

Neurologische Ebenen

Es wird oft davon gesprochen, dass man auf verschiedenen »Ebenen« auf Vorgänge reagieren kann.

Beispielsweise könnte jemand sagen, dass eine Erfahrung auf einer Ebene negativ war, jedoch auf einer anderen positiv.

In unserer Gehirnstruktur, unserer Sprache und unseren Wahrnehmungssystemen gibt es natürliche Hierarchien oder Ebenen der Erfahrung. Diese Ebenen organisieren und beeinflussen die Information auf den ihnen jeweils untergeordneten Ebenen.

Wenn man etwas auf einer der oberen Ebenen verändert, muss sich zwangsläufig auch etwas auf den unteren Ebenen verändern; wenn man etwas auf einer der unteren Ebenen verändert, so kann, aber muss das nicht unbedingt die oberen Ebenen beeinflussen.

Der Anthropologe Gregory Bateson hat zwischen vier Grundebenen des Lernens und der Veränderung unterschieden - wobei jede dieser Ebenen abstrakter ist als die darunterliegende, jedoch einen stärkeren Einfluss hat als jene untere. Diese Ebenen entsprechen ungefähr der folgenden schematischen verbalen Darstellung:

Die Bedeutung der verschiedenen Ebenen:

Umwelt:

Das ist alles, worauf wir reagieren, unsere Umgebung und andere Menschen, denn wir begegnen.

Verhalten:

Dies sind unsere konkreten Handlungen.

Fähigkeiten:

Dies sind die Gruppen oder Klassen von Verhaltensweisen, allgemeinen Fertigkeiten und Strategien, die wir in unserem Leben benutzen.

Glauben und Werte:

Dies sind die verschiedenen Leitideen, die wir für wahr halten und als Grundlage unseres alltäglichen Tuns benutzen. Glaubenssätze und Einstellungen können sowohl Berechtigungen (Erlaubnis) als auch Einschränkungen (Verbote) beinhalten.

Identität:

Dies ist mein grundlegendes Selbstbild: meine tiefsten, zentralen Werte und meine Aufgabe oder Mission in meinem Leben.

Zugehörigkeit:

Hier geht es zum einen um unsere berufliche, familiäre, gesellschaftliche oder wie auch immer geartete (vielleicht auch philosophische, religiöse) Zuordnung.

Dies ist die tiefste Ebene, wo wir die größten metaphysischen Fragen betrachten und umsetzen. Warum sind wir hier? Was ist der Sinn des Lebens? Diese spirituelle Ebene leitet und formt unser Leben und gibt unserer Existenz eine Grundlage. Jede Veränderung auf dieser Ebenen hat tiefgreifende Auswirkungen auf alle anderen Ebenen. In gewissem Sinne enthält sie alles, was wir tun, ist aber mehr als die Summe ihrer Teile.

Beispiele für verbale Aussagen auf den neurologischen Ebenen:

Umwelt:

1. Der Krach im Rauch macht es schwierig, Diktate schreiben zu lassen.
2. Anker können leicht während einer Gruppenübung gesetzt werden.

Anmerkung: Anker sind Reize die man durch eine Berührung eines bestimmten Punktes am Körper setzen kann. Z. B. Wenn Sie eine schöne Musik hören und sich dann am Ohr berühren, haben Sie etwas geankert. Wenn Sie dann irgendwann an Ihr Ohr fassen, werden Sie sich wieder an diese Musik erinnern).

3. Der Krebs hat mich befallen.

Verhalten:

1. Bei diesem Diktat hast du nicht gut buchstabiert.
2. Du hast bei dieser Person einen Anker gesetzt.
3. Ich kann mich manchmal einfach nicht gesund verhalten.

Fähigkeiten:

1. Du kannst nicht gut buchstabieren.
2. Du bist fähig andere Menschen zu ankern.
3. Ich bin außerstande in einem guten Zustand zu sein.

Glauben und Werte:

1. Wenn du nicht buchstabieren kannst, wirst du in der Schule nie zurechtkommen.
2. Zu wissen wie man ankert, macht dich zu einer einflussreichen Person.
3. Es ist eine falsche Haltung, sich gegen das Unvermeidliche auflehnen zu wollen.

Identität:

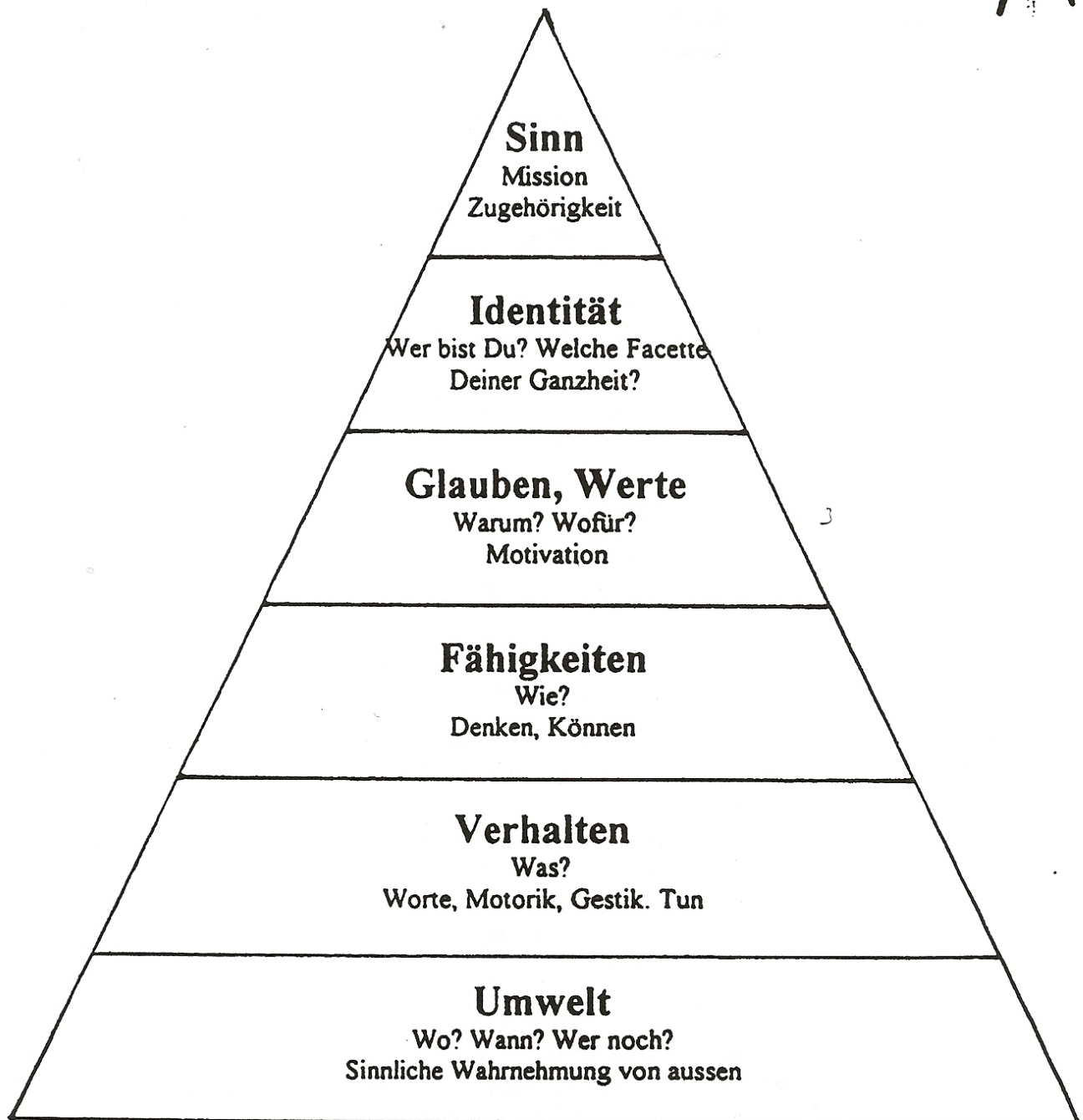
1. Du bist dumm, ein lernbehindertes Kind.
2. Du bist ein guter Programmierer
3. Ich bin ein Krebsopfer

Zugehörigkeit:

1. Du gehörst zu den Lernbehinderten, den Schwachbegabten.
2. Du gehörst zu den der Programmierer.
3. Du gehörst zu den Opfern des Krebses, denen die dasselbe Schicksal erleiden.

Die neurologischen Ebenen (Gestaltungs Ebenen)

nach Gregory Bateson / Robert Dilts



"Du kannst ein Problem nicht auf der gleichen Denk-Ebene lösen, auf der es entstanden ist."
Albert Einstein