

Herzlich Willkommen!

Kulturen im Dialog:



Dr. Janne Fengler

Grenzerfahrung als Ressource

in interkultureller Kommunikation und Kompetenz

Tagung der Gesellschaft für Kulturpsychologie, Potsdam, 24.9.09

Gliederung

- Was sind Grenzerfahrungen?
- Worin besteht die Besonderheit interkultureller Grenzerfahrungen?
- Welche Veränderungen finden bei Grenzerfahrungen statt?
- Welche Schlussfolgerungen ergeben sich für die psychologische Interventionspraxis?

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Was sind Grenzerfahrungen?

Was ist Ihr erster Einfall zum Thema „Grenzerfahrung“?

Welches ‚Bild‘ kommt Ihnen in den Sinn?

Welche Situation fällt Ihnen ein?

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Philosophische und psychologische Perspektiven

KARL JASPERS: Grenzsituationen	ABRAHAM MASLOW: Grenzerfahrungen /Peak Experiences
<ul style="list-style-type: none">■ Beispiele: Kampf, Tod, Zufall, Schuld	<ul style="list-style-type: none">■ Beispiele: mystische Erfahrung, Naturerfahrung, ästhetische Erfahrung, schöpferischer Augenblick, therapeutische oder intellektuelle Einsicht, orgasmische Erfahrung
<ul style="list-style-type: none">■ Grenzsituationen sind Situationen, in denen die menschliche Existenz sich als Unbedingtheit erfährt.	<ul style="list-style-type: none">■ Grenzerfahrungen sind „Augenblicke höchster Glückseligkeit und Erfüllung“ (Maslow, 1973, 85)
<ul style="list-style-type: none">■ Grenzsituationen bedingen Leiden und bringen gleichzeitig Kräfte zur Entfaltung, die „mit der Lust des Daseins, des Sinns, des Wachsens einhergehen“ (Jaspers, 1971, 256f.)	<ul style="list-style-type: none">■ Grenzerfahrungen sind nur positiv und wünschenswert; „die emotionale Reaktion bei Grenzerfahrungen hat einen besonderen Beigeschmack des Wunders, der Scheu, der Ehrfurcht, der Bescheidenheit und der Auslieferung an die Erfahrung an etwas Großes. Das hat manchmal einen Hauch von Angst (obwohl angenehmer Angst), überwältigt zu werden“ (Maslow, 1973, 99)

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Arten von Grenzerfahrungen

- Positiv bewertete Erlebnisse
- Negativ bewertete Erlebnisse
- Nicht eindeutig als positiv oder negativ zuordenbare Erlebnisse

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Eigenes Beispiel (HO 1a): Grenzerfahrung

Bitte denken Sie an ein Erlebnis,
das Sie selbst einmal gehabt haben,
und das Sie als „Grenzerfahrung“
wahrgenommen haben.

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Gemeinsamkeiten von Grenzerfahrungen ⁽¹⁾

- Grenzerfahrungen sind Rückkopplungsprozesse:
Im Erleben und Durchleben der Situation
wird dem Individuum etwas über seine Grenzen bewusst.
- Diese Rückkopplungsprozesse sind intrapersonaler Art:
Der Erkenntnisprozess erfolgt aufgrund interner Signale
auf emotionaler, kognitiver und Verhaltensebene.

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

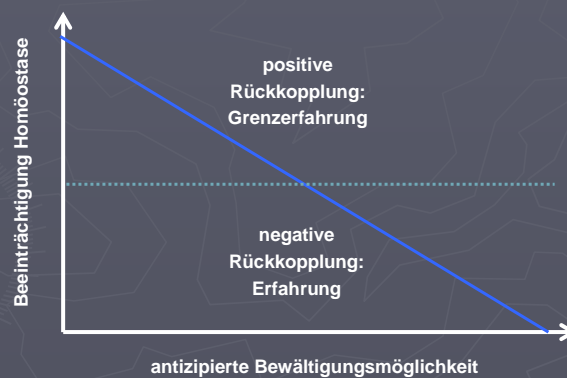
Gemeinsamkeiten von Grenzerfahrungen ⁽²⁾

- Im Zuge einer Grenzerfahrung kommt zu einer Beeinträchtigung der persönlichen Homöostase. Das Individuum fühlt sich ‚neben der Spur‘, ‚aus dem Takt‘, steht ‚neben sich‘.
- Kybernetisch betrachtet handelt es sich bei Grenzerfahrungen um die positive Form der intrapersonalen Rückkopplung (die Herstellung eines neuen Gleichgewichts ist nötig).
Kybernetisch betrachtet handelt es sich bei konventionellen Erfahrungen um die negative Form der intrapersonalen Rückkopplung (das Gleichgewicht bleibt erhalten).

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Gemeinsamkeiten von Grenzerfahrungen ⁽³⁾

Beeinträchtigung der Homöostase
in Abhängigkeit vom Maß an antizipierter Bewältigungsmöglichkeit



copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Gemeinsamkeiten von Grenzerfahrungen ⁽⁴⁾

Beeinträchtigung der Homöostase
in Abhängigkeit vom Maß an antizipierter Bewältigungsmöglichkeit

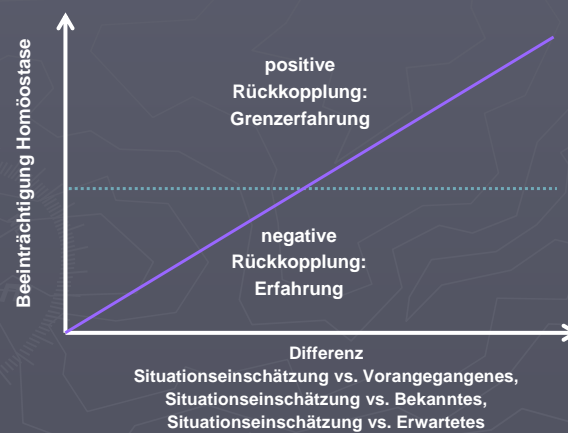
Kernaussage:

Die Wahrscheinlichkeit einer gravierenden Homöostase-Beeinträchtigung ist umso höher / das Erleben einer Grenzerfahrung ist umso wahrscheinlicher, je geringer die antizipierte Bewältigungsmöglichkeit des Individuums ist.

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Gemeinsamkeiten von Grenzerfahrungen ⁽⁵⁾

Beeinträchtigung der Homöostase
in Abhängigkeit vom Maß an Differenzerleben



copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Gemeinsamkeiten von Grenzerfahrungen ⁽⁶⁾

**Beeinträchtigung der Homöostase
in Abhängigkeit vom Maß an Differenzerleben**

Kernaussage:

Die Wahrscheinlichkeit einer gravierenden Homöostase-Beeinträchtigung ist umso höher / das Erleben einer Grenzerfahrung ist umso wahrscheinlicher, je stärker das Differenzerleben zwischen Situationseinschätzung und Vorangegangenen, Bekanntem oder Erwartetem ist.

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

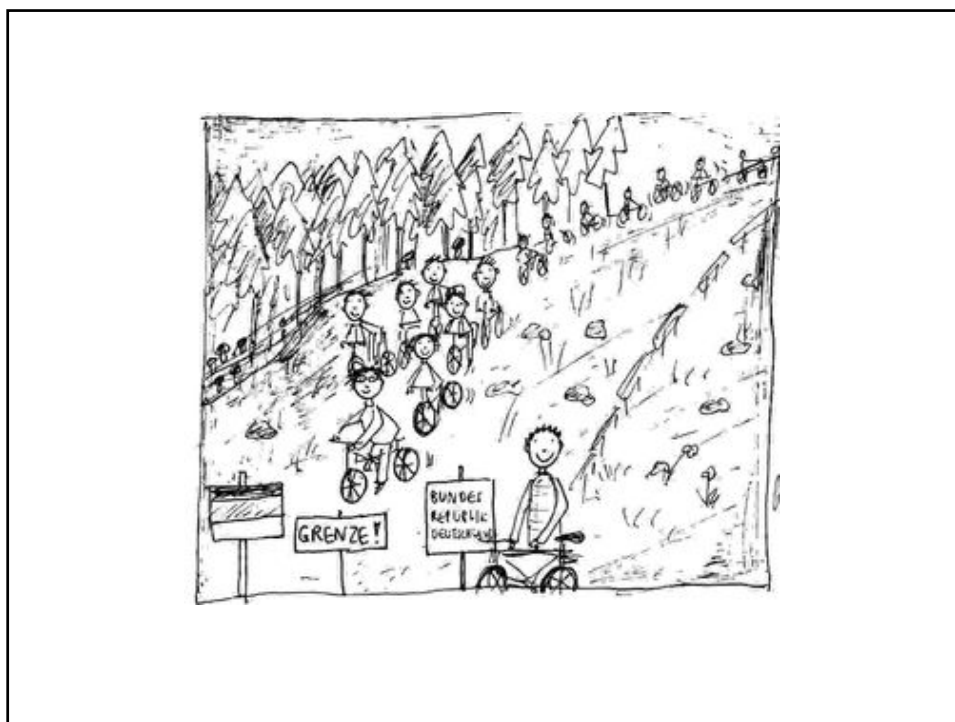
Zusammenfassung: Was sind Grenzerfahrungen?

Grenzerfahrungen sind intrapersonale Rückkopplungsprozesse, bei denen es zu einer bedeutsamen Homöostase-Beeinträchtigung kommt.

Je geringer der Grad an subjektiv antizipierter Bewältigungsmöglichkeit bzw. je höher der Grad an Differenzerleben, desto wahrscheinlicher ist das Empfinden als Grenzerfahrung.

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Worin besteht die Besonderheit interkultureller Grenzerfahrungen?

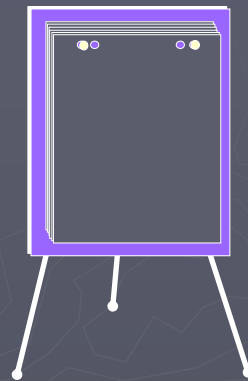


Beispiele für interkulturelle Grenzerfahrungen

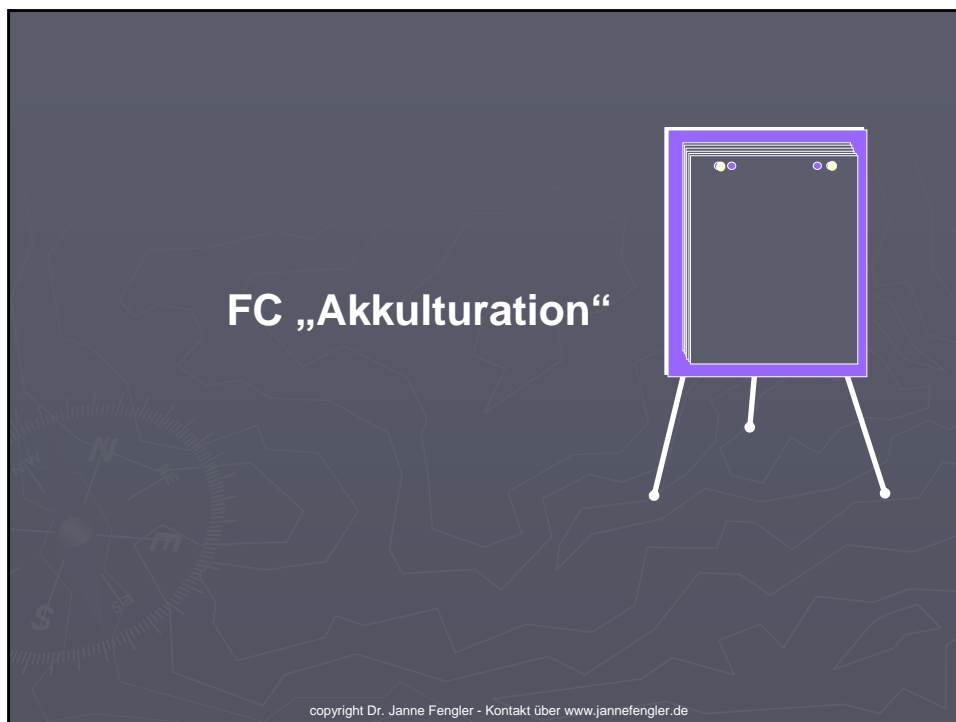


copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

FC „Interkulturelle
Kompetenz“



copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de



Was denken Sie:

Worin besteht die Besonderheit interkultureller Grenzerfahrungen?

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Eigenes Beispiel (HO 1b): Grenzerfahrung

Bitte denken Sie nun an ein Erlebnis, das Sie selbst einmal gehabt haben, und das Sie als „interkulturelle Grenzerfahrung“ bezeichnen würden. Bitte beschreiben Sie das Erlebnis.

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Welche Veränderungen finden bei Grenzerfahrungen statt?

Bsp.: Veränderung durch Grenzerfahrungen

R. Messner (Extrembergsteigen):

„Die Hauptmotivationen zum Bergsteigen sind die erlebten Grenzsituationen, diese bewußtseinsweiternden Phasen. Wer einmal derartige (...) Phasen erlebt hat, wenn man in sich hineinwandern kann, von sich wegwandern kann, zu sich hinwandern kann, der möchte diese Erfahrungen wieder und wieder haben.“ (Messner, 1982, 112-113)

„Um die Grenzen meines Selbst erfahren zu können, muß ich an die Grenzen meiner körperlichen Leistungsfähigkeit gehen.“ (Messner, 1982, 195)

A.-M. Tausch (Krebserkrankung):

„Da ich nur selten krank gewesen bin, war ich mir plötzlich sehr fremd geworden. (...) So war Vieles in mir aus dem Gleichgewicht geraten. (...) Das Bild, das ich bisher von mir hatte – das Bild eines Menschen, der mit einem gesunden, funktionierenden Körper lebt –, änderte sich (...). Mehr und mehr wurde mein Kranksein für mich zu einem Stadium des persönlichen Lernens und Wachsens, zu einer Reise zu mir selbst, zu neuen Erfahrungen und Erkenntnissen.“ (Tausch, 1982, 76-77)

Interviewpartner von R. Moody (Nahtoderfahrung):

„Als ich wieder an meinen Arbeitsplatz zurückkehrte, haben einige Kollegen darüber geredet, wie ruhig ich gewesen war nach dem Unfall. Also so tapfer bin ich nun auch wieder nicht. Ich bin kein Superheld. Die Tatsache, daß ich von einer unsichtbaren Hand aus der Gefahr gerettet worden war, das war der Grund für meine Courage, das gab mir die Ruhe, die sie an mir festgestellt haben.“ (Moody, 1978, 41)

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Eigenes Beispiel (HO 2): Veränderung durch Grenzerfahrungen

Welche Informationen haben Sie bei Ihrer
Grenzerfahrung über sich selbst erhalten?

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Begriffsbestimmung Selbstkonzept

„Mit ‚Selbstkonzept‘
werden (...) Einstellungen des Individuums im Sinne von
Attitüden zur eigenen Person bezeichnet (...)“

(Deusinger, 1986, 11)

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Quellen der Veränderung für das Selbstkonzept

- direkte Prädikatenzuweisungen durch andere Personen
- indirekte Prädikatenzuweisungen durch andere Personen
- komparative Prädikaten-Selbstzuweisungen
- reflexive Prädikaten-Selbstzuweisungen
- ideationale Prädikaten-Selbstzuweisungen

(Filipp, 1993, 132-138)

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Eigenes Beispiel (HO 2): Veränderung durch Grenzerfahrungen

Betrafen die Informationen,
die Sie in der Grenzerfahrung
über sich selbst erhalten haben,
einen Bereich Ihres Selbst,
der für Sie eher wichtig oder eher unwichtig war?

- eher wichtig
- eher unwichtig

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Dominanz verschiedener Motive bei der Selbstkonzeptänderung

■ aschematische (subjektiv wenig relevante) Selbstkonzeptbereiche:

- geringe Änderungsresistenz
- Selbstwerterhöhungsmotiv dominant

■ schematische (subjektiv relevante) Selbstkonzeptbereiche:

- hohe Änderungsresistenz
- Konsistenzmotiv dominant

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Grenzerfahrung und Selbstkonzeptmodifikation ⁽¹⁾



copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Eigenes Beispiel (HO 3): Prozesse der Veränderung

Waren Ihnen die Informationen,
die Sie über sich selbst erhalten haben,
bereits vorher bekannt (Abgleich IST-WAR)?

- ja
- nein

Konnten Sie mit den Informationen,
die Sie über sich erhalten haben, ‚gut leben‘,
waren sie akzeptabel für Sie (Abgleich IST-SOLL)?

- ja
- nein

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Grenzerfahrung und Selbstkonzeptmodifikation ⁽²⁾



copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Eigenes Beispiel (HO 4): Prozesse der Veränderung

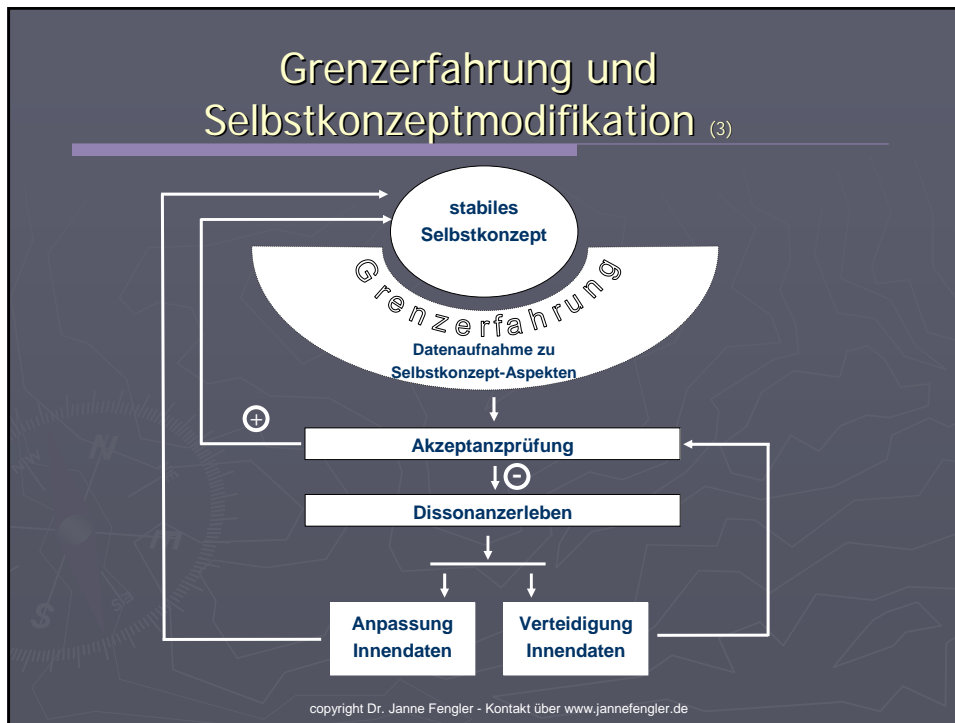
Wenn Sie die letzten beiden Fragen
mit „ja“ beantwortet haben
(Ergebnis Akzeptanzprüfung ⊕):
Inwiefern hat sich Ihre Selbstwahrnehmung durch die
Grenzerfahrung geändert?

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Eigenes Beispiel (HO 4): Prozesse der Veränderung

Wenn Sie mindestens eine der letzten beiden Fragen
mit „nein“ beantwortet haben
(Ergebnis Akzeptanzprüfung ⊖):
Wie haben Sie innerlich auf diese ‚Unstimmigkeit‘
reagiert?

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de



Zusammenfassung: Welche Veränderungen finden bei Grenzerfahrungen statt?

Informationen, die Individuen in Grenzerfahrungen über sich selbst erhalten, können zur Selbst- und zur Selbstkonzeptentwicklung beitragen.

Die Art und Weise der Verarbeitung selbstkonzeptrelevanter Informationen steht in engem Zusammenhang mit der subjektiven Relevanz des wahrgenommenen Selbstkonzeptaspekts.

Hierbei ist je nach Relevanz von einer unterschiedlichen Resistenz gegenüber Veränderungen und von einer Dominanz des Konsistenzmotivs oder einer Dominanz des Selbstwerterhöhungsmotivs auszugehen.

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Welche Schlussfolgerungen ergeben sich
für die psychologische Interventionspraxis?

Eigenes Beispiel (HO 5):
Hilfreiche Intervention

Welche Intervention (durch einen Freund, einen
Fachmann oder Sie selbst) wäre für Sie eine gute
Unterstützung gewesen, Ihre Grenzerfahrung als Teil
Ihrer Person und Ihrer Lebenserweiterung einzuordnen?

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Eigenes Beispiel (HO 6): Schlussfolgerungen für die psychologische Interventionspraxis

Rückblick und Ausblick:

Welche Impulse nehmen Sie mit

in Ihre psychologische Praxis?

Welche Ableitungen sehen Sie

für den Umgang mit Grenzerfahrungen?

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Schlussfolgerungen für interkulturelle Kommunikation und Kompetenz ⁽¹⁾

- Veränderungen, die sich im Selbstbild von Menschen durch Grenzerfahrungen ergeben können, werden nicht nur durch das Ergebnis der Grenzerfahrung determiniert.
- Es besteht eine große Vielfalt an Situationen, die bei Teilnehmern Grenzerfahrungen hervorrufen können.

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Schlussfolgerungen für interkulturelle Kommunikation und Kompetenz ⁽²⁾

- Im Sinne einer Unterstützung bei der Persönlichkeitsentwicklung ist es am zielführendsten, Interventions-Bemühungen auf (Entwicklungs-) Themen zu richten, die von Teilnehmern für relevant gehalten werden, und sich somit auf deren subjektiv bedeutsame Selbstkonzeptbereiche zu beziehen.
- Als Lernziel gilt: Bei Teilnehmern im Sinne einer differenzierten Selbsterkenntnis ein Bewusstsein für die ablaufenden Prozesse und die beteiligten Motive bei der Selbstkonzeptmodifikation herstellen und sie zu einer zugleich selbstkritischen und selbstwürdigenden Selbstreflexion anregen.

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Ansatzpunkte für Beobachtung und begleitete Reflexion ⁽¹⁾

- Signale von Personen/Teilnehmern, die auf das Erleben einer Grenzerfahrung hinweisen
(z.B. „Ich hab’ total neben mir gestanden.“)
- Signale von Personen/Teilnehmern, die auf eine Selbstkonzeptveränderung hinweisen
(z.B. „Ich dachte immer, ich könnte so was nicht.“)
- Signale zur Relevanz des Selbstkonzeptbereichs
(z.B. „Ich bin ein gelassener und toleranter Mensch, in dieser Hinsicht wirft mich nichts so schnell aus der Bahn, und das ist auch gut so.“)

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Ansatzpunkte für Beobachtung und begleitete Reflexion ⁽²⁾

- Signale für eine Wirksamkeit des Konsistenzmotivs
(z.B. „Das war nur Glück, dass ich das bewältigt habe,
eigentlich ist das nicht mein Ding!“)
- Signale zum Umgang mit Dissonanzen
(z.B. „Ich hab keine Angst, ich mach’ nur Quatsch!“)

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de

Danke für Ihr Interesse und Ihre Aufmerksamkeit!

copyright Dr. Janne Fengler - Kontakt über www.jannefengler.de