

Nummer 16

Gehirnpfade



Was Du siehst ist wahr, oder? Wenn Du auf einen Gegenstand schaust und eine andere Person schaut auf denselben Gegenstand, dann betrachtet ihr die selbe Wirklichkeit und seht auch das gleiche, oder? Wenn Du es nicht willst, dann kann Dich keiner durchschauen, oder? Auf geht's!

Pupillen und Sehen 1:

Was unsere Pupillengröße nach außen verrät:

- **Die vorweggenommene Entscheidung**

"An der Größe einer Pupille lässt sich ablesen, ob ein Mensch, der vor einer Entscheidung steht, Ja oder Nein sagen wird - beim Ja erweitert sich die Pupille stärker." ... "Zwar war bereits früher bekannt, dass das Gehirn bei langwierigen Entscheidungsprozessen Neurotransmitter ausschüttet, die über das Nervensystem die Größe der Pupille beeinflussen. Allerdings dachte man bislang, dass dieser Effekt erst am Ende des Prozesses auftritt. In einer neuen Studie konnten die Forscher zeigen, dass die Pupillengröße sogar eine Prognose über den Inhalt der Entscheidung erlaubt." (Ja!, Pupille verrät Entscheidungen, Süddeutsche 20.01.14)

- **"So tun als ob" es hell oder dunkel wäre**

Pupillen reagieren, wenn man an Helligkeit denkt. "Allein der Gedanke an die Helligkeit verändert die Größe unserer Pupillen." ... "Weil Menschen ihre Pupillen nicht bewusst weiten können, zeigt dieser Effekt, dass die Vorstellungskraft, die einzig vom Gehirn hervorgerufen wird, ein ähnlicher Prozess ist wie die Wahrnehmung selbst" sagt Laeng. Bereits in früheren Studien wurde nachgewiesen, dass die Psyche Einfluss auf die Pupillengröße nimmt. Sie verändert sich auch, wenn Menschen verliebt, überrascht oder ängstlich sind." (Süddeutsche 4.12.13, Licht im Gedächtnis, Laeng, Slutvedt, Universität

Nächster Newsletter: Taktgeber Blickkontakt

Termine:

16.-18.05.13 Start Practitioner in Modulen

<http://www.coaching-for-competence.de>

29.-31.08.14 NLP-Auffrischer: Hypnose für NLP'ler, 83098

Brannenburg

Infos: www.persoennlichkeit-entscheidet.de

Hey!

Heute kommt etwas zu der Methode, mit der ich mich seit 1986 beschäftige, dem NLP (Neuro-Linguistisches Programmieren). NLP basiert auf einer Handvoll Vorannahmen, von denen ich zwei heraus greifen möchte.

1. Jeder Mensch ist einzigartig und hat dadurch eine ebenso einzigartige Idee (= Landkarte) der Wirklichkeit. Durch diese Einzigartigkeit filtert jeder Mensch andere Informationen aus ein und derselben Situation heraus, nämlich diejenigen, die aufgrund der individuellen Vorerfahrung bedeutsam sind.
2. Hinter jedem Verhalten steckt eine positive Absicht, deshalb trenne Verhalten und Absicht. Auf unsere Sinne bezogen heißt diese Vorannahme: Ich sehe ein "schöbige Verhalten" und bewerte es mit Hilfe meiner Vorerfahrungen. Jemand anderes sieht dasselbe Verhalten und bewertet es ebenfalls, jedoch aufgrund seiner Vorerfahrung völlig anders, nämlich z.B. als

Pupillen und Sehen 2: Die Farben der Wirklichkeit:

- **Was wir aufgrund unserer Vorerfahrung hinzu fügen**

"Auf Schwarz-Weiß-Fotos denken Menschen sich Farben dazu"... ..unser Vorwissen über die Farben von Objekten wird auf die früheste Ebene unseres Sehens projiziert. Die Nervenzellen dieser Hirnregion sind alleine nicht in der Lage, Objekte zu erkennen". (2/3.11.13, Süddeutsche, Das Gelb der grauen Bananen)

- **Synästhesien färben unsere Wahrnehmung ein**

"Emotionen bewegen Menschen, Sinneseindrücke zu verknüpfen: Menschen, die Töne schmecken, Düfte hören oder Zahlen in Farben sehen, sind seit einiger Zeit Gegenstand der psychologischen Forschung wie der Literatur. Doch offenbar erleben sehr viel mehr Menschen eine Verknüpfung von Sinneseindrücken, Synästhesie genannt, in unbewusster Form. ...-... Die Teilnehmer der Tests ordneten schnellen Musikstücken in Dur helle Farben zu, während sie langsame, traurige Mollstücke mit graublauen Farben in Verbindung brachten. ...-... Als die Probanden Gesichtsausdrücke anschauten, entschieden sie sich bei Freude meist für Gelbtöne, bei Wut für dunkleres Rot und bei Traurigkeit für dunkles Grün und Blau. Im dritten Test schließlich wurde die Mimik mit Musik kombiniert. Und auch hier bestätigte sich die Vermutung: rasche Dur-Töne stehen für fröhliche Gesichter, schleppende Mollstücke für schlechte Stimmung." (PNAS, online, "Dur ist gelb, Moll ist blau" Süddeutsche 21.05.13).

Kommentierung zu den Forschungsergebnissen und den typischen Kommunikationsmissverständnissen:

Der Newsletter Gehirnpfade befasst sich mit den individuellen Gehirnpfaden, die wir tagaus tagein nutzen. Nach wie vor denken viele Menschen, dass das, was in ihrem eigenen Kopf vorgeht, genau dasselbe sei, was in den Köpfen anderer Menschen vor sich geht. "Aber das können Sie sich doch denken" wäre eine typische Redewendung dafür.

So kommt es, dass ein Teil der Menschheit alles immer persönlich nimmt "der macht das absichtlich, um mich zu ärgern", während der andere Teil der Menschheit bereitwillig unterscheidet "der macht das, weil er es nicht besser kann, das hat gar nichts mit mir zu tun". Womit lebt es sich leichter???

Dies ist das erste große Missverständnis in der Kommunikation.

Das zweite Missverständnis beginnt mit der Annahme, dass es nur eine Wirklichkeit gibt und dass jeder diese eine Wirklichkeit genauso wahrnimmt, wie Du. Dabei zeigen vielfältige Forschungsergebnisse, wie sehr unsere Vorerfahrung in die Wahrnehmung unserer Sinne hineinfunkt und diese ändert.

Das dritte große Missverständnis beinhaltet den verbreiteten Glauben, dass wir unseren Gehirnpfaden ausgeliefert sind und nichts mit deren Einrichtung zu tun haben. So, wie die Pfade aus Versehen entstanden sind, so nutzen wir sie. Dabei lässt sich eine Synästhesie ändern. Ein Ereignis lässt sich mit anderen Vorerfahrungen als den bisherigen verknüpfen.

Die Verschiedenheit der Wahrnehmung lässt sich modellieren, indem Du einen Menschen, der Dir völlig anders vorkommt, interviewst und erkundest, was dieser genau wahrnimmt und Dich in dessen Sinneswahrnehmung versetzt. Wenn Du dies tust, ändert sich automatisch Deine bisherige Bewertung etwas.

Keine Übung heute, sondern ein Fahndungsauftrag:

Du erinnerst Dich an die Bananen, die im Originalfilm schwarz-weiß sind, jedoch automatisch von den Testpersonen gelb eingefärbt wurden.

Was färbst Du ein? Gibt es eine bevorzugte Farbe? Wo unterscheidet sich Deine Wahrnehmung der Wirklichkeit von der eines Dir wichtigen Menschen?

Ach, und was würdest Du jetzt auf die Eingangsfragen antworten?

Viel Vergnügen! Selber Denken macht klug

Heide Janowitz
Gehirnnutzerin

[Newsletter weiterleiten](#)
[Aboeinstellungen ändern](#)
[Abmelden](#)

