

## Wahrnehmung in der Mediation

Das Lexikon<sup>1</sup> formuliert es einmal so:

Wahrnehmung ist ein geistig-körperlicher Prozess: Ein Individuum stellt eine Anschauung von sich selbst und seiner Umgebung her, indem ihm physikalische und chemische Reize, also sensorische Informationen, durch seine Sinnesorgane vermittelt werden. Diese Eindrücke und Empfindungen werden dann von ihm bewusst aufgenommen und verarbeitet. Gegenstände werden so erkannt, lokalisiert, differenziert, man kann auf sie reagieren. Dabei spielen physiologische, neuronale und kognitive Prozesse eine wichtige Rolle. Dieser Vorgang ist wesentlich für die menschliche Erkenntnisfähigkeit.

Es geht also um die menschliche Erkenntnisfähigkeit, die durch die Wahrnehmung beeinflusst wird. Eine präzise Wahrnehmung verbessert die Erkenntnisfähigkeit. Der Mediator wird den Medianten also helfen ihre Wahrnehmung zu erweitern. Voraussetzung ist, dass er selbst über eine präzise Wahrnehmung verfügt und die Wahrnehmungsschwächen aufzudecken vermag.

### Aufgabenstellung

Die Übungen nehmen Bezug auf das Skript „Mediation – Die Grundlagen, Teil I“. Dort finden Sie die Hintergründe zur Lösung der folgenden Aufgaben:

#### A. Wirklichkeiten

##### Aufgabe A1

Nennen Sie 5 Beispiele für die Wirklichkeit 1. Ordnung

z.B.: 1 Unze Gold, weil exakt messbarer Gegenstand. Es besteht ein gesellschaftlicher Konsens darüber, was gemeint ist

##### Aufgabe A2

5 Beispiele Wirklichkeit 2. Ordnung

z.B.: Gold, weil mit unbestimmten Erfahrungen und Beobachtungen vermischt. Es besteht nur ein scheinbarer Konsens darüber, was gemeint ist.

---

<sup>1</sup> Copyright 2006: WISSEN digital Software Verlags GmbH, München



## Reflexion

Welche Erkenntnisse gewinnen Sie für ihre persönliche Kommunikation?

## B. Konfliktwahrnehmung

### Aufgabe B1

Was ist in einem Konflikt wahrnehmbar und was nicht?

### Aufgabe B2

Mit welchen dieser Wahrnehmungen kommen Sie gar nicht gut zurecht?

## C. Emotionen wahrnehmen

Sie haben ein ziemlich genaues Gefühl dafür, wie sich Ihr Gegenüber gerade fühlt. Woher nehmen Sie diese Sicherheit?

### Aufgabe C1

Wie nehmen Sie Gefühle wahr?

### Aufgabe C2

Welche Sinne reagieren bei Ihnen am stärksten?

1. Tasten / Fühlen
2. Schmecken
3. Riechen
4. Sehen
5. Hören

### Aufgabe C3

Wie macht sich die vorhandene Sinneskompetenz in Ihrer Wahrnehmung bemerkbar?

### Aufgabe C4

Wie macht sich die fehlende Sinneskompetenz in Ihrer Wahrnehmung bemerkbar?



### Partnerübung

Besprechen Sie mit Ihrem Partner, wo dessen Wahrnehmungsschwerpunkte liegen und was er / sie tut, um die Welt besser wahrzunehmen.

### D. Eigensicht

#### Aufgabe D1

Wie nehmen Andere Sie wahr?

#### Aufgabe D2

Woher wissen Sie das?

#### Aufgabe D3

Wie viele (relative) Wirklichkeiten 2. Ordnung sind in Ihrer Beschreibung enthalten?

### Übungsaufgabe Fremdsicht

Bilden Sie Hypothesen über die Lebenssituation einer Person, die Sie beobachten. Das kann Ihr Lebensgefährte oder Gatte sein, ein Freund, ein Passant, der Klient, ... Was fällt Ihnen auf, wenn Sie auf folgendes achten:

#### Aufgabe E1

Was fällt Ihnen bei Ihrem Gegenüber auf an ...

1. der Mimik
2. der Gestik
3. der Körperhaltung
4. dem Bewegungsablauf
5. der Sprache (Intonation und Timbre)
6. dem (Gesamt)Ausdruck



### Partnerübung

Veranstalten Sie ein Rollenspiel mit 3 Personen, der Mediator und die Familie Huber, die um die Truhe streitet. Die Außenstehenden fungieren als

Beobachter, welche aus der Situation heraus die Probanden wahrnehmen und Hypothesen bilden über deren Befindlichkeit und Perspektiven



#### **Partnerübung zu zweit**

Der Eine geht ein paar Schritte durch den Raum, der andere beobachtet ihn. Seine Armbewegung, Schrittweite, Körperhaltung, ... Danach versucht der Beobachter die Bewegungen des Anderen nachzuahmen. In beiden Fällen wird berichtet, wie der Akteur sich jeweils gefühlt hat und was der Beobachter wahrgenommen hat.

## Lösungsvorschläge

### Aufgabe A1

1. Eine Unze Gold, weil exakt messbarer Gegenstand. Es besteht ein gesellschaftlicher Konsens darüber, was gemeint ist. ...
2. ...

### Aufgabe A2

1. Gold, weil mit unbestimmten Erfahrungen und Beobachtungen vermischt. Es besteht nur ein scheinbarer Konsens darüber, was gemeint ist.
2. ...

### Aufgabe B1

Antwort: Wahrnehmbar ist der Lärm, die Geschwindigkeit, die Zeit, die Gewalt, die Emotionen, der Herzschlag, die Äußerungen, die Handlungen, die Gestik die Mimik, der Geruch, ...

Nicht wahrnehmbar ist die Stille, die Gedanken, die Interessen, die Bedeutungen, ...

### Aufgabe B2

Antwortbeispiel: Mit Wahrnehmungen kommen Sie gar nicht gut zurecht?

### Aufgabe C1

Antwortbeispiel: Durch analoge Wahrnehmung.

### Aufgabe C2

Antwortbeispiel: Tasten / Fühlen und Sehen

### Aufgabe C3

Antwortbeispiel: Ich muss alles anfassen.

### Aufgabe C4

Antwortbeispiel: unauffällig

### **Aufgabe D1**

Antwortbeispiel: eigenwilliger Erfolgstyp

### **Aufgabe D2**

Antwortbeispiel: Das sagen sie mir

### **Aufgabe D3**

Antwortbeispiel: ausschließlich Wirklichkeiten 2. Ordnung

### **Aufgabe E1**

Antwortbeispiel: an der Mimik fällt mir auf, dass mein Gegenüber sehr entspannt wirkt. Der Gesichtsausdruck ist freundlich und wach. An der Gestik fällt mir auf ...