

# Wie denken die Finger? Unbewusstes Denken als eine Grundlage der Intuition

Simon Sidler\*

## Zusammenfassung

Die Metapher Sutherlands, „with thinking fingers“, kann als Aufforderung an die Osteopathen verstanden werden, ihr Entscheiden und Handeln maßgeblich auf die Wahrnehmung und Intuition zu basieren. Grundsätzlich wird jedoch in unserer westlichen Kultur davon ausgegangen, dass die Entscheidungen dann treffender ausfallen, wenn möglichst alle Faktoren überdacht werden und diskursiv begründet werden können. Neuere Forschungsergebnisse zeigen nun auf, dass die Urteile teilweise adäquater sind, wenn eine Entscheidung für eine Weile aufgeschoben und stattdessen die Aufmerksamkeit auf einen anderen Inhalt gerichtet wird. Es bestehen starke Hinweise, dass das Unbewusste während dieser Zeit eine Denkarbeit leistet. Dieses unbewusste Denken ist einer der Mechanismen, welcher der Intuition zugrunde liegt. Im vorliegenden Artikel werden die entsprechenden Studienergebnisse präsentiert, und es werden relevante neurologische Verarbeitungsprozesse beschrieben. Mögliche Konsequenzen für die Osteopathie werden aufgezeigt.

## Schlüsselwörter

Entscheiden, Intuition, Denken, Bewusstsein, Unbewusstes, Vorbewusstsein, Philosophie, Psychologie

## Abstract

Sutherland's metaphor „with thinking fingers“ can be understood as a challenge for osteopaths to base their decisions and actions predominantly on their perception and intuition. Western culture, however, principally believes that decisions are best made when as many factors as possible have been well considered and the decision can be logically derived. New scientific research results show that decisions may be more adequate if they are postponed whilst subconscious thought processes occur.

These subconscious thought processes are one of the mechanisms our intuition is based upon. This article presents the respective research results, describes relevant neurological processes and discusses possible consequences for Osteopathy.

## Keywords

Decision making, intuition, thinking, consciousness, unconsciousness, preconsciousness, philosophy, psychology

## Prolog

Der Säugling leide unter Verdauungsproblemen, berichtet die Mutter. Beim Trinken ermüde er rasch und nicke ein, er finde jedoch keinen erholsamen Schlaf. Sein Bauch ist gebläht, und der Rumpf ist nach dorsal überstreckt. Beim Berühren des Bauches stockt die Atmung, der Darm rumpelt. Bald beginnt zusätzlich ein Schluckauf, der Junge wird unruhig. Weil er bei der anschließenden Untersuchung des Hinterkopfes und der oberen Kopfgelenke augenblicklich ruhig wird und sich der Schluckauf nach kurzer Zeit einstellt, entscheidet sich der Osteopath, vorerst dort zu behandeln.

Sie leide seit dem Autounfall vor drei Jahren unter Nacken- und Armschmerzen, sagt die 29-jährige Patientin. Der Osteopath stellt eine massive Spannung des Zwerchfells und der Oberbauchregion fest. Auch der Beckenring und die BWS weisen Dysfunktionen auf. Die Halswirbel sind in ihrer Beweglichkeit myofaszial eingeschränkt, eine artikulare Blockierung ist nicht zu finden. Der Bereich der Kopfgelenke ist besonders gespannt, was sich auch auf die Schädelbasis überträgt. Der Osteopath entscheidet sich, die Behandlung beim Zwerchfell

zu beginnen, weil sich dieses Gewebe bei einer Berührung so anfühlt, als würde es aufatmen.

Obwohl er potente Schmerzmedikamente einnimmt, leidet der 38-jährige Architekt seit einem halben Jahr unter starken Rücken- und Beinschmerzen. Die Nervenleitfähigkeit ist normal. Die Beweglichkeit der Nerven und der Wirbelsäule ist in Ordnung, die Rückenmuskulatur entspannt. Während der Untersuchung des Bauches stellt sich jedoch beim Osteopathen ein mulmiges Gefühl ein. Er palpirt eine undefinierbare harte Struktur im Abdomen, welche die Schmerzen im Bein verstärkt. Der Osteopath empfiehlt dem Patienten dringend, seine inneren Organe schulmedizinisch weiter abklären zu lassen.

## Entscheiden

Der Osteopath muss sich während eines Arbeitstages Hunderte Male entscheiden, wobei dies oft ohne nachzudenken, mühelos und unbewusst geschieht. Er braucht beispielsweise meistens nicht zu überlegen, welche Kleidungsstücke der Patient ausziehen soll und in welcher Ausgangsstellung er ihn untersuchen möchte. Das ist vergleichbar mit einem erfahrenen Autofahrer, der automatisch weiß, welchen Gang er einlegen muss, wann zu blinken ist und wann er beim Seitwärtsparken das Steuer einlenken muss. In bestimmten Situationen wird dem Osteopathen jedoch bewusst, dass entschieden werden muss. Beispielsweise möchte er sich festlegen, an welcher Struktur er die eingangs erwähnte Patientin zuerst behandeln will. Dazu kann er versuchen, durch gezieltes Denken ein logisch

\* Simon Sidler D.O. SVO-FSO, M.Sc. paed. Ost. lebt in der Schweiz. Abschluss der Osteopathieausbildung an der Schule für Klassische Osteopathische Medizin (SKOM) 2004, Studium der Kinderosteopathie an der Osteopathie Schule Deutschland (OSD) in Hamburg bis 2009 mit Abschluss M.Sc. in pädiatrischer Osteopathie 2011. Besonderes Interesse an den Vorgängen der Wahrnehmung und Intuition. Praxistätigkeit in Brugg.

nachvollziehbares Urteil zu erlangen, das diskursiv, Schritt für Schritt erklärt werden kann. Häufig gelingt das jedoch aus diversen Gründen, die später beschrieben werden, nicht. Stattdessen ist möglicherweise ein einziger guter Grund oder ein bestimmtes Gefühl für die Entscheidung ausschlaggebend. Dieser eine gute Grund kann beispielsweise in der Reaktionsweise des Gewebes oder in der Beruhigung des Säuglings liegen, das entscheidende Gefühl kann einer Inkongruenz zwischen dem Beschwerdebild und den tastbaren Befunden des Abdomens entspringen. Im Allgemeinen können also zwei sich kontrastierende Möglichkeiten beschrieben werden, wie eine Entscheidung gefällt werden kann: Entweder durch diskursives Denken oder aufgrund der Intuition. Diese beiden unterschiedlichen Wege, zu einem Urteil zu gelangen, werden von diversen Autoren jeweils etwas anders benannt (Tab. 1) [1, 2, 3].

Wird eine Entscheidungsfindung durch bewusstes Denken angestrebt, erfordert dies ein hohes Maß an Aufmerksamkeit und es passiert eher langsam, weil die Datenverarbeitungsgeschwindigkeit des Bewusstseins stark begrenzt ist [3, 4, 5]. Deshalb ist diese Art von Entscheidung oft anstrengend und zeitraubend. Das

Urteil kann jedoch Schritt für Schritt begründet werden, ist häufig präzise und entspricht der analytischen Denkarbeit, die mittels IQ-Tests untersucht wird [2]. Die intuitive Strategie benötigt kaum Aufmerksamkeit. Die Datenverarbeitung geschieht automatisch, unbewusst und kann deswegen nicht kontrolliert werden. Die Person hat selber keine Kenntnisse darüber, dass ein Entscheidungsprozess stattfindet. Die Qualität des Urteils fällt eher ganzheitlich und assoziativ aus [2, 6]. Aufgrund der riesigen Datenverarbeitungsmenge des Unbewussten ist dieses System schnell, und es werden viele Aspekte gleichzeitig verarbeitet. Das Urteil dieser Prozesse taucht unvermittelt als Intuition im Bewusstsein auf. Diese Strategie wird auch als implizites System bezeichnet.

## Historischer Kontext

Seit jeher beschäftigt die Menschen die Frage, ob sie beim Entscheiden eher dem Verstand oder ihren Gefühlen folgen sollen. Bereits in der Antike werden diese beiden Möglichkeiten beschrieben [3, 5]. Die Philosophen um Sokrates und Platon ehren den Verstand. Alles Irrationale erachten

sie als minderwertig, da es das reine Urteil trübe. Die Leidenschaften und die Gefühle (griech. *pathos*) sind ihrer Ansicht nach Denkfehler, eine Verirrung, die krank machen könne [7], was mit der Begriffsbildung der *Pathologie* bis in die heutige Zeit nachwirkt. Dieser verstandes- und vernunftbetonte Ansatz wird später durch Persönlichkeiten wie z.B. Newton, Descartes und Kant aufgegriffen und weiter gepflegt. Insbesondere Descartes Methodik zeichnet sich durch ein universelles Zweifeln und Widerlegen aus und prägt bis heute die Schulbildung und die Wissenschaft [6, 7, 8]. Descartes misstraut allen Sinnesempfindungen. Als vertrauenswürdig erachtet er bloß die reproduzierbaren und mathematisch beweisbaren Inhalte. Er verehrt die Vernunft und vergleicht sie mit dem Strahlen der Sonne [9], sämtliche unbewusste Prozesse des Nervensystems negiert er.

Gegen diese streng rationale Sichtweise regt sich seit der Antike sporadisch Widerstand. Persönlichkeiten wie z.B. Epikur, Leonardo da Vinci, Goethe, Nietzsche und Schopenhauer gehen in ihren Betrachtungen vom Phänomen aus, vertrauen ihren Sinnesempfindungen und betonen die Rolle der Gefühle. Allerdings sind deren Meinungen eher Zwischenrufe in der Geschichte; einen tiefgreifenden Einfluss auf die Methodik der Naturwissenschaften nehmen sie kaum.

Seit mehr als 2000 Jahren werden das bewusste Denken und das Entscheiden als die wertvollsten Tätigkeiten des Menschen, als die Krone der Evolution angesehen. Unbewusste Vorgänge werden eher als minderwertig betrachtet. Deswegen wird allgemein angenommen, dass sämtliche Entscheidungen desto besser ausfallen, je bewusster sie gefällt werden [5, 6, 7, 8]. Uns wird gesagt, wir sollten erst reiflich überlegen und alle Informationen abwägen, bevor wir handeln. „Erst wägen, dann wagen“ lautet das Credo, um das Ergebnis zu optimieren. Es soll also eine Art Kosten-Nutzen Analyse durchgeführt werden, in der alle möglichen Faktoren berücksichtigt und abgewogen werden. Wie sieht das aus?

**Tab. 1: Unterschiedliche Benennungen des intuitiven und des diskursiven Systems (mod. nach [2])**

Autor	Intuitives System	Diskursives System
Sloman	Associative system	Rule-based system
Evans & Over	Tacit thought processes	Explicit thought processes
Reber	Implicit cognition	Explicit cognition
Levinson	Interactional intelligence	Analytic intelligence
Epstein	Experiential system	Rational system
Hammond	Intuitive cognition	Analytical cognition
Klein	Recognition-primed decisions	Rational choice strategy
Shiffrin & Schneider	Automatic processing	Controlled processing
Posner & Snyder	Automatic activation	Conscious processing system
Hogarth	Tacit system	Deliberate system
Labouvie & Vief	Rational analytic	Intuitive holistic

## Rational entscheiden

Gemäß der rationalen Entscheidungstheorie („rational choice theory“) sollte folgendermaßen vorgegangen werden, um rein rational zu entscheiden [10]: Erstens müssen alle möglichen Handlungsalternativen aufgelistet und klar definiert werden. Am Beispiel der eingangs geschilderten Patientin mit Nackenbeschwerden bedeutet dies, dass alle infrage kommenden Behandlungszugänge exakt erfasst werden müssen. Das beinhaltet mindestens alle Behandlungsansätze an Becken, Abdomen, Zwerchfell, Thorax, Brust- und Halswirbelsäule sowie am Schädel. Zweitens ist für alle denkbaren Folgen der jeweiligen Handlungen eine vollständige Präferenzreihenfolge festzuhalten.

Der Osteopath soll also voraussagen, wie der Organismus des Patienten auf jeden einzelnen Behandlungsansatz reagieren wird und in welcher Reihenfolge diese Behandlungsreaktionen anzustreben sind. Drittens muss die Wahrscheinlichkeit für das Auftreten dieser Folgen vorausgesagt werden. Für den Osteopathen bedeutet dies, dass er die Wahrscheinlichkeit des Auftretens einer potenziellen Wirkung seines Behandlungsansatzes einschätzen muss. Viertens soll sich der Handelnde anschließend aufgrund der Präferenzen und der Wahrscheinlichkeiten entscheiden.

Es ist leicht einsehbar, dass dieses Vorgehen für den Osteopathen nicht alltagstauglich ist. Ein Osteopath kann unmöglich alle diese Faktoren bedenken. Vielleicht verpasst er während der Untersuchung einen Befund, und dann sähe die ganze Ausgangslage wieder anders aus. Zudem sind die eintretenden Folgen der Behandlungsansätze maßgeblich von den regulierenden Organsystemen des Patienten, wie z.B. Nervensystem, Herz-Kreislaufsystem, Hormonsystem, abhängig. Außerdem verfügt der Osteopath nicht über die geforderten Fähigkeiten, um diese Rechenoperationen durchzuführen, und falls doch, wäre die Berechnung zu zeitintensiv. Es ist also nicht möglich, ausschließlich rational zu entscheiden. Häufig beeinflussen bishe-

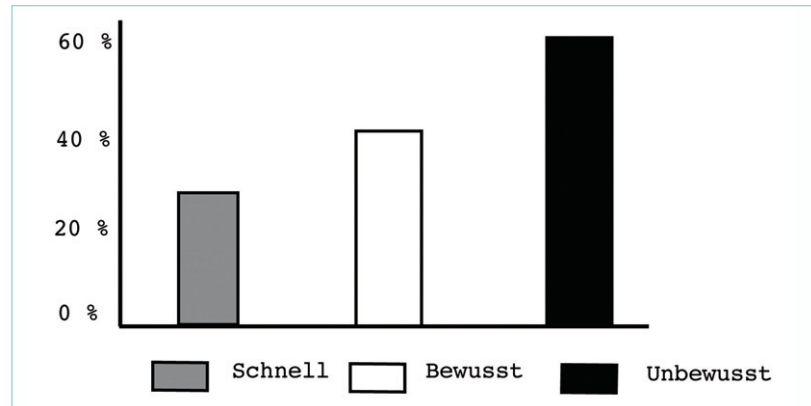


Abb. 1: Bedingungen, unter denen die Probanden die beste Wohnung wählen. Mod. nach [6]. Mit freundlicher Genehmigung des Klett-Cotta Verlags.

rige Erfahrungen und Gefühle die Entscheidungsfindung. Nichtsdestotrotz wäre es vielleicht anzustreben, möglichst vertieft nachzudenken, bevor entschieden wird. Sind Entscheidungen, die durch diskursives Denken entstehen, stets zielführender als intuitive Entscheide?

## Nachdenken versus Intuition

Um zu klären, ob diskursiv begründbare Urteile treffender als intuitive Urteile ausfallen, lässt Wilson die Probanden in einem Experiment Konfitüre kosten und befragt sie im Anschluss über ihr Urteil [11]. Er bildet zwei Gruppen: Die einen erhalten den Auftrag, die Marmelade mittels Entscheidung aufgrund ihres Bauchgefühls zu beurteilen. Die anderen erhalten Zeit, sich Gedanken über die Konfitüre zu machen und Eigenschaften wie Farbe, Konsistenz, Geschmack etc. zu überdenken. Das Urteil aller Probanden wird dann mit demjenigen von Experten der Nahrungsmittelindustrie verglichen. Es wird festgestellt, dass das Urteil derjenigen Probanden, welche ein spontanes Urteil abgeben, mit dem Urteil der Fachwelt deutlich besser übereinstimmt als dasjenige der anderen Probanden.

In einer anderen Untersuchung präsentiert Dijksterhuis den Probanden negative und positive Eigenschaften betreffend vier fiktiver Wohnungen [12]. Jede Wohnung wird mit jeweils zwölf unterschiedlichen Eigenschaf-

ten beschrieben, was insgesamt 48 Informationen entspricht. Eine dieser Wohnungen wird durch mehr positive Eigenschaften gekennzeichnet als alle anderen. Im Anschluss an die Präsentation werden die Probanden in drei Gruppen eingeteilt. Die einen müssen sofort entscheiden, welche Wohnung die beste ist. Die zweite Gruppe erhält drei Minuten Zeit, um über die Vor- und Nachteile der Wohnungen nachzudenken, und müssen sich dann entscheiden. Die dritte wird für drei Minuten durch ein Zahlenspiel abgelenkt, sodass sie nicht bewusst über die Wohnungen nachdenken können. Sie sollen anschließend ein intuitives Urteil über die Wohnungen abgeben. Diejenigen Probanden, die sich sofort entscheiden müssen, sowie diejenigen, welche bewusst nachdenken, sind nicht in der Lage, die beste Wohnung zuverlässig zu erkennen. Diejenigen Probanden jedoch, welche abgelenkt werden und dann intuitiv entscheiden, sind dazu markant besser in der Lage (Abb. 1).

In mehreren ähnlichen Untersuchungen werden den Probanden unterschiedliche Autos oder potenzielle Mitbewohner einer Wohngemeinschaft zur Auswahl präsentiert [12, 13]. Es wird konsistent aufgezeigt, dass in übersichtlichen Situationen das bewusste Denken zu treffenderen Ergebnissen führt. Sobald die Ausgangslage jedoch komplexer wird und mehrere Faktoren zu bedenken sind, fallen die intuitiven Entscheidungen adäquater aus (Abb. 2) [14].

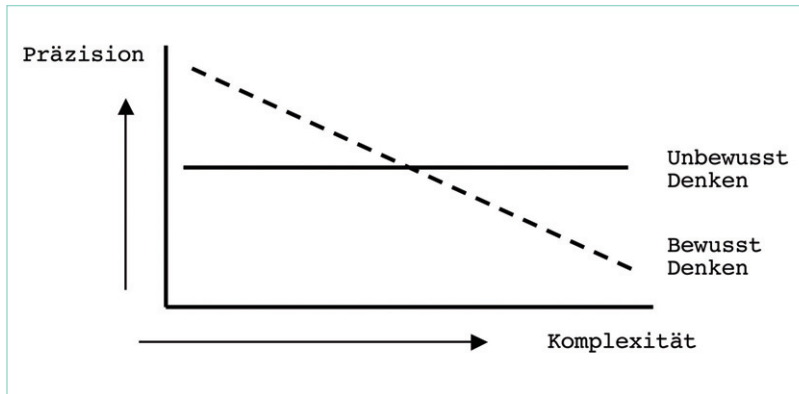


Abb. 2: Verhältnis zwischen unbewusstem und bewusstem Denken. Mod. nach [6]. Mit freundlicher Genehmigung des Klett-Cotta Verlags.

Die Kernaussage der Experimente von Dijksterhuis ist, dass es hilfreich sein kann, eine Entscheidung aufzuschieben und sich vorübergehend mit etwas anderem zu beschäftigen. Nach einer Pause ist oft unversehens, ohne weiteres Nachdenken, klar, wie entschieden werden soll. Dies entspricht der Erfahrung, dass es sich lohnen kann, eine Entscheidung zu „überschlafen“. Am Morgen ist dann unvermittelt klar, wie entschieden werden soll. Wie kann dieser Effekt erklärt werden?

## Denken ohne Bewusstsein

Die Probanden entscheiden dann besser, wenn die Aufmerksamkeit während einer bestimmten Zeitdauer nicht auf den Entscheidungsinhalt fokussiert wird. Das scheint eine Voraussetzung dafür zu sein, dass das Unbewusste die Informationen verarbeiten, gewichten und sortieren kann. Dieser Prozess wird als unbewusstes Denken bezeichnet [11, 12]. Der Ausdruck „unbewusstes Denken“ kann auf den ersten Blick irritieren, da Den-

ken üblicherweise mit bewusstem Nachdenken assoziiert wird. Die Untersuchungsergebnisse weisen jedoch darauf hin, dass das Unbewusste denkt, ohne dass die Aufmerksamkeit auf die entsprechenden Inhalte gerichtet wird. Diese Zeitspanne, in welcher eine Entscheidung im Unbewussten heranreift, wird als Inkubationszeit bezeichnet [12, 15].

Ob es sich um eine Denkaktivität handelt, untersuchte Dijksterhuis mittels einer seiner Versuchsanordnungen, indem er die einen Probanden für zwei-, die anderen für sieben Minuten vor dem Entscheiden vom bewussten Denken abhält. Diejenigen, die länger abgelenkt werden, schneiden besser ab.

Ein weiterer Hinweis auf eine unbewusste Denkarbeit während der Inkubationszeit liefern Snyder und Mitarbeiter. Die Probanden erhalten mittels „idea generation test“ den Auftrag, während fünf Minuten Ideen zu liefern, wozu ein Blatt Papier grundsätzlich verwendet werden könnte, z.B. für Zeichnungen, Papierflieger, als Um-schlag etc. Nach fünf Minuten kom-

men meistens keine weiteren Ideen zustande und den Probanden wird gesagt, der Test sei zu Ende. Um sie abzulenken, werden sie für fünf Minuten über ihre Biographie interviewt. Dann wird von ihnen verlangt, erneut Ideen über die Verwendung von Papier zu entwickeln. Bemerkenswert ist, dass die Probanden nach der Pause in der Lage sind, einen Schwall neuer Ideen zu liefern – als ob im Unbewussten während der Pause neue Ideen herangereift wären, die anschließend präsentiert sind.

In einer anderen Untersuchung werden die Probanden in drei Gruppen eingeteilt. Diejenigen der ersten Gruppe müssen ohne Pause vier Minuten lang fortwährend Ideen zur Verwendung von Papier generieren. Die Teilnehmer der beiden anderen Gruppen werden jeweils nach zwei Minuten durch eine Aufgabe abgelenkt. Während Gruppe zwei mit einer anderen kreativen Aufgabe beschäftigt ist, löst Gruppe drei eine ganz andere, nicht kreative Aufgabe. Nach dieser Pause müssen alle nochmals den „idea generation test“ für zwei Minuten ausführen. Vor der Pause kreieren alle Probanden der drei Gruppen ähnlich viele Ideen. Nach der Pause sind jedoch signifikante Unterschiede festzustellen. Diejenigen, deren Aufmerksamkeit in der Pause auf eine völlig andere Aktivität gelenkt ist, generieren deutlich mehr neue Ideen als die anderen Probanden (Tab. 2) [16].

Es gibt somit deutliche Hinweise auf eine Denkaktivität im Unbewussten. Voraussetzung für diese Denkarbeit ist gemäß den genannten Untersuchungen eine Inkubationszeit sowie eine Ablenkung der Aufmerksamkeit. Gibt es Hinweise über die Gehirntätigkeit während der Inkubationszeit?

## Das Vorbewusstsein

Wird eine Entscheidung für eine Weile aufgeschoben, ist derweil das Arbeitsgedächtnis frei für die nächsten Denkinhalte. Das Arbeitsgedächtnis entspricht dem Arbeitsspeicher des Gehirns und ist im präfrontalen Kortex

Tab. 2: Durchschnittliche Anzahl an Antworten beim „idea generation test“ ohne oder mit Ablenkung in der Pause (mod. nach [16])

Zeit	Gruppe 1	Gruppe 2	Gruppe 3
2 Minuten	14,3	14,6	14,4
	Ohne Pause	Pause: anderer Kreativitätstest	Pause: fachfremde Ablenkung
2 Minuten	6,9	7,6	9,8

lokalisiert [3, 4, 5]. Erregungen dieser Hirnregion gehen mit bewusster Denkarbeit einher und diese ist, wie oben beschrieben, in ihrer Verarbeitungskapazität sehr begrenzt. Deswegen kann nur ein Denkinhalt nach dem anderen seriell verarbeitet werden.

Wenn der Osteopath beispielsweise das Colon descendens palpirt, kann er seine Aufmerksamkeit auf die Wahrnehmungen seiner Hände fokussieren. Einen Moment später lenkt er die Aufmerksamkeit möglicherweise auf die Anatomie des Darms, wodurch in seinem Bewusstsein Vorstellungen anatomischer Bilder entstehen. Anschließend denkt er dann über die Differenzialdiagnostik betreffend Tumoren nach. Er kann aber nicht gleichzeitig den Darm spüren, diesen visualisieren und über die Tumorarten des Darms nachdenken.

Wenn die Gedanken und bewussten Wahrnehmungen jeweils aus dem aktuellen Bewusstsein und somit aus dem Arbeitsgedächtnis verschwinden, werden sie in den assoziativen Kortextarealen abgelegt. Dort bilden sie das erinnerbare (deklarative) Gedächtnis. Jede Information dieses Gedächtnisses, die nicht gerade bewusst ist, aber grundsätzlich bewusst werden könnte, gehört zum Vorbewusstsein. Zusätzlich gehören maßgebliche Einflüsse aus dem Unbewussten, wie z.B. Informationen aus dem limbischen System, zum Vorbewusstsein. Im deklarativen Gedächtnis des Osteopathen schlummert beispielsweise das Wissen über die Anatomie des Darms.

Dieses Wissen ist unabhängig vom aktuellen Bewusstseinszustand vorhanden und bleibt so lange vorbewusst, bis der Osteopath die Aufmerksamkeit darauf lenkt. Erst dann gelangen die entsprechenden anatomischen Vorstellungen in sein Bewusstsein. Gelangt der nächste Inhalt in den Fokus der Aufmerksamkeit, werden die vormaligen Bewusstseinsinhalte wieder im assoziativen Kortex abgelegt. Dort stehen sie dann dem gigantischen Netzwerk der Hirnrinde, bestehend aus ca. 15 Milliarden Nervenzellen, zur weiteren Verarbeitung zur Verfügung. Sie werden in allen assoziativen Kortextarealen des Gehirns mit früheren Erfahrungen und Erin-

nerungen abgeglichen und auf deren Bedeutung hin überprüft. Dadurch prägen Erfahrungen, Gefühle, Wahrnehmungen und Wissen das Gedächtnis und bilden eine Basis für Expertenwissen und Altersweisheit. Weil diese Verarbeitung autonom, unbewusst und schnell geschieht, kann nicht diskursiv, Schritt für Schritt begründet werden. Es ist dem Menschen einfach eingefallen.

## Mögliche Implikationen für die Osteopathie

Rein rationales Entscheiden ist nicht praktikabel, und häufig erweisen sich in komplexen Situationen intuitive Urteile als treffender als solche, die auf diskursivem Denken beruhen [5, 12, 13, 14, 17]. Aufgrund dieser neueren Forschungsergebnisse erhält die Forderung der Gründerväter der Osteopathie, von den eigenen Wahrnehmungen auszugehen [18, 19], eine naturwissenschaftliche Unterstützung. Sie legitimiert die Osteopathen aus Sicht des Autors, vermehrt „mit den Fingern zu denken“ und der Wahrnehmung zu vertrauen, selbst wenn diese nicht logisch begründbar sein sollte.

Häufig tauchen die intuitiven Urteile unvermittelt im Bewusstsein auf. Deswegen kann der Eindruck entstehen, dass Intuitionen stets schnell zustande kommen. Die oben genannten Forschungsergebnisse weisen jedoch darauf hin, dass treffende Intuitionen im Unbewussten teilweise für eine Weile heranreifen müssen. Möglicherweise hilft diese Information, sich während der Behandlung in Geduld zu üben und auszuhalten, wenn nicht sofort eine Beurteilung des Problem des Patienten formuliert werden kann. Oft braucht es etwas Zeit.

Damit die unbewusste Denkarbeit adäquate Intuitionen hervorbringen kann, sind zwei Bedingungen notwendig. Erstens braucht es dazu eine gewisse Inkubationszeit, zweitens eine Ablenkung der Aufmerksamkeit. Das gezielte Fokussieren der Aufmerksamkeit wird von gewissen Osteopathen formuliert [8, 21, 22]. Sie schlagen beispielsweise vor, beim Pal-

pieren des Nackens die Aufmerksamkeit auf die eigenen Füße zu lenken, eine geteilte Aufmerksamkeit einzunehmen oder das aktuelle Augenmerk auf den ganzen Behandlungsraum zu lenken. Die oben zitierten Studien könnten den Wert eines gepflegten Umgangs mit der Aufmerksamkeit für den Osteopathen erklären. Es ist jedoch recht schwierig und anstrengend, die Aufmerksamkeit gezielt wegzulenken und bei einem bestimmten Denkinhalt ruhen zu lassen. Es droht die Gefahr, dass die Gedanken schnell abschweifen. Möglicherweise könnte es dazu hilfreich sein, einen meditativen Zustand einzunehmen [23].

Welche Möglichkeiten bestehen, um dem Unbewussten Zeit zum Denken zu verschaffen? Der Osteopath käme in einen Erklärungsnotstand, wenn er während der Behandlung ein Kreuzworträtsel lösen würde, um sein Bewusstsein am Nachdenken zu hindern. Es könnte jedoch ein anderer Zugang evaluiert werden. Wenn der Patient zur Therapie erscheint, kann ihn der Osteopath zunächst am ganzen Körper kursorisch kurz untersuchen. Alle Sphären werden dann von Kopf bis Fuß berührt und übergeordnet getestet. Anschließend kann beispielsweise die Anamnese erhoben oder über die Befindlichkeit des Patienten gesprochen werden. Während der Gesprächszeit ist die Aufmerksamkeit des Osteopathen nicht mehr auf die Wahrnehmung der Hände gerichtet und dadurch könnte der notwendige Zeitraum entstehen, in dem das Vorbewusstsein die Wahrnehmungen ordnet und sortiert. Möglicherweise reifen auf diese Art Intuitionen heran, welche die Handlungen des Osteopathen günstig beeinflussen.

Wie beschrieben, sinken die Inhalte aus dem Bewusstsein ins Vorbewusstsein ab und werden dort weiter bearbeitet und gespeichert. Darauf basierend kann zu einem späteren Zeitpunkt unvermittelt eine Intuition entstehen. Die Intuition basiert demnach zu einem wesentlichen Teil auf erlebten Inhalten, also auch auf Wissen und Gefühlen. Es ist davon auszugehen, dass deswegen all diejenigen Osteopathen adäquate Intuitionen erfahren,

die sich intensiv mit den fachlichen Grundlagen auseinandersetzen, letztlich die Experten. Nebst den Basisfächern der Osteopathie gehören dazu beispielsweise auch retrospektive Fallbeurteilungen und Interventionen, in denen über das eigene Vorgehen nachgedacht wird. Diese Reflexion schult erstens das Wissen und deckt die eigenen Denkmuster auf, zweitens steht das Erleben des Osteopathen im Mittelpunkt. Die daraus gewonnenen Erkenntnisse sind anschließend im Unbewussten vorhanden und zumindest teilweise in ähnlichen klinischen Situationen verfügbar.

## Fazit

Die Kombination von bewusster und unbewusster Denkarbeit kann zu

## Korrespondenzadresse:



Simon Sidler  
Seidenstrasse 6  
CH-5200 Brugg

simon.sidler@me.com

fundierten Intuitionen führen, die treffendere Entscheidungen ermöglichen als ausschließlich kühler Verstand oder drängendes Bauchgefühl.

Diese Erkenntnis kann den Osteopathen eine Basis liefern, die begründet und dazu berechtigt, „mit den Fingern zu denken“.

## Literatur

- [1] Glöckner A, Betsch T (2008) Modeling option and strategy choices with connectionist networks: Towards an integrative model of automatic and deliberate decision making. *Judgment and Decision Making* 3: 215–228
- [2] Stanovich K, West R (2000) Individual differences in reasoning: Implications for the rationality debate? *Behavioral and brain sciences* 23: 645–726
- [3] Hogarth R (2001) *Educating Intuition*. Chicago: The University of Chicago Press
- [4] Koch C (2005) *Bewusstsein. Ein neurobiologisches Rätsel*. München: Elsevier
- [5] Roth G (2011) *Persönlichkeit, Entscheidung und Verhalten. Warum es so schwierig ist, sich und andere zu ändern*, 6. Aufl. Stuttgart: Klett-Cotta
- [6] Dijksterhuis A (2010) *Das kluge Unbewusste. Denken mit Gefühl und Intuition. Mit einem Vorwort von Gerhard Roth*. Aus dem Niederländischen von Hildegard Höhr. Stuttgart: Klett-Cotta
- [7] Kast B (2007) *Wie der Bauch dem Kopf beim Denken hilft. Die Kraft der Intuition*. Frankfurt am Main: Fischer
- [8] McKone W (2006) *Osteopathische Philosophie: Der Arzt als Mittelpunkt einer metaphysischen Medizin*. In: Liem T (Hrsg.) *Morphodynamik in der Osteopathie*. Stuttgart: Hippokrates
- [9] Welsch W (1996) *Vernunft. Die zeitgenössische Vernunftkritik und das Konzept der transversalen Vernunft*. Frankfurt am Main: Suhrkamp
- [10] Esser H (1999) *Soziologie. Spezielle Grundlagen, Bd. 1: Situationslogik und Handeln*. Frankfurt am Main: Campus
- [11] Wilson T, Schooler J (1991) Thinking too much: Introspection can reduce the quality of preferences and decisions. *Journal of personality and social psychology* 60: 181–192
- [12] Dijksterhuis A (2004) Think Different: The Merits of Unconscious Thought in Preference Development and Decision Making. *Journal of Personality and Social Psychology* 87: 586–598
- [13] Dijksterhuis A, Nordgren F (2006) A Theory of Unconscious Thought. *Perspectives on Psychological Science* 1: 95–109
- [14] Dijksterhuis A, Bos M, Mordgen L, van Baaren R (2006) On making the right choice: The deliberation-without-attention effect. *Science* 311: 1005–1007
- [15] Snyder A, Mitchell J, Ellwood S, Yates A (2004) Nonconscious Idea Generation. *Psychological Reports* 94: 1325–1330
- [16] Ellwood S, Pallier G, Snyder A, Gallate J (2009) The Incubation Effect: Hatching a Solution? *Creativity Research Journal* 21: 6–14
- [17] Gigerenzer G (2008) *Bauchentscheidungen. Die Intelligenz des Unbewussten und die Macht der Intuition*. München: Goldmann
- [18] Still AT (1899) *Die Philosophie der Osteopathie*. In: Hartmann C (Hrsg.) *Das große Still-Kompodium (2005)*. Pähl: Jolandos
- [19] Sutherland WG (1962) *Mit klugen Fingern*. In: Hartmann C (Hrsg.) *Das große Sutherland-Kompodium (2008)*. Pähl: Jolandos
- [20] Krause R (2008) *Palpation – Wahrnehmung – Heilung. Ein Übungsbuch*. Stuttgart: Sonntag
- [21] Liem T (2006) *Diagnoseprinzipien*. In: Liem T (Hrsg.) *Morphodynamik in der Osteopathie*. Stuttgart: Hippokrates
- [22] McKone W (2009) *Wissen und Wahrheit in der Osteopathie*. In: Liem T, Sommerfeld P, Wührl P (Hrsg.) *Theorien osteopathischen Denkens und Handelns*. Stuttgart: Hippokrates
- [23] Comeaux Z (2006) *Zen-Bewusstsein bei der Lehre der Palpation: Ein osteopathischer Ansatz*. *Osteopathische Medizin* 7 (3): 12–16

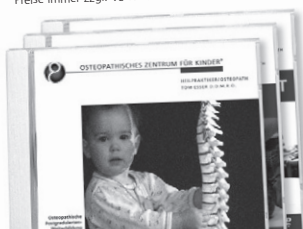
## Anzeige



## OSTEOPATHISCHES ZENTRUM FÜR KINDER®

### Super Special!

KINDERBEHANDLUNG-DVDS  
K01 | K02 | K03 im 3er Set  
K01 BEHANDLUNG | K02 ATEMWEGE |  
K03 SCHWANGERSCHAFT  
einzel für je 69,-€ oder im 3er Set für nur 180,-€  
Preise immer zzgl. Versand



**Ganz NEU!**

**Therapeutisches Spielzeug**  
aus 100% natürlichem Kautschuk

Spielerisch fordern und fördern!

[www.tomstoys.de](http://www.tomstoys.de)

Auf [www.tomstoys.de](http://www.tomstoys.de) biete ich Ihnen eine Auswahl an besonders empfehlenswerten Spielsachen an.

**Sophie, die kleine Giraffe**  
15,99 € zzgl. Versand

### Postgraduierten-Weiterbildung

Kinderbehandlung 2: 25.10. – 28.10.2012 (Berlin)  
Kinderbehandlung 3: 15.11. – 18.11.2012 (Berlin)  
Kopfschmerzkurs: 29.11. – 02.12.2012 (Berlin)  
Kinderbehandlung 4: 06.12. – 09.12.2012 (Berlin)

### DVDs (Preise entnehmen Sie bitte der Homepage)

Kinderbehandlung 1/2/3 | Fascien & Fluida 1 |  
Gesund durch Osteopathie – Trainings-DVD 1  
Weitere DVDs und andere Medien finden Sie  
auf unserer Homepage!

### Audio-CDs von J. S. Jealous D.O.

Deutsche Version: übersetzt & gesprochen  
von Tom Esser (je CD 19,95 €)

### Erhältliche Bücher (Preise entnehmen Sie bitte der Homepage)

„Segmentale Phänomene – Ein Beitrag zu  
Diagnostik und Therapie“ (Ben van Cranenburgh) **NEU!**  
„Ontogenese des Menschen – Kinetische Anatomie“ **NEU!**  
(Erich Bleichschmidt)  
„Die Frühentwicklung des Menschen“  
(Erich Bleichschmidt)  
„Schnelle Hilfe für Kinder“ (Janko von Ribbeck)  
„Wie man Depressionen überwindet“ (Sogyal Rinpoche)

### Bestellungen per Mail an: [mail@osteopathie1.de](mailto:mail@osteopathie1.de)

Tom Esser M.Sc., D.O.® M.R.O.® | Heilpraktiker/Osteopath  
Fürstenplatz 3 | 14052 Berlin | [www.osteopathie1.de](http://www.osteopathie1.de)