videobilder und die Fokussierung auf gelungene Momente eine andere persönlich „stimmige“ Sicht auf die als problematisch empfundene Situation bekommt. *Beispiel: Eine Mutter sagt „Wenn ich das so sehe, dann bin wohl doch nicht so eine schlechte Mutter“*

WERTHEIMER²² nennt dazu mehrere Rahmenbedingungen, die unterstützend wirken.



Grafik 4: Unterstützende Interventionen für den Umstrukturierungsprozess von der „schlechten zur guten Gestalt“

Die Parallelen zum beschriebenen Vorgehen in der Feed Back Rückschau sind auf einen Blick sichtbar. Die offene und wertschätzende **Beziehung**, die Klarheit und Logik der Präsentation durch die **Videobilder**, die Anregung des **empathischen Perspektivwechsels**, die relevanten **Informationen** über die Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen bzw. die Basiskommunikation, die **Unterstützung** beim Finden von **Alternativen und Lösungen** sind typische Interventionen des VHTers in der Arbeit am Bild. Sie begleiten den Weg des Klienten auf seinem Weg zu seiner individuell stimmigen Lösung.

²¹ De Shazer, a.a.O. S. 23

²² M. Wertheimer; Productive thinking. Harper& Row, New York (1959)

Beim Feed Back Konzept kommt die Umstrukturierung der Wahrnehmung mehr zum Tragen als bei Feed Forward. Da dort an Zielen (die in der Zukunft liegen) mit der Intention der Erkenntnis von WENN-DANN- Beziehungen gearbeitet wird, ist die Veränderung der Wahrnehmung weniger relevant, auch wenn sie sich als Wirkung letztendlich einstellen kann. Die begleitenden Interventionen ähneln sich durchaus.

Das Schneiden der Aufnahmen

Es liegt in der Natur von Feed Back, dass das Schneiden der Videoaufnahmen nicht unbedingt notwendig ist, manchmal ist dies sogar kontraindiziert: Wenn der Fokus auf dem Abbild der Wirklichkeit liegt, ist es für die Klienten eher irritierend, wenn bestimmte Szenen, die sie erinnern und die ihnen wichtig waren (z.B. Problemverhalten des Kindes), nicht mehr auftauchen. Sie suchen in den Bildern auch eine Bestätigung ihrer Wahrnehmung des Problems und fühlen sich im schlimmsten Fall nicht ernst genommen. Hier ist es besser, erst einmal das gesamte Bildmaterial zu zeigen, das Bemühen um Problemlösungen wertzuschätzen und gemeinsam nach den erfolgreichen „Ausnahmen“ zu suchen.

Expertenrolle

Der VHTer ist bei Feed Back öfter in der Rolle des Experten für Basiskommunikation (und manchmal für weitere Themen je nach Arbeitsfeld), der die Bilder analysiert, auch bewertet (auch positive Bewertung ist Bewertung), erklärt und Informationen gibt. Das Aktivierungskonzept des VHT hilft dabei, auch den Klienten arbeiten zu lassen.

Die Basiskommunikation des VHTers

Da die gemeinsame Arbeit z.T. einen hohen Analyseanteil hat, spielt hier die Basiskommunikation des VHTers eine große Rolle. Mit ihr wird die emotionale Komponente des Prozesses aufrechterhalten.

Was ist zu beachten?

- Manche Klienten haben negative Vorerfahrungen mit Video Feed Back. Feed Back bedeutet für sie, positive **und** negative Informationen zu bekommen. Wenn die Videoaufnahmen nicht geschnitten sind, sind nicht gelungene Situationen sichtbar, auch wenn nicht an ihnen gearbeitet wird. Hier müssen VHTer mit der cortisolgesteuerten Flucht- und Vermeidungsreaktion des Klienten rechnen. Die Arbeit mit diesem Widerstand ist manchmal aufwendig und zeitraubend. Als hilfreiche Intervention gilt hier das Reframen, das Umdeuten der Situation ins Positive.
Beispiel: Eine Mutter sieht ihre zankenden Kinder und ihre eigene Machtlosigkeit. Der VHTer kann die Situation umdeuten, indem er sagt „Das ist schlimm für Sie, aber wie Sie sehen, haben Sie Ihr Bestes getan!“
Auch könnte eine solche Situation genutzt werden, um alternatives Verhalten zu erarbeiten. Hier befinden wir uns allerdings schon im Grenzbereich zu anderen videobasierten Methoden, die den positiven Ansatz nicht in ihrem Konzept haben. Die einfachere Lösung ist, bereits bei der Aufnahme darauf zu achten, überwiegend gelungene Situationen ins Bild zu bekommen und die Kamera bei problematischen Szenen kurz auszuschalten.
- In Zwangskontexten könnten Klienten aus den positiven Bildern den Schluss ziehen, dass sie ja alles richtig und gut machen und keine weitere Hilfe mehr benötigen. In diesem Falle sollte eine sorgfältige Hilfefrage erarbeitet und den Klienten vorab das Konzept erklärt werden. Mit einem Kontrakt über die Arbeitsweise kann sichergestellt werden, dass es auch verstanden wurde.

Obwohl es einige Überschneidungen in der Vorgehensweise gibt, bestehen Ziele, bei denen nur eine Entscheidung für Feed Back möglich ist.

Wann ist die Entscheidung für das Konzept „Feed Back“ angebracht?

- Wenn diagnostisch vorgegangen werden soll (z.B. bei VID)
- Wenn ein ausdrückliches Feed Back verlangt wird
- Wenn die Expertenrolle gefragt ist
- Wenn es keine oder eine eher unklare Hilfefrage gibt
- Wenn ein Erkenntnisinteresse besteht
- Wenn emotionale Prozesse in den Hintergrund treten
- Wenn eher von kognitivem Lernen ausgegangen wird
- Wenn der VHTer konfrontieren will (auch positiv, z.B. bei Selbst- und Fremdbild)

Auch hier gilt, dass der VHTer die innere Klarheit haben muss, welche Intentionen er verfolgt und sich bewusst entscheidet.

5. Was haben beide Konzepte gemeinsam?

Sowohl Feed Back als auch Feed Forward sind in der VHT-Methode verwurzelt. Die Arbeit mit dem Positiven verbindet alle VHTer. Sie prägt ihre annehmende und wertschätzende Haltung den Klienten gegenüber und auch darüber hinaus. Die Verinnerlichung der Basiskommunikation hat Auswirkungen auf die eigene Arbeitszufriedenheit und die Freude der Klienten an gelungenem Verhalten und gefundenen Lösungen. Sowohl VHTer als auch Klienten profitieren von den 4 Säulen des Video-Home-Trainings®: Den Bildern, der Basiskommunikation, dem positiven Ansatz und dem Aktivierungskonzept, auch wenn unterschiedliche Ziele unterschiedliche Arbeitsweisen bedingen. Die Entscheidung liegt beim VHTer selbst, denn **„Das Ziel ist der Weg“**.

6. Zum Schluss noch einmal kompakt:

Eine Übersicht über beide Konzepte, Intentionen und methodisches Vorgehen

	Feed Forward	Feed Back	Gemeinsam
Intention	Ausschließliches Arbeiten auf das Ziel des Klienten hin, sein „Wunschbild“ Leitfrage: WIE erreicht der Klient sein Ziel?	Zeigen eines Abbilds der Realität. Was gut gelungen ist, wie die Dinge zusammenhängen, wie sie wirken, Beispiele, wie es besser geht. Leitfrage: WARUM klappt es?	Positive Haltung, Basiskommunikation des VHTers
Problem d. Kl.	Nicht relevant	Wird angenommen, analysiert, erklärt, Lösungen werden entwickelt	
Hilfefrage/ Fragestellung	Sehr systematisch ausgearbeitet, dient dem VHTer als wesentliches Handwerkszeug zur Bildauswahl „Übersetzung in BK“	Wunsch zur Veränderung, Problemschilderung. Problem sollte als Ziel formuliert werden.	Sorgfältige und ausführliche Empfangsbestätigung, Annehmende Haltung, Freundliche Atmosphäre

Bildschnitt	Auf jeden Fall! Sequenzen, die das Ziel des Klienten mit Elementen der BK abbilden. In logischem Aufbau nach dem VKS	Nicht unbedingt nötig, aversive Szenen werden nicht bearbeitet oder umgedeutet (Reframing). Wenn JA: Auswahl von Beispielen gelungenen Klientenverhaltens i.S. der Basiskommunikation (VKS oder BKP)	Suchen nach gelungenen Szenen.
Bildbearbeitung	Nutzen informativer und emotionaler Gestaltungselemente. Musik, Blenden, Text	Ggfs. Zusammenstellung von Szenen mit gelungener Basiskommunikation. Gestaltungselemente möglich, eher nicht.	
Arbeit am Bild	Strukturiertes Vorgehen, die 10 „goldenen Fragen“ in der RS, der Kl. erkennt mit Hilfe von aktivierenden Fragen Zusammenhänge und formuliert sie in Form von „WENN-DANN-Sätzen“	Aktivierend, auch erklärend, analysierend, gemeinsam nach Lösungen suchend, Vorschläge machend	Positives Erleben, Gemeinsames Genießen. Fokus auf Arbeit an den Bildern
Interventionen	Bezug zur HF (zwingend) Ausschließlich aktivierende Fragen, ggfs. relevante Informationen Gemeinsames Genießen	Reframing, aktivierende Fragen, Erklärungen, Erkenntnis fördern („Ach so, das ist so, weil ...“) Gemeinsames Genießen	„Zurück zum Bild“, BK des VHTers, positives Führen durch die RS, aktivierende Fragen Gemeinsames Genießen
Selbstverständnis des VHTers	„Nichtwissend“, Hebammenfunktion, Bildschnitt ist ein Angebot für Lösungen, die der Kl. selbst findet.	Experte für Basiskommunikation und manchmal mehr, positiv bewertend, erklärend, analysierend, auch ggfs. recht aktiv	„Ich bin Video-Home-Trainer“ Aktivierungskonzept des VHT
Übung/Festigung	Durch „Primes“ und Nutzen des Video Self Modelings	Einsicht und erwartete Umsetzung, Übungsaufgaben	Primes und Self Modeling auch einsetzbar
Diagnose	Nicht möglich und auch nicht notwendig in der Arbeit mit Klienten. Evtl. für die vorbereitende Mikroanalyse des VHTers	Möglich. Mit VHT vereinbar, wenn die Erkenntnisfrage lautet: „Was will das Kind, was braucht das Kind?“	

Diese Zusammenstellung ist ein Versuch der Systematisierung und sicher noch ergänzungsbedürftig. Die Autorin freut sich auf Rückmeldungen und viele weiterführende Anregungen!

Dieser Artikel wurde in Goltsche (Hg) „Kursbuch Video-Home-Training -Interaktion im Blick“, Miesbach 2016, veröffentlicht. ISBN 978-3-00-052141-6

Erklärung der Abkürzungen

BK = Basiskommunikation

BKP = Basiskommunikationsprinzipien

Kl. = Klient

RS =Rückschau

SFBT = Solution Focused Brief Therapy, Lösungsfokussierte Kurztherapie nach Steve de Shazer

VHT= Video-Home-Training®

VHTer = Video-Home-Trainer

VIB = Video-Interaktions-Begleitung®

VID = Video-Interaktions-Diagnostik

VKS = Video-Kontakt-Schema

VSM = Video Self Modeling

VST = Video-School-Training®

Literaturliste

Arnold, Eysenck, Meili, „Lexikon der Psychologie Bd. 3“ Augsburg 1997

Bauer, Joachim: „Warum ich fühle, was Du fühlst“. Hamburg 2005

Bauer, Joachim: „Prinzip Menschlichkeit“. Hamburg 2006

Decker, Tinus Hg, Biemans, Harrie: „Videohometraining in gezinnen“. Houten (NL) 1994

De Shazer, Steve, Dolan, Yvonne: „Mehr als ein Wunder“, Heidelberg 2008

Hüther, Gerold: „Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn“. Göttingen 2001

Krause, Frank, Storch, Maja: „Selbstmanagement - ressourcenorientiert“ Bern 2010

Wels, Paul: „Helpen met beelden“. Houten/Diegem (NL) 2001

Bilder: AFNB Köln, Fortbildungsmaterial 2008, Grafik 4: Hannelore Gens 2001



Die Autorin:

Dipl. Päd. Hannelore Gens,

Video-Home-Trainerin, ausgebildet bei den Begründern der Methode in den Niederlanden , Ausbilderin, Masterclass-Ausbilderin / Lehr-supervisorin bei SPIN-DGVB e.V., Methodenentwicklerin und Autorin

Kontakt: vht@hannelore-gens.de, www.hannelore-gens.de