

Christel Schmieling-Burow
Olaf-Axel Burow



Art-Coaching

Das Potenzial der inneren Bilder nutzen

BELTZ

Christel Schmieling-Burow, Olaf-Axel Burow | Art-Coaching



Christel Schmieling-Burow | Olaf-Axel Burow

Art-Coaching

Die Kraft der inneren Bilder nutzen

BELTZ

Haftungsausschluss: Alle vorgestellten Konzepte sind nur Anregungen, die von Fachpersonen nach eigenem Ermessen im Rahmen gesetzlicher Vorschriften genutzt und/oder variiert werden sollten. Autor und Verlag übernehmen keinerlei Haftung, Buch und Downloadmaterial wendet sich ausschließlich an Fachpersonen und nicht zum Zwecke der Selbsthilfe an Klienten und Patienten.

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt.
Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig.
Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen
und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme.



Dieses Buch ist erhältlich als:

ISBN 978-3-407-36719-8 Print

ISBN 978-3-407-36777-8 E-Book (PDF)

1. Auflage 2021

© 2021 Beltz

in der Verlagsgruppe Beltz · Weinheim Basel

Werderstraße 10, 69469 Weinheim

Alle Rechte vorbehalten

Lektorat: Julia Zubcic

Umschlaggestaltung: Victoria Larson

Umschlagabbildung: © getty images/ROMAOSLO

Satz und Herstellung: Victoria Larson

Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza

Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autor_innen und Titeln finden Sie unter: www.beltz.de

Inhaltsverzeichnis

Teil I	Art-Coaching Theorie	7
	1. Was ist Art-Coaching?	8
	1.1. Eine Kurzdefinition für Einsteiger	8
	1.2. Wissenschaftlicher Hintergrund für Fortgeschrittene	12
	1.3. Erweiterungen: Gemeinsam wachsen im Kreativen Feld	33
Teil II	Art-Coaching Praxis	47
	2. Art-Coaching: Drei Schritte zur Entdeckung Ihres persönlichen Potenzials	50
	Stufe 1: Wie Sie Ihren Persönlichen Mythos entdecken	52
	Stufe 2: Wie Sie Ihre innere Berufung entdecken: Das Expressive Selbstportrait	68
	Stufe 3: Wie Sie Ihre Zukunftsvision und Ihren »Glückscode« finden	91
	Zwischenfazit: Entdeckung des persönlichen Potenzials durch Art-Coaching	113
	3. Art-Coaching: Vom profilierten Selbst zum Kreativen Feld	114
	Stufe 4: Wie Sie mit der Synergieanalyse passende Umsetzungspartner finden	116
	Stufe 5: Wie Sie Ihr Kreatives Feld finden und gestalten können	119
	4. Art-Coaching: Wie Sie sich einen optimalen Arbeitsplatz schaffen	136
	Stufe 6: Ihre persönliche Arbeitsplatzanalyse	136
	Stufe 7: Wie Ihr Arbeitsplatz zum Kreativen Feld wird	138

	5. Art-Coaching: Wie die Organisation zum Kreativen Feld wird	149
	Warum wir für unsere Entfaltung Kreative Felder benötigen	149
	Pictorial Knowledge – eine vernachlässigte Dimension der Organisationsentwicklung	151
	Stufe 8: Wie Sie Bildwissen zu wirksamer Organisationsentwicklung nutzen können	153
.....		
Teil III	Art-Coaching Seminare	191
	Wie Sie Art-Coaching lernen können: Seminare und Ausbildungen	193
	Art-Coaching digital	194
	Danksagung	196
	Literatur	197
	Anhang	202
.....		

Art-Coaching Theorie 01

1. Was ist Art-Coaching?

»In jedem Menschen steckt sehr viel mehr,
als er selbst weiß«

Robert Jungk

»Herauszufinden, wozu man sich eignet
und eine Gelegenheit finden, dies zu tun
ist der Schlüssel zum Glückhsein«

John Dewey (1930, S. 360)

1.1. Eine Kurzdefinition für Einsteiger

Art-Coaching ist ein Beratungsansatz, der Dimensionen der Kunst, bzw. ästhetischer und narrativer Ausdrucksverfahren, für den Coaching-Prozess sowie die Personal- und Organisationsentwicklung erschließt. Durch Analysieren des eigenen Lebenskripts, schöpferisches Gestalten und die Begegnung mit Kunst wird es Einzelnen und Gruppen möglich, kreative Potenziale freizusetzen, die innere Berufung zu entdecken und Entwicklungsziele zu setzen. Art-Coaching ermöglicht Potenzialentfaltung, Zentrierung und Sinnfindung.

Art-Coaching knüpft an Erkenntnisse der Hirnforschung an, die gezeigt haben, dass wir neben explizitem und implizitem Wissen auch über eine dritte Wissensform verfügen, die unser Denken, Fühlen und Handeln steuert: Das in inneren Bildern und Symbolen verdichtete Bildwissen – »Pictorial Knowledge«.

Art-Coaching ermöglicht es dieses Bildwissen zu erschließen, indem wir unsere handlungsleitenden inneren Bilder entdecken, ausdrücken und als Quelle von Inspiration und Sinnfindung nutzen. Der Austausch innerer Bilder bei der persönlichen Begegnung in der Gruppe, im Team oder sogar in der Organisation setzt verborgenes Wissen frei und vernetzt Neigungen und Talente, wodurch Kreative Felder sowie Räume synergetischer Begegnung und schöpferischer Erneuerung entstehen.

Art-Coaching ist persönlichkeits- und berufsbezogene Beratung von Personen, Gruppen und Organisationen im Medium der Kunst unter Nutzung kreativ-ästhetischer Ausdrucks- und Gestaltungsverfahren.

Durch die Begegnung mit Kunst und ästhetischer Praxis zur Lebenskunst

Nachfolgend skizzieren wir den theoretischen Hintergrund von Art-Coaching. Falls Ihnen dieser Zugang zu abstrakt ist, können Sie die einführenden Theoriekapitel überspringen und sich gleich dem Praxisteil (Teil II) zuwenden, in dem wir anhand konkreter Beispiele das Verfahren und die Vorgehensweisen vorstellen. Wenn Ihnen der Weg vom Konkreten zum Abstrakten leichter fällt können Sie später auf den Theorieteil zurückgreifen. Damit Sie aber wissen, was Sie erwartet, geben wir hier zunächst einen kurzen Überblick.

Art-Coaching – eine von uns gewählte Bezeichnung – verbindet zwei Bereiche, die auf den ersten Blick nicht zusammengehören: Kunst und Coaching. Und doch gibt es eine Verbindung, die wir alle von Zeit zu Zeit bereits nutzen: Die meisten von uns gehen gern in Kunstausstellungen und erfahren dieses Eintauchen in eine andere Welt fernab unseres Alltags als belebend. Ja, nicht selten kommen wir beflügelt und inspiriert aus solchen Veranstaltungen zurück, ohne genau sagen zu können, wodurch wir so berührt worden sind. Offenbar bewirkt die Begegnung mit künstlerisch-kreativen Schöpfungen angenehme Empfindungen, aber auch Irritationen, die es uns ermöglichen Abstand von gewohnten Sichtweisen zu nehmen und bisweilen sogar aus Alltagsroutinen auszubrechen. Diese Momente freier Begegnung inspirieren uns nicht nur, sondern können darüber hinaus den Anstoß liefern für neue Ideen und Projekte. Dies geschieht in der Regel ungeplant und zufällig.

Die Wenigsten von uns werden auf den Gedanken kommen, solche Begegnungen systematisch zur eigenen Kreativitätsförderung zu nutzen, etwa indem sie selbst schöpferisch tätig werden und das Medium von Kunst bzw. ästhetischen Gestaltungsverfahren nutzen, um sich selbst auszudrücken. Beide Seiten, die Entdeckung bislang ungenutzter kreativer Potenziale und die Möglichkeit, mehr über uns selbst und unseren impliziten Lebensentwurf zu erfahren, nutzen wir bislang kaum. Das ist schade, denn dadurch, dass, beginnend bei der Schule, über die Universität bis zu unseren Arbeitsplätzen, immer stärker kognitiv-rationale Zugangsweisen dominieren, wird eine zentrale Dimension unserer menschlichen Existenz verfehlt: Die Möglichkeit schöpferischen Selbstausdrucks in freien Erzählungen und Bildnissen als Quellen eines erfüllten Lebens.

Im Wort »Lebenskunst« scheint dieser vernachlässigte Zusammenhang von kreativem Schöpferium und der Möglichkeit erfüllter Lebensgestaltung auf. Ein erfülltes Leben, in dem wir den Reichtum unserer Anlagen nutzen, ist ohne die Auseinandersetzung mit Kunst und eigenen Gestaltungsversuchen kaum möglich. An dieser Stelle setzt das Art-Coaching an, um diese Lücke in der Nutzung unserer kreativen Potenziale der modernen Gesellschaft zu schließen. Um es klarzustellen: Zwar ist potenziell »jeder Mensch ein Künstler«, wie es Joseph Beuys 1985 in seiner Rede vor den Münchner Kammerspielen formulierte, doch erheben wir mit Art-Coaching

keinen Kunstsanspruch im engeren Sinn. Es ist durchaus möglich, dass in den Gestaltungsprozessen unserer Arbeit mit Einzelnen und vor allem Gruppen bisweilen auch »Kunst« entsteht, doch unser Fokus ist ein anderer: Die Auseinandersetzung mit Kunst und die Umsetzung in kreativen Gestaltungsprozessen zielt auf eine vertiefte Selbsterkenntnis, die Entdeckung der eigenen Berufung und die Erweiterung des eigenen und gemeinschaftlichen Wahrnehmungs- und Entwicklungsraums ab.

Mit Art-Coaching eröffnen wir in diesem Sinn nicht nur den Zugang zu einer neuen Form spielerisch-kreativer Selbsterkenntnis, sondern darüber hinaus die Erweiterung unseres gestalterischen und sozialen Möglichkeitsraums durch die Begegnung mit Anderen im Medium von Selbsterzählungen, Selbstportraits, Open Art Spaces (OASen) und weiteren ästhetischen Formaten.

Art-Coaching basiert auf wissenschaftlichen Hintergründen

Art-Coaching folgt bislang keiner konsistenten Theorie, basiert aber auf wissenschaftlichen Hintergründen, die wir nachfolgend überblicksartig darstellen. So ergibt sich die Wahl des ästhetischen Zugangs neben anderem aus Einsichten der Hirnforschung, wie sie Gerald Hüther (2004) in »Die Macht der inneren Bilder. Wie Visionen das Gehirn, den Menschen und die Welt verändern« und Ernst Pöppel (2006) in »Der Rahmen: Ein Blick des Gehirns auf unser Ich« vorgestellt haben; sowie aus den Verfahren des Umgangs mit kreativen Medien aus der Gestaltpädagogik (Burow 1988/1993/2009) und unserer Theorie des »Kreativen Feldes« (Burow 1999/2015), die wir seit vielen Jahren untersucht und weiterentwickelt haben.

Die Gestaltpädagogik betont, ebenso wie die Hirnforschung, die herausragende Bedeutung persönlich bedeutsamer Lebensereignisse, die sich in inneren Bildern sowie persönlichen Lebensskripten so verdichten, dass sie unsere Wahrnehmungen und Handlungen in hohem Maße steuern. Von zentraler Bedeutung ist der bislang unterschätzte Stellenwert von Bildwissen, als dritte Wissensform neben explizitem und implizitem Wissen. Aufgrund unserer pointierten Darstellung werden Sie erkennen, welche Bedeutung die Freisetzung von inneren Bildern und ihr Ausdruck in narrativen und ästhetischen Gestaltungsverfahren für eine erweiterte Selbsterkenntnis und die Ermöglichung einer bewussteren Lebensgestaltung haben. Wir werden dabei thesenartig mögliche Leistungen des Art-Coaching-Verfahrens benennen, die Sie dann im Praxisteil überprüfen können.

Art-Coaching bietet einen Zugang zu den unerschlossenen Quellen unseres Selbst, wie sie in Form von inneren Bildern unser Wahrnehmen, Empfinden und Handeln steuern bzw. beeinflussen. Indem Sie lernen Ihre inneren Bilder auszudrücken, zu gestalten und zu reflektieren, können Sie Ihr »Selbstwissen« – das Wissen über das

eigene Selbst – erweitern und sich so ein Stück weit aus unbewussten Routinen befreien. Unter dem »Selbst« verstehen wir, in Anlehnung an die Gestalttherapie, die »Kontaktgrenze in Tätigkeit«. Mit anderen Worten: Die Art und Weise, wie wir Kontakt zu uns selbst, zu anderen sowie zu unserer Umwelt aufnehmen oder unterbrechen – das Muster unseres Kontaktverhaltens also – charakterisiert unser »Selbst«. Nur wenn wir diese Muster kennen, sind wir in der Lage »selbst-bewusst« zu entscheiden.

An diese Herausarbeitung der zentralen Bedeutung von Selbstwissen, vermittelt über den ästhetischen Zugang, schließt sich eine knappe Darstellung der »Theorie des Persönlichen Mythos« des amerikanischen Psychologen Dan P. McAdams (1993; dt. 1996) an. Er hat in Form eines Biografie-Leitfadens ein erprobtes Instrument zur Selbsterkenntnis und Lebensgestaltung entwickelt, das den narrativen Zugang zu unseren wahrnehmungs- und handlungsleitenden inneren Bildern wählt: Demnach charakterisiert es unser Menschsein, dass wir Geschichtenerzähler sind. McAdams zufolge versuchen wir den Wechselfällen unseres Lebens Sinn und Kohärenz zu verleihen, indem wir fortwährend an der Fortschreibung einer in sich stimmigen Geschichte schreiben, deren Held wir sind. Diese Heldengeschichte mündet in einen »persönlichen Mythos«, der in Form eines verdichteten inneren Bildes die wesentlichen Dimensionen unserer Identität enthält. Mithilfe eines Biografie-Leitfadens, den wir in unserem Praxisteil vorstellen, ist es möglich, dass Sie Ihren persönlichen Mythos, der darüber bestimmt, wie Sie die Welt sehen und welche Chancen Sie ergreifen können, zu entschlüsseln.

Vom Persönlichen Mythos, über das Expressive Selbstportrait zum Kreativen Feld

Art-Coaching verbindet so den narrativen Zugang – über die Herausarbeitung des »Persönlichen Mythos« – mit dem ästhetischen Zugang – durch die Gestaltung eines »Expressiven Selbstportraits«. Beide einander ergänzende Verfahren ermöglichen einen breit gefächerten Zugang zu den unser Wahrnehmen und Handeln leitenden inneren Bildern. Die daraus entstehenden Erkenntnisse erhalten eine gesteigerte Wirkung, durch die Begegnung in der Gruppe. Die Teilnehmer/innen tauschen sich über ihre persönlichen Lebenserzählungen aus und begegnen sich selbst auf neue Weise durch die Selbstportraits. Sie erhalten einen Einblick in die faszinierende Vielfalt »Persönlicher Mythen« und »Expressiver Selbstdarstellungen«. Wir haben dieses Verfahren seit über zwanzig Jahren in Gruppen von 10 bis 200 Personen mit großem Erfolg durchgeführt und kontinuierlich weiterentwickelt, wobei ein wichtiger, die Wirksamkeit nachhaltig steigernder, Erweiterungspunkt in der Einführung eines Systems anschließender Peer-Beratungen bestand:

Soweit gewünscht können die Teilnehmer Gruppen von 3–6 Personen bilden, die sich bei der Verfolgung ihrer erkannten Ziele, Projekte etc. mithilfe eines Leitfadens – dem »Lern- bzw. Erfolgsteam« – gegenseitig coachen.

Auf diese Weise mündet ein gelungener Art-Coaching-Prozess – ausgehend von der Herausarbeitung des eigenen »Persönlichen Mythos« bzw. Lebensskripts, über die Gestaltung eines »Expressiven Selbstportraits« – in die Bildung eines auf die persönlichen Potenziale zugeschnittenen »Kreativen Feldes«, also einer sozialen Umgebung, die es mir ermöglicht, mein kreatives Potenzial mit Unterstützung von passenden Synergiepartner/innen optimal zu entfalten.

In Kombination mit den von uns modifizierten Verfahren »Zukunftswerkstatt« und »Zukunftskonferenz« ist es möglich, eine Zukunftsvision zu gestalten sowie den persönlichen »Glückscode« zu definieren, um ihn als orientierenden Leitfaden zu nutzen.

Art-Coaching basiert auf unserer Theorie der Bildung »Kreativer Felder« für Gruppen, Teams und Organisationen. Diese ist von uns in verschiedenen Publikationen differenziert und praxisrelevant ausgearbeitet worden (Burow 1999/2000/2011/2015). Deshalb wird sie hier – mit Verweis auf die weiterführende Literatur – nur so weit dargestellt, wie es für unseren Zusammenhang wichtig ist.

1.2. Wissenschaftlicher Hintergrund für Fortgeschrittene

Der erweiterte Wissensbegriff

Spricht man von den unterschiedlichen Arten des Wissens, so werden in der Regel das *begriffliche oder explizite Wissen* und das *implizite Wissen oder Handlungswissen* genannt. Die fast ausschließliche Fokussierung auf explizites und implizites Wissen, die in Schulen und Universitäten dominiert, führt aus Sicht von Art-Coaching allerdings zu einem verengten Wissensbegriff. Daneben existiert jedoch eine dritte Form des Wissens, durch die wir zu einem echten Verständnis und Weiterentwicklung kommen können: das *bildliche Wissen oder Anschauungswissen*.

Die Begegnung mit Kunst sowie die Entdeckung und der Ausdruck innerer Bilder erschließen einen *Zugang zu tieferen Erkenntnisquellen unserer menschlichen Natur*, die wir aufgrund der Dominanz eines verengten Wissensbegriffes zu lange vernachlässigt haben: Wir alle verfügen über ein ungenutztes Potenzial an Inspiration und Kreativität, von Energie und Leidenschaft, von Sinn und Erfüllung, das durch die *Einsicht in einen erweiterten Wissensbegriff* und die *komplementäre Nutzung von ästhetischen Gestaltungsprozessen* freigesetzt werden kann. Art-Coaching zielt auf die Entdeckung unseres *wahren Selbst*, d. h. auf die Erschließung eben jenes Potenzials, das unsere Einzigartigkeit ausmacht, aber in der Regel weder in unserer

Erziehung und Bildung herausgearbeitet noch an der Mehrzahl unserer Arbeitsplätze entfaltet wird. Art-Coaching stößt nicht nur einen *Prozess der Selbst-Entdeckung* auf der individuellen Ebene an, sondern gibt darüber hinaus auch auf der Ebene des Arbeitsplatzes wichtige Impulse zum Überdenken der Art und Weise, wie wir unsere Institutionen und unsere gesellschaftlichen Verhältnisse insgesamt gestalten wollen. In diesem Sinne ist Art-Coaching eine *Technologie der Selbst-Befreiung im Medium des Bildwissens* aus Begrenzungen, die die Entfaltung unserer Person behindern. Als wesentliche Begrenzung sehen wir die vorherrschende Konzentration auf kognitiv-rationale Zugangsweisen; also auf das *explizite* (semantische, begriffliche) Wissen, das wir an Schulen und Universitäten lernen und das unser Denken und Handeln in fast allen gesellschaftlichen Bereichen beherrscht. Dieses »wissenschaftliche« Wissen, das zur »objektiven« Beschreibung komplexer Sachverhalte und zum Aufdecken von allgemeingültigen Gesetzen geeignet ist, macht jedoch nur einen kleinen Bereich unseres menschlichen Vermögens aus. Die Begrenzung dieses Wissens zeigt sich an einem merkwürdigen Umstand, auf den der Hirnforscher Ernst Pöppel (2006) hingewiesen hat: Obwohl sich unser Wissen in rasantem Tempo so sehr vermehrt, dass es niemand mehr überblicken kann, hat man den Eindruck, dass unsere Probleme nicht nur nicht geringer werden, sondern ganz im Gegenteil sogar zunehmen und wir zu selten in der Lage sind, unser Wissen in entsprechendes Handeln umzusetzen.

»Explizites und Bildwissen
stellen ein Wirkungsgefüge bereit,
denkend die Welt zu erfassen und bildlich
in der Welt verankert zu sein.«
(Ernst Pöppel 2006, S. 331)

Drei Formen des Wissens

Eine Ursache liegt – so Pöppel (2006, S. 318 ff.) – in unserem mangelnden Verständnis der eingeschränkten Reichweite expliziten Wissens: Wir erwarten, dass dessen Vermehrung der Problembewältigung dient. Doch eine kritische Bilanz der Leistungen moderner Wissenschaft erbringt ein ernüchterndes Ergebnis: Zu selten erhalten wir für die Lösung der uns betreffenden Probleme eindeutige Handlungsanleitungen. Handlungsfähig wird der Mensch erst durch das *komplementäre Zusammenwirken* der drei unterschiedlichen Formen des Wissens:

1. Begriffliches oder explizites Wissen (Nennen, Sagen)
2. Implizites Wissen oder Handlungswissen (Schaffen, Tun)
3. Bildliches Wissen oder Anschauungswissen = Bildwissen (Sehen, Erkennen)

»Explizites Wissen«, so Pöppel (2006, S. 321 f.), bedeutet, Auskunft erteilen zu können, also Bescheid zu wissen. In diesem Sinne ist explizites Wissen also Wissen mit Bedeutung, z. B. Orientierungswissen, etwa über historische Sachverhalte, und wird mit der Idee von Bildung verbunden, weswegen sich auch große Bereiche unseres Bildungssystems auf die Vermittlung von explizitem Wissen konzentrieren.

Ein großer Teil unseres Alltagshandelns wird allerdings – wie wir alle täglich erfahren – durch implizites Wissen gesteuert, etwa wenn wir in komplexen Situationen unter Zeitdruck schnell handeln müssen. Hier entscheiden wir »aus dem Bauch heraus« oder handeln nach Routinen, die wir im Moment des Handelns nicht durchdenken; etwa, wenn wir mit dem Auto einparken, oder auf dem Fahrrad das Gleichgewicht halten.

Implizites, heuristisches Wissen deckt den Bereich des Könnens ab, etwa die Fähigkeit, ein Musikinstrument zu spielen, den Füller zu halten oder eine Treppe hinunterzugehen. Es handelt sich um Handlungsabläufe, die meist automatisiert sind. Die Hirnforschung bezeichnet solche Fähigkeiten als Ausdruck *impliziten motorischen Wissens*, das wir als Kind erlernt haben und über das wir später nicht mehr nachdenken, weil wir es als selbstverständlich erleben. Deswegen können sie in extremen Fällen uns auch zu Sklaven machen, wie das Beispiel von Waschwängen zeigt, das Pöppel (2006, S. 324) anführt.

Daneben benennt Pöppel eine zweite Unterform, das *Gewohnheitswissen des Tages*, etwa wenn wir etwas formen, wenn wir kochen, uns anziehen. Pöppel zufolge (a. a. O.) beruht dieses Wissen, das dem motorischen Wissen sehr ähnlich erscheint, auf anderen Hintergründen, zeigt sich jedoch ebenfalls in automatisierten Handlungsabläufen.

Schließlich (2006, S. 325) verweist er noch auf eine dritte Form des impliziten Wissens, das sich in unseren *Intuitionen* ausdrückt, ohne die weder Künstler noch Wissenschaftler, Handwerker noch Politiker, Unternehmer noch Hausfrauen etwas bewirken könnten: »Intuition kennzeichnet den Experten, der ohne notwendige Reflexion quasi aus dem Bauchgefühl handelt und dennoch richtig handelt.«

Neben explizitem und implizitem Wissen gibt es noch eine dritte Form des Wissens, die Pöppel als *Bildwissen* bezeichnet und die uns besonders interessiert. Im folgenden Kapitel wird diese ausführlich behandeln werden.

Drei Formen des Bildwissens

Das Bildwissen gliedert Pöppel (2006, S. 329 ff.) in drei Unterbereiche auf:

1. Anschauungswissen
2. Erinnerungswissen (episodisches Wissen)
3. abstrahierendes Wissen

Anschauungswissen Das *Anschauungswissen* bietet sich uns so selbstverständlich dar, dass wir es erst erkennen, wenn es verloren gegangen ist. Um ein Beispiel zu geben: Wir nehmen unsere Welt in Bildern wahr. Ein Baum ist ein Baum, wobei es für uns unerheblich ist, ob Laub- oder Nadelbaum, ob der Baum groß oder klein ist und sogar, ob er die »richtige« Farbe hat. Anschauungswissen basiert in diesem Beispiel auf unserer Fähigkeit, vom konkreten Baum zu abstrahieren und intuitiv das dahinterstehende Konzept zu erfassen, ohne es zu versprachlichen.

Pöppel führt Patienten mit Agnosie an, die zwar etwas erkennen können, aber nicht mehr wissen, *was* es ist. Wir »Gesunden« dagegen nehmen es als selbstverständlich, dass die Welt sich uns in Formen und Gegenständen, in ruhenden und bewegten Gestalten zeigt. Was die Gestaltpsychologie mit ihren Gestaltgesetzen behauptet hat, bestätigt die neuere Hirnforschung: Die Architektur unseres Gehirns übt beim Aufbau unseres visuellen Wissens einen kategorialen Zwang aus, der gestaltend wirkt und dafür sorgt, dass wir immer etwas Bestimmtes sehen.

Erinnerungswissen Die zweite Form des bildlichen Wissens, das *Erinnerungswissen*, spiegelt sich nach Pöppel (2006, S. 325) »in den sinnlichen Erfahrungen und den Episoden wider, also in den Erinnerungen, die wir in uns tragen.« Erinnerungswissen speichert *bleibend* beglückende oder verletzende Episoden unserer Lebensgeschichte und bestimmt damit unser Selbst: »Wenn wir uns fragen, welches unsere erste Erinnerung ist, dann tritt ein Bild in das Bewusstsein, und dieses Bild bezieht sich auf einen bestimmten Ort und ein bedeutsames Ereignis, das uns nicht mehr loslässt.« (a. a. O.)

Diese Einsicht ist für das Verständnis und die Gestaltung von Bildungs- und Persönlichkeitsentwicklungsprozessen mindestens in zweierlei Hinsicht von zentraler Bedeutung:

- Emotional berührende Erfahrungen werden im episodischen Gedächtnis dauerhaft in einer Weise abgespeichert, die unser Erleben bis ins hohe Alter prägt. Mit diesen persönlich bedeutsamen Erfahrungen wird ein Erlebnisrahmen vorstrukturiert, der sich im fortgeschrittenen Alter nur noch schwer verändern lässt. Zumindest geben diese abgespeicherten Bilder unserem Erleben bleibend eine persönliche Tönung.
- Wenn wir im Prozess lebenslangen Lernens mehr über unsere Identität erfahren und uns ggf. ein Stück weit aus Vorprägungen befreien möchten, müssen wir Wege finden, um einen Zugang zu diesem Bildwissen zu erhalten. Hier geht es darum, die Beschaffenheit unseres persönlich geprägten Wahrnehmungsfilters zu erkennen. Denn nur, wenn wir wissen, wie wir unsere subjektive Wirklichkeit – beeinflusst durch biografische Schlüsselerlebnisse – konstruieren, können wir uns aus unserem persönlichen Denk- und Wahrnehmungsfängnis befreien.

Abstrahierendes Wissen Pöppel (2006, S. 326) führt noch eine dritte Form des bildlichen Wissens an, die er als *abstrahierendes Wissen* bezeichnet:

»Während das Erinnerungswissen aus der persönlichen Vergangenheit durch Ich-Nähe und individuelle Bedeutung geprägt ist, das sich durch jeweils nur ein einziges Ereignis, ein einmaliges Erleben, in uns einprägt, bezieht sich Bildwissen als abstrahierendes Wissen auf Strukturen, topologische Anordnungen, die wir aus der Distanz betrachten.«

Beispiele für dieses Wissen sind die Darstellungen der Geometrie, Diagramme, mathematische Kurven, Schaubilder etc. Diese Form des Bildwissens, die durch die Entwicklung der modernen Medien immer mehr Bedeutung erhält, prägt weite Bereiche unserer Vorstellungswelt und hat einen größeren Einfluss auf unser Wahrnehmen und Empfinden als rein sprachliche Darstellungsweisen. Im Rahmen von Art-Coaching nutzen wir diese Form des Wissens zur biografischen Orientierung und Strukturierung der eigenen privaten und beruflichen Entwicklungsperspektiven, z. B. durch die Skizzierung des eigenen Lebensskripts in Form von Diagrammen oder in unserem weiter unten dargestellten Verfahren des Lebensbaums.

Art-Coaching erschließt das Bildwissen in seinen drei Ausprägungen. Mit dem von uns entwickelten Verfahren erhalten Sie einen neuen Zugang zu sich selbst, zu anderen und zu Ihrer inneren Bestimmung. So werden Sie, durch die Begegnung mit Kunst und dem Selbst-Ausdruck in kreativen Medien, zur Entwicklung neuer und vielfältiger Perspektiven angeregt, die sich nicht nur auf eine verbesserte Selbsterkenntnis auswirken, sondern die auch einen Schlüssel für die optimale Zusammenarbeit mit anderen bilden.

Unterschiedliche Ich-Nähe der drei Wissensformen

Die drei Wissenssysteme, sind wie Pöppel (2006, S. 330) betont, nicht getrennt, sondern bilden ein *gemeinsames Wirkungsgefüge*, das verschiedene Orientierungen bzw. Zugänge zur Welt der Erfahrungen ermöglicht. Sie sind durch unterschiedliche Grade der Ich-Nähe oder Ich-Ferne charakterisiert.

So zeichnet sich *explizites Wissen*, das Wissen über Sachverhalte, mit dem wir andere informieren, durch Ich-Ferne aus. Ich-Ferne ermöglicht Distanzierung und sachangemessenen Austausch. Dem sachlich-rationalen emotionsfreiem Austausch steht aber ein entscheidender Nachteil entgegen: *Die größte Menge menschlichen Wissens bleibt unberücksichtigt*. Ein weiterer Nachteil expliziten Wissens

ist – wie wir weiter unten sehen werden –, dass es nur geringe Handlungsrelevanz besitzt. Ob es sich – um zwei Beispiele zu geben – um die Umsetzung guter Vorsätze oder die Entwicklung eines nachhaltigen Lebensstils handelt: Es fällt den meisten von uns schwer, unsere kognitiven Einsichten auch in konsequentes Handeln umzusetzen.

Implizites Wissen dagegen erweist sich als Ich-nahe Wissensform. Die routinierten bzw. automatisierten Handlungsabläufe, derer wir uns bedienen, wenn wir beispielsweise Radfahren gelernt haben, sind Ausdruck unserer persönlich geprägten Lerngeschichte und werden als integraler Bestandteil unserer Persönlichkeit erlebt. Besonders eindrücklich zeigt sich der Ich-nahe Charakter impliziten Wissens in unseren Ausdrucksbewegungen, etwa wenn wir spontan unsere Gefühle ausdrücken, wofür wir über 23 Gesichtsmuskeln verfügen. Hier mischen sich individuelle Prägungen und universelle Ausdrucksformen der Gestik.

Bildwissen zeigt in seinen drei Unterformen ebenfalls eine unterschiedliche Ich-Nähe. Wichtig für unseren Zusammenhang ist, dass sich *Erinnerungswissen* durch Unmittelbarkeit und größte Ich-Nähe auszeichnet. Pöppel schreibt:

»Das Wissen um unsere Identität, das auf Bildern unserer Lebensgeschichte beruht, begründet sich in jenen Bildern, die wir mit niemanden teilen können; sie sind in höchstem Maße subjektiv.« (a. a. O.)

Ein Teil dieser Bilder, der dem Bewusstsein zugänglich ist, wird mit unserem Art-Coaching-Verfahren in verdichteter Form freigesetzt, etwa in Selbstportraits und/oder Resonanzbildern. Pöppel geht davon aus, dass unser Wahrnehmen und unser Handeln von ca. 800 inneren Bildern gesteuert werden. Diese haben sich im Verlaufe unserer Biografie, aufgrund emotional tief berührender Erfahrungen, in unsere Denk-, Fühl- und Handlungsstruktur in Form von wahrnehmungs- und handlungsleitenden Mustern »eingegraben«. Im Sinne einer »Pfadabhängigkeit« leiten sie uns – zumeist ohne, dass uns diese »Führung« bewusst ist. Art-Coaching ermöglicht es, mehr Bewusstheit über einige dieser Muster zu erhalten.

Dem steht das gegenwärtige *Anschauungswissen* zur Seite, das durch Ich-Nähe gekennzeichnet ist, denn sinnliche Wahrnehmung ist immer unmittelbar, und es ist immer nur *meine* Wahrnehmung.

Die dritte Form des bildlichen Wissens, das *abstrahierende Wissen*, zeigt einen Doppelcharakter: Als distanzierteres Wissen über Sachverhalte ist es Wissen »das uns in das Bild setzt, damit ich im Bilde bin.« In dem Moment, in dem dieses abstrakte Wissen jedoch eine Wirkung auf mein Leben hat – zum Beispiel, wenn ich Zeitlinien und Diagramme nutze, um Klarheit über mein Leben und seine verborgenen Strukturen zu erhalten – zeugt es von Ich-Nähe. Pöppel (2006, S. 332) illustriert diese Aussage mit folgendem Beispiel: Wenn ich den Sternenhimmel

betrachte, verbleibe ich zunächst auf der Ich-nahen Ebene des gegenwärtigen Anschauungswissens; sobald ich aber beginne die Sterne zu zählen, erreiche ich mit dem abstrahierenden Zugang eine Ich-ferne Ebene. Das Betrachten der Sterne vollziehe ich »Ich-nah« ohne Reflexion, während das Zählen – aus Pöppels Sicht – ein abstrahierende »Ich-ferner« Zugang ist,

Das ästhetische Prinzip und die Relevanz der inneren Bilder

Unser Gehirn folgt einem fundamentalen Prinzip unseres Wahrnehmens und Erkennens: dem *Gesetz der Schönheit oder dem ästhetischen Prinzip*. Wie in den Naturwissenschaften die Schönheit einer Lösung als ein Kriterium für deren Richtigkeit gelte, so würden, laut Pöppel, die Inhalte der drei Wissensformen nur dann in uns verankert, wenn sie dem ästhetischen Prinzip gehorchten. Das gilt im besonderen Maße für das Bildwissen.

Art-Coaching trägt dazu bei, eine »gute Gestalt« herauszuarbeiten: Ausgehend von der Gestaltung und Analyse des in unseren inneren Bildern verdichteten Bildwissens entwickeln wir nach und nach ein stimmigeres, kohärenteres Verständnis unserer eigenen Person und sind dadurch eher in der Lage, unsere innere Berufung zu erkennen und zu leben. Damit erweitern wir die Gestaltungsmöglichkeiten unseres Lebensentwurfs, können uns in Teilen von biografisch bedingten Limitierungen befreien und selbstbewusst wünschenswerte Zukünfte entwerfen.

Hinzu kommt, dass uns das unter Stresseinwirkung widerstandsfähiger macht, wie Antonovsky in seiner »Salutogenese« (1997) untersucht hat. Die Erfahrung dieses Kohärenzgefühls (»sense of coherence«) ist entscheidend für die Aufrechterhaltung psychischer und physischer Gesundheit. Kohärenz entsteht ihm zufolge immer dann, wenn die Herausforderungen, vor denen wir stehen, verstehbar, persönlich bedeutsam und handhabbar sind. Genau auf diese Dimensionen zielt Art-Coaching. Die Erfahrung von »Schönheit« in diesem erweiterten Sinn, ist also eine Bedingung guten Lebens.

Der innere Zusammenhang der drei Formen des Wissens

Art-Coaching legt – wie wir sehen werden – einen besonderen Fokus auf die Freisetzung und Nutzung vernachlässigten Bildwissens. Wie sich in unseren Workshops und den Evaluationen gezeigt hat, ist es auf diese Weise für viele Teilnehmer/innen möglich, ihr Bild von sich selbst zu erweitern, einen Zugang zur Erschließung bislang ungenutzter Quellen inneren Reichtums zu erhalten und mehr Stimmigkeit zu erfahren.

Diese Akzentsetzung auf Bildwissen darf aber keinesfalls mit einer Vernachlässigung von implizitem und explizitem Wissen einhergehen, denn sie bilden – so unterschiedlich die Zugänge auch sein mögen – ein sich gegenseitig ergänzendes Ganzes, das Grundlage unserer Erkenntnisprozesse ist.

Außerdem unterliegen sie alle, wie wir eben erfahren haben, dem gleichen ästhetischen Prinzip. Explizites Wissen strebt nach Ordnung, implizites Wissen nach Schönheit und Gradlinigkeit und auch beim Bildwissen geht es um *Stimmigkeit, Einfachheit und Klarheit*. Ästhetik, verstanden als Einheit von Wahrnehmung, Gefühl und Erkenntnis, bestimmt also auch unser Anschauungswissen.

Zentral für alle Formen des Wissens ist das *Kriterium der persönlichen Bedeutsamkeit*, das in der Gestaltpädagogik (vgl. Burow und Scherpp 1981) schon früh erkannt und definiert wurde – eine Einsicht die der Hirnforscher Gerhard Roth (2011) in seinem Buch »Bildung braucht Persönlichkeit« bestätigt hat. Demnach nehmen wir tendenziell nur das, was für uns persönlich von Bedeutung ist, auf und machen es zu einem Bestandteil unseres Denkens, Fühlens und Handelns.

Innere Bilder bestimmen unsere Weltsicht und unsere Handlungsmöglichkeiten

Ein Großteil des Wissens, das wir an Schulen und Hochschulen vermittelt bekommen, zeichnet sich durch das Gegenteil aus: Es ist Ich-fern und hat nur begrenzte Bedeutung für unser Leben. Schon kurz nach dem Schul- bzw. Hochschulbesuch ist viel davon – wie Gerhard Roth (2011) belegt hat – vergessen oder degeneriert zu »trägem Wissen«, das keinerlei Handlungsrelevanz besitzt. So kennen zum Beispiel angehende Lehrer zwar die Kriterien für guten Unterricht, entsprechend unterrichten aber können zu viele nicht.

Umso interessanter sind für uns die von uns zusammengefassten Ausführungen Pöppels, die bestätigen, was wir für den Bereich des Lehrens und Lernens sowie der Persönlichkeitsentwicklung schon in den achtziger Jahren anhand einer qualitativen Längsschnittstudie belegt haben: Unser Denken, Fühlen und Handeln wird durch *persönliche Paradigmen* (Burow 1993) – also innere Bilder, die sich im Verlaufe der Biografie herausbilden und die dafür sorgen, dass wir nur das sehen und im Gedächtnis speichern, was für uns persönlich Sinn macht – gesteuert (vgl. Burow 1993). Verhaltensänderung ist also – abgesehen von dramatischen, umweltbedingten Kriseneinbrüchen – in erster Linie durch Ich-nahes, persönlich bedeutsames Wissen möglich. Pöppel bestätigt:

»Ein Kennzeichen des inneren Theaters (Anschauungswissen) oder des inneren Museums (Erinnerungswissen) ist der Rahmen. Bildliches Wissen ist immer begrenzt, und in dem Rahmen, der durch die Begrenzung vorgegeben ist,

repräsentiert sich eine vergangene oder gegenwärtige Wirklichkeit. Für diese Repräsentation gilt nicht das Kriterium der Schönheit, sondern das Kriterium der Bedeutung. Wie in einem Bild eines Künstlers muss diese Bedeutung erkennbar sein, und sei sie durch Verzerrungen oder Symmetriebrüche noch so verfremdet. In unserem inneren Museum wird nichts aufbewahrt, was langweilig ist, in unserem inneren Theater wird nichts aufgeführt, was nicht unsere Aufmerksamkeit auf sich zieht.« (2006, S. 330)

Entscheidend ist die Erkenntnis, dass jede der drei Formen des Wissens wesentlich ist und keine für sich allein steht:

»Würden wir nur explizites Wissen kultivieren, dann würden wir uns genauso zu Karikaturen unserer selbst machen, wie wenn es für uns nur implizites oder Bildwissen gäbe. Explizites oder begriffliches Wortwissen allein ist unfruchtbar. Implizites oder intuitives Wissen allein ist ziellos. Nur individuelles Bildwissen ist unverbindlich. Auf keine Form des Wissens können wir als einzelner (oder auch als Gemeinschaft) verzichten; alle drei Koordinaten des Wissens müssen bestimmt sein.« (a. a. O.)

Wenn es stimmt, dass es kein reines Sehen bzw. Erinnern im Sinne einer Eins-zu-Eins-Abbildung gibt, dass also unser biografisch bedingter WahrnehmungsfILTER dafür sorgt, dass Auswahl und Bildinhalt immer schon mit unseren persönlichen Bewertungen versehen sind, wie ist dann objektive Selbsterkenntnis möglich? Und welchen Sinn hat dann überhaupt die Befassung mit inneren Bildern, wenn sie sich doch letztlich als Zerrbilder erweisen und Mythen über uns befördern. Eine Frage, die sich auch Pöppel stellt:

»Wenn die Bilder der Vergangenheit umgestaltet werden und nicht mehr die »eigentliche Realität« wiedergeben, sondern eine individuelle Wirklichkeit darstellen, »lügen« dann solche Bilder?« (2006, S. 329)

Wie er zeigt, führt diese Frage in die Irre, denn die Bedeutung innerer Bilder ist nur in der Komplementarität zu den anderen Wissensformen, also explizitem und implizitem Wissen, zu verstehen. Jedes Sehen, jedes Bild, das im Wahrnehmen auftaucht, so Pöppel, ist eingetaucht, in unsere Gefühlswelt, in unsere Vergangenheit mit unseren Erinnerungen und unsere Zukunft mit unseren Absichten. Das Hier und Jetzt erweist sich also als »Bewusstseinsort«, in dem sich Vergangenheits- und Zukunftsbilder treffen.

Da unser Wissen stets bildlich *und* begrifflich ist, bietet die komplementäre Nutzung dieser zwei unterschiedlichen Wissenszugänge, eine bislang nur un-