

# Warum tut ein Mensch was er tut?

Wer diese Frage beantworten kann hat unsere vom Menschen geprägte Welt verstanden.

Mensch sein bedeutet Entscheidungen treffen. Selbst wer sich dazu entscheidet nie wieder Entscheidungen treffen zu müssen, hat die Entscheidung zu seinem Selbstmord zu treffen.

Die Grundtypen der Entscheidungsfindung, der Hedonismus (entscheiden nach Genuss), der Utilitarismus (was bietet Nutzen?), der Eudämonismus (was macht glücklich?) oder die heteronome Gebotsethik (weil es geschrieben steht; in der Bibel, dem Koran, fremdbestimmt als Soldat oder Beamter) gehen nur auf lineare Abläufe ein und können immer nur Teilaspekte unserer Denkweisen widerspiegeln.

Unser Gehirn ist ein hochkomplexes Gebilde. Man sagt es gibt mehr Neuronenverbindungsmöglichkeiten als Atome im ganzen Weltall. Der Prozess der Entscheidungsfindung geschieht meist von uns unbeobachtet im Unterbewusstsein. Unser Denkapparat liefert uns fertige Ergebnisse. Wir interpretieren diese als unsere Entscheidungen, aber der Prozess, der zu diesen Ergebnissen führte bleibt unserer Beobachtung verborgen.

Es gibt keine Entscheidungsoberinstanz im Gehirn, keine Zentrale. Das Spiel der Neuronen ist selbstorganisierend. Den Wettkampf der neuronalen Verbindungsschlacht gewinnt die Verknüpfungsfolge die, die höchste Erregungsrate erreicht.

- Es gibt angeborene, im Verlauf der Evolution nach und nach als vorteilsbringende Veränderungen, in den Genen festgeschriebene Verhaltenssteuernde Programme.
- Das nächste sind im Rahmen der Gehirnreifung, kulturell, durch prägende Erlebnisse und Erziehung beeinflusste Prozesse der neuronalen Entwicklung. Diese beginnen bereits im Mutterleib reichen über das frühe Kindesalter bis zur endgültigen Ausreifung des Gehirns am Ende der Pubertät. Nach einem festen Programm werden Strukturen aufgebaut, gefestigt so sie benützt werden, verstärkt und kombiniert oder eben wieder abgebaut, sie verkümmern ungenutzt. Hier werden Religiösität, Wertesysteme, Gerechtigkeitssinn, Umgang mit anderen, Denkabläufe, Bewertungsregeln, Hemmungs- und Erregungsabläufe aber auch motorische Fertigkeiten in den Grundfesten angelegt.
- Ein Wechselspiel von Ionenkanälen, Neurotransmitoren, Hormonen, Proteinsynthesen und Proteolysen entscheiden welchen Trieben und Motivationen wir folgen. Das Neuronenspiel das am Ende die geringst Hemmung und stärksten Erregungen herstellt gewinnt den Prozess, den wir bewusst als unsere Entscheidung erleben.
- Je besser die Erlebnisse der Vergangenheit unser Belohnungssystem anschoben, desto wahrscheinlicher wird eine Entscheidung für diese Richtung. Je unangenehmer Erlebtes von unserem limbischen System Amygdala und Basalganglien eingestuft wird, desto stärker ist die Hemmung und wir brechen die Entscheidung in diese Richtung meist unbewusst ab.
- Wir können diese Grundtriebe auf fünf Bereiche begrenzen: Nahrung, Sexualität, Neugier, Bindung und Aggression - nur Lust an der Leistung. Die Handlung selbst wird mit Lust belohnt - ein neuronales Belohnungssystem.
- Die Motive lassen sich in drei Bereiche einteilen: Das Interesse - Motivation des Geistes, die Freude - Motivation des Gemüts und die Lust - Motivation des Körpers.  
(Am Rande; wenn Menschen aggressiv sind zeigen sie deutliches Interesse an Leistung - nur die Richtung stimmt oft nicht. Hier sind Chancen beim Umgang mit Jugendlichen!)

- Und nun das Wesentliche, auf welches wir hier und jetzt Einfluss nehmen können.

Entscheidungen und danach folgende Handlungen werden aufgrund von, meist auch hier unbewusst, festgelegten Zielen getroffen.

Die meisten Menschen haben sich mit der Thematik nur sehr oberflächlich auseinandergesetzt. Viele haben keine Ziele und treiben wie ein führungsloses Schiff im großen Ozean des Lebens, bestimmt von Zufällen und fremdbestimmt durch Andere. Wenn Menschen Ziele haben sind diese oft nicht stimmig, kongruent untereinander, sie widersprechen sich, sind nicht konkret, negativ oder sehr oft auch die falschen Ziele, also solche die nicht glücklich machen. Der Preis ist sehr hoch, zu hoch. Unser Unterbewusstsein folgt stets diesen, eben auch unstimmgigen Zielen und lenkt unsere Entscheidungen. Man kommt am Ende des Weges an, auch am fatalen Ende eines Irrweges.

Es ist eben ein feiner Unterschied ob Sie einen Sport, sagen wir laufen, begonnen haben, weil Sie der Arzt schickt, weil Sie meinen abnehmen zu müssen oder zu wollen, was schon etwas ganz anderes ist. Ob Sie dieses Ziel kurzfristig oder als Lebensziel sehen lässt Sie ganz anders an die Sache herangehen. Wenn Sie kein konkretes Ziel haben, Sie sind zufällig durch Freunde oder eben aus speziellem Anlass zu ihrem neuen Sport gekommen, so war Anfangs die Art der Handlung bestimmt vom Grundgedanken, der erfahrungsgemäs entweder bald aufgegeben wird. 55% der Fitnessstudiobesucher kündigen innerhalb von 8 Monaten. Oder, sagen wir das Laufen macht ihnen Freude, ihre Handlungen streben nun dem neuen Ziel von Leistung und Bestzeiten zu, was den unrsprünglichen Sinn der Gesundheit vergessen lässt.

Wenn Sie laufen, weil Sie lebenslange Gesundheit und Leistungsfähigkeit im Alter anstreben werden Sie bei einer Erkältung oder Zerrung nichts aufs Spiel setzen. Sind Sie aber in Zugzwang um ein gestecktes Leistungsziel zu erreichen wird Ihre Entscheidung im speziellen Fall ganz anders ausfallen.

Die Art der Ziele, die Sie bewusst oder meist unbewusst getroffen haben ist bestimmend für künftige Entscheidungen. Die Richtung die Ihre Leben nehmen wird, ihr vermeintlicher freie Wille, folgt zeitversetzt diesen Zielen.

Lassen Sie sich Zeit Ihre zu Ihrer Persönlichkeit passenden Ziele zu finden, prüfen und überarbeiten Sie diese und passen Sie sie im Laufe der Zeit immer wieder an.

Eine Schweizer Unternehmensberatungsfirma, die in den Landessprachen, deutsch, französisch, englisch und italienisch berät hat auf ihrer Firmenphilosophieseite unter Aristoteles, Seneca, Lichtenberg und Picasso auch folgelndes Zitat geschrieben:

"Entscheidend im Leben ist nicht, wo Sie herkommen oder wohin Sie der Weg vielleicht weiterführt. Entscheidend ist, wo Sie heute stehen, wohin Sie wirklich wollen, wie die Probleme, die auftauchen, gelöst werden und welchen Weg Sie dann auch beharrlich gehen."

*Dieter Past*

In diesem Sinne.

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

ein kreatives Lernprogramm