



Lernen mit Emotion und Intuition

Intuition - der Turbo für eigenverantwortliches Lernen

Dr. Claudia Härtl-Kasulke

„Das Leben ist eine Abfolge natürlicher und spontaner Wandlungen. Wehre dich nicht gegen sie – das schafft Kummer. Lass die Wirklichkeit Wirklichkeit sein. Lass die Dinge natürlich vorwärts fließen, und zwar ganz so, wie es ihnen gefällt.“ Lao-Tzu´s Worte sind wie die Quintessenz der Intuition. Doch warum sollten wir in unserem vom Verstand geprägten Zeitalter Intuition nutzen? Reicht es nicht völlig aus, Daten, Fakten, Erfahrungen auszuwerten und - garniert mit Prioritäten - einen Handlungsmix für die entsprechenden Herausforderungen zu kreieren?

Sicherlich haben Sie bereits meine beiden ersten Veröffentlichungen zum Thema Lernen mit Emotion und Intuition hier im Trainer-Kontakt Brief entdeckt. Die Lernstrategie bewusst einsetzen, mit Emotionen nachhaltig ankern und mit Intuition unseren Rahmen sprengen sind hoch wirkungsvolle Erfolgsfaktoren im Lernprozess. Doch warum sollen wir „Rahmen sprengen?“

Die Gegenwart fordert mehr als den Erfolg der Vergangenheit

Zeuch schreibt in seinem Buch „Feel it“, „Wir alle neigen dazu den Erfolg der Vergangenheit in der Zukunft fortsetzen zu wollen“. Jeder von uns kennt es: Durch die rasanten Entwicklungen, stehen wir immer häufiger mit einer guten Portion „Nichtwissen“ in unserem Arbeitsalltag. Führungskräfte und ihre Mitarbeiter erkennen als erste ihren Handlungsbedarf. Das klassische Training ist hier kaum hilfreich, da es schnelle Reaktionszeiten und individuelle Lösungen braucht. Hilfe zur Selbsthilfe ist angesagt.

Intuition das unbekannte Wesen – ein Wirtschaftsfaktor

„Wir alle müssen zunehmend lernen, mit Nichtwissen umzugehen und die daraus entstehenden Unsicherheiten und Unplanbarkeiten meistern. Eine wichtige und natürlich Ressource ist dabei die Intuition“, sagt Zeuch. Und das Wunderbare: Intuition hat jeder, jede von uns! Intuition ist eine Fähigkeit, die die meisten von uns unbewusst leben. Und weiter schreibt er „Die psychologische und neurologische Intuitionforschung konnte zeigen, dass wir ohne Intuition und Emotion nicht mehr rational sein können. Das durch die Aufklärung in Ungnade gefallene Paar der Emotion und Intuition ist sogar das Fundament vernünftiger und effektiver Entscheidungsfindung.“

Die Frage ist: Wie kann Intuition initiiert werden und lässt sie sich steuern? Denn klar wird, wenn wir durch Intuition erst handlungsfähig werden, dann ist sie ein bisher zwar verkannter, doch umso gewichtiger Wirtschaftsfaktor. Und nicht nur das, sie hilft uns, wenn wir auf rasante Veränderungen reagieren müssen, um wettbewerbsfähig zu bleiben. Intuition ist hier der Rahmen sprengende Wirkfaktor, der Turbo für eigenverantwortliches Handeln, wenn wir vor Situationen stehen, die unser Nichtwissen verdeutlichen und die logische Überlegungen und Herleitungen ausbremsen.

Intuition öffnet neue Erfahrungs-, Wissens- und Lernräume. Doch welche Methoden öffnen diese Räume?

Achtsamkeitsübungen, Methoden, die Brainstorming und Flow fördern, die Arbeit mit dem inneren Team fördern Intuition. Die Zugänge zu unserer Intuition sind vielfältig. Die Neurowissenschaften sind der Intuition auf der Spur. Und so entstehen mehr und mehr Erkenntnisse, wie intuitives Lernen gefördert werden kann. Gedankenloses Kritzeln, wie wir es in Besprechungen, am Telefon tun, kann die Gedächtnisleistung verbessern. Eine Studie der Universität Plymouth, Großbritannien belegt, dass 29 % höherer Lerneffekt entsteht, wenn wir nebenbei, ohne Nachzudenken zeichnen.

Dabei entsteht Intuition - und das wird zunächst fremd anmuten - in einem leeren Raum. Wer von Ihnen bereits meditierte, kennt es. Scheinbar sind wir frei von allen Gedanken und dann entstehen Ideen, ja konkrete Lösungen zu Problemen, die anstehen und für die wir bisher kein echtes Verständnis entwickeln konnten, um den gordischen Knoten zu kappen.

Eine wunderbare Meditation, die so recht das Herz unserer Kultur berührt, ist die Gehmeditation. In ihr verbindet sich Kontemplation und Aktion. Der Zenmeister Tich Na Tan übersetzte die Zen-Philosophie für die Menschen des Westens. Das Ergebnis sind Meditationen, die sich mit Leichtigkeit in unseren Alltag integrieren lassen:

Die „Ja, Ja – Danke, Danke“ - Gehmeditation

Während Sie in Ihrem Rhythmus gehen, sagen Sie lautlos, wie zu sich selbst: Ja (ein Schritt), Ja (zweiter Schritt), Danke (dritter Schritt), Danke (vierter Schritt). Das wiederholen Sie so oft, wie Sie mögen.

Wenn in dieser Meditation Ihre Gedanken zurückkehren, entscheiden Sie, sobald Sie es wahrnehmen, was Sie wollen: bleiben Sie bei den Gedanken oder kehren Sie zur Meditation zurück.

Deutlich wird, dass die von Erfolg getriggerten Menschen hier das Loslassen üben. Denn eines geht nicht: Dass ich mir den Auftrag gebe, konkrete Ergebnisse zu erzielen. Eine solche Überlegung wäre das klare Aus für intuitives Entdecken. Intuition braucht Freiräume, Weile und

Zeit, Muße und Übung. Der Lohn ist groß: wir spüren das Ruhen in uns selbst, das Loslassen des Alltags und mit dem notwendigen Quäntchen Geduld, das Entdecken.

Auf wahrhaft leichte Art lässt es - das Entdecken - sich auch beeinflussen. Wenn Sie mit bereits erfolgter Meditationspraxis vor dem Start in die Kontemplation mit Leichtigkeit einen Ziel-satz formulieren, zum Beispiel: Ich wünsche mir eine Lösung für das Problem X. Sie kennen diese Formulierungen bereits aus anderen Zusammenhängen, zum Beispiel wenn Sie in Brainstorming-Prozessen sich an Zielen orientieren, dann formulieren Sie ebenfalls

- positiv ohne Verneinung
- ohne Appelle, wie: du sollst, du musst, etc.
- ohne zeitliche Begrenzung.

Meditation bereitet somit nicht nur das Feld, die innere Gelassenheit, in der wir unserem Wissen begegnen, das im Verborgenen blüht, sondern lässt sich auch hervorragend für das Lösen von Herausforderungen nutzen.

Die Bildungslandschaft verändert sich

Deutlich wird, die Bildungslandschaft verändert sich. Unabhängig von den oben skizzierten Anforderungen für die Wettbewerbsfähigkeit der Unternehmen sind künftige Herausforderungen, wie wir Menschen in ihrer dritten Arbeitsphase begleiten, dass ihnen Lernen Freude bereitet. Und noch einen Schritt davor: Wie können wir unsere Teilnehmer so begleiten, dass Sie ihre Scheu vor dem Lernen verlieren? Sie mit Neugierde, Engagement und Interesse an Veränderungen den Alltag und seine Herausforderungen meistern?

Hier öffnen sich für uns als Lehrende neue Arbeitsfelder. Lernen und Lernprozesse werden explizit Thema für das Training. Zauberworte, die uns als Trainer und unsere Teilnehmer beflügeln, sind Entdeckerfreude und Neugierde. Lernen mit Emotion und Intuition bietet dafür ein weites Feld. Hierfür wünsche ich Ihnen viel Spaß!

Lesetipps & mehr

Und wenn Sie gerne mehr Methoden zum Thema „Lernen mit Emotion und Intuition“ entdecken wollen, gibt es speziell für Sie als Leser vom Trainer-Kontakt-Brief mein Buch bis zum 31.12.2010 zum Subskriptionspreis. Bestellen Sie das Buch über meine Internetseite www.kasulke-kommunikation.de zum Preis von 22,-, statt 24,90 €. Sie sind richtig neugierig? Wir senden Ihnen gerne die Unterlagen zur Ausbildung zum LernCoach®

- Claudia Härtl-Kasulke: „Veränderungen meistern, Lernen mit Emotion und Intuition. Handbuch für eigeninitiatives Lernen“, Beuer und Wardin, Bergisch Gladbach, 2010.
- Thomas J. Herpich: „Sieben Sterne zur Kreativität“, Berlin 2010.
- Andreas Zeuch: „Feel it! So viel Intuition ver-trägt Ihr Unternehmen“, Weinheim 2010.

Dr. Claudia Härtl-Kasulke arbeitet seit 30 Jahren in der Weiterbildung. Mit bk+k Beratung Kultur + Kommunikation, Dietzenbach / Frankfurt/M. startete sie 1991 in die Selbständigkeit und begleitet seitdem mit ihrem Team Menschen in Unternehmen in unterschiedlichen Veränderungsprozessen. Das Entwickeln von Methoden, um die Teilnehmer mit Freude und Leichtigkeit im Lernen zu begleiten, zeigte sich schon bald als eine besondere Ambition. Ein zweites Hobby ist das Schreiben. Ihre Lieblichkeitsthemen sind: Dialog mit Kunden und Mitarbeitern, Zielgruppenkommunikation, wie 50 Plus und natürlich Lernstrategien.

www.kasulke-kommunikation.de