

Wie denken die Finger? Unbewusstes Denken als eine Grundlage der Intuition

Simon Sidler*

Zusammenfassung

Die Metapher Sutherlands, „with thinking fingers“, kann als Aufforderung an die Osteopathen verstanden werden, ihr Entscheiden und Handeln maßgeblich auf die Wahrnehmung und Intuition zu basieren. Grundsätzlich wird jedoch in unserer westlichen Kultur davon ausgegangen, dass die Entscheidungen dann treffender ausfallen, wenn möglichst alle Faktoren überdacht werden und diskursiv begründet werden können. Neuere Forschungsergebnisse zeigen nun auf, dass die Urteile teilweise adäquater sind, wenn eine Entscheidung für eine Weile aufgeschoben und stattdessen die Aufmerksamkeit auf einen anderen Inhalt gerichtet wird. Es bestehen starke Hinweise, dass das Unbewusste während dieser Zeit eine Denkarbeit leistet. Dieses unbewusste Denken ist einer der Mechanismen, welcher der Intuition zugrunde liegt. Im vorliegenden Artikel werden die entsprechenden Studienergebnisse präsentiert, und es werden relevante neurologische Verarbeitungsprozesse beschrieben. Mögliche Konsequenzen für die Osteopathie werden aufgezeigt.

Schlüsselwörter

Entscheiden, Intuition, Denken, Bewusstsein, Unbewusstes, Vorbewusstsein, Philosophie, Psychologie

Abstract

Sutherland's metaphor „with thinking fingers“ can be understood as a challenge for osteopaths to base their decisions and actions predominantly on their perception and intuition. Western culture, however, principally believes that decisions are best made when as many factors as possible have been well considered and the decision can be logically derived. New scientific research results show that decisions may be more adequate if they are postponed whilst subconscious thought processes occur.

These subconscious thought processes are one of the mechanisms our intuition is based upon. This article presents the respective research results, describes relevant neurological processes and discusses possible consequences for Osteopathy.

Keywords

Decision making, intuition, thinking, consciousness, unconsciousness, preconsciousness, philosophy, psychology

Prolog

Der Säugling leide unter Verdauungsproblemen, berichtet die Mutter. Beim Trinken ermüde er rasch und nicke ein, er finde jedoch keinen erholsamen Schlaf. Sein Bauch ist gebläht, und der Rumpf ist nach dorsal überstreckt. Beim Berühren des Bauches stockt die Atmung, der Darm rumpelt. Bald beginnt zusätzlich ein Schluckauf, der Junge wird unruhig. Weil er bei der anschließenden Untersuchung des Hinterkopfes und der oberen Kopfgelenke augenblicklich ruhig wird und sich der Schluckauf nach kurzer Zeit einstellt, entscheidet sich der Osteopath, vorerst dort zu behandeln.

Sie leide seit dem Autounfall vor drei Jahren unter Nacken- und Armschmerzen, sagt die 29-jährige Patientin. Der Osteopath stellt eine massive Spannung des Zwerchfells und der Oberbauchregion fest. Auch der Beckenring und die BWS weisen Dysfunktionen auf. Die Halswirbel sind in ihrer Beweglichkeit myofaszial eingeschränkt, eine artikulare Blockierung ist nicht zu finden. Der Bereich der Kopfgelenke ist besonders gespannt, was sich auch auf die Schädelbasis überträgt. Der Osteopath entscheidet sich, die Behandlung beim Zwerchfell

zu beginnen, weil sich dieses Gewebe bei einer Berührung so anfühlt, als würde es aufatmen.

Obwohl er potente Schmerzmedikamente einnimmt, leidet der 38-jährige Architekt seit einem halben Jahr unter starken Rücken- und Beinschmerzen. Die Nervenleitfähigkeit ist normal. Die Beweglichkeit der Nerven und der Wirbelsäule ist in Ordnung, die Rückenmuskulatur entspannt. Während der Untersuchung des Bauches stellt sich jedoch beim Osteopathen ein mulmiges Gefühl ein. Er palpirt eine undefinierbare harte Struktur im Abdomen, welche die Schmerzen im Bein verstärkt. Der Osteopath empfiehlt dem Patienten dringend, seine inneren Organe schulmedizinisch weiter abklären zu lassen.

Entscheiden

Der Osteopath muss sich während eines Arbeitstages Hunderte Male entscheiden, wobei dies oft ohne nachzudenken, mühelos und unbewusst geschieht. Er braucht beispielsweise meistens nicht zu überlegen, welche Kleidungsstücke der Patient ausziehen soll und in welcher Ausgangsstellung er ihn untersuchen möchte. Das ist vergleichbar mit einem erfahrenen Autofahrer, der automatisch weiß, welchen Gang er einlegen muss, wann zu blinken ist und wann er beim Seitwärtsparken das Steuer einlenken muss. In bestimmten Situationen wird dem Osteopathen jedoch bewusst, dass entschieden werden muss. Beispielsweise möchte er sich festlegen, an welcher Struktur er die eingangs erwähnte Patientin zuerst behandeln will. Dazu kann er versuchen, durch gezieltes Denken ein logisch

* Simon Sidler D.O. SVO-FSO, M.Sc. paed. Ost. lebt in der Schweiz. Abschluss der Osteopathieausbildung an der Schule für Klassische Osteopathische Medizin (SKOM) 2004, Studium der Kinderosteopathie an der Osteopathie Schule Deutschland (OSD) in Hamburg bis 2009 mit Abschluss M.Sc. in pädiatrischer Osteopathie 2011. Besonderes Interesse an den Vorgängen der Wahrnehmung und Intuition. Praxistätigkeit in Brugg.

nachvollziehbares Urteil zu erlangen, das diskursiv, Schritt für Schritt erklärt werden kann. Häufig gelingt das jedoch aus diversen Gründen, die später beschrieben werden, nicht. Stattdessen ist möglicherweise ein einziger guter Grund oder ein bestimmtes Gefühl für die Entscheidung ausschlaggebend. Dieser eine gute Grund kann beispielsweise in der Reaktionsweise des Gewebes oder in der Beruhigung des Säuglings liegen, das entscheidende Gefühl kann einer Inkongruenz zwischen dem Beschwerdebild und den tastbaren Befunden des Abdomens entspringen. Im Allgemeinen können also zwei sich kontrastierende Möglichkeiten beschrieben werden, wie eine Entscheidung gefällt werden kann: Entweder durch diskursives Denken oder aufgrund der Intuition. Diese beiden unterschiedlichen Wege, zu einem Urteil zu gelangen, werden von diversen Autoren jeweils etwas anders benannt (Tab. 1) [1, 2, 3].

Wird eine Entscheidungsfindung durch bewusstes Denken angestrebt, erfordert dies ein hohes Maß an Aufmerksamkeit und es passiert eher langsam, weil die Datenverarbeitungsgeschwindigkeit des Bewusstseins stark begrenzt ist [3, 4, 5]. Deshalb ist diese Art von Entscheidung oft anstrengend und zeitraubend. Das

Urteil kann jedoch Schritt für Schritt begründet werden, ist häufig präzise und entspricht der analytischen Denkarbeit, die mittels IQ-Tests untersucht wird [2]. Die intuitive Strategie benötigt kaum Aufmerksamkeit. Die Datenverarbeitung geschieht automatisch, unbewusst und kann deswegen nicht kontrolliert werden. Die Person hat selber keine Kenntnisse darüber, dass ein Entscheidungsprozess stattfindet. Die Qualität des Urteils fällt eher ganzheitlich und assoziativ aus [2, 6]. Aufgrund der riesigen Datenverarbeitungsmenge des Unbewussten ist dieses System schnell, und es werden viele Aspekte gleichzeitig verarbeitet. Das Urteil dieser Prozesse taucht unvermittelt als Intuition im Bewusstsein auf. Diese Strategie wird auch als implizites System bezeichnet.

Historischer Kontext

Seit jeher beschäftigt die Menschen die Frage, ob sie beim Entscheiden eher dem Verstand oder ihren Gefühlen folgen sollen. Bereits in der Antike werden diese beiden Möglichkeiten beschrieben [3, 5]. Die Philosophen um Sokrates und Platon ehren den Verstand. Alles Irrationale erachten

sie als minderwertig, da es das reine Urteil trübe. Die Leidenschaften und die Gefühle (griech. pathos) sind ihrer Ansicht nach Denkfehler, eine Verirrung, die krank machen könne [7], was mit der Begriffsbildung der *Pathologie* bis in die heutige Zeit nachwirkt. Dieser verstandes- und vernunftbetonte Ansatz wird später durch Persönlichkeiten wie z.B. Newton, Descartes und Kant aufgegriffen und weiter gepflegt. Insbesondere Descartes Methodik zeichnet sich durch ein universelles Zweifeln und Widerlegen aus und prägt bis heute die Schulbildung und die Wissenschaft [6, 7, 8]. Descartes misstraut allen Sinnesempfindungen. Als vertrauenswürdig erachtet er bloß die reproduzierbaren und mathematisch beweisbaren Inhalte. Er verehrt die Vernunft und vergleicht sie mit dem Strahlen der Sonne [9], sämtliche unbewusste Prozesse des Nervensystems negiert er.

Gegen diese streng rationale Sichtweise regt sich seit der Antike sporadisch Widerstand. Persönlichkeiten wie z.B. Epikur, Leonardo da Vinci, Goethe, Nietzsche und Schopenhauer gehen in ihren Betrachtungen vom Phänomen aus, vertrauen ihren Sinnesempfindungen und betonen die Rolle der Gefühle. Allerdings sind deren Meinungen eher Zwischenrufe in der Geschichte; einen tiefgreifenden Einfluss auf die Methodik der Naturwissenschaften nehmen sie kaum.

Seit mehr als 2000 Jahren werden das bewusste Denken und das Entscheiden als die wertvollsten Tätigkeiten des Menschen, als die Krone der Evolution angesehen. Unbewusste Vorgänge werden eher als minderwertig betrachtet. Deswegen wird allgemein angenommen, dass sämtliche Entscheidungen desto besser ausfallen, je bewusster sie gefällt werden [5, 6, 7, 8]. Uns wird gesagt, wir sollten erst reiflich überlegen und alle Informationen abwägen, bevor wir handeln. „Erst wägen, dann wagen“ lautet das Credo, um das Ergebnis zu optimieren. Es soll also eine Art Kosten-Nutzen Analyse durchgeführt werden, in der alle möglichen Faktoren berücksichtigt und abgewogen werden. Wie sieht das aus?

Tab. 1: Unterschiedliche Benennungen des intuitiven und des diskursiven Systems (mod. nach [2])

Autor	Intuitives System	Diskursives System
Sloman	Associative system	Rule-based system
Evans & Over	Tacit thought processes	Explicit thought processes
Reber	Implicit cognition	Explicit cognition
Levinson	Interactional intelligence	Analytic intelligence
Epstein	Experiential system	Rational system
Hammond	Intuitive cognition	Analytical cognition
Klein	Recognition-primed decisions	Rational choice strategy
Shiffrin & Schneider	Automatic processing	Controlled processing
Posner & Snyder	Automatic activation	Conscious processing system
Hogarth	Tacit system	Deliberate system
Labouvie & Vief	Rational analytic	Intuitive holistic

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/2626528>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/2626528>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)