

Die Filter der Wahrnehmung

Jeder sieht DIE WELT durch seine „Brille“ der Wahrnehmung. Wobei die Wahrnehmung wie ein riesiger Filter wirkt. Dieser Filter dient dem Zweck nur „sinnvolle“ Eindrücke aufzunehmen. Wobei sinnvoll hier unter dem Gesichtspunkt der evolutionären Vorgaben betrachtet werden muss. Dieser Filter ist eine Konstruktion, dessen Bauplan in Jahrmillionen prägender Evolution, in unserem genetischen Code festgeschrieben wurde.

Von allen Lebewesen, die jemals auf dem Planeten Erde gelebt haben, sind heute 2010, nur noch ein Prozent existent. Neunundneunzig Prozent sind ausgestorben. Diese Tatsache sollte uns klar machen, dass die Übrig Gebliebenen Erfolgsmodelle darstellen.

Allein die Gattung der „Echten Frösche“ beherbergt heute noch 270 Arten. Wenn wir „den Frosch“ auf die Wahrnehmungsart des Sehens reduzieren stellen wir folgendes fest. Frösche haben ein hell/dunkel sehen. Was sich als Schatten zwischen ihnen und der Lichtquelle bewegt nehmen sie wahr. Es gibt grobe Filter des Strukturesehens, so dass sie eine „ungenießbare“ Wespe von einer leckeren Fliege unterscheiden können. Auch große und kleine Objekte werden erkannt. Die möglichen Reaktionen sind Flucht durch ins Wasser springen oder herausschießen der langen Zunge um die Beute zu fangen. So besteht „die Welt des Frosches“ aus großen und kleinen sich bewegenden Dingen. Erkennt ein Frosch einen großen Schatten springt er weg. Etwas Kleines wird gefressen.

Unsere Welt ist eine etwas kompliziertere homo sapiens Welt. Diese Welt nimmt jeder einzelne Mensch aber durch viele, sich erhebliche unterscheidende Filter, wahr. Sollte uns klar werden, dass jedes Individuum seine „EIGENE WELT“ erkennt.

Die Summe aller Filter ist der Verstand

F I L T E R der Wahrnehmung									
	5+X Sinne	Biologik	Erfahrungen	Kultur	Wertesysteme	Interessen	Psychologie	Erwartungshaltung	
	sehen	Reptiliengehirn	Erziehung Kindergarten Schule Elternhaus Peergroups	erlernte Fähigkeiten Hand- fertigkeiten Bewegungs- fähigkeiten	Ethik Moral Gewissen welt- anschauliche oder politische Ansichten VorBILDder	Beruf Hobbys Neigungen Inselinhalte Bilder BILDung LeitBILD	Anker Einbettung Urteile Vorurteile Logik Heuristiken	neutrale Aussage wird polarisiert interpretiert Ablenkungen Drogen Süchte und viele mehr	
	hören	Kampfhormone							
	fühlen	Reflexe	Vereine						
	riechen	Stressoren	Projekte						
	schmecken	Emotionen	Veranstaltung						
	Gefühle für: Lage im Raum Gleichgewicht Temperatur Muskeltonus Gelenk- stellung Hormonstatus	Gefühle	Feste			empfinden für Gerechtigkeit Dogmen Religionen AberGlaube	Metaphern		
		Bewusstsein	Reisen						
		Aufmerksamkeit							

Unser Blick auf die Welt wird gelenkt und geschärft oder abgelenkt und vernebelt.

Ich schlage vor unsere Betrachtungen mit dem Filter des SEHENS zu beginnen. Ist es nicht schon so, dass wenn ich mit Rudi und Horst durch unsere Stadt gehe, Rudi schöne Mädchen, Horst schnelle Autos und mir wiederum etwas anders ins Auge fällt. Selbst von den tausenden verschiedenen Autos schlüpfen nur einige wenige, welche spezielle Eigenschaften besitzen, durch den Filter von Horst. Haben Sie es bemerkt? Der hier beschriebene Filter ist nicht der des Sehens, sondern die Interessen.

Das Bild oben kann nur eine unvollständige Tabelle zeigen. Auch die Bedeutung der verschiedenen Filter sollten wir nicht nach aufgeführter Reihenfolge starr gewichten. Beim

Blinden haben andere Möglichkeiten das Sehen ersetzt. Sind nicht bei jedem von uns manche Filter verkümmert wie die optische Wahrnehmung des Blinden? Und sind andere Filter nicht unglaublich dicht und undurchlässig?

Von Geburt an besitzt jeder Mensch auf dieser Welt, im genetischen Code fest verankerte, Mechanismen, die durch die spezifische Umwelt erst justiert werden. Manche Eigenschaften sind so evolutionär, dass wir Menschen die „Blickheuristik“ selbst mit den Haifischen, frühen Vetterern der Evolution, teilen. Die Blickheuristik ist einfach die Art, wie wir die Flugbahn eines Balls verfolgen, um ihn zu fangen. Haifische bedienen sich dieser Funktion zum Beutefang. Es ist eigentlich ganz einfach. Der Winkel zwischen dem verfolgten Objekten, Ball oder Fisch, bleibt gleich. Wobei wir, Mensch und Hai oder Hund, unsere Bewegungen anpassen. Komplizierter ist dieser Mechanismus nicht. Die Blickheuristik dient uns auch um soziale Strukturen zu erkennen. Wer ist meine Mutti, wer hat in der Gruppe das sagen, wer ist wem wohlgesonnen oder von woher lauert Gefahr? Autisten haben hier ein kleines Defizit mit deutlichen Folgen.

Im Laufe des Lebens wird jeder einzelne Filter in zwei Richtungen angepasst.

- Perspektiven sind die „Blickrichtungen“ mit der wir Objekte wahrnehmen. Ein Auto ist für viele ein Fortbewegungsmittel, aber auch ein Statussymbol. Es kann Arbeitsplatz sein. Diesen sieht der KFZ-Mechaniker anders als der Taxifahrer, der Konstrukteur oder die Reinigungskraft. Schon der Fahrzeugmechaniker sieht es anders, je nach dem ob er im Blech- oder Motorenbereich spezialisiert ist. Diese Betrachtung führt uns zu den Dimensionen. Kann es sein, dass die erfahrene Anzahl der Perspektiven die Weltsicht beeinflusst? Gilt dies nicht für akustische, optische oder irgendwelche beliebig nennbaren Aspekte auch?
- Dimensionen beschreiben die Tiefe mit der eine Sache betrachtet wird. Der unerfahrene Weintrinker unterscheidet süß und sauer. Wobei mancher Weinkenner seinen „Weinfilter“ so feinjustiert hat, dass er hunderte Sorten nur mit Hilfe von Farbe, Geschmack und Geruch bestimmen kann.

Diese beiden Aspekte, Perspektive und Dimension, können auf jeden Filter angewendet werden. Selbst so abstrakte Sachen wie „Gerechtigkeit“ funktionieren auf diese Weise. Empfinden wir persönlich Gerechtigkeit nicht völlig anders als Andere. Gäbe es sonst Gerichte? Empfindet der Dalai Lama Gerechtigkeit nicht völlig anders als ein westlicher Jurist, ein Kopffäger in Afrika oder ein Bewohner eines Armenviertels. Der Kreislauf, der die Dimension eines Aspektes vertiefen lässt beginnt immer mit der Wahrnehmung. Ist dadurch Neugier, Gier nach Neuem und mehr, entstanden sammeln wir viele Eindrücke einer Sache. Nun ist es zwingend nötig sich mit der Theorie dieser Sache auseinanderzusetzen. Das kann durch Lesen, Kurse besuchen, Fachleuten über die Schulter schauen, eine Sache von Grund auf erlernen oder gar studieren, geschehen. In manchen Firmen durchlaufen Anwärter auf leitende Positionen viele Abteilungen. Dies dient der Erweiterung der Perspektiven und der Vertiefung der Dimensionen. Wenn man etwas gesehen hat, sich ein Bild gemacht hat, dann erst kann Verständnis wachsen. In meinem Arbeitsblatt „Denken in Bildern“ erkläre ich diesen Umstand genauer. Hier nur soviel. Worte für die wir keine Bilder haben verstehen wir nicht. Wir lernen durch Imitation, also beobachten und nachmachen. Wenn eine Person etwas sagt, aber anders handelt, so gewinnt immer das Bild, das uns vorgeführt wird. Spricht Jemand davon etwas dringend zu suchen, bleibt aber dabei auf dem Sessel sitzen, so werden wir nicht reagieren. Andernfalls, wenn wir beobachten, dass Einer etwas sucht, zu uns aber sagt lass nur, können wir uns kaum dem Drang entziehen mitzusuchen. Die Menschen verstehen Ihren Beruf nicht mehr, die Welt nicht mehr, weil sie keine Bilder zu den Worten ihrer Welt mehr haben. Ich verweise nochmals auf „Denken in Bildern“.

Wir sagen auch etwas begreifen. Haben Sie es wirklich „beGRIFFEN“?

Das Wort kommt von anfassen. Ja, hatten Sie es in der Hand?

Der Filter der sinnlichen Wahrnehmung umfasst auch das Körpergefühl. Die Lage im Raum, das Gleichgewicht, die Muskelspannungen und Gelenkstellungen. Dieses System ist heute bei vielen verkümmert. Meine Großmutter ging mit den Hühnern zu Bett, also bei Einbruch der Dunkelheit und stand bei Morgendämmerung auf. Wenn sie sich nachts durch Haus und Garten ging, um nach den Hühnern und Hasen zu sehen, falls der Fuchs umging, bewegte sie sich ohne künstliches Licht. Mit einer schlafwandlerischen Sicherheit ging sie die Flure entlang und die Treppen hinunter. Sie verursachte dabei auch keinerlei Geräusche, die uns Kinder hätten wecken können. Aber sie ging auch barfuß oder hatte höchstens, wir würden heute sagen, Hüttenschuhe, an. Wir lernen Bewegungsmuster und Raumgefühl nicht durch die aktive muskuläre Ansteuerung, sondern nur durch die sensorische Rückmeldung. Das elektrische Licht wurde erfunden, die Nacht zum Tage. Die Schuhe bekamen eine feste Sohle und ein Fußbett. Die Folge heute ist ein verkümmertes Bewegungsempfinden und fehlendes Gefühl für die Lage im Raum. Läst nun im Alter das Sehen nach, führt dies häufig zu Sturzunfällen. Viele alte Menschen, schießen sich damit aus dem Leben, brechen sich etwas und ein selbständiges Leben zu Hause ist nicht mehr möglich. Dieses Beispiel des kulturellen "Fortschrittes", Licht und Schuhe, zeigt uns, hier die schlechte Anpassung, an unsere Lebensverhältnisse. Lesen Sie nach im Arbeitsblatt "Selbstregulation – Homöostase". Der biologischen Evolution geht immer eine kulturelle voraus. Bei den Filtern "Erfahrungen, Kultur und Wertesysteme" wird das ganz deutlich. Ich kann hier nur einen groben Einblick in dieses interessante Thema bieten. Aber eines sollte jetzt deutlich geworden sein. Jeder sieht DIE WELT aus seiner ganz persönlichen Sicht, und konstruiert so SEINE WIRKLICHKEIT. Wenn Sie mit einem anderen Menschen eine Diskussion haben, so überlegen Sie doch mal, welche Filter seinen Blick lenken. Sehen Sie durch seine Brille auf die Welt. Werden Sie feststellen können, dass alles Ansichtssache ist? Es gibt Filter die schärfen das Bild. Andere verzerren oder verschleiern es, oder kehren es gar um. Die kleine oder große Summe aller Filter, die Sie beherrschen bilden Ihren Verstand.

Jeder einzelne Filter verändert die Wahrnehmung. Greifen Sie ruhig der Reihe nach einige, oder warum nicht auch alle, der in der Grafik aufgeführten Punkte auf und denken Sie sie durch. Es kann sehr spannend sein, wenn man zum Beispiel Menschen gleicher Vereinszugehörigkeit, gleichen (ABER)Glaubens oder politischer Ansichten beobachtet und ihre Denkweisen und Handlungen einschätzt.

Ein wichtiger Faktor ist auch immer der zeitliche Aspekt. Wenn Sie an Ihrem Auto den Kotflügel verbeult haben werden Sie in naher Zukunft besonders vorsichtig sein. Mit der Zeit verliert sich die Vorsicht und nach zwei Monaten ist alles wie es war. Konditionierung und Habituation, vorsichtig übersetzt, einprägsame Ereignisse und Vergessen, bestimmen die Stärke des Filters. Dieser Effekt gilt für jeden einzelnen Filter.

Glück ist ein Schalter. Die Gehirnforschung hat uns gelehrt, wenn unser Belohnungssystem im Kopf anspringt. Auf eine Kurzformel gebracht könnte man sagen, der Glücksschalter geht an, wenn etwas besser ist als erwartet, besser als Gestern.

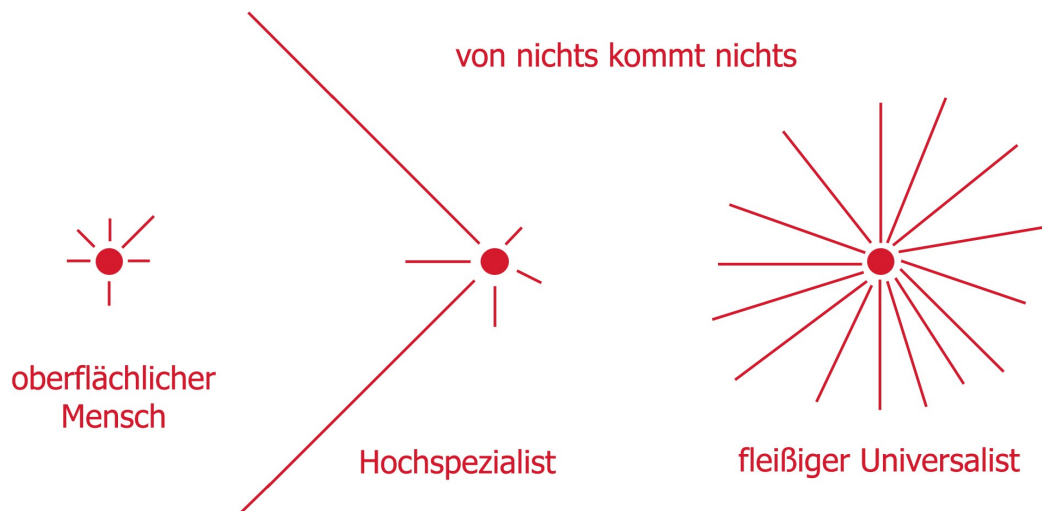
Warum fangen Sie nicht einfach an Wissen und Verständnis zu sammeln? Dann hätten Sie heute mehr als Gestern und morgen mehr als heute. Glauben Sie es nicht, prüfen Sie es – ich behaupte Sie würden viel öfter glücklich sein. Und was das Beste ist, dieser Prozess könnte unendlich fortgesetzt werden. Sie würden sich mit positiven, und für Ihre Entwicklung dienlichen Dingen beschäftigen, hätten weniger Zeit sich Sorgen zu machen.

Erst wenn Sie die Welt von allen Richtungen betrachten, diese Perspektiven dann vertiefen und verknüpfen haben Sie eine gute Ausgangsposition für jede weitere Persönlichkeitsentwicklung gelegt.

Der oberflächliche Mensch beeinflusst bewusst sehr wenig. Er ist getrieben von dem zufälligen Wellenschlag der Ereignisse. Er agiert nicht er reagiert.

Der Fachidiot besitzt eine oder einige wenige Perspektiven mit sehr tiefen Dimensionen. Aber um seine Probleme zu lösen fehlt ihm manchmal der runde Blick auf die Dinge. Oft kann man beobachten wie diese zum Teil hochgebildeten Menschen kläglich über ihre Schwächen fallen.

Wenn Sie die Wahl hätten, wie möchten Sie sein?



Der rote Punkt sind nicht Sie, sondern stellt IHRE WELT dar. Wir sollten uns aus der Mitte herausnehmen und den Standort des unabhängigen Beobachters einnehmen, der von Außen auf die Welt schaut. Nur so wird der Blick auf DIE WELT klar und umfassend. Ziel sollte es sein, uns als Teil des GANZEN zu sehen.

Mit fleißiger Übung wird das Bild von UNSERER WELT dem von DER WELT immer ähnlicher. Subjektivität verschiebt sich in Richtung Objektivität. Ihr Leben wird eine neue Qualität erhalten. Wer die Dinge und die Menschen versteht wird souverän.

Es ist der Erleuchtung egal wie Sie sie erlangen. Machen Sie einen grossen Schritt in die richtige Richtung, denn heute ist der erste Tag vom Rest Ihres Lebens.

Hauptstadt der Sieger "Ziele finden, Probleme lösen, Wege gehen"

kann Ihnen dabei helfen die Filter Ihrer Wahrnehmung zu schärfen und zu justieren und IHRE Welt - DER Welt anzunähern.