

Die Arbeitsteilung im Gehirn

(frei nach Betty Edwards)

Das Gehirn physiologisch: Unser Gehirn besteht aus zwei Hälften, die in der Mitte durch den Balken verbunden sind. Früher sagte man, dass der Balken ist für die Kommunikation zwischen den beiden Gehirnhälften zuständig sei und dass jede Gehirnhälfte ist auf bestimmte Aufgabengebiete spezialisiert sei.

Nach neueren Erkenntnissen ist die Aufgabenverteilung wesentlich komplexer.

Die besonderen Fähigkeiten im Alltagsbewusstsein, unserer "logischen Seite":

Man ist mit der rechten Hand, bzw. der normalen Arbeitshand verbunden.

Es beherbergt das Sprachzentrum. Man gebraucht also Worte und Beschreibungen, um Dinge zu benennen und zu definieren.

Man geht analytisch vor. Wahrnehmungen werden schrittweise zergliedert.

Man zieht Schlussfolgerungen auf Grund logischer Gesetze.

Man geht rational vor. (vernunftgemäß, berechenbar)

Man achtet auf die zeitliche Reihenfolge (digitale, messbare und berechenbare Zeit).

Man verwendet Symbole.

Man kann abstrahieren. Man wählt einen kleinen Teil der vorhandenen Information und benutzt ihn für die Darstellung des Ganzen.

Man verkettet Gedanken linear. Das heißt, aus einem folgt das Nächste.

Das Alltagsbewusstsein arbeitet auf sprachlich analytische Weise und ist in unserer Kultur dominant.

Im Alltagsbewusstsein bewegt sich unser Denken immer nur auf bekannten, angelernten Pfaden.

Die besonderen Fähigkeiten im entspannten Zustand, dem Alpha - Zustand:

Man ist mit der linken Hand verbunden.

Man hat kaum Bezug zur Sprache.

Man besitzt kein Zeitgefühl. (aber: emotionale Zeit!)

Man arbeitet nur im "hier und jetzt" und bezieht sich auf konkrete Dinge in ihrem gegenwärtigen Zustand.

Man bewertet nicht und verzichtet auf eine Beurteilung.

Man entdeckt Übereinstimmungen, Ähnlichkeiten und versteht bildliche Zusammenhänge.

Man arbeitet nichtrational. Das heißt, im Alpha-Zustand braucht man keine mit dem Verstand begründete oder Tatsachen bedingte Basis.

Man arbeitet räumlich.

Man erschaut Teile in ihrem Verhältnis zu anderen Teilen und zum Ganzen.

Man arbeitet intuitiv. (aus der Eingebung heraus)

Man schließt vorhandene Lücken und erschaut Systeme, Modelle und Bilder durch plötzliche Eingebung.

Man arbeitet ganzheitlich. Im Alpha-Zustand erfasst man etwas auf einmal und als Ganzes, was zu überraschenden Lösungen führen kann.

Im Alpha-Zustand arbeitet unser Gehirn auf räumlich ganzheitliche Weise. In ihm können wir Dinge in der Vorstellung sehen, Bilder verstehen und sie uns ins Gedächtnis rufen, träumen und neue Ideenverbindungen herstellen.

Der Alpha-Zustand ist ein gefühlsmäßiges, subjektives, ganzheitliches und zeitloses Sein, für das in unserer westlichen Kultur nur wenig Raum bleibt.

Im Alpha-Zustand wird uns „Alles“ möglich. Kreativität jeder Art kann entstehen, wenn uns unser Gehirn mit seinem ganzen Potential zur Verfügung steht.

Copyright: Birgitta Volz (bitte nicht kopieren und nicht weitergeben!)