

Die Libellenlarve...

...erzählte einem Blutegel von ihrem immer wiederkehrenden Drang nach oben, um Luft zu schöpfen. Der Blutegel versteht ihn nicht "Hab ich vielleicht jemals das Bedürfnis nach dem, was du Himmelsluft nennst?"

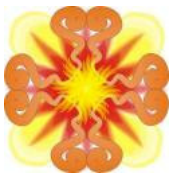
„Ach“, erwiderte die Libellenlarve, „ich hab nun einmal die Sehnsucht nach oben. Ich versuchte auch schon einmal, an der Wasseroberfläche nach dem zu schauen, was darüber ist. Da sah ich einen hellen Schein, und merkwürdige Schattengestalten huschten über mich hinweg. Aber meine Augen müssen wohl nicht geeignet sein für das, was über dem Teich ist. Aber wissen möchte' ich's doch.“

Der Blutegel krümmte sich vor Lachen: „ Oh, du phantasievolle Seele, du meinst, über dem Tümpel gibt es noch was ? Lass doch diese Illusionen! Glaube einem erfahrenen Mann: ich hab' den ganzen Tümpel durchschwommen. Dieser Tümpel ist die Welt und die Welt ist ein Tümpel. Und außerhalb dessen ist nichts!“

„Aber ich habe doch den Lichtschein gesehen, und die Schatten !?“

„Hirngespinnste ! Was ich fühlen und betasten kann, das ist das Wirkliche“, erwiderte der Blutegel.

Aber es dauerte nicht lange, bis sich die Libellenlarve aus dem Wasser heraus schob. Als sie den trockenen Boden erreicht hatte, starb sie. Doch nach einer Weile wurde ihre Haut in der Sonne brüchig. Sie platzte auf, und langsam kam eine Libelle zum Vorschein. Sie erhob sich in die Luft, und ihre Farben funkelten im Sonnenlicht, als sie über den niedrigen Tümpel davon schwebte.



Bewusste Arbeit mit dem Un-Bewussten

Bewusst & Un-Bewusst

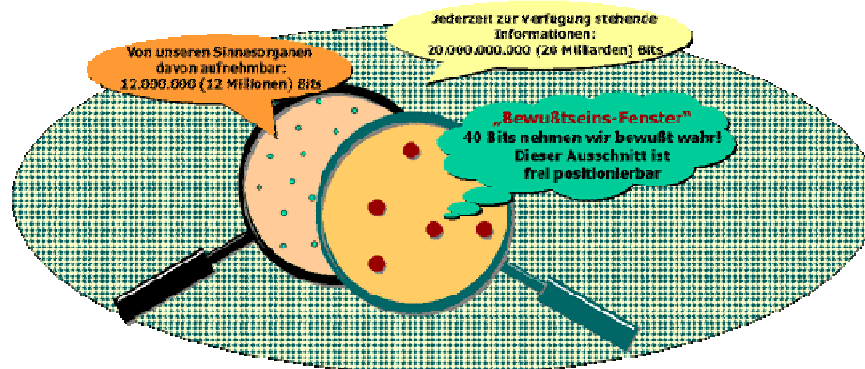
Der Mensch trifft

80 – 90% aller Entscheidungen „aus dem Bauch“.

Wenn wir davon ausgehen, dass nicht alles, was um uns passiert, bewusst wahrgenommen wird, sondern vieles einfach unbewusst irgendwo hin abgelegt wird:

Was würden Sie schätzen, wie hierbei die Größenordnungen aussehen? Also das Verhältnis zwischen dem, was wir wahr nehmen und dem, was permanent auf uns einströmt.

Anders gefragt, wie viel von dem, was in jedem Moment auf uns einströmt wird von uns wirklich bewusst wahr-genommen und auch irgendwo in unserem Gedächtnis abgespeichert? Nachstehend ein kurzer Überblick, ausgedrückt in der im EDV-Bereich üblichen Einheit von Bits:

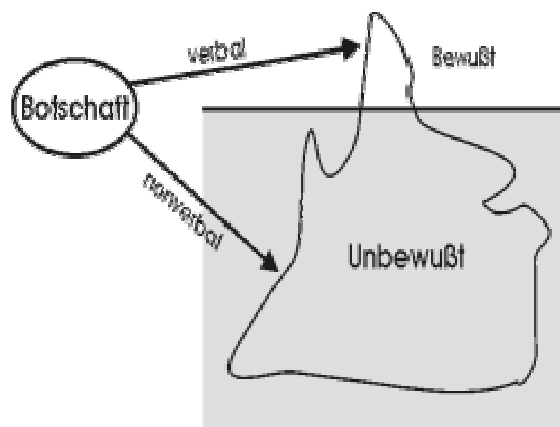


1

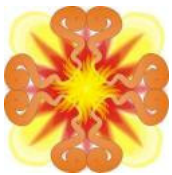
Anders dargestellt:

| | |
|--------------------------------------|----------------|
| zur Verfügung stehende Informationen | 20.000.000.000 |
| von unseren Sinnesorganen aufnehmbar | 12.000.000 |
| Bewusstseins-Fenster | 40 |

Weniger krass wird es in Freuds „Eisbergmodell“ dargestellt:



¹ Grafiken aus „Vom Teilen zum Mit-Teilen“, Fritz Maywald



Bewusste Arbeit mit dem Un-Bewussten

Der Teil über dem Wasser entspricht dem „bewussten Ich“, der Teil unter Wasser dem Unbewussten. Das bewusste Ich beschäftigt sich mit den Daten, den sachlichen Argumenten.

Das Unbewusste ist der Sitz von emotionalen Ur-Erfahrungen und Ur-Erwartungen: Angst, Freude, Vertrauen, Sympathie. Diese sind, nach Freud, zusammen mit dem Fortpflanzungstrieb, die Grundlage des menschlichen Handelns.

Anders gesagt: Der Mensch trifft 80 bis 90% aller Entscheidungen „aus dem Bauch“. Also auf der Ebene der Emotionen und nicht „im Kopf“, also mit dem rationalen Verstand. Das Wort spricht allein den Kopf an, für den Bauch ist der große Rest zuständig.

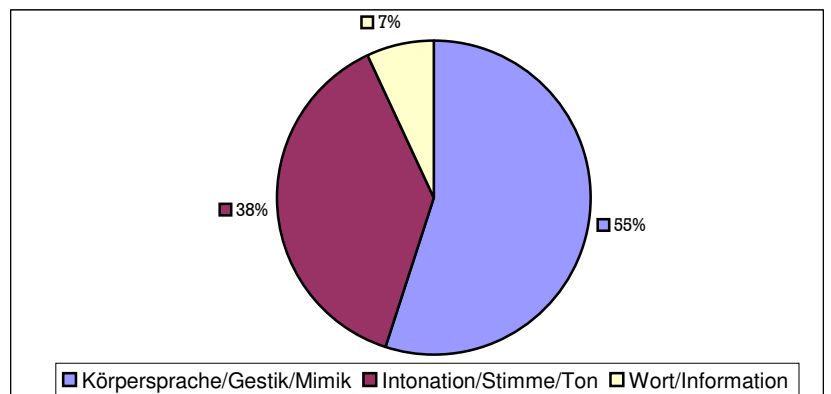
Also: Wesentlich ist gar nicht, was wir sagen, sondern wie wir es sagen.

Es gibt aber auch die andere Seite dieses Modells: Was immer wir sagen, wie wenig oder wie viel, zusätzlich zum sachlichen Inhalt gelangt eine Menge Informationen über uns und unsere Gefühle zum Empfänger.

Ein Grund mehr, mit einer positiven Grundstimmung auf den Gesprächspartner zuzugehen.

Nonverbale Kommunikation

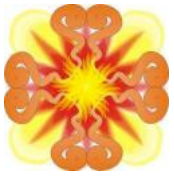
Falls Sie bis jetzt davon aus gegangen sind, dass das, was Sie sagen, wichtig ist, dann sollten Sie einen Blick auf die nachstehende Grafik werfen:



Noch eine tabellarische Auflistung:

| | |
|-----------------------------------|--------------|
| gesprochenes Wort | 7 % |
| Intonation/Stimme/Ton | 38 % |
| Körpersprache/Gestik/Mimik | 55 % |
| Gesamt | 100 % |

² Textauszüge und Grafiken aus „Mein Freund KU; bewusste Arbeit mit dem Un-Bewussten“, ChrisTina Maywald



Bewusste Arbeit mit dem Un-Bewussten

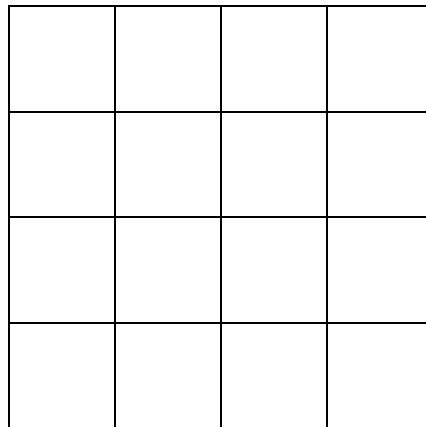
Wirk-lichkeit

Egal, was jeder Einzelne von uns nur wahr-nimmt oder auch nicht – das, was wir wahr-nehmen, wirkt auch – in uns – und durch uns – und das, was wirkt, kreiert unsere Wirk-lichkeit. Womit auch alles, woran wir glauben, bewirkt, dass diese Überzeugung in uns wirkt – und durch uns wirkt.

Wie wirk-lich ist unsere Wirk-lichkeit wirk-lich?

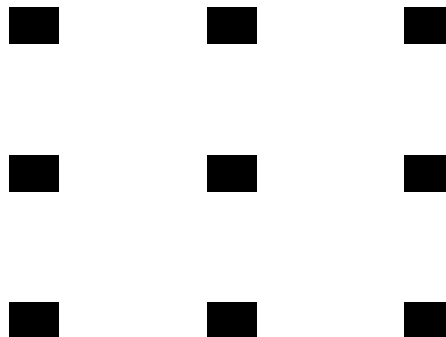
Ich behaupte – meine Wirklichkeit ist für mich real – für jede/n Andere/n kann sie Spinnerei und/oder Phantasterei sein – für mich ist sie meine Wirklichkeit – und basiert auf meinen Wahrheiten. Vorweg ein kleines Beispiel zum Schulen Ihrer Wahr-nehmung:

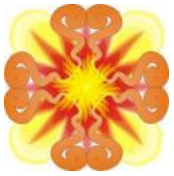
Wie viele Quadrate erkennst du?



9 Punkte verbinden

Verbinden sie die neun Punkte durch vier gerade Striche, ohne den Bleistift abzusetzen

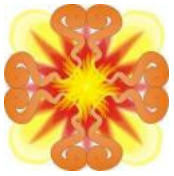




Bewusste Arbeit mit dem Un-Bewussten

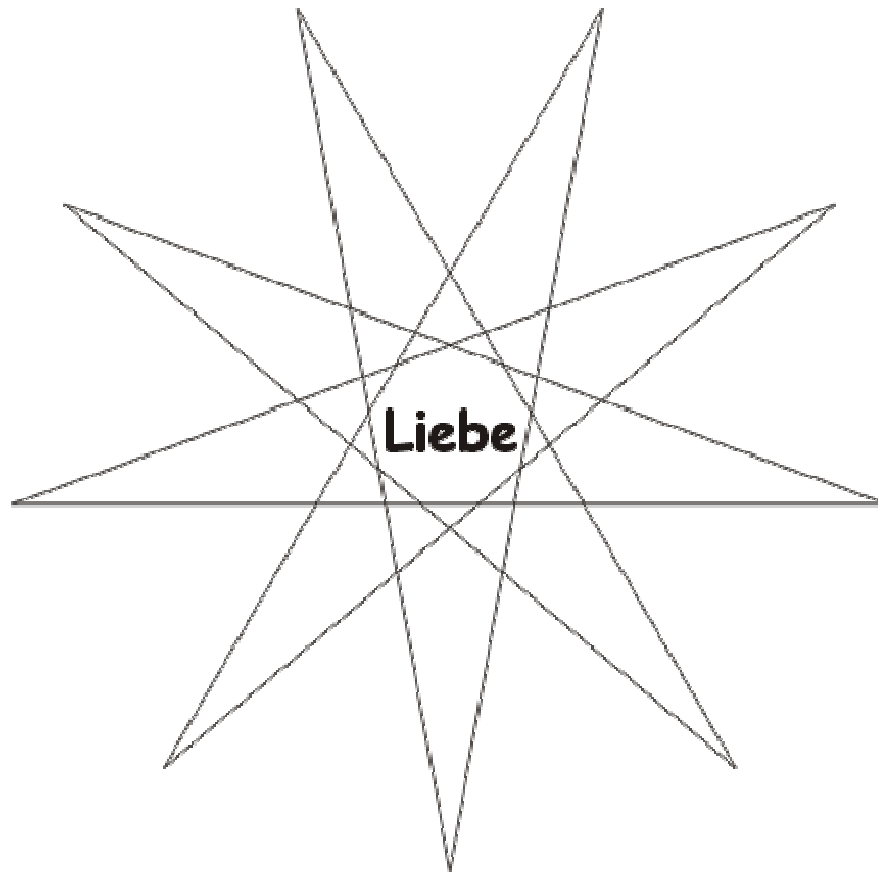
Übungsanleitung 1 zeichne einen Baum

Das war's schon – ohne weitere Zusatzangaben – zeichnen Sie einfach einen Baum.



Bewusste Arbeit mit dem Un-Bewussten

Gleich noch eine gemeinsame Übung: Nachstehend finden Sie einen Stern mit 9 Strahlen. Bitte schreiben sie zu jedem Strahl einen Begriff, welcher Ihnen spontan dazu einfällt.



Und dann vergleichen Sie ihre Begriffe mit denen Ihres Nachbarn. Und? Gibt es viele Übereinstimmungen? Vergleichen Sie auch noch mit anderen Nachbarn. Gibt es einen einzelnen Begriff, den wirklich alle angeführt hatten?