

Scheitern – Wie gelingt es, aus Misserfolgen zu lernen?

Kristina Maiwald



© kieferpix/iStock/Getty Images Plus

Scheitern gehört zum Leben. Warum aber fällt es, mit dem Umgang damit so schwer? Die Gründe dafür liegen in uns selbst, aber auch in der geringen Fehlertoleranz unserer Gesellschaft. Doch ein Wandel ist erkennbar: Immer mehr Menschen berichten offen über Erfahrungen des Scheiterns und Formen eines konstruktiven Umgangs damit. Gerade für Jugendliche ist dieses Thema bedeutsam. Denn viele leiden unter Versagen,ängsten und empfinden dies als belastend. Diese Reihe lädt ein, Strategien für einen guten Umgang mit Niederlagen zu entwickeln.

KOMPETENZ

Klassensätze: 9/10

Dauer: 9 Unterrichtsstunden

Kompetenzen: unsere Fehlerkultur kritisch reflektieren; den Zusammenhang zwischen einer geringen Fehlertoleranz und daraus resultierenden Handlungen herstellen, die Rolle von Vernunft und Emotionen in Entscheidungsprozessen diskutieren, Handlungsoptionen bei Misserfolgen aufzeigen

Thematische Bereiche: Grenzerfahrungen, Erwachsenwerden, gelingendes Leben

Medien: Texte, Gedicht, Bilder

Methoden: (Internet-)Recherche, Diskussion, Blitzlicht, Experiment, Standbilder, gestaltendes Interpretieren, Partnerinterviews

Auf einen Blick

1. Stunde

Thema:	Scheitern gehört zum Leben! – Es kann nicht immer gut laufen
M 1	Scheitern gehört dazu! – Es kann nicht immer gut laufen
M 2	Scheitern ist wie Schiffbruch erleben!
Inhalt:	„Scheitern“ meint, Ziele nicht oder nur ungenügend zu erreichen. Damit zusammenhängende Gefühle erörtern die Lernenden anhand des Motivs des Schiffbruchs.

2./3. Stunde

Thema:	Scheitern ist nicht leicht – Warum es so schwer ist, Fehler zuzugeben
M 3	Aus Fehlern zu lernen, ist nicht ein Experiment
M 4	Warum wir aus eigenen Fehlern nicht schlau werden – Ein Experiment auswerten
M 5	Aus Fehlern wird man klug ... oder nicht?
Inhalt:	Scheitern ist meist unangenehm. Das Ego fühlt sich bedroht, unser Selbstwert gerät ins Wanken. Im Fokus stehen Studienergebnisse und ein Experiment, das abschließend reflektiert wird.

4. Stunde

Thema:	Fehler und Misserfolge – Gesellschaftlich unerwünscht?
M 6	Ich bin gescheitert – Und was denken die anderen?
M 7	Nur nicht scheitern!
Inhalt:	In unserer Leistungsgesellschaft sind Fehler und Misserfolge nicht gern gesehen. Da wir aber alle Fehler machen, wäre da nicht ein anderer Umgang mit Fehlern wünschenswert? Die Lernenden reflektieren unsere Fehlerkultur.

5. Stunde

Thema: Fehlerkultur – Hier und anderswo

M 8 Unsere Fehlerkultur ... und mögliche Folgen

M 9 Wie gehen andere mit Fehlern um? – Andere Länder im Blick

Inhalt: Eine junge Frau sucht einen neuen Job. In ihrem Lebenslauf finden sich Ereignisse, die ihr vermutlich als „Fehler“ angelastet werden. Wird sie ehrlich sein oder den Lebenslauf „beschönigen“? Die Lernenden diskutieren Fallbeispiele und Folgen unserer geringen Fehlertoleranz.

6./7. Stunde

Thema: Wege, mit Misserfolgen konstruktiv umzugehen

M 10 Gescheiter scheitern

M 11 Über den konstruktiven Umgang mit Niederlagen

Inhalt: Scheitern wird zunehmend anders wahrgenommen. Im Fokus der Stunde steht der gesellschaftliche Wandel. Die Lernenden erstellen einen Ratgeber für den konstruktiven Umgang mit Misserfolgen.

8. Stunde

Thema: Nach Niederlagen andere, neue Wege gehen

M 12 Das Loch in der Straße

Inhalt: Zum konstruktiven Umgang mit Niederlagen gehört es, sich das Scheitern einzugestehen, Verantwortung zu übernehmen und andere, neue Wege zu gehen. Ausgehend von dem Text „Das Loch in der Straße“ nehmen die Lernenden Alltagsbeispiele in den Blick.

9./10. Stunde

Thema: Können wir scheitern mit Nietzsche

M 13 Schöne Scheitern mit Nietzsche

M 14 Leben mit der Aussicht auf Scheitern

M 15 Dichter und Denker über das Leben mit Erfolg und Misserfolg

Inhalt: Was bedeutet es, erwachsen zu werden? Ausgehend von der „Geschichte des Scheiterns“ einer Studentin erörtern die Lernenden prägende Erfahrungen ihres Entwicklungsprozesses. Sie begreifen, dass Scheitern zum Leben dazugehört.

M 1

Scheitern gehört dazu! – Es kann nicht immer gut laufen

Du hast eine schlechte Note geschrieben, obwohl du gelernt hast? Ihr habt ein Spiel verloren, obwohl ihr hart trainiert habt? Deine Beziehung ist zerbrochen, obwohl die Hoffnungen so groß waren? Es kann nicht immer gut laufen im Leben. Wer kennt das nicht?!



Aufgaben

1. Lies die Beispiele. Was geht dir durch den Kopf?
2. Eines der zehn Beispiele passt nicht zu den anderen. Welches ist es? Begründe deine Wahl.
3. Erläutere, worin die Gemeinsamkeit der anderen Beispiele liegt.
4. Was bedeutet „Scheitern“? Definiere den Begriff. Recherchiere dazu gerne auch im Internet. Vergleiche eure Ergebnisse in Partnerarbeit.

Manchmal geht es gut ...



© baona/iStock Getty Images Plus

© RAABE 2025

... und manchmal läuft es schlecht! – So ist das Leben!

- a) Der Torwart hat den Elfmeter raus nicht. Seine Mannschaft verliert das Spiel.
- b) Mehmet hat sich an mehreren Kunsthochschulen beworben. Er erhält nur Absagen.
- c) Die Verkaufszahlen des Unternehmens sinken. Viele Mitarbeiter werden entlassen.
- d) Ronja will ein „Seepferdchen“ bekommen. Doch sie traut sich nicht, ins Wasser zu springen.
- e) Eine Klage wird vom Landgericht abgewiesen.
- f) Sandrinos zweiter Kinofilm wird ein Flop. Niemand geht ins Kino, wenn er läuft.
- g) Natalia verliert durch einen Motorradunfall ihr Bein.
- h) Leland fällt durch die Führerscheinprüfung. Er übersieht aus Aufregung ein Stopp-Schild.
- i) Ein Team versucht, ein Medikament gegen Demenz zu entwickeln, schlagen fehl. Das Team gibt auf.
- j) Elyse schafft die neunte Klasse nicht. Sie wird am Ende des Schuljahres nicht versetzt.

Was bedeutet „Scheitern“? – Definiere den Begriff.



M 3



Aus Fehlern zu lernen, ist nicht einfach – Ein Experiment

Test 1: Lies die Fragen. Kreuze die richtige Antwort an.

1. Welches der beiden Tiere lebt am Südpol?	Richtig	Falsch
a) Pinguin		
b) Eisbär		
2. Welches der beiden Gewässer ist ein See?	Richtig	Falsch
a) Ostsee		
b) Totes Meer		
3. Welches der beiden Wörter ist richtig geschrieben?	Richtig	Falsch
a) Karussell		
b) Karussel		
4. Wo fand die erste Fußball-WM 1930 statt?	Richtig	Falsch
a) Uruguay		
b) England		
5. Welche der beiden Göttinnen ist eine römische Göttin?	Richtig	Falsch
a) Demeter		
b) Venus		



Test 2: Lies die Fragen. Kreuze die richtige Antwort an.

1. Welches der beiden Tiere lebt nicht am Südpol?	Richtig	Falsch
a) Pinguin		
b) Eisbär		
2. Welches der beiden Gewässer ist kein See?	Richtig	Falsch
a) Ostsee		
b) Totes Meer		
3. Welches der beiden Wörter ist falsch geschrieben?	Richtig	Falsch
a) Karussell		
b) Karussel		
4. Wo fand die erste Fußball-WM 1930 nicht statt?	Richtig	Falsch
a) Uruguay		
b) England		
5. Welche der beiden Göttinnen ist keine römische Göttin?	Richtig	Falsch
a) Demeter		
b) Venus		

M 5

Aus Fehlern wird man klug ... oder nicht?

Wir alle machen Fehler, jeder scheitert einmal. Diese Erfahrung löst bei vielen Menschen Selbstzweifel oder Minderwertigkeitsgefühle aus. Zwei Psychologinnen aus den USA wiesen nach, warum es uns so schwerfällt, aus eigenen Fehlern zu lernen.



Aufgaben

1. Lies den Text. Fasse den Inhalt mit eigenen Worten zusammen.
2. Vergleiche eure Ergebnisse mit denen der Studie von Eskreis-Winkler und Rebach.
3. Erläutere, wie sich der Umgang mit eigenen Fehlern auf Schule, Erziehung oder andere Lebensbereiche auswirken kann.

Besser scheitern: Warum es uns so schwerfällt, aus eigenen Fehlern zu lernen

Aus eigenen Fehlern lernt man weniger als aus eigenen Erfolgen. Nur wenn es um Siege und Niederlagen anderer Menschen geht, profitiert man von beiden gleichermaßen. Dieses Phänomen beschreiben die Psychologinnen Lauren Eskreis-Winkler von der Northwestern University und Ayelet Rebach von der University of Chicago in den „Perspectives on Psychological Science“. Bereits 2019 hatten sie in einer Studienreihe mit mehr als 1600 Probandinnen und Probanden gezeigt, dass eine negative Rückmeldung das Lernen behindert [...]. Ergebnis: Nach einer Erfolgsrückmeldung wussten die Versuchspersonen in der zweiten Runde auf die inhaltlich gleiche Frage im Mittel zu 80 Prozent die richtige Antwort. Nach einer Misserfolgsmeldung kamen sie nur auf rund 60 Prozent – sie hatten daraus weniger gelernt. [...] Aber wenn sie [...] richtige oder falsche Antworten von anderen vorgelegt bekamen, zogen sie aus deren Irrtümern ebenso viel Information wie aus den Erfolgen. Sobald es nicht um die eigene Person ging, war ein Fehler offenbar kein Lernhemmnis mehr. Nun analysierten die Psychologinnen die Ursachen. Ihr Fazit: Aus eigenen Irrtümern zu lernen ist anstrengend. Zum Scheitern bedrohe Scheitern das Ego und um es zu schützen, werde die Aufmerksamkeit davon abgelenkt. Zum anderen verarbeiten Menschen bevorzugt Informationen, die mit ihren Überzeugungen und Erwartungen übereinstimmen, und ignorieren jene, die ihnen widersprechen – ein verbreiteter Urteilsfehler, der als „confirmation bias“¹ bekannt ist. Noch dazu ist die Information, die im Scheitern steckt, nicht immer offensichtlich. Man muss um die Ecke denken und aus dem Falschen auf das Richtige schließen. [...]

Text: Gelitz, Christin: Besser scheitern. Warum es so schwer ist, aus eigenen Fehlern zu lernen. In: Spektrum der Wissenschaft vom 12.11.2020. Zu finden unter: <https://www.spektrum.de/news/fehler-warum-es-so-schwer-ist-aus-ihnen-zu-lernen/2075376> [letztes Mal abgerufen am 19.03.2025].

Worterbäuterung

Confirmation bias = Bestätigungsfehler oder -verzerrung; Informationen werden so ausgewählt und gedeutet, dass sie den eigenen Erwartungen entsprechen. In diesem Zusammenhang bedeutsam ist auch die Theorie der „kognitiven Dissonanz“. Damit gemeint ist ein als unangenehm empfundener Gefühlszustand, der ausgelöst werden kann, wenn zwei Kognitionen unvereinbar sind, beispielsweise, wenn man weiß, dass man lernen sollte, es aber dennoch nicht tut, beispielsweise aus Unlust. Unser Wissen steht somit im Widerspruch zu unserem Handeln. Wir reagieren auf dieses negative Gefühl oft durch Rechtfertigungen oder Schuldzuweisungen.

Ich bin gescheitert – Und was denken die anderen?

M 6

Scheitern wir und andere bekommen dies mit, löst dies nicht nur unangenehme Gefühle bei uns aus, wir fürchten auch mögliche Reaktionen von anderen.

Aufgaben

1. Bildet Paare. Person A liest Person B eine Situation vor. B stellt sich die Situation und mögliche Reaktionen anderer vor. A notiert die Antworten von B. Dann wechseln die Rollen.
2. Schaut euch dann die gesammelten Reaktionen an. Habt ihr schon einmal ähnliche Beobachtungen/Erfahrungen gemacht? Tauscht euch darüber aus.



Person A liest: Stell dir vor ...

- a) ... du hast nach der zehnten Klasse ein Jahr im Ausland geplant. Du fährst nach England und bekommst dort unerträgliches Heimweh. Nach zwei Monaten kehrst du zurück nach Hause.

Person B antwortet: Mögliche Reaktionen anderer könnten sein:

Person B liest: Stell dir vor ...

- b) ... du hast eine Theaterrolle übernommen. Du probst und machst dir Spaß. Am Tag der Aufführung bekommst du Lampenfieber. Du gehst auf die Bühne und beginnst zu stottern.

Person A antwortet: Mögliche Reaktionen anderer könnten sein:

Person A liest: Stell dir vor ...

- c) ... du hast einen Ferienjob in einem angesagten Café. Viele beneiden dich. Doch schon nach kurzer Zeit sucht die Chefin das Gespräch mit dir. Du hast dich beim Kassieren verrechnet ...

Person B antwortet: Mögliche Reaktionen anderer könnten sein:

Person B liest: Stell dir vor ...

- d) ... du hast ein Buch aus der Bibliothek ausgeliehen, um dich auf ein Referat vorzubereiten. Doch dann hast du die Abgabefrist vergessen. Auf die erhaltenen Mahnungsschreiben hast du nicht reagiert. Einige Wochen nach Ablauf der letzten Frist erhältst du eine Mail ...

Person A antwortet: Mögliche Reaktionen anderer könnten sein:

M 8



Unsere Fehlerkultur – Und mögliche Folgen

Aufgaben

1. Bildet Gruppen. Lest euren Fall.
2. Überlegt, wie die Person mit ihrem „Fehler“ umgehen könnte. Notiert, wie die Geschichte weitergehen könnte.
3. Präsentiert eure Ergebnisse. Nennt Gründe für den gewählten Umgang mit dem „Fehler“.
4. Denkanstoß für alle: Kannst du das Handeln der Personen nachvollziehen? Nimm Stellung!

Fall 1: Joshua

Joshua und sein Freund spielen in der Wohnung mit dem Ball. Joshua weiß, dass er das eigentlich nicht darf. Ein Schuss geht zu hoch. Der Ball landet im Regal. Eine Vase fällt herunter und zerbricht. Als der Vater nach Hause kommt und den Schaden bemerkt, berichtet ihm Joshua ...

So könnte die Geschichte weitergehen: _____

Fall 2: Helena

Helena sucht einen Job. Sie schreibt eine Bewerbung. Darin steht auch ein Lebenslauf. Bei ihrem letzten Job wurde ihr gekündigt. Sie sei zu langsam, sagte man ihr. Wenn sie diesen Job in ihrem Lebenslauf auflistet und nach dem Grund gefragt wird, warum sie dort aufgehört hat, könnte es schwierig werden. Sie überlegt also ...

So könnte die Geschichte weitergehen: _____

Fall 3: Amir

Amir ist Arzt. Nach vielen Überstunden operiert er noch einen Notfall, eine Blinddarmentzündung. Alles läuft gut. Doch beim Screening entdeckt Amir, dass er versehentlich einen Tupfer nicht entfernt hat. Die Patientin weiß nichts davon. Also überlegt er ...

So könnte die Geschichte weitergehen: _____

Fall 4: Britt

Britt und ihre Mitschülerinnen und Schüler bereiten ein Projekt vor. Die Aufgaben sind verteilt. In fünf Tagen wollen sie sich treffen, um alle Ergebnisse zu einer PowerPoint-Präsentation zusammenzufügen. Britt ist Teil einer Gruppe. Sie schafft es nicht, ihren Part vorzubereiten. Immer wieder schiebt sie die Aufgabe vor sich her. Als der Tag des Treffens kommt, wird ihr bewusst, dass sie nichts vorzubereiten hat. Sie beschließt ...

So könnte die Geschichte weitergehen: _____

M 10

Gescheiter scheitern

Die folgenden Titel stammen aus Podcasts, Dokus, Blogs, YouTube-Videos, Vorträgen und Podgebs. Es sind nur einige Beispiele für den sich ändernden Umgang mit Scheitern.



Aufgaben

1. Lies die Titel. Notiere, was dir durch den Kopf geht.
2. Beschreibe, was du dir vorstellst oder weißt.

Scheitern – aufstehen – wieder scheitern – weitermachen – besser scheitern

Gescheitert – und entdeckt,
was alles in dir steckt
Aus Misserfolgen
Lernen

So machen Sie das Beste aus Niederlagen
Vom Hinfallen und
wieder Aufstehen

**Scheitern als Chance
begreifen**

Scheitern –
Herausforderung
Neues

An Niederlagen
wachsen

**Schöner
Scheitern**

Gestärkt aus Krisen
hervorgehen

**Talk: Scheitern lernen mit
den Bestfreundinnen**

Scheitern – wieder
versuchen – besser
scheitern

Den Sprung wagen



© Jim Howarth/The Images Bank

Leben ... mit der Aussicht auf Scheitern

M 14

Aufgaben

1. Bildet Gruppen: Eine/Einer von euch zieht ein Kärtchen und vervollständigt den Satz.
2. Die anderen geben anschließend Feedback.
3. Im Uhrzeigersinn geht es weiter, sodass jede/jeder aus der Gruppe sich äußern kann.

Meine Schwächen sind ...	Das könnte später schwierig werden ...	Ich bin eher ein „Bauchmensch“, wenn ...
Meine Stärken sind ...	So würde ich später gerne wohnen ...	Ich bin eher ein „Kopfmensch“, wenn ...
Lassen sich meine Zukunftspläne nicht realisieren, könnte ich mir vorstellen ...	So stelle ich mir später mein Privatleben vor ...	Misserfolg bedeutet für mich ...
Das gibt mir Kraft	Erfolg bedeutet für mich ...	Wenn ich mutig bin, möchte ich später ...

Mehr Materialien für Ihren Unterricht mit RAAbits Online

Unterricht abwechslungsreicher, aktueller sowie nach Lehrplan gestalten – und dabei Zeit sparen.

Fertig ausgearbeitet für über 20 verschiedene Fächer, von der Grundschule bis zum Abitur: Mit RAAbits Online stehen redaktionell geprüfte, hochwertige Materialien zur Verfügung, die sofort einsetz- und editierbar sind.

- ✓ Zugriff auf bis zu **400 Unterrichtseinheiten** pro Fach
- ✓ Didaktisch-methodisch und **fachlich geprüfte Unterrichtseinheiten**
- ✓ Materialien als **PDF oder Word** herunterladen und individuell anpassen
- ✓ Interaktive und multimediale Lerneinheiten
- ✓ Fortlaufend **neues Material** zu aktuellen Themen



Testen Sie RAAbits Online
14 Tage lang kostenlos!

www.raabits.de

