



Philosophisches Kultur Café Ars Vivendi

– Das Café der Lebenskunst –

in



Bistro Miró, Scharffstraße 5, 42853 Remscheid
Donnerstag, den 19. April 2018 um 18.30 - 20.30 Uhr

Thema des Abends:

Die psychische Fähigkeit des Mentalisierens als ein erweiterndes psychoanalytisches Konzept in der Psychotherapie sowie die Sensibilisierung des Wahrnehmens und des Interpretierens menschlichen Verhaltens auf der Basis intentionaler Aspekte und emotionaler Befindlichkeiten

Erwerb hilfreicher Lebenskompetenzen zu einer besseren Lebenskunst

– Ein integratives Konzept zur Bewältigung strukturpathologischer Schemabildungen und unzeitgemäßer dysfunktionaler Erlebens- und Verhaltensmuster –

Wie sie uns prägen, wie sie uns fordern und wie wir mit ihnen leben lernen können

Zwölfter Teil zu dem übergreifenden Themenbereich „Erwerb von Lebenskompetenzen“

Viele von uns haben sicherlich in der Begegnung mit anderen Menschen -oftmals leider erst viel später- feststellen müssen, dass wir entweder „***aneinander vorbei geredet***“ haben oder wir uns ***in dem Gespräch weitestgehend missverstanden empfunden*** haben. – Wir fühlten uns dann in der Situation entweder entsprechend relativ hilflos, konfus oder verdrossen irritiert, obwohl wir das Gespräch zur ***Klärung gewisser Sachverhalte oder Meinungen*** in bester Absicht begonnen hatten. – Aufgrund derartiger Erfahrungen kann zunächst vermutet werden, dass eventuell auch ein ***Empathie armer, bzw. ein zu sehr dominierender, oder ein zu funktionaler Gesprächsstil unserer Kommunikation und der unseres Gegenübers hinsichtlich unserer Zielvorstellungen, Erwartungen und Motivationen nicht nur sehr defizitär und unzulänglich war, sondern wir uns gemäß unseres Ur-Bedürfnisses nach einer gelingenden und hilfreichen Verständigung extrem unbefriedigt gefühlt hatten.***

Ein möglicher Ausweg aus einem derartigen, bzw. unklaren Dilemma besteht im ***Erwerb einer Mentalisierung als eine bewusste imaginative Tätigkeit im Sinne einer spezifischen kommunikativen Kompetenz***, die sich etwa seit den 90er Jahren auch in vielen der strukturell organisierten Psychotherapien erfolgreich bewähren konnte.

Wir mentalisieren in einem erweiterten Sinne, wenn wir uns bemühen, unser Gegenüber sensibel wahrzunehmen und uns bewusst zu machen, was in einem anderen Menschen vor sich geht oder auch was in uns selbst vor sich geht, den anderen von außen und uns selbst von innen zu sehen, Missverständnisse zu verstehen und ein dynamisch-kohärentes Bild von uns selbst und anderen zu entwickeln. – Dabei sind wir u.a. bestrebt, das menschliche Verhalten unseres Gegenübers, seine wertende Haltung und dessen emotional-mentale Befindlichkeit mit Hilfe einer „liebenden Intuition“ auf der Basis intentionaler Aspekte, (z.B. Gefühle, Wünsche, Begehren, Ziele, Überzeugungen, Gründe und Vorhaben) empathievoll und hermeneutisch zu deuten, bzw. zu interpretieren.

In diesem Seminarworkshop werden wir zunächst in einer übenden und anschaulichen Absicht anhand eines Rollenspiels mit einem neuen ***„liebenden hermeneutischen Fingerspitzengefühl“*** –wie seinerzeit von LUDWIG BINSWANGER (*dem Begründer der Daseinsanalyse*) empfohlen– versuchen, die gespielten intrapsychischen und/oder interpersonellen Konfliktsituationen aus unserer Lebenswirklichkeit mit ihren oftmals zugrunde liegenden ***vielfältigen Stressoren innerhalb der Spielsituation zu erkennen***, um sie zukünftig weitestgehend mit einem ***sensibleren und daher wirksameren neuen Bewusstsein*** als bisher zu minimieren oder ggf. in Gänze eliminieren zu können.

Thesen zur Diskussion:

„Findig-Sein“ gefährdet nicht nur die Dummheit, sondern auch ein unzulängliches „Mentalisieren“

„Inspiriere dich selbst“ – „Wiederbelebe dich rechtzeitig“ – „Think Pink“

Referent und Moderator: Karl-Heinz Bockers; Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf