

Wolfgang Sappert

Bedeutung erschließen – Aktivieren der rechten Hemisphäre

Sobald Wahrnehmungsinhalte zu schwierig erscheinen, werden sie gefühlsmäßig zurückgewiesen. Im „Kleinen Prinzen“ heißt es: „Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar.“

Da innere Auge vermag ebenso wie die Sinne wahrzunehmen, zu betrachten und zu beobachten. Was unsere Augen vermitteln, schauen wir uns mehr oder weniger bewusst mit dem inneren Auge unseres Geistes an. Der Gestaltpsychologe Rudolf Arnheim beschreibt das Phänomen aus dieser Perspektive: „Sobald wir wahrnehmen, gestalten wir.“ Es ist das innere Auge, dass uns unsere eigene Weltsicht schafft.

Das Gehirn entwickelt während der Kindheit alle für das spätere Leben notwendigen Strategien. Durch Versuch und Irrtum findet es heraus, welche Verhaltensweisen sich als erfolgreich erweisen und welche nicht.

Eine Strategie des Gehirns ist leider bei uns Erwachsenen nur noch wenig vorhanden- Obwohl immer wieder betont wird das gerade diese Strategie in vielen Berufen notwendig ist und ausdrücklich erwünscht ist. Die gesuchte Strategie findet hauptsächlich in der rechten Hemisphäre unseres Gehirns ihr Zuhause. Die Strategie heißt: „Unverständliches verständlich mache.“ Für diese Strategie braucht das Gehirn

- das, was wir Fantasie nennen,
- das, was wir Intuition nennen und
- das, was wir Spielen nennen.

Sobald das Gehirn etwas wahrnimmt, leitet die linke Hemisphäre einen Suchvorgang ein. Findet die linke Hemisphäre, die Logik, Zahlenverständnis und rationale Erfahrung beherbergt, eine akzeptable Antwort auf die Frage, was ist das, dann ist der Vorgang abgeschlossen. Probleme gibt es allerdings dann, wenn die Wahrnehmung „ungewöhnliche“ Eigenschaften besitzt. Das Gehirn muss sich etwas einfallen lassen, damit eine Lösung entsteht. Dazu wird der Suchvorgang von der linken Hemisphäre an die rechte Hemisphäre delegiert. Die rechte Hemisphäre ist für Fantasie, Spielen und Intuition zuständig.

Sich etwas einfallen lassen können ist ein natürliches „Vermögen“ des Menschen. Kinder können so etwas ungehemmt und sehr gut, während wir Erwachsenen immer wieder Schwierigkeiten haben die rechte Hemisphäre zu aktivieren und fantasievolle Ergebnisse zu akzeptieren. Wenn etwas nicht logisch, rational oder unserer Erfahrung entspricht, wird es emotional abgelehnt. Diese „Blockade“ der rechten Hemisphäre ist das Ergebnis eines jahrelangen linkshemisphärischen Unterrichts. Wenn keine Blockaden entstehen, dann wird die spielerische Fantasie zumindest gehemmt.

Beklagen Sie sich nicht über die Einfallslosigkeit Ihrer Schüler und Kinder – üben Sie, Ihre rechte Hemisphäre zu trainieren und trainieren Sie Ihre eigene. Lassen Sie es zu, dass Ihr Gehirn mit fantasievollen, außergewöhnlichen Bildern spielen darf. Lassen Sie zu, dass daraus Bildergeschichten oder gar Filme vor Ihrem geistigen Auge entstehen dürfen.

Versuchen Sie folgendes Trainingsprogramm:

Beschäftigen Sie sich vor dem Einschlafen mit Dingen, die Ihr Interesse haben, die für Sie wichtig sind und mit denen Sie ein persönliches Ziel verbinden. Beispielsweise können Sie sich vorstellen, wie Sie eine erfolgreiche

Unterrichtsstunde halten, wie Sie eine wichtige Prüfung bestehen oder ein bedeutungsvolles Projekt erarbeiten. Sie dürfen sich auch vorstellen, wie Sie Ihr Traumhaus bauen, Ihren Wunschurlaub genießen oder gar wie Sie in zehn oder zwanzig Jahren leben.

Sie müssen bei diesem Training nur wenige Spielregeln beachten:

1. Je detaillierter, desto besser. Stellen Sie sich möglichst viele Einzelheiten vor.
2. Schmücken Sie die positiven Gedanken aus. Negative Gedanken werden nicht beachtet.
3. Stellen Sie sich immer vor, dass Sie Ihr Ziel erreichen!
4. Wenn Sie die Bilder dazu haben, aktivieren Sie auch Ihre weiteren Sinne:
Beantworten Sie dazu die Fragen:
 - a. Wie hört es sich an?
 - b. Wie fühlt es sich an?
 - c. Wie riecht es?
 - d. Wie schmeckt es?

Mit diesem Training schlagen Sie „drei Fliegen mit einer Klappe“:

1. Sie trainieren Ihre rechte Hemisphäre, damit Ihre Fantasie und Kreativität. Das Vorstellungsvermögen (Imagination) wird gefordert und gefördert.
2. Sie bereiten sich innerlich auf das Erreichen Ihren persönlichen Ziele, Ihren ganz persönlichen Sieg vor.
3. Sie fühlen sich wohl. Das Gehirn schüttet Glückshormone (Endorphine) aus, wenn Sie positive Gedanken zulassen und mit diesen spielen.

Eine Demonstration, wie gut Ihre rechte Hemisphäre arbeitet, folgt in der kommenden Aufgabe: Sie müssen die Bedeutung eines unbekanntem Zusammenhangs erschließen. Dazu eignet sich ein fantasievoller Textausschnitt von Lewis Carrolls „Alice hinter den Spiegeln“. Die kleine Alice ist auf der Suche nach der Bedeutung eines Gedichtes. Um die Bedeutung herauszubekommen, befragt sie den weisen Herrn Goggelmoggel:

„Sie sind doch so geschickt darin, Wörter zu erklären, Herr Goggelmoggel“, sagte Alice. „Können Sie mit da freundlicherweise sagen, was das Gedicht ‘der Zipferlake’ bedeutet?“

„Nur heraus damit“, meinte Goggelmoggel. „Ich kann alle Gedichte erklären, die jemals erdacht worden sind – und außerdem noch eine ganze Menge, bei denen das Erdenken erst noch kommt.“

Das klang recht vielversprechend, und Alice sagte also die erste Strophe auf:

*„Verdaustig wars, und glasse Wieben
Rotterten gorkicht im Gemank;
Gar elump war der Pluckwank,
Und die gabben Schwiesel frieben.“¹*

...

Wie der Herr Goggelmoggel das Gedicht erklärt ist weiter unter aufgeführt. Doch versuchen Sie selbst, dem Gedicht eine Bedeutung zu erschließen. Das gelingt Ihnen nur, wenn Sie Ihre rechte Hemisphäre aktivieren. Entwickeln Sie dazu Bilder, stellen Sie sich vor, um welche Wesen das Gedicht handelt, was sie

¹ Lewis Carroll: *Alice hinter den Spiegeln*, 1871 (deutsch 1974 übersetzt von Christian Enzenberger). In: George A. Miller, *Wörter, Streifzüge durch die Psycholinguistik*, Heidelberg, Spektrum 1993 [The Science of words, New York 1991, Herausgegeben und aus dem Amerikanischen übersetzt von J. Grabowski; C. Fellbaum]

tun und wie es dort aussieht. Nehmen Sie sich Zeit und stellen Sie sich Details vor. Schwelgen Sie förmlich in den Bildern, genießen Sie Ihre Fantasien. Wenn Sie bildhafte Vorstellungen dazu im Kopf haben, dann schreiben Sie diese auf. Übersetzen Sie das Gedicht ins Deutsche und erklären Sie der kleinen Alice die Bedeutung des Gedichtes der Zipferlake.