

Wieso macht Erfahrung nicht zwingend klug und weise?

Erfahrungen kann man suchen, machen, oder sie widerfahren einem. Entscheidend ist, was aus diesen Erfahrungen gemacht wird. Werden sie mit den vorhandenen Wissens-, Fühl- und Handlungsmustern abgeglichen und integriert oder eher abgewehrt und negiert? „Neue“ Erfahrungen werden anhand „alter“ Erfahrungen, Gefühle, Wissen, Werte... entlang „bewährter“ (Deutungs-)Muster interpretiert und strukturiert: Diese sind das Fundament und der Fundus für Anknüpfungsmöglichkeiten und sie sind die Schablone, anhand derer neue Erfahrungen interpretiert und bewertet werden. Insofern hat das afrikanische Sprichwort „Jeder Mensch ist ein anderes Land“ eine tiefe und weitreichende Bedeutung. Der andere ist anders als ich! Will ich ihn verstehen, so muss ich mich auf ihn einlassen und zugleich (so weit es geht) von mir loslassen.

Sicherlich ist es von Vorteil, wenn die bereits existierende Wirklichkeit hinreichend differenziert, dynamisch und flexibel organisiert ist. Das wünsche ich mir für erfolgreiche Berater und Coaches. Doch wer ist das schon? Sind wir nicht alle irgendwo auf dem Weg und entdecken wir nicht laufend neue Lern-Baustellen und Ver-Änderungs-Projekte?

Uns begegnen oft Menschen, die in vielen (Er-)Lebensbereichen ausgesprochen wirksam und erfolgreich organisiert sind. Zugleich aber – sonst würden sie keine professionellen Lernbegleiter konsultieren – bringen sie gewachsene Denk- und Deutungs-Muster mit, die ihr Wirken in der einen oder anderen Wirklichkeit holperig und problematisch gestalten.

Gerade dann, wenn neue Erfahrungen mit vorhandenen Wirklichkeitskonstruktionen inkompatibel sind, wenn sie einen wichtigen Lebensbereich betreffen, etwa persönliche Ziele und Sinnkonstruktionen, Familie, Karriere, Gesundheit..., bedrohen sie vorhandene Denk-, Deutungs- und Identitätsstrukturen. Nachvollziehbar, dass manche(r) empfindlich bis feindselig auf Neues/Fremdes reagiert, zumal dann, wenn es bislang unhinterfragt „funktionierende“ und für wichtig erachtete Erfahrungsbestände und Verarbeitungsstrukturen (fundamental?) in Frage stellt. Wem will man es verdenken, wenn die (vielleicht sogar existenziell) bedrohte Wirklichkeit verteidigt wird, wenn dies mit viel Energie (Widerstand, Wut oder Verzweiflung) und mit bewährten Techniken der Verdrängung, Tilgung, Verzerrung oder Generalisierung geschieht? Wer lässt sich schon gerne den Teppich unter den Füßen wegziehen?

Die Erkenntnis, dass jeder Mensch sich im Laufe seines Lebens eine eigene, einzigartige Wirklichkeitskonstruktionen zurechtzimmert, ist nicht neu, und sie wird nicht nur von der Konstruktivismusdebatte oder dem NLP-Weltbild transportiert. Doch ist sie wirklich bei uns angekommen? Und was können professionelle Lernbegleiter, Berater und Coaches daraus lernen?

Neben einer Fülle von Veränderungstechniken und -strategien, die der Markt mittlerweile bietet, vor allem eines: Vor allem Offenheit für das So-Sein anderer,

respektieren und unbedingt anerkennen, dass diese so sind, wie sie im Laufe der Jahre durch mehr oder minder viele und/oder intensive Erfahrungen geworden sind. Das schafft Kontakt.

Die Veränderung beginnt beim Lerner/Coachee als einmaliger Persönlichkeit, in deren Ausgangssituation und mit deren Konstitution, Lernstil und Lerntempo. Denn sie entscheidet, ob sie ihr Lernprojekt annehmen oder ablehnen, ob sie es (selbst)organisiert oder etwa in (in)formellen Strukturen zu lösen sucht... Lernbegleiter/Coaches können den individuellen Prozess des Anders-Werdens professionell begleiten, indem sie Lernende/Coachees zielführend beim Neu-Lernen, beim Um-Lernen und beim Ver-Lernen unterstützen.

Allein aus „technischen“ Gründen ließe sich daraus ein echtes Interesse am So-Sein des/der Anderen und deren/dessen Anerkennung ohne Bedingungen als Grund-Haltung ableiten. Die Konsequenz für den persönlichen Veränderungsprozess ist, dass wir uns (so weit es geht und wir es für unsere eigene seelische Gesundheit für sinnvoll halten) auf den Anderen/die Andere einlassen und zugleich eigene Deutungen, Interpretationen und Wertungen loslassen.

Immer dann, wenn wir unsere Erkenntnisse aus diesen „Welten-Reisen“ reflektieren und integrieren können, erweitern und differenzieren wir unser Weltbild.

Zugleich stärken wir im besten Fall unsere Begegnungskraft, die innere Zuversicht, dass wir selbst uns auf fremde Welten einlassen können – und dass wir daraus wieder heil und bereichert zu uns zurückkehren werden. Das klingt nicht nur gut, das tut auch gut!

Manchen gelingt es besser, neue Erfahrungen zu integrieren und ihre Weltbild- und Wirklichkeits-Baustelle permanent funktionsfähig zu halten – und sich dabei bisweilen sogar wie Münchhausen am eigenen Schopf aus der Misere zu ziehen. Andere, denen das nicht oder weniger gut gelingt, können sich dabei professionell helfen lassen. Entscheidend ist das Ergebnis, ein gutes, erfülltes, erfolgreiches, zufriedenes, gesundes... Leben. Und das scheint den einen zunehmend besser und anderen weniger gut zu gelingen...

Die Frage ist weniger, was machen unsere Erfahrungen aus uns – sondern vielmehr, was machen wir mit und aus unseren Erfahrungen? Glaubt man dem Volksmund, dann ist jeder seines Glückes Schmied. Glaubt man dem Dalai Lama (2003), dann ist „ein großer Teil unseres Leidens hausgemacht“.

Was wäre die Konsequenz, wenn man diese beiden Lebensweisheiten zusammen führte? Wir können nicht nur Erfahrungen machen und daraus lernen. Wir können darüber hinaus auch unsere Muster und Programme der Wahrnehmungsselektion und -verarbeitung reflektieren und optimieren, manchmal alleine, manchmal mit Unterstützung von Partnern, Familie und Freunden – und ein anderes Mal durch professionelle Hilfe.

Entscheidend ist, was ich aus meinen Erfahrungen und aus meinem Leben mache!

Verfasser: Dr. Walter Schoger (2009) ⇒ info@comweit.com

comweit, communication management und weiterbildung ⇒ www.comweit.com;