

„Exploring Experience“

Ein Erfahrungsbericht vom 4. European Summer Research Institute

Monika Lindner

„Exploring Experience – what it is like to think and feel as embodied, situated and interrelated beings in an ever-changing world“: Zu diesem Thema lud das Mind & Life Institute Praktiker/innen und Wissenschaftler/innen aus interdisziplinären Arbeits- und Forschungsbereichen vom 27. Juli bis 2. August 2017 zum 4. European Summer Research Institut (ESRI) auf die Fraueninsel im Chiemsee ein. In Form einer Klausurtagung erkundeten sie das Themenfeld in Vorträgen, Postersessions, Yoga- und Mediationsitzungen sowie in Workshops zu erfahrungsbasierten (Forschungs-)Methoden.

Das Mind & Life Institut, 1987 durch den 14. Dalai Lama Tenzin Gyatso, den Anwalt und Unternehmer Adam Engle und den chilenischen Neurowissenschaftler Francisco Varela gegründet, folgt dem Ziel, kontemplative Praktiken, Weisheitslehren und empirische Forschung zusammenzuführen, um die Wissenschaft eines umfassend mitfühlenden Geistes zu etablieren, Leiden zu mindern und Mitgefühl zu fördern. In diesem Sinne sollten meditative Praktiken und introspektive Methoden als Forschungsinstrumente berücksichtigt werden, nicht nur, um ethische Grundsätze in der Wissenschaft zu entwickeln, sondern auch, um die Reichweite von Ergebnissen und Erkenntnissen zu erweitern. Gefördert werden daher Projekte, die meditative Praktiken erforschen und sich auf methodologischer und methodischer Ebene damit auseinandersetzen.

Das 4. European Summer Research Institut war eine wichtige Veranstaltung für die wissenschaftliche Rezeption und Weiterentwicklung von Gendlins Werk. Es bot mir die Möglichkeit, mein Denken und meine Erfahrungen, sowohl aus meiner Forschungstätigkeit zu pädagogischen Beziehungen in interkulturellen Settings als auch aus meiner Arbeit in der Vermittlung von Deutsch als Zweitsprache, vorzustellen und fortzuführen. Dabei leitete mich diese zentrale Unterscheidung, die Gendlin bereits 1962 in „Experiencing and the Creation of Meaning“ in zwei Aspekten vorgenommen hatte:

„(a) the term ‘experience’ is usually a theoretical construct whereas ‘experiencing,’ in our use of it, refers to directly given phenomena. (b) The term ‘experience’ usually means conceptual contents in some form, whereas the term ‘experiencing’ refers to experienced or implicit *felt* meaning“ (Gendlin, 1997, S. 239).

In seinem Plädoyer für die Etablierung einer „First Person Science“ macht Gendlin deutlich, dass Inhalte nicht unabhängig

sind von den Prozessen, in denen sie entstehen, und dass diese Prozesse nicht mehr ohne ein (forschendes) Subjekt denkbar sind, das von seinem Körper aus lebt und ein Selbst-Bewusstsein von Situationen hat, in denen sich über „experiencing“ ein Felt Sense, eine gefühlte Bedeutung, bilden kann (Gendlin, 1999). Satoku Tokumaru (2011) hat Gendlins philosophische Praxen „Focusing“ und „Thinking At the Edge“ (TAE) für die qualitative Forschung erschlossen und eine grundlegende Methodologie erarbeitet. Sie zeigt, welche Rolle „experiencing“ und ein daraus entstehender „Felt Sense“ für die Entwicklung von Bedeutung in interpretativer Forschung spielen und wie sie über TAE-Schritte systematisch in den Prozess der Bedeutungsbildung integriert werden können.

Gendlin zufolge lässt sich „experiencing“ als eine Art von Meditation beschreiben. Da ich bisher lediglich mit Focusing-Prozessen vertraut gewesen war, irritierte mich die Lenkung der inneren Aufmerksamkeit in den unterschiedlichen täglichen Meditationsübungen, denn sie adressierten keinen „Felt Sense“. Tatsächlich grenzt Gendlin übliche Meditationszustände, die auf ein Nicht-Empfinden abzielen oder mit Visualisierungen arbeiten, von einem „Felt Sense“ ab. Dieser ist, so das zentrale Unterscheidungskriterium, im Zustand einer wachen Entspannung zu finden und entsteht, indem die Aufmerksamkeit auf etwas Vages aber spürbar Bedeutsames gerichtet wird, als Antwort auf ein beabsichtigtes Suchen in einem „experiencing“-Prozess (Gendlin, 2014, S. 109 f). Während Gendlin auf die klärende Wirkung eines „Felt Sense“ für das Einlassen auf eine meditative Entspannungstiefe verwies (Gendlin, 2014), beschreiben Garlander et al. (2017) die Bedeutung von Achtsamkeitsübungen für die Bildung von Bedeutung. Gendlins philosophische Praxis „Thinking at the Edge“ setzt „experiencing“-Prozesse voraus und unterstützt durch verschiedene Denkbewegungen die sprachliche Formgebung spürbar relevanter Bedeutung. Auf dieser Veranstaltung, die auf Englisch stattfand, machte ich im TAE-Workshop unter Anleitung von Donata Schoeller die aufschlussreiche Erfahrung, dass dies auch in einer Fremdsprache möglich ist. TAE ist eine Praxis, die Sprache und das damit verbundene Erleben öffnet, neue Aspekte aus einem „Felt Sense“ berücksichtigt und sie in präzise sprachliche Formen überführt, die in relevanter Weise das Erleben zu einem Thema verändern, unabhängig von Sprache und Sprachniveau. Das bietet in der Praxis einen spürbaren Ausweg aus der Vorstellung der nicht hintergehbaren Determinierung von Erfahrung durch die jeweilige Sprache, die man spricht.

Donata Schoeller machte in ihrem Vortrag „Close Talking – On the Remarkable Unfolding of Experiential Backgrounds“ erlebbar und verständlich, welche Bedeutung darin liegt, dies als Haltung und Technik des „close talking“ zu kultivieren, einem Sprechen, das sich nicht auf Interpretationen und Schlussfolgerungen stützt, sondern Situationen in einer Weise weiterführt, die sich aus der Bezugnahme auf den situativen impliziten Erlebensprozess entwickeln. Das schult die Wahrnehmung für somatische Signale, verändert die Sicht auf die Komplexität eigenen und fremden Erlebens, kann implizit enthaltene Aspekte aufschließen und zu einem anderen Umgang mit inkorporierten, kulturellen Mustern führen. So werden erstaunliche Fortsetzungen möglich, nicht nur des eigenen Erlebens, sondern auch in der Interaktion mit anderen (Schoeller, 2016). Diese Erschließung des Konzepts einer interaktiven Umwelt aus Gendlins Prozess-Modell und des Verständnisses von Begriffen als „responsive order“ für Sprache und Sprechen bietet Anschlussmöglichkeiten, den Zweitspracherwerb als „close talking“, als ein partizipatives Hineinwachsen in eine Sprachgemeinschaft zu erleben. Dabei kann in der Transformation durch Bildungsprozesse die ganze Komplexität aus kulturellen Mustern, Erfahrungen und aktueller Lebenssituation berücksichtigt werden.

In meinem Poster „Experiences and Experiencing. ‚Thinking At the Edge‘ as a research process“ stellte ich Erfahrungen vor, die ich mit Focusing, TAE und deren theoretischen Grundlagen gemacht hatte. Sie reichen von kollegialer (Forschungs-)Supervision, theoretischen Überlegungen zu meinem Forschungsthema, Reflexionen zu ethnografischer Forschung, TAE als Auswertungsmethode bis hin zur Vermittlung von Deutsch als Zweitsprache und der Schulung von Lehrpersonen. TAE-Schritte können beispielsweise modifiziert werden, um die Entwicklung einer professionellen pädagogischen Haltung zu fördern, indem theoretisches Wissen und themenspezifische Erfahrungen in Austausch gebracht werden (Lindner, 2015). Diese Vielfalt an Anschlussmöglichkeiten macht deutlich, dass Gendlin ein „metadisziplinäres Modell“ zur Verfügung gestellt hat (Schoeller, 2008). Die Bedeutung des „experiencing“-Prozesses für die Entwicklung des Denkens definierte er als „responsive order“, eine Ordnung, die nie zu Ende gedacht ist, unvorhersehbar präzise Aspekte bringt, jedoch in Interaktion mit Konzepten, Begriffen und Theorien (Gendlin, 2017). In „experiencing“-Prozessen können sich Erfahrungen als Konzepte herauskristalisieren oder sich ein Zugang zu bestehenden Erfahrungskonzepten öffnen. Dabei erschließt sich jeweils die implizite Vielheit, die sowohl der aktuell erlebten als auch der vergangenen Situation innewohnt, in einer spezifischen Weise für das eigene Denken.

Mit der Veranstaltung ESRI habe ich die wertvolle Erfahrung gemacht, in einem erlebensbezogenen Arbeitsklima durch einen wertschätzenden Austausch mit Menschen aus unterschiedlichen sprachlichen wie interdisziplinären Kulturräumen in meiner wis-

senschaftlichen wie pädagogisch-praktischen Auseinandersetzung mit Gendlins Werk bestätigt und bestärkt worden zu sein. Wertvoll sind dabei auch die zahlreichen impliziten Entwicklungsmöglichkeiten mit wissenschaftlicher wie gesellschaftspolitischer Relevanz, die in der Erforschung und Kultivierung eines umfassend mitfühlenden Geistes liegen. So kann die Rezeption von Theorie und philosophischer Praxis Gendlins, deren Modifikation und Erforschung unter anderem den Diskurs um eine Befähigungs- und Verwirklichungsgerechtigkeit als Aufgabe einer Erziehungswissenschaft in der Migrationsgesellschaft (Baros & Otto, 2010) bereichern. Es wird ein sich selbst erlebendes Subjekt denkbar, das Transformation als spürbar stimmigen nächsten Schritt vollzieht, in dem es durch „experiencing“ die gesamte Komplexität einer Situation mit den ihr innewohnenden kulturellen Mustern und Erfahrungen berücksichtigen kann.

Literatur

- Baros, W. & Otto, H.-U. (2010). Befähigungs- und Verwirklichungsgerechtigkeit als Aufgaben interkultureller Bildung. In W. Baros, F. Hamburger, Franz & P. Mecheril (Hrsg.), *Zwischen Praxis, Politik und Wissenschaft. Die vielfältigen Referenzen interkultureller Bildung* (S. 250–267). Berlin: Regener.
- Garland, Eric L. et al. (2017). *Mindfulness Broadens Awareness and Builds Eudaimonic Meaning: A Process Model of Mindful Positive Emotion Regulation. Psychological Inquiry, 26(4)*, 293-314.
- Gendlin, E.T. (1997). *Experiencing and the Creation of Meaning. A Philosophical and Psychological Approach to the Subjective*. Evanston: Northwestern University Press.
- Gendlin, E.T. (1999). Ein neues Modell: weder Atomismus noch Holismus, sondern Prozesse. online verfügbar: <http://www.focusing.org/einneues.html>.
- Gendlin, E.T. (2014). *Focusing-orientierte Psychotherapie. Ein Handbuch der erlebensbezogenen Methode*. 3. Auflage. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Gendlin, E.T. (2017). *The New Phenomenology of Carrying Forward*. In E. S. Casey & D. M. Schoeller (Hrsg.), *Saying What We Mean. Implicit Precision and the Responsive Order* (S. 80–92). Evanston: Northwestern University Press.
- Lindner, M.C. (2015). „Thinking at the Edge“ in der universitären Lehre. Ein Portfolio. Online verfügbar: <http://www.eccnetwork.org>.
- Schoeller, D. (2008). Nahes Denken. Die empfindliche Ordnung bei Eugene Gendlin. *Deutsche Zeitschrift für Philosophie, 56 (3)*, 385-397.
- Schoeller, D. (2016). Somatic - semantic - shifting: Articulating embodied cultures. In D. Schoeller & V. Saller (Hrsg.), *Thinking thinking. Practicing radical reflection* (S. 112-135). Freiburg: Verlag Karl Alber.
- Tokumaru, S. (2011). *Qualitative Research with TAE Steps. Thinking At The Edge: Theory and Applications*. Hiroshima: Keisuisha.



Monika Catarina Lindner, Dipl.-Päd. Univ., Ausbildung zum Erlebensbezogenen Concept-Coach (ECC), EC-Trainerin und in Ausbildung zur EC-Kursleiterin; als Koordinatorin, EC-Trainerin und Dozentin für Deutsch als Fremd- und Zweitsprache für einen privaten Bildungsträger tätig; aktuell: Promotion über Fragen zu Kooperation und Konflikten in pädagogischen Beziehungen zwischen Eltern und Lehrpersonen in der Schule der Migrationsgesellschaft