

SCHULUNG DER GEFÜHLE DURCH DAS DENKEN

Wie können wir die Gefühle über unser Denken schulen?

Welche Lernschritte beinhaltet das?

Emanzipation des Gefühlslebens vom Körper

In der frühen Kindheit spielt die Prägung des Gefühlslebens über die Sinne die entscheidende Rolle, da das Kind als nachahmendes Wesen mit offenen Sinnen und größtem Interesse auf seine Umwelt zugeht. Mit Beginn der Schulzeit ändert sich das. Der Lehrer hat nun während der kommenden sechs bis acht Jahre Tag für Tag daran zu arbeiten, dass das noch stark an den Körper und die Sinne gebundene Gefühlsleben sich emanzipieren lernt und an das Denken Anschluss findet.¹ Damit wird der Übergang vollzogen vom kindlich selbstbezogenen Erleben zu einem wirklichen Mitgefühl mit anderen Menschen, Dingen und Vorgängen.

Während in der frühen Kindheit die Ausbildung eines gesunden Selbstgefühls und Selbsterlebens in der Begegnung mit der Welt im Vordergrund steht, muss nun geübt werden, dieses Selbstgefühl zu erweitern zu einem Weltgefühl, zu einem Mitgefühl mit allem, was im Umkreis existiert. Mitgefühl ist eine Qualität, die unabhängig von der eigenen persönlichen Sympathie und Antipathie existiert. Es ist die Bereitschaft zu empfinden, wie es einem *anderen* geht, indem man sowohl dem Freund als auch dem Feind dasselbe beobachtende, mitempfindende Interesse entgegenbringt. Das ist allerdings erst nach der Pubertät in vollem Umfang möglich. Erst wenn es gelingt, unabhängig von Sympathie und Antipathie im Miterleben herauszufinden, wie es einem anderen geht, kann von wirklichem Mitgefühl gesprochen werden.

Erwerb von Mitgefühl

Eine solche Loslösung von der eigenen körperlichen Befindlichkeit und dem, was persönlich gefällt und missfällt, kann nur gelingen, wenn das Gefühlsleben an das Denken Anschluss gefunden hat. Denn das Charakteristische am Gedanken ist, dass er unabhängig von persönlichen Sympathien und Antipathien entsteht und seine Wahrheit in sich selber trägt. Wird nun geübt, die Schönheit, Hässlichkeit, Stimmigkeit oder Durchsichtigkeit eines Gedankens zu fühlen, so lernt man, sich auch für Gedanken, Ideen und Ideale zu begeistern und die Wärme der Sympathie bzw. Kälte der Antipathie des Gefühls dabei zu erleben.

Es liegt ja im Wesen des Gefühls, dass es eine persönlich empfundene Beziehung darstellt. Jedes Gefühl ist gleichsam eine Saite, die zwischen mir und dem, was ich fühlen möchte, aufgespannt ist und einen ganz bestimmten Klang, einen ganz bestimmten Bezug herstellt. Das Wort Mit-Gefühl bringt diese Grundeigenschaft des Gefühlslebens am deutlichsten zum Ausdruck: Man selbst als der Fühlende lebt ganz mit dem anderen mit. Selbst und Welt sind durch das Gefühl verbunden. Ich erfahre etwas in objektiver Weise über die Welt und erlebe zugleich mich selbst an der Welt.

¹ Rudolf Steiner, *Allgemeine Menschenkunde als Grundlage der Pädagogik*, GA 293, Dornach 1932; 8. Aufl. 1980. 4-/5, Vortrag, S. 62 ff.

Die künstlerische Erziehung ist eine große Hilfe, das Gefühlsleben darauf vorzubereiten, den Anschluss an die Objektivität der Weltvorgänge zu finden. Man kann lernen, die Schönheit einer Form zu empfinden, kann an Musikstücken so lange üben, bis sie wirklich klingen, kann am sprachlichen Ausdruck arbeiten, bis die Stimmung eines Textes tatsächlich erlebbar wird.

Unter diesem Aspekt kann man auch die enorme Sehnsucht der Kinder und Jugendlichen nach Musik und Bewegung verstehen als altersgemäßen Drang nach künstlerischer Betätigung und künstlerischem Ausdruck. Sie suchen die Brücke, die ihr Gefühlsleben mit der Welt verbindet. Sie wollen sich mit ihrem Gefühlsleben an etwas objektiv Gegebenes, wie Töne, Formen und Farben, anschließen.

Gedanken fühlen lernen

Gelingt das, ist auch der nächste Schritt zu schaffen: sich *den Gedanken selbst* so zuzuwenden, dass man auch sie als etwas Konkretes, als objektiv gegebene Tatsachen erlebt, die man fühlen kann. Daher ist es entscheidend, wie in Elternhaus und Schule mit Gedanken umgegangen wird. Gedanken werden uns beim Erzählen und beim Lesen über die Sprache vermittelt. Indem wir über unsere Erfahrungen nachdenken oder aktiv etwas lernen, machen wir uns selbst Gedanken. Es ist jedoch ein grundlegender Unterschied, ob man einen Gedanken nur hat oder ob man ein solches Verhältnis zu Gedanken bekommt, dass sie einem persönlich etwas sagen, indem man sie wirklich fühlt.

Als Beispiel sei der Gedanke der Ehrlichkeit angeführt. Das Denken selbst hat ja elementar mit Wahrheit, Ehrlichkeit und Aufrichtigkeit zu tun. Es gibt jedoch Menschen, die begeistert über diese Qualitäten des Denkens sprechen können und dennoch selbst unehrlich sind. Das ist kein Widerspruch, wohl aber ein Problem. Man fragt sich, wie das möglich ist. Die Antwort ist, dass bei diesen Menschen das Wahrheitsgefühl nicht ausgebildet ist. Sie empfinden es nicht, wenn sie die Unwahrheit sagen. Wo immer Denken und Handeln auseinanderklaffen, fehlt die Brücke in Form des Gefühls. Denn nur mit Hilfe des Gefühls können wir erleben, ob Denken und Handeln wirklich zusammenstimmen. Es gibt Menschen, die ihre Handlungsweisen – selbst, wenn sie kriminell sind – mit ungeheurer Intelligenz und Beredsamkeit erklären und legitimieren können und schlichtweg nicht empfinden, dass es sich dabei um Ausreden handelt. Was uns an unseren eigenen Gedanken oder denen anderer Menschen wesentlich und wertvoll erscheint, können wir erst dann zu etwas Verbindlichem für uns machen, wenn es uns gelingt, Gefühle damit zu verbinden.

Pädagogische Herausforderung

Die Frage ist, wie das in der Schule gelingen kann. Jeder, der Kinder unterrichtet hat, weiß, wie sehr man sich anstrengen kann, und dennoch blickt man unter Umständen nur in gelangweilte Gesichter. Man merkt, dass das Gefühl der Schüler nicht angesprochen wurde, dass sie kein Interesse am Thema haben, obwohl der Kopf alles mitbekommen hat.

Dem Erwachsenen ist es freigestellt, etwas als Information zur Kenntnis zu nehmen oder es existentiell einzubeziehen und zu prüfen. Es kommt tagtäglich zu viel an uns heran, als dass wir uns alles in gleicher Weise „zu Herzen nehmen“ könnten. Dadurch laufen wir Gefahr, oberflächlich und der Tendenz nach auch unwahrhaftig zu werden.

Umso wichtiger ist es, die in der Schule anfallenden Themen gründlich zu behandeln, nach dem Prinzip „weniger ist mehr“, damit die Kinder und Jugendlichen lernen können, sich existentiell und damit auch gefühlsmäßig mit der Geschichte, der Naturkunde, ja selbst der Mathematik und den Sprachen, auseinanderzusetzen. Je mehr Zeit Schüler haben, den behandelten Stoff selbst nachzuarbeiten, zu ergänzen und mit Fragen zu versehen, umso größer ist die Chance, dass sie sich mit dem, was sie tun, auch gefühlsmäßig verbinden. Erst dann wird eine Sache auch zu ihrer Sache und es entsteht eine persönliche Beziehung und Verantwortlichkeit ihr gegenüber.

Unterschied zwischen Jungen und Mädchen

Das Gefühlsleben der Mädchen kann sich leichter an das Gedankenleben anschließen, ist dafür aber nicht so begabt, sich über die Sinneserfahrung anregen zu lassen. Es kann sich stark nach außen wenden, weil es weniger stark an die körperlichen Sinne gebunden ist, dafür aber umso mehr disponiert, sich an das Gedankenleben anzuschließen. Es ist charakteristisch für Mädchen, dass sie eher dazu neigen, Tagebuch zu schreiben oder für alles Mögliche zu schwärmen.

Jungen desselben Alters nehmen gerne einen Computer auseinander. Sie sind wacher im Bereich der Sinnesempfindungen, wohingegen sie dem Denken gegenüber abstrakter und weniger empfindsam organisiert sind.² Darauf sind sie oft stolz, und das entspricht auch insgesamt dem Trend zur Sachlichkeit in unserem Kulturkreis. Es handelt sich dabei um eine spezifisch männliche Art zu denken. Das Gefühlsleben sitzt in anderen Regionen und braucht zunächst einmal weniger den Anschluss an das Denken. Man(n) empfindet Gefühlsregungen als unsachlich und unnötig – das Persönliche soll draußen bleiben. Das ist charakteristisch für die männliche Konstitution, die eine hinreichende Gefühlsbefriedigung über die Sinne bezieht und deshalb den Anschluss des Gefühlslebens an die Gedanken für das eigene Selbsterleben nicht in dem Maße braucht.

Neben diesen geschlechtsspezifischen Unterschieden (die natürlich im Einzelfall sehr unterschiedlich ausgeprägt sein können), gilt es bei jedem Schüler herauszufinden, wo seine Gefühlsneigungen liegen. Denn nur, wenn man ihn da abholt, wo er steht, wo er seine Sympathien und auch seine Antipathien hat, kann man ihm helfen, einen Weg zu finden, das eigene Gefühlsleben an das Denken anzuschließen.

Vgl. „Macht in der zwischenmenschlichen Beziehung“, 2. Kapitel, Verlag Johannes M. Mayer, Stuttgart – Berlin 1997

² Vgl. Michaela Glöckler, *Die männliche und weibliche Konstitution. Medizinische Aspekte zur Ehe*, Stuttgart 1987, 3. Aufl. 1992.