

Merkblatt Nr. 3: Inneres Archiv

Das innere Archiv und die Schule

Mit „Schul-System“ und Lehrkräften meinen wir das Schul-System der **industrialisierten Länder!** Aber an der Schwelle zum **Wissens-Zeitalter** müssen wir unseren **Traum** wiederfinden! (Vgl. „Lehrer-Modul“, S. 246 ff.)

Wenn Sie die hier (und in „*Stroh im Kopf?*“, besonders ab 36. Auflage) vorgestellten Ansätze zum Auf- und Ausbau eines inneren Archivs mit Prozessen in Schul-, Aus- und (beruflicher) Weiterbildung vergleichen, dann merken Sie: Schulbetriebsamkeit hat meist wenig zu tun mit Aktivitäten, die im Idealfall dazu beitragen, ein reiches inneres Archiv aufzubauen und nutzen. Weil ich sehr oft über diese Diskrepanz befragt werde, möchte ich meine Antwort in diesem Merkblatt festhalten:

1. Ein Lehrer mag ja der Welt größter Künstler sein, wenn seine Schüler die nötige konkave Kreativität für sein „Kunstwerk“ (noch) nicht entwickeln konnten, werden seine Worte in ihren Ohren wie Fliegengesum klingen (wie die alten Ägypter schon zu sagen pflegten).
2. Ein Künstler darf behaupten, die Welt sei noch nicht reif für sein Kunstwerk, LehrerInnen und Ausbilder können sich diesen Luxus **nicht** leisten. Damit möchte ich mich stellvertretend für Millionen von SchülerInnen gegen den Vorwurf wehren, diese seien schuld, wenn sie den Lehrer nicht verstehen. Schließlich: Wenn die SchülerInnen vorher genügend Wissen besäßen, um die Botschaften der LehrerInnen richtig zu verstehen, bräuchten sie diese Botschaften ja nicht mehr, oder? Wenn wir aber davon ausgehen, daß ihnen die „nötigen“ Fäden im Wissens-Netz noch fehlen, dann ist es Aufgabe derer, die das Wissen **vermitteln** sollen, es so aufzubereiten, daß die Lernenden eine **faire Chance** haben. (Also akzeptiere ich, daß in den ungünstigsten Verhältnissen maximal 20 % der Schüler „ungeeignet“ sein mögen, aber wenn Lehrer im Gegenteil ca. 89 % ihrer SchülerInnen als „ungeeignet“ bezeichnen, dann sollten sie sich dieses Etikett selbst aufkleben.)
3. In dem Maß, in dem mehr und mehr LehrerInnen das **Konzept des inneren Archivs** als wesentliche Zielstellung von Ausbildungsstätten akzeptieren und wirklich bereit sind, **gemeinsam** mit ihren SchülerInnen Wege zu finden, wie die zu lernende Informationen in die Archive der

SchülerInnen „verbracht“ werden können, wird **Unterricht spannend, faszinierend und auf einmal haben alle weit mehr Erfolg** (vgl. die ABC-Listen in römische Geschichte, S. 340).

4. Erst wenn mehr SchülerInnen (ab. ca. 12 Jahren) und StudentInnen sowie erwachsene Lernende (wieder) lernen, ihr inneres Archiv weitgehend selbstverantwortlich zu managen, können sie erkennen, wo sie den **Sender wechseln** müssen. Bisher denken ja die meisten versagenden SchülerInnen immer noch, sie seien schuld. Aber was tun wir mit der Fernbedienung, wenn jemand unverständlich daherredet? Wir drücken einen Knopf und – zap – weg ist er. Aber LehrerInnen scheinen noch weitgehend Immunität zu besitzen – zumindest haben sie (noch) die Macht, schlechte Noten zu vergeben. Gottseidank entstehen für SchülerInnen heute immer mehr Möglichkeiten, die es nie zuvor gab. Für so gut wie jedes Lernfach gibt es (und erscheinen ständig mehr) PC- und Internet-Programme für spielerisches Lernen; die Rolle der Schule der Zukunft ist sowieso **nicht** das Vortragen und Einpauken von nackten Fakten. Dies war im Mittelalter (bis in die 1950er Jahre) notwendig, weil es zu wenige Bücher gab. Die Schule der Zukunft wird ganz andere (enorm wichtige) Rollen übernehmen müssen, aber das ist nicht unser Thema hier.
5. In dem Maß, in dem SchülerInnen Selbstverantwortung übernehmen, können sie in **allen** objektiv meßbaren Fächern weit besser abschneiden. Eine Rechenaufgabe ist weitgehend „objektiv beurteilbar“, ein Aufsatz jedoch ist es nicht. Wenn wir wirklich faire Beurteilungen wollten, müßten wir bei allen „weichen“ Arbeiten Juries einsetzen, die aus mehreren Personen bestehen. Auf der anderen Seite sollte man die Notwendigkeit von Noten hinterfragen. Wenn wir Sinn und Bedeutung in den Lernprozeß zurückbringen (wo er in der Antike einst war!), dann wird die Note sinnlos.
Merke: Noten sind wie Punkte in einem Quizspiel: gute Noten = hoher Punktestand – der Kandidat mag eine Million Euro gewinnen, aber verstehen mußte er nichts. Solange der Kandidat seine Fragen nach isolierten Bits und Bytes beantworten kann, gilt er als „gebildet“; ein verheerendes Fehlurteil.
6. Solange wir nicht lernen, zwischen nackten Daten und Informationen und **wesentlichen Informationen (inkl. Exformationen)** zu unterscheiden, werden wir den Sprung von der ersten post-industriellen in die zweite **post-industrielle Phase** nicht schaffen.
→ Der Sprung von der Info zur **Wissens-Gesellschaft**.

Merkblatt Nr. 4: Subliminale Wahrnehmungen

Mini-Abriß der geschichtlichen Entwicklung und Forschung

Hintergrund zum Modul „Unterschwellig?“ (S. 283 ff.)

Einst wußten die Menschen, daß es vieles in der Welt gab, das sie nicht wußten, inklusive über sich selbst und ihre geistigen Prozesse. Man erklärte Unerklärliches mit Geistern, Teufeln, Hexenkräften etc., aber man wußte, daß vieles dem Wissen nicht zugänglich war. **Analog** gehörte es zu den Selbstverständlichkeiten des Lebens, daß es Unsicherheiten und Unwägbarkeiten gab. Wir aber sind Kinder des Industriezeitalters und der Ära, in der die sogenannten „exakten Wissenschaften“ ihren weltweiten Siegeszug antraten. Deshalb können wir uns nur schwer vorstellen, daß die vermeintliche Sicherheit mit der wir aufwuchsen, weniger als drei Jahrhunderte alt ist, und daß wir den Zenit der angeblichen Prognostizierbarkeit (und Machbarkeit von allem) bereits überschritten haben. Wir wollen **vorab** wissen, was sich ereignen wird, wie beim Fernsehprogramm und Wetterbericht. Zwar gibt es keinen akkuraten Wetterbericht für mehr als einige Stunden (wiewohl man heute Klima vorhersagen kann; nicht aber regional/lokales Wetter), trotzdem lauschen wir gerne dem Wetterbericht am Ende einer Nachrichtensendung.

Zuerst kamen die Quantenphysiker auf den Trichter (HEISENBERGs Unschärfe-Relation). Normale Menschen nahmen dies kaum zur Kenntnis, und wenn, dann trösteten sie sich damit, daß die Unsicherheiten innerhalb des Atoms wohl kaum Auswirkungen auf ihr „sicheres“ (prognostizierbares, berechenbares) Leben mit Blitzableiter, Wetterbericht, Versicherungen etc. haben könnte. Mitte der 1950er Jahre riß die beginnende Chaos-Forschung ein großes Loch in die sicherheitsverliebte heile Welt und in den 1970er Jahren wurde es dramatisch, als die Komplexitätsforschung zeigte, daß komplexe Systeme weder mit einfachen Formeln beschrieben noch berechnet werden können.

Vgl. Sie auch meine DVDVorträge: *„Von ‚Null Ahnung‘ zu etwas Quantenphysik?“* (man sollte doch wohl zumindest eine Ahnung haben, worum es überhaupt geht, oder?) und *„Von ‚Null Ahnung‘ zu etwas Komplexität“*. Hier spreche ich u.a. auch über INFORMATION und EXFORMATION (nach NØRRETRANDERS), z.B. auch in Bezug auf „flache“ TV-Sendungen (Fastfood für den Geist).

Und in dieser Phase, in der mehr und mehr Menschen das Gefühl hatten, sie könnten den „sicheren“ Boden unter den Füßen verlieren – just zu diesem Zeitpunkt (1957) platzt die „Atombombe der Psychologie“ und ihr Fallout wirkt bis heute nach! Aber beginnen wir der Reihe nach ...

Europa

1641 deklarierte DESCARTES in **Frankreich** sein berühmtes **„Cogito ergo sum“** („Ich denke, daher bin ich“), wodurch er den geistigen Fähigkeiten erstmals große Wichtigkeit zuschrieb. NØRRETRANDERS formuliert es so:

Das Bewußtsein (war das) eigentliche Pfand des Daseins, es war in Wahrheit das einzige, woran nicht zu zweifeln war.

Das **Bewußtsein** begann gleichsam aus dem großen Strom unbewußter Prozesse **„aufzutauchen“** und innerhalb von nur zwei Generationen eine so prominente Position im allgemeinen „Bewußtsein“ der Menschen zu erringen, daß es kaum noch vorstellbar war, daß die Menschen einst keinen Gedanken daran verschwendet hatten.

1689 postulierte John LOCKE in **England** einen für die damalige Zeit bahnbrechenden Gedanken, nämlich:

Das Bewußtsein gibt uns die Fähigkeit, die Welt zu erkennen.

Bitte berücksichtigen Sie: Je größer Ihr Erstaunen darüber, daß diese „Binsenweisheit“ eine bahnbrechende Neuigkeit darstellen soll, desto mehr zeigt dies, wie sehr Sie ein „Kind unserer Zeit“, vor allem ein Kind des Industriezeitalters mit seinen klassischen („harten“, „exakten“) Wissenschaften sind. Unser Erstaunen beweist, wie **vertraut wir heute** mit einer Idee sind, die damals ketzerisch war.⁴⁹

Die seinerzeit aufkommende Hypothese führte zu der weiteren großen Idee eines **transparenten Menschen**. Sie stellte eine Art perfekte

Menschenkenntnis in Aussicht. Das heißt, man begann sich an **die Idee eines eigenen Bewußtseins zu gewöhnen**. Dabei half, daß dieses Paradigma mehr Kontrolle im Leben versprechen könnte.

1850 publizierte von HELMHOLTZ spannende Versuchsreihen über **bewußte** bzw. **unbewußte** Wahrnehmungen. Zu dieser Zeit gab es bereits ein faszinierendes Gerät, ein sogenanntes **Tachiskop**, das extrem kurze Darbietung von Sinnesreizen erlaubt: TACHISKOP: Ein Projektor, mit dem man visuelle Reize (Bilder und/oder Wörter) so kurz (1/1000 Sekunde) anbieten kann, daß das **Bewußtsein** nichts registriert. *Tacho* = Geschwindigkeit (vgl. Tachometer), *Skopein* (gr.) = Schauen (vgl. Horoskop = Stundenschau).

Von HELMHOLTZ testete das Reaktionsvermögen von Versuchspersonen durch **immer kürzer** werdende **Reize**, bis hin zu Reizen, die **nicht mehr** als solche erkannt werden konnten. Wenn die frustrierten Versuchspersonen klagten, sie könnten die Bilder (oder Worte) nicht (mehr) erkennen, um richtig zu reagieren, lud er sie ein, zu „raten“ – und sie rieten **dermaßen akkurat**, daß von HELMHOLTZ begriff:

Man kann sehr wohl unbewußt wahrnehmen, ohne auch nur zu ahnen, daß man wahrgenommen hatte.

Nach jahrelangen Versuchsreihen stellte er eindeutig fest: **Der weitaus größte Teil der Inhalte in unserem Kopf bleibt unbewußt.**

NØRRETRANDERS paraphrasiert von HELMHOLTZ: Selbst die Sinneswahrnehmung beruhe auf Schlüssen, die dem Bewußtsein nicht zugänglich seien. Er fügt hinzu (Hervorhebungen meine):

Unbewußte Schlußfolgerungen waren Ende des 19. Jahrhunderts ein sehr **unpopulärer** Gedanke (...) Vorankündigung des Sturms der Entrüstung, den FREUD mit seinem Konzept des Unbewußten auslösen sollte (Verdrängung vieler Erfahrungen ins Unbewußte) (...) **Denn dies widerspricht dem Ideal des transparenten Menschen** (...) Von HELMHOLTZs Abrechnung mit der Alleinherrschaft des Bewußtseins war **radikaler als** die FREUDs. Von HELMHOLTZ zeigte erstens, daß bewußte Entschlüsse von unbewußten Regungen beeinflusst oder verändert werden können. Darüber hinaus macht er deutlich, daß (zweitens) das **Bewußtsein** notwendigerweise das **Resultat unbewußter Prozesse** ist.

Amerika

Aber nicht nur in Europa ging es dem neugefundenen Bewußtsein an den Kragen, auch in Amerika wurde geforscht. Zwei Wissenschaftler, der Mathematiker und Philosoph Charles Sanders PEIRCE und der Wahrnehmungs-Psychologe Joseph JASTROW führten extrem spannende und folgeschwere Experimente durch, die alle denselben Schluß **erzwangen**.

Es ging (zunächst) um völlig mondäne Wahrnehmungs-Experimente⁵⁰, wie sie damals Mode waren: Man bot Versuchspersonen z.B. zwei Gewichte (je eins pro Hand) und sie sollten schätzen, welches (um wieviel) schwerer/leichter war.



Bei großen Gewichtsunterschieden (z.B. linke Hand 1 kg, rechte Hand 1 Pfund) schnitten fast alle Personen ziemlich gut ab, aber PEIRCE und JASTROW berichteten über eine schockierende Tatsache:

1884 (am 17. Oktober) hielten sie einen Vortrag (an der Akademie für Wissenschaften). Er wurde später in den Annalen der Akademie publiziert: „*Kleine Unterschiede der Sinneswahrnehmung*“.

Sie hatten die Gewichtsunterschiede immer „kleiner“ gemacht, so daß die Versuchspersonen den Punkt erreichen **mußten**, an dem sie **nicht mehr schätzen konnten**, weil die beiden Gewichte (**fast**) identisch waren. Aber man wollte eben jenes „fast“ näher erforschen und deshalb lud man auch hier die Versuchspersonen ein, zu **raten** („Einfach so!“). Nach zahlreichen Versuchen mit Gewichtsunterschieden im Bereich von **Apotheker-Gewichten** (Gramm bis Milligramm-Bereich!) stellten die Wissenschaftler fest:

Die Versuchspersonen rieten dermaßen oft korrekt, daß man davon ausgehen muß: wiewohl sie bewußt den Gewichts-Unterschied nicht (mehr) registrieren konnten, mußte irgendein Teil von ihnen ihn wahrnehmen, so daß sie gleichsam unbewußtes Wissen besaßen.

Solche Erfahrungen gab es viele, nur sprach man offiziell nicht darüber, höchstens nach dem Dinner, mit einem Gläschen Cognac: „Haben Sie schon ge hört ...?“

Aber es gab Stories, die besonders beunruhigten, weil man keine Erklärung finden konnte. So war PEIRCE einige Jahre zuvor in der Lage gewesen, einen Dieb zu identifizieren, den er **bewußt nie gesehen** hatte. **Irgendwie** hatte auch er **implizit „gewußt ohne zu wissen“**, wie dieser Mann aussah, wiewohl er ihn nur extrem kurz von hinten sah, als jener (im Dunkeln) um eine Ecke rannte. Solche Geschichten konnte man im Notfall noch als Beispiele für „**weibliche Intuition**“ verkraften, aber daß ganz normale Menschen (inkl. Angehörige der männlichen Spezies), bei solchen Experimenten richtig raten konnten, war **ungeheuerlich**. JASTROW postulierte, daß diese „weibliche Intuition“ durchaus damit zu tun haben könnte, daß **Frauen** vielleicht einen besseren Zugang zu diesem impliziten Wissen haben?

Deshalb war der **Bericht über die Gewichte** sehr mutig und wissenschaftlich **beachtlich** – so sehr, daß wir heute, 125 Jahre später, noch darüber reden! Fazit der Experimente von JASTROW und PEIRCE (nach NØRRETRANDERS):

Das Unbewußte ist fähig, zwischen **minimalen Unterschieden** zu unterscheiden, die das Bewußtsein überhaupt nicht registrieren kann. Damit (aber) war die Grenze (im Sinne der Unterschieds-Schwelle) **aufgehoben** worden.

NØRRETRANDERS zitiert auch den PEIRCE-Kenner Peter Voetman CHRISTIANSEN (Hervorhebungen meine):

„(Es) beruhte (...) auf der Fähigkeit, den inneren sprachlichen Dialog zum Stillstand zu bringen und sich selbst in einen Zustand **passiver Empfänglichkeit** für die nonverbalen Signale zu bringen, die gewöhnlich im Rauschen der Hirnrinde untergehen.“⁵¹

Nochmal Europa

In Dänemark stellte 1890 der Philosoph und Psychologe Harald HØFFDING nach eine Reihe von Versuchen ebenfalls fest:

Mentale Aktivität kann auch ohne Bewußtsein ablaufen!

Die Entwicklung der Bewußtseins-Forschung erzeugte also ihr eigenes Paradox: Bis vor einigen Jahrzehnten hatte (mit Ausnahme einiger Schamanen, Yogis und „Spinner“) **niemand** ein „Gefühl“ für das Bewußtsein besessen. Nun, da es der Menschheit erstmals „bewußt“ geworden war (man beachte die Wortbildung!), wollte man es nicht wieder gefährdet sehen! Deshalb lösten Veröffentlichungen solcher Forschungs-Ergebnisse **Abwehr** aus. **Man wollte das nicht wissen.**

Man wollte nicht (mit dem Bewußtsein!) darüber nachdenken, daß es vielleicht etwas gäbe, das darüber hinaus reichte, insbesondere, da dieses Etwas möglicherweise **so viel potenter sein könnte**, als das Bewußtsein selbst. Langsam wuchs ein großes Unbehagen gegen das **Unbewußte** und schuf einen **Nährboden der sozialen Verurteilung** für Wissenschaftler, die es wagten, die heile Welt der totalen Bewußtheit unseres Bewußtseins infrage zu stellen. Daran hat sich bis heute nichts geändert. Alle „paranormale“ Forschung fristet ein Schattendasein. In der berühmten **Princeton University** (USA), an der **EINSTEIN** viele Jahre lebte und wirkte, wurden solche Experimente seit über 30 Jahren mit großem Erfolg durchgeführt – **aber im Keller, zwischen Heißwasserrohren**.

Niemand war begeistert, als PLÖTZL 1917 publizierte, was heute als **PLÖTZLS Einsicht** (oder als **PLÖTZL'sches Phänomen**) bekannt ist.

PLÖTZL-Effekt

(oder: das PLÖTZL'sche Phänomen):

Er stellte nämlich fest, daß **subliminale Wahrnehmungen** eine interessante Tendenz haben ...

Unterschwellig wahrgenommene Infos haben die Tendenz, später im Bewußtsein **aufzutauchen**.

Konkret: Subliminale Wahrnehmungen tauchen auf, und zwar bevorzugt in (Tag-) **Träumen** und bei **freien (Wort-)Assoziations-Reihen**. Der letzte Punkt ist sehr wichtig, denn auch meine eigenen Versuchsreihen hatten immer wieder gezeigt:

Der PLÖTZL-Effekt wirkt auch bei assoziativen **Übungen**! Ich halte das für den entscheidenden Grund dafür, daß wir mit „einfachen“ KaWa.s und/oder „**albernen**“ ABC-Listen **dem „Rauschen der Hirnrinde“** ebenfalls **entkommen** können und daß diese Techniken so erfolgreich sind. Mit „erfolgreich“ meine ich: **REICH** an gedanklicher Aus-**BEUTE**, **viele** Assoziationen, viele **neue Verbindungen** und **neue Ideen**. Dies ist eines der **Geheimnisse des assoziativen Denkens**, und erklärt auch, warum „**einfachste**“ ABC-Listen so **ertrag-REICH** sein müssen und so oft **unerwartete** Aus-BEUTE bringen! Mit dieser Denk-Technik „zapfen“ wir **unser eigenes implizites Wissen** im Unbewußten an und „er-BEUTEN“ de facto **verborgene Inhalte** der geheimen Anteile unseres **inneren Archivs**!

Neugierig geworden, begann ich diesen Aspekt systematischer zu recherchieren; vor allem wollte ich wissen, was Pioniere auf diesem Gebiet herausgefunden hatten, d.h. Forscher, die sowohl **systematisch assoziativ** gearbeitet als auch darüber publiziert hatten (wie Sir Francis **GALTON**, später **FREUD, ADLER, JUNG** etc.). Sie alle wußten Ähnliches zu berichten.

Ich entwickelte eine Reihe neuer Experimente.⁵² Eines davon führte letztlich zur Entwicklung jener unglaublichen Denk-Technik, erstmals (1999) in meinem monatlichen Beratungs-Brief publiziert, aber inzwischen auch „offiziell“ der Öffentlichkeit übergeben (in „*Das große Analograffiti-Buch*“). Sie ahnen bereits, es geht um die COUVERT-Variante. Nun verstehen wir besser, **warum** die **COUVERT-TECHNIKEN** so erfolgreich ist (vgl. Modul „COUVERTTECHNIK“, S. 83 ff.).

Anfang des 20. Jahrhunderts war das Unbehagen über die Gefährdung des Bewußtseins so groß, daß sich eine Gegenbewegung formierte. Sie lehnte alle **introspektiven** Forschungen, sowie den Begriff „Bewußtsein“ kategorisch ab. Die neue Bewegung bekämpfte jede Art der Forschung, bei der jemand **sagen muß**, was in ihm vorgeht, was er denkt, annimmt, fühlt, assoziiert ... Dies schloß genau jene Arten von Studien aus, die wir bis hier gestreift hatten: von HELMHOLTZ bis PEIRCE und JASTROW.

Der Begriff **Introspektion** setzt sich zusammen aus intro = *innen*, spek = *hat immer mit Schauen zu tun*, also soviel wie *Innenschau*.

Diese Bewegung war der sogenannte **Behaviorismus** (von behavior = Verhalten hergeleitet); die Behavioristen wollten nur das nackte Verhalten studieren. Zentrale Idee war die berühmte **Black box** (die schwarze Kiste). Sie sollte Bewußtsein und all das „Zeug“, das einen nicht mehr kümmern durfte, einschließen und verriegeln, damit niemand mehr hineinsah! Als „wichtig“, meßbar (im Sinne der klassischen Physik) und als „sauber“ erforschbar galt nur der **INPUT** (was hineinging: also die Information) und der OUTPUT, der „hinten“ herauskam (also das beobachtbare, meßbare Verhalten).⁵³

Ironie: Die klassische Physik war der modernen Quantenphysik gewichen und hatte aufgehört, alles für prognostizierbar und meßbar zu halten! 20 Jahre später beginnen die Psychologen genau jene „klassische“ Position einzunehmen...

Bewußtseinsforschung war, wie auch NÖRRETRANDERS feststellt, **eindeutig verboten!** Da nennt man sich „Wissende/r von der Seele“ (Psychologe) und verbannt alles Sensible, Inspirierende, Transzendente, kurz, **alles wirklich Menschliche** aus der Forschung. Ich landete voll in diesem Klima, als ich Mitte der 1960er in den USA studierte, es dauerte eine Weile, bis ich mich später aus diesem geistigen Gefängnis befreien konnte.

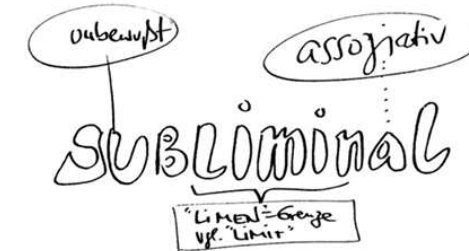
Aber natürlich kann man Forschung auf Dauer nicht unterdrücken, was aber **Verbote** bedeuten, ist zweierlei:

1. Seriöse Forscher, die keine Gelder bekommen, müssen **aufhören** oder gehen in **ferne Länder**, in denen sie forschen können.
2. Andere Forscher gehen in den **Untergrund**, wo alle sozial Geächteten ihr Dasein fristen. Natürlich erfährt die Öffentlichkeit jetzt nicht mehr, worüber geforscht wird. Das Prinzip des Publizierens, so daß andere, die auf demselben Gebiet arbeiten, sich informieren und austauschen können, kommt zum Erliegen. Und da im Untergrund nur andere Unterweltler Zutritt haben, kommen auch keine Wissenschafts-Publizisten und Journalisten, um zu erfahren, was man macht; deshalb erfährt die Öffentlichkeit möglicherweise erst, was gespielt wird, wenn es (vielleicht zu) spät ist ...

Dies sollten sich all jene überlegen, die fordern, die Genforschung **sofort** zu stoppen. Ähnliches gilt für politisch-unliebsame Gruppen: Werden sie verboten, dann müssen sie in den Untergrund und man sieht nicht mehr, wie weit sie sich „entwickeln“ ...

Von 1917 (PLÖTZL; ein Jahr vor Ende des Ersten Weltkrieges) **bis zum Ende des Zweiten Weltkrieges** tröpfelte die „menschliche“ psychologische Bewußtseins-Forschung dahin, bis der Frieden „ausgebrochen“ war und das universitäre Leben in Europa wieder in Gang kam. Inzwischen hatte leider der mechanistische Behaviorismus seinen Siegeszug angetreten. Und die **verbotene Forschung** blieb unsichtbar, bis 1957 die Bombe explodierte, und zwar in den USA.

Der Behaviorismus bescherte uns letztlich neben der Apparate-Medizin eine „Krankheits-Industrie“, die sich „Gesundheit“ auf die Fahne schreibt, aber die Krankheit feiert, den Krankheit ist weit genauer meßbar und quantifizierbar als Gesundheit! Bezeichnenderweise haben wir Krankenkassen und Krankenhäuser ...



Amerika: 1957 – die Atombombe der Psychologie!

Im Jahre 1957 traten gleich zwei kommerzielle Unternehmen an die Öffentlichkeit. Beide behaupteten, Menschen mittels subliminaler Reize zu **höherem Konsum** manipulieren zu können.⁷

PRECON PROCESS & EQUIPMENT Corp. in New Orleans machte Reklame für subliminale Beeinflussung. 2. Die Firma **SUBLIMINAL PROJECTION** begann ihre Geschäfts-Aktivitäten gleich mit einer Pressekonferenz in New York, wo sie massive Verkaufsteigerungen versprachen (vgl. NÖRRE - TRANDERS).

Man beachte: Hatten die Forscher sich **ursprünglich** mit unterschwelligen Wahrnehmungen befaßt, so hatte die **verbotene** Forschung im **Untergrund** plötzlich einen **ganz anderen Akzent** gesetzt und mit **Suggestionen** experimentiert. Nach dem Motto:

Können wir Menschen zu Verhalten veranlassen, ohne daß diese merken, daß der Handlungs-Impuls nicht ihrem eigenen bewußten Willen entsprungen war?

Leider kann von solchen verbotenen Studien nicht viel nachvollzogen werden und so schlug dann die Ankündigung der beiden Firmen (s. Fußnote) wie eine Bombe ein! Es gab einen Aufschrei, dessen Echo heute (fast zwei Generationen später) noch nachhallt! Worum ging es? Was war das Ungeheuerliche, das hier geschehen war? Zu welchen entsetzlichen Handlungen hatte wer wen auf subliminale Weise manipuliert?

Antwort: In einem Kino sollen die Leute mehr Cola getrunken und mehr Popcorn gegessen haben, weil sie durch **im Film eingebettete ultrakurze**

Reize, die ihr Bewußtsein übertölpelten, dazu animiert (manipuliert) worden waren. Schon 1850 hatte von HELMHOLTZ mit einem **Tachiskop** gearbeitet. Normalerweise benötigen wir für einen visuellen Reiz eine **1/18 Sekunde**, damit er „sichtbar“ wird. Deshalb können wir das grandiose Schauspiel eines Wassertropfens, der in ein Milchsälchen fällt, nicht mit dem Auge verfolgen; nur in Zeitlupe sehen wir, was uns normalerweise entgeht. Bietet man uns visuelle Reize wesentlich schneller an, dann kann das Bewußtsein nichts mehr „sehen“.

Natürlich gibt es auch akustische Parallelen, aber bleiben wir bei den visuellen Reizen in **Filmen**. Diese bestehen, wie wir alle wissen, aus **Einzelbildern**, die so schnell „ablaufen“, daß die Illusion einer fortwährenden Bewegung entsteht. Da es aber in Wirklichkeit Einzelbilder sind, kann man theoretisch einzelne Rahmen dazwischenschieben, deren Inhalte so schnell vorüberziehen, daß sie nur unterschwellig (also **subliminal**) **wahrgenommen** werden können. **Somit kann eine subliminale Suggestion als Zünglein an der Waage gesehen werden. Hängt die Waage eindeutig auf der einen oder anderen Seite „runter“, dann wird keine Anregung, offen oder subliminal, diese Position verändern.**³⁴ Enthalten diese Bilder eine kühle Colaflasche (mit Tautropfen etc.) und/oder Worte (z.B. „Trink Coca Cola!“) dann haben wir eine subliminale Suggestion und darum ging es 1957, als diese beiden Firmen solche Behauptungen in der Öffentlichkeit aufstellten.

Bis sich herausstellte, daß wir bei Subliminal-Suggestionen genau so reagieren wie in Hypnose (wir tun nichts, was wir nicht sowie getan hätten), war es zu spät.

Man kann (im Gegensatz zur Handlung mancher Filme!) **nicht** zu etwas überredet werden, was man normalerweise **auch nicht** getan hätte. Nur **unentschlossene „Zaunhocker“**, die sich einfach nicht entscheiden können („Soll ich mir eine Cola kaufen, oder lieber nicht?“) erhalten einen kleinen Schubs in die vom Werbetreibenden gewünschte Richtung.

Im **offenen Markt** sind das wenige Prozent der Bevölkerung, aber diese Betroffenen spielten bereits **vor der unbewußten Wahrnehmung** jener **Subliminal-Suggestionen intensiv** mit dem Gedanken, das (gewünschte) Verhalten an den Tag zu legen.

Je genauer wir wissen, wer wir sind, was wir (denken) wollen, desto sicherer sind wir vor (unterschwellig) Manipulationen.



Nur wenn man innerlich hin- und hergerissen ist, wenn die Waage gleichsam ständig in Bewegung ist, millimeterweise, rauf, runter ... dann kann eine offene oder eine subliminal gesendete Suggestion sehr wohl den Ausschlag geben.

Also müssen nur die großen Zauderer vom Dienst sich hüten ...

Es gibt allerdings **eine** Situation, in der sich subliminale Suggestionen bewährt haben sollen, nämlich in großen Geschäften, die akustisch „unhörbar“ suggerieren, daß man lieber **ehrlich** sein möchte.

Aber es leuchtet ein, denn der Grund, warum es hier funktioniert liegt m.E. darin: Die Anzahl von Menschen, insbesondere von **Teenagern**, die innerlich „auf der Kippe stehen“ und erst vor Ort entscheiden, ob und was sie stehlen werden, dürfte statistisch weit höher sein als die Anzahl von Menschen, die im Kino unschlüssig sind, ob sie der Eisverkäuferin ein Eis abkaufen wollen.

Ehrlichkeits-Suggestionen würden Profi-Diebe, die gezielt einen Gegenstand suchen, den jemand bei ihnen bestellt hat, **nicht** abhalten. Nur bei **Unentschlossenheit** kann die Suggestion „greifen“.

Die Atombombe und ihr Fallout

Zurück zu 1957: Als publik wurde, was diese Leute behaupteten, ging ein Aufschrei durch Amerika. Für Amerikaner ist jede Form der Einmischung besonders schlimm, schließlich waren viele von ihnen Nachfahren von Menschen, die ihr Leben riskiert hatten, um der Bevormundung der Engländer zu entgehen. Zuerst, als sie nach Amerika emigrierten und später, als die

Engländer versuchten, ihre Kolonien zu regieren. Letztlich kam es eben wegen solchen Ärgers zu der Entwicklung, die in der amerikanischen Unabhängigkeit mündete (Stichwort: „Boston Tea Party“).

Und nun behaupten diese Typen, nachdem man jahrzehntelang jegliche Bewußtseins- und Subliminal-Forschung unterdrückt hatte: „Leute, wir haben heimlich geforscht und wir können Kunden dazu verleiten, zu kaufen, was sie gar nicht kaufen wollen, wenn wir in Radio- und Fernsehsendungen subliminale Botschaften einpflanzen. Hier können Sie unterschreiben.“ Und das taten die großen Sender und dann brach der Sturm los, der die Forschung für weitere Jahrzehnte behindern sollte. Hatte man die Forschung über Bewußtsein, subliminale Wahrnehmung etc. **ursprünglich** verhindert, weil man davon **nichts wissen wollte**, so konnten Forscher auf diesem Gebiet einigermaßen frei arbeiten, falls sie bereit waren,

- um Gelder zu kämpfen,
- wenig Möglichkeiten für Veröffentlichungen zu haben (jedenfalls nicht in den wissenschaftlichen Publikationen mit großem Prestige) und
- sozial **keine** Anerkennung zu genießen.

Aber nach der 1957er Bombe **veränderte sich das Klima** über Nacht. Danach war es kein sozialer Fauxpas, ab jetzt wurden Forscher auf diesem Gebiet **wie Kriminelle** behandelt, was zu einem **unmittelbaren Stop** der meisten der ohnehin wenigen Studien führte, die damals überhaupt noch liefen.



Norman DIXON zeichnet den totalen Abschwung der Forschung nach.

Zu den Opfern jener Prozesse gehören wir alle, denn wir verdanken den vagen Ängsten (das Bewußtsein könne sich als nicht allmächtig herausstellen), vier Generationen Zeitverlust, wiewohl sich die Subliminal-Forschung als **eines der wichtigsten Gebiete** entpuppen könnte, auf dem Psychologen

jemals geforscht haben! Im Jahre 1958 äußerte sich eine Gruppe von Wahrnehmungs-Psychologen in einem Artikel (McCONNEL, CUTLER und McNEIL: „*Subliminal Stimulation: An Overview*“, in: American Psychology 13, 1958, S. 229–242, zitiert in NØRRETRANDERS: „*Spüre die Welt*“):

Die sehr emotionale öffentliche Reaktion auf die „Entdeckung“ subliminaler Wahrnehmung sollte unserer Profession als Anschauungsunterricht dienen; denn im hellen Lichte der öffentlichen Aufmerksamkeit werden (...) Vorzeichen für Entwicklungen sichtbar (...) Als die theoretische Beschreibung $E = mc^2$ **in die praktische Anwendung der Atombombe mündete**, sah sich die Gemeinschaft der Physiker mit ihrer sozialen und wissenschaftlichen Verantwortung konfrontiert. Hält man sich die Heftigkeit des öffentlichen Aufschreis bei einem Minimum faktischer Kenntnisse über dieses subliminale **soziale Atom** vor Augen, drängt sich den Psychologen die Notwendigkeit geradezu auf, die ethischen Probleme zu prüfen, die mit der Anwendung ihrer Forschungsergebnisse (...) verbunden sind.

NØRRETRANDERS fügt hinzu, daß die Psychologen eben das **nicht** taten, im Gegenteil: „Sie taten, als sei (das) alles nur ein Mißverständnis.“ Dies veranlaßte einen der wichtigen Forscher auf diesem sensiblen Gebiet, den Engländer Norman DIXON (der sich sehr über die Charakterlosigkeit vieler seiner Kollegen ärgerte), zu schreiben:

„Ehemalige **Verfechter** der subliminalen Wahrnehmung **änderten ihre Meinung**. Eine tiefgreifende Umwertung früherer Forschungen und Schlußfolgerungen begann (...) (Die Physiker) konnten die Wirklichkeit der Kernspaltung schlecht **leugnen**, ein Handicap, das die **Psychologen hinsichtlich der subliminalen Wahrnehmung** nicht hatten (...) (Sie) zogen den Schwanz ein (...)“

Norman DIXON publizierte zwei sehr wichtige Bücher: „*Subliminal Perception: The Nature of a controversy*“, London, McGraw Hill, 1971 (hieraus entstammt des Zitat) und „*Preconscious Processing*“, Chichester, John Wiley, 1981.

So wurde aus dem „**sozialen Atom**“ (von McCONNEL und Team) DIXONs metaphorische „**Atombombe der Psychologie**“. Ich füge dem hinzu, daß der **Fallout** **noch immer gefährlich „radioaktiv“** ist.

Der ursprüngliche 1957-Schock hielt ein Vierteljahrhundert lang an; es wurde extrem wenig und in den USA eher heimlich geforscht, dies veranlaßte Vance PACKARD 1978 und 1982 (in Neuauflagen seines Bestsellers), sich über das kleine Rinnsal aufzuregen. Statt zu begreifen, daß gerade diese „Atombombe“ nur „gezündet“ werden konnte, **weil** man diesen Forschungszweig **in den Untergrund gedrängt** hatte, hackte er auf den wenigen Leuten herum, die es wagten, diesen schweren Weg zu gehen und auf einem so unbeliebten Feld zu forschen. Mit seinem provozierenden Titel „*Die geheimen Verführer*“ machte PACKARD von vorneherein klar, daß **alles von ihm beschriebene „böse“ war**, und mit seiner flotten Feder heizte er die vorhandenen Ängste noch kräftig an.

Ich hatte das Buch Anfang der 60er Jahre gelesen und brauchte später lange, um das **MEM** („Jegliche Subliminal-Forschung ist böse!“) wieder loszuwerden.

Bei Packard konnten (auch 1978 und 1982 wieder!) Millionen Leute (erneut) lesen, wie unschuldige Opfer auf hinterhältigste Weise zu einem Eisriegel verurteilt wurden (wiewohl bereits seit Jahren fest stand, daß das **sachlich nicht stimmte**, aber das wäre ja weniger spannend zu lesen, nicht wahr?). PACKARD schrieb:

Tatsächlich ist das Interesse an unterschwelliger Wahrnehmung nicht tot; es ging weiter, freilich viel unauffälliger.

Zwar gibt er in einem Nebensatz zu, daß es sich **nur um Behauptungen** handelt, sowie, daß der US-Congress **nach Prüfung kein Verbot** bewirkt, sondern die Werbetreibenden (wie die Psychologen!) sich **freiwillig einer Selbstzensur** unterwarfen. Aber wer flüchtig liest, schwört hinterher, die Subliminal-Techniken seien damals „verboten“ worden (fragen Sie im Freundeskreis herum, das „weiß“ fast jede/r)! Und dieses „Wissen“ bezieht sich auf PACKARDs Buch, das Ihre Freunde entweder selbst lasen, oder weil sie jemanden kennen, der es gelesen hat. So entstehen **MEMe**, die Laien wie Wissenschaftler gleichermaßen an kritischem Denken hindern.

Man beachte auch PACKARDs **raffinierte Benutzung von Sprache**, insbesondere, was er **nicht** sagt! Der Satz: „Das Interesse an unterschwelliger Wahrnehmung ist nicht tot“, **impliziert natürlich**, daß das Interesse **tot sein sollte!** Und eine Implikation muß man nicht extra in Worte kleiden. Das ist die **hohe Kunst der Demagogie**. NØRRETRANDERS fügt hinzu:

Allein die Tatsache, daß der Gegenstand **erforscht** wird, ist für PACKARD bereits ein **Stein des Anstoßes**, eine Haltung, in der ein klassisches Problem

zum Ausdruck kommt: Soll die Gesellschaft bestehende Forschung verbieten (...)? Im Fall der subliminalen Wahrnehmung entschlossen sich die Wissenschaftler zur Selbstzensur. Das funktioniert jedoch nur eine Zeit und die geht nun ihrem Ende entgegen.

Nun liegt die Annahme nahe, PACKARD habe hunderte oder tausende von Versuchen in den USA aufgespürt. Wenn man bedenkt, daß DIXON im **kleinen England** (in seinem zweiten Buch, 1981) von **700** ernsthaften Studien berichtet (und daß dies nur ein Bruchteil dessen ist, was ohne die beschriebenen Ereignisse stattgefunden **hätte**), dann raten Sie einmal, wieviele Studien in Amerika PACKARD so furchtbar zornig machen konnten. PACKARD: „Mir liegen Berichte von ... Versuchsreihen der letzten Jahre vor und ich besitze Hinweise auf weitere ...“

Na, was meinen Sie? Wieviele Studien? _____

[Lösung](#)

Merkblatt Nr. 5: Von Mr. Rechts und Mr. Links zum analografischen Denken

Dieses Merkblatt zeichnet meinen persönlichen Weg nach. Ich beantworte hier eine Frage, die immer und immer wieder gestellt wird: Wie wurden Mr. Links und Mr. Rechts eigentlich „arbeitslos“?

Der **Vorläufer** jenes analografischen Denk-Stils war die Unterscheidung zwischen der Arbeitsweise des linken und des rechten Gehirns (gemeint ist bei solchen Aussagen immer das Denk-Gehirn, der Kortex).



Ich darf hier beiläufig erwähnen, daß ich zu den allerersten gehörte, die (1969) die damals bahnbrechenden Forschungs-Ergebnisse aus der Gehirnforschung mit Gedächtnis-Techniken in Verbindung brachte. Damals agierten die Memory-Trainier hier und die Neurophysiologen im Elfenbeinturm dort „**and never the twain did meet**“ (und niemals die zwei sich trafen), um ein berühmtes Shakespeare-Wort zu zitieren

Dann stellte sich heraus, daß individuelle Gehirne sehr unterschiedlich „gebaut“ sein konnten, sowie daß die Architektur von Männer- und Frauenhirnen sich weit mehr voneinander unterschieden als man (genauer: „Mann“) lange wahrhaben wollte. Zu jenem Zeitpunkt war es politisch nicht opportun, laut zu sagen, daß es mehr als den „kleinen Unterschied“ gab, wobei insbesondere Männer die Forschung in diesem Bereich maßgeblich verzögerten. Nicht aus chauvinistischen Gründen, sondern weil männliche Wissenschaftler **karrierebewußter** forschen als weibliche, deren große Neugierde ja sprichwörtlich ist. Da aber zu jenem Zeitpunkt fast ausschließlich Männer darüber befanden, welche Forschungsgelder zu

welchen Projekten „gehen“ würden, war es „sicherer“, als „braver“ Forscher innerhalb der etablierten Vorurteile zu verbleiben.

Besonders pikant finde ich, daß dies die Entwicklung in den westlichen demokratischen Ländern war, die sich viel auf ihre freie Forschung einbildeten (wußte doch jeder, wie unfrei die armen Kollegen hinter dem eisernen Vorhang damals waren).

Jedenfalls darf ich ebenfalls vermelden, daß ich wiederum zu den ersten gehörte, die damals feststellten, daß wir **das Konzept der beiden Hirnhälften als Metapher sehen** sollten (ca. 1987).

Daher war ich Ende der 1980er Jahre dazu übergegangen, nicht mehr von den beiden Gehirnhälften, sondern, beeinflusst von Betty EDWARDS, (in „Garantiert zeichnen lernen“) zwischen dem L-Stil (*linear*, logisch) und dem R-Stil (*relational*) zu unterscheiden. Es war damals „in“, diese Unterschiede vor allem in Bezug auf **Gedächtnis** und **Kreativität** zu sehen, nach dem Motto: „Wenn ich die beiden metaphorischen Mitarbeiter im Kopf schön im Team arbeiten lasse, dann arbeite ich sozusagen vollständiger (ganzhirnig) und das ist irgendwie besser. Oder so ...“

Das waren wichtige **erste** Schritte, aber sie gingen **nicht weit genug**. Je weiter die Gehirnforschung vorwärts schritt, desto verwirrender wurde das Bild. Durch den Aufruf des amerikanischen Kongresses, die 1990er Jahre als Jahrzehnt des Gehirns zu betrachten, gab es plötzlich ca. zehnmal so viele Forschungsgelder und die Ereignisse überschlugen sich. Forschten früher vor allem Neurophysiologen (die sich für die Arbeit der Nervenzellen im Gehirn interessierten) und Psychologen (die sich mit Gedächtnis beschäftigten), so war inzwischen ein reger Zulauf anderer Fakultäten zu verzeichnen (von Endokrinologen über Immunologen bis zu Molekularbiologen). Inzwischen war der Begriff vom „wet brain“ (nassen Gehirn) aufgetaucht, weil Prozesse, die man einst für elektrisch (= trocken) gehalten hatten, sich als hormonell herausstellten. So wie die Teilchen-Physiker einst einen regelrechten „Teilchenzoo“ erforschten, als mehr und mehr ursprünglich berechnete und vorausgesagte Teilchen in die Wirklichkeit „traten“ (wo sie dann gefunden werden konnten), so auch hier: Mehr und mehr Neuropeptide wurden entdeckt.

Deshalb fiel das Denk-Modell **der beiden kleinen Mitarbeiter im Kopf** anläßlich der vollständigen Überarbeitung meines Klassikers „*Stroh im Kopf?*“ ganz weg, die beiden wurden also nach 410.000 Exemplaren des Buches „freigestellt“. Diese dritte „Runderneuerung“ geschah anläßlich der 36. Auflage,

die wir deshalb „*Das neue Stroh im Kopf?*“ nannten. Das Wörtchen „neu“ ließen wir anläßlich der 40. Auflage wieder fallen.

Merkblatt Nr. 6: ABC-Listen

als Anregung, Fallbeispiele für LULL'sche Leitern und zum „Konsumieren“ im allgemeinen.

Für diese Listen danke ich meinen Seminar-TeilnehmerInnen und Insidern

Auto

1. Abblendlicht, Automatik
2. Bremsen, Blinker, Benzin
3. Chauffeur, Chassis
4. Diebstahlsicherung, Drehzahlmesser
5. einparken, Elektronik
6. Felgen, Fernlicht
7. Gaspedal, Gangschaltung
8. Heckscheibe, Hupe
9. Innenspiegel
10. J
11. Kupplung
12. Lenkrad, Licht
13. Motor
14. neutral
15. Öldruck
16. Pneu
17. Q
18. Rad, Radio
19. Schaltung, Scheiben
20. Treibstoff
21. Umluftgebläse
22. Vierwegschaltung, Viertakter
23. Wasser
24. X
25. Y
26. Zylinder, Zündschlüssel

Bahn

1. Abstellgleis, Ankunft, Abteil
2. Bahnhof, Bahnsteig
3. Perron C
4. Dampflokomotive
5. Erste Klasse
6. Fahrplan, Fahrleitung, Fahrkartenkontrolle
7. Gehsteig, Gleise
8. Heizer (Dampflok)
9. Informationsschalter
10. J
11. Kondukteur, Kiosk
12. Lokomotive, Leergüter
13. Manöver
14. Notbremse, Nichtraucher
15. Oberdeck
16. Personenwagen
17. Qualm (Dampflok)
18. Raucher, Rampe
19. Schiene, Signal, Schranke, Schaffner
20. Taktfahrplan, Ticket
21. Unterführung
22. Vorstand
23. Weichen, Warteraum, Waggon
24. X
25. Y
26. Zugpersonal

Bäume/Büsche

1. Ahorn
2. Buche, Birke
3. Crataegus (Weißdorn), Castanea
4. Dattelpalme

5. Eiche, Esche
6. Föhre, Fichte
7. Ginkobaum
8. Holunder
9. I
10. Juniperus (Wacholder)
11. Kirschbaum, Kastanie
12. Linde, Lärche
13. Mammutbaum
14. Nußbaum, Nadelbaum
15. Olivenbaum
16. Pinie, Pappel, Palme
17. Quittenbaum, Quercus (Eiche)
18. Rosskastanie, Rotbuche
19. Silberpappel, Stechpalme
20. Trauerweide
21. Ulme
22. Vogelbeere
23. Weißtanne, Weide, Weißdorn, Wacholder
24. X
25. Y
26. Zwetschgenbaum, Zeder

Bereich, beruflicher

1. Ausbildung
2. Bildung
3. Coaching, Choreographie, Corporate Identity
4. Dienstleistung
5. Erwachsenenbildung, Entwicklung
6. Förderung
7. Gestaltung
8. High Tech
9. Informatik, Information

10. Journalismus
11. Kommunikation, Kunst, Kultur
12. Lebensqualität
13. Menschenförderung, Musikbranche, Marketing
14. Naturgesetze
15. Organisation
16. Personalwesen, Projektarbeit
17. Qualität, Qualifikation
18. Rhetorik
19. Sprachunternehmen, Schule, schreiben
20. Talentförderung
21. Unternehmensführung
22. Verein, Verband, Vorstand
23. Werbung, Wohltätigkeit
24. X
25. Y
26. Zentrum, zukunftsorientiert

berühmte Namen

1. Archimedes
2. Beethoven
3. Cäsar
4. Descartes
5. Einstein
6. Freud
7. Goethe
8. Heisenberg
9. Ibsen
10. Jack the Ripper
11. Kant
12. Leonardo da Vinci
13. Mozart
14. Newton
15. Otto

16. Picasso
17. Quark (Star Trek)
18. Rachmaninov
19. Sokrates
20. Telemann
21. Ullstein
22. van Gogh
23. Wagner
24. Xantippe
25. Yamaha
26. Zuckmayer, Carl

Berufe

1. Apotheker, Anwalt, Außendienstmitarbeiter, Arzt, Astronaut
2. Bauer, Bankier, Berater, Brauer, Bauchtänzer
3. Chemiker, Chirurg
4. Dachdecker, Designer, Detektiv
5. Elektriker, Einkäuferin, Erzieherin
6. Förster, Fischer, Floristin, Friseur
7. Graphiker, Geograph, Gärtner
8. Hafner, Handwerker, Hutmacher
9. Ingenieur, Info-Broker
10. Jurist, Journalist, Jäger
11. Kaminkehrer, Klempner, Künstler
12. Lehrer, Liedermacher
13. Maurer, Maler, Manager
14. Näherin, Neurologe
15. Organist, Opernsänger, Offizier
16. Physiker, Pianist, Psychologe, Popstar
17. Quellenforscher, Quantenphysiker
18. Richter
19. Schlosser, Sekretärin, Senator
20. Trainer, Tischler, Techniker
21. Umweltforscher, Uhrmacher

22. Vermesser, Verkäufer
23. Wagner, Wissenschaftler, Webdesigner
24. Xylograph
25. Yachtbauer
26. Zahnarzt, Zimmermann, Zoodirektor

Biologie

1. **Anatomie:** Wissenschaft vom Bau des Lebens; **Anionen:** negativ geladene Ionen (z.B. Salze); anorganische Stoffe: stammen aus der unbelebten Natur; **Art:** Lebewesen/ Organismen, die sich mit allen wesentlichen Merkmalen gleichen; **Assimilation:** körperfremde Ausgangsstoffe werden durch endotherme Umwandlung körpereigene Substanzen im Rahmen des Stoffwechsels
2. **Bewegungsphysiologie:** untersucht Reaktionsvermögen der Pflanzen (Reizwahrnehmung/Bewegungen); **binäre Nomenklatur:** zweifache Namensgebung; **Biologie:** Naturwissenschaft der Lebewesen; **Botanik:** Pflanzenkunde
3. **C-Assimilation:** Assimilation von Kohlenstoff-Verbindungen (vor allem Kohlenhydrate); **Chloroplasten:** grüne Plastiden, enthalten Chlorophyll (Blattgrün), Funktionszentren der Photosynthese; **Chromatinfäden:** nicht aufgeschraubte **Chromosome;** Chromoplasten: durch Karotinoide gelb bis rot gefärbte Plastiden, für Farbe zuständig; **Chromosom:** Träger des Erbgutes; **Cytologie:** Zellenlehre (Teilgebiet der Morphologie); **Cytoplasma:** Zellplasma; umgibt den lebenden Bereich, den Zellkern (Protoplasma ohne Zellkern)
4. **Differenzierung:** Entstehung ungleichartigen Teile aus einheitlichen Material; **Dissimilation:** energieliefernde (exotherme) Umwandlung körpereigener Stoffe in körperfremde Produkte; **Doppelnamen:** den Namen der Art und der Gattung (erste Namen Gattungsnamen, zweiter Name, Name der Art)
5. **Edukt:** Ausgangsstoff; Element: läßt sich in keine anderen Stoffe erlegen, Erklärungen wichtiger Begriffe; **endotherme Reaktion:** Energie wird aus der Umwelt aufgenommen, die Produkte sind energiereicher als die Ausgangsstoffe; **exotherme Reaktion:** Energie wird an die Umwelt abgegeben, die Produkte sind energieärmer als die Ausgangsstoffe
6. **Fotosynthese,** bei Pflanzen: Form der C-Assimilation, die mit Lichtenergie erfolgt – Bildung von Traubenzucker und Sauerstoff aus Kohlenstoffdioxid und Wasser

7. **Gattung:** sehr ähnliche und miteinander eng verwandte Arten; **Gemisch:** verschiedene Stoffarten zusammen
8. **Histologie:** Gewebelehre (Teilgebiet der Morphologie); **Humanbiologie:** Menschenkunde
9. **Interzellulare:** luftgefüllte Zwischenräume zwischen benachbarten Zellwänden (wichtig für Luftaustausch innerhalb der Pflanze); **Ionen:** positiv oder negativ geladene Atome
10. **J**
11. **Kalottenmodell:** Kugelkalotten bestimmter Größe dargestellt; **Karotinoide:** Farbstoffe, die z.B. in Karotten, Hagebutten, Paprika, Tomaten usw. vorhanden sind; **Kationen:** positiv geladene Ionen; **Kernhülle:** umgibt den Nukleus, d.h. trennt das Kernplasma vom Dyttoplasma; **Koeffizient:** Mengenverhältnis (z.B. bei 3H₂ ist 3 die Koeffizient); **Kohlenhydrate:** organische Verbindungen, Betriebsstoffe (Zucker), Reservestoffe (Stärke) und Zellwand-Gerüststoffe (Zellulose); **Kohlenstoff - assimilation:** C-Assimilation, Photosynthese; künstliches System: äußerliche Kennzeichen erleichtert das Bestimmen von Pflanzen; Kutikula: Schutzfilm aus Kutin
12. **Leukoplasten:** farblose Plastiden, vor allem in unterirdischen Organen der Pflanze vorhanden (in ihn werden die in der C-Assimilation gewonnenen energiereichen Nährstoffe in Form von Stärke gespeichert); **Lignin:** Holzstoff
13. **Makromoleküle:** Riesenmoleküle; **Mitose:** Kernteilung, die zu zwei erbgleichen Tochterkernen führt (die im Erbgut zu dem gleich dem Mutterkern sind), verbunden mit der Wanderung der Chromosomen unter dem Einfluß der Teilungsspindel und der Teilung der Chromosomen in Tochterchromosomen; **Moleküle:** Bausteine vieler Reinstoffe; **Morphologie:** beschreibt Bau und Gestalt einer Pflanze
14. **natürliches System:** eine Verwandtschaft, die auf gemeinsame Vorfahren beruht, bildet die Grundlage; **Nukleus:** Zellkern (Steuerungszentrale)
15. **Ökologie:** untersucht Beziehungen zwischen Lebewesen und die lebende und unbelebte Umwelt; **Organellen:** abgegrenzte Bereiche des Dyttoplasmas mit spezieller Aufgabe; **organische Stoffe:** die meisten Verbindungen des Kohlenstoffes (Ausnahmen: Verbindung mit Sauerstoff, die Kohlensäure und die Salze); **Organographie:** Organlehre (Teilgebiet der Morphologie)
16. **Photosynthese:** Stoffaufbau (siehe F); Physiologie: erforscht Lebensäußerungen und die Funktionen der Zelle, der Gewebe, der Organe

und des gesamten Organismus; **Plasma:** gallertartige Flüssigkeit; **Plasmamembran:** feines semipermeables Häutchen, Außen grenze des Cytoplasmas (wichtig für den Stoffaustausch zwischen Umwelt und benachbarten Zellen); **Plastiden:** Zellorganellen, kennzeichnender Bestandteil der meisten Pflanzenzellen, mehrere Typen mit unterschiedlichen Aufgaben (Funktionen), Produkte: neu (entstandene) Stoffe bei chemischen Reaktionen; **Proteine:** Eiweiße; Protoplasma: lebender Inhalt einer Zelle, dazu gehören Nukleus und Cytoplasma

17. **Q**
18. **Reaktionsvermögen:** Reizwahrnehmung und Bewegung; **Reinstoffe:** Bestandteile der Gemische, die zerlegt wurden
19. **Semipermeable:** halbdurchlässig; **Spezialisierung:** Zellen mit ursprünglich gleicher Aufgabe ändern sich für besondere Funktionen um; **Stoffwechsel:** im Organismus ablaufende chemische Reaktionen, Aufbau körpereigener Stoffe, Umbau dieser Substanzen und Abbau der körpereigenen Stoffe zur Energiegewinnung; **Stoffwechselphysiologie:** untersucht chemische und physikalische Vorgänge im Innern der Pflanze (Photosynthese und Energiegewinn, Stofftransport); **Sorbin:** Korkstoff
20. **T**
21. **U ... und** miteinander fruchtbare Nachkommen zeugen können (Fortpflanzungsgemeinschaft bilden)
22. **Vakuole:** Zellsafräum (in ihr werden Abfallstoff und Reservestoffe gelagert); **Verbindung:** läßt sich durch Hitze, Licht oder elektrischen Strom in Stoffe zersetzen, die von dem Ausgangsstoff abweichen (z.B. Zucker, der auf der heißen Platte zu Kohle(-stoff) wird)
23. **W**
24. **X**
25. **Y**
26. **Zelle:** die kleinste auch isolierte, lebens- und vermehrungsfähige Strukturinheit aller Organismen; **Zellkern:** Teil des Protoplasmas, Steuerungszentrale der Zelle, Hauptträger des Erbgutes; **Zellteilung:** Teilung einer Zelle in Tochterzellen, meist unmittelbar im Anschluß an eine Kernteilung; **Zellwand:** vom Protoplasma nach außen abgeschiedene, unbelebte, starre und mehrschichtige Hülle pflanzlicher Zellen, vor allem aus Zellulose; **Zoologie:** Tierkunde

Blumen

1. Aster, Anemone
2. Buschwindröschen, Begonie, Blutströpfchen
3. Chrysantheme, Christrose
4. Dahlie, Distel
5. Enzian, Erika, Edelweiß, Ehrenpreis
6. Frauenschuh, Friesie, Fuchsie
7. Gladiolus, Gänseblümchen, Geranie, Glockenblume
8. Hyazinthe, Herbstzeitlose, Hortensie
9. Iris
10. Jasmin, Johanniskraut
11. Krokus, Klee
12. Lupinen, Löwenzahn, Lilie
13. Maiglöckchen, Margerite, Männertreu
14. Nelke, Narzisse
15. Orchidee
16. Pustelblume, Primel, Petunie
17. Quendel
18. Rose, Ringelblume, Rittersporn
19. Strehlizie, Schlüsselblume, Sonnenblume, Schneeglöckchen, Sumpfdotterblume, Seidelbast, Schleierkraut
20. Tulpe, Trollblume
21. Usambaraveilchen
22. Vergißmeinnicht, Veilchen
23. Wicke, Wildrose, Winde, Wiesenschaumkraut, Wandelröschen
24. X
25. Y
26. Zwergmispel

Chemie

1. Atome, anorganisch, Anionen
2. Beschreibung von Versuchen: Aufbau, Beobachtung, Auswertung
3. chemische Reaktionen erkennbar an: Farbänderung, Knallreaktion, Gasbildung, Rauch, Feuer

4. denken
5. experimentieren, Elemente, exotherm, endotherm, Energie, Edukte
6. führen
7. Geschichte der Chemie, Gemische
8. Hilfe
9. Ionen
10. J
11. Kontra, Kationen, Kalottenmodell
12. Laborgeräte, Ladungen
13. Moleküle
14. negativ
15. organisch, Oxidation
16. pro, protokollieren, Produkt, positiv
17. Quecksilber
18. Robert Boyle (Vater der heut. Chemie), Reaktion, Reinstoffe, Reduktion
19. Stoffeigenschaften: Geruch, Oberfläche (Glanz), Farbe/ Form, Schmelz-/ Siedepunkt; chem. Reaktionsfähigkeit, Elastizität/Duktilität (Verformbarkeit), Wärmeleitfähigkeit, elektr. Leitfähigkeit, Flammenfarbe
20. teilen (Gemische in Reinstoffe)
21. Umwandlung
22. Versuche, Verbindungen, Veränderungen, verstehen
23. Wasser
24. X
25. Y
26. zünden

Denken

1. auswerten, Ausbildung
2. Bewußtsein, Begabungen
3. create, Coach
4. deuten, dienen dürfen
5. Ergebnis, Ehrlichkeit
6. Folgerung, Freude
7. Gehirn, Gesundheit

8. hinterfragen, Humor
9. Intuition, Ideen
10. jubeln, Ja sagen dürfen
11. kunstvoll, Kreativität
12. lustvoll, Liebe
13. meisterhaft, Mut
14. negieren, Neutralität
15. organisieren, Optimismus
16. povern, positive Lebenseinstellung
17. querdenken, Quelle in mir
18. rationell, Ruhe
19. sinnvoll, Sonne
20. täuschen, Tun
21. unlogisch, umfassendes Denken
22. vernetzen, vergeben
23. willkürlich, Wohnung
24. (x)sund
25. yäsoh ...
26. zackig, Zukunft

Deutsch

1. Adjektiv, Artikel, Alphabet, attributiv, Adverb, Aufsatz, ABC, aktiv
2. Briefe, Buchstaben, bestimmen
3. Charakter
4. denken, Deklination, Demonstrativpronomen, Diphthong
5. Erzählung, Endungen, einfacher Satz
6. Fabel, finite Formen, flektierbar
7. Grammatik, Geschichten, Genus, Geschichte
8. Humor
9. Indirekte Rede intransitiv, infinite Formen, Indikativ, Imperativ, Imperfekt, Indefinitpronomen, Interrogativpronomen, indirekte Rede
10. J
11. Komma-Regeln, Konjugation, Konjunktiv, Kasus
12. Lesebrief, Limerick, lernen

13. Mythen, Modus, Modalverb, Monophthong
14. Nomen, Numeralien, Numerus, Nebensätze
15. Objekte, Orthographie
16. Phantasie, persönlich, Präposition, Präfix, passiv, Person, Partizip, Personalpronomen, Possessivpronomen, prädikativ, Präsens, Plusquamperfekt, Perfekt
17. Q
18. reflexive, Reflexivpronomen, Relativpronomen
19. Satzglieder, Sprichwörter, Synonyme, Substantiv, Satz, Syntax
20. Trennungen, Tempus, transitive
21. unpersönlich, unflektierbar, Umlaut
22. Verben, Verse, Vollverb
23. Wörter, Wortarten
24. X
25. Y
26. Zeichen setzen, zusammengesetzte Wörter

Eigenschaften

1. aufmerksam, aufrichtig, anmutig, ausstrahlend, ausgeglichen, achtungsvoll, anpassungsfähig
2. bewußt, bildschön, behutsam, barsch, boshaft, bereitwillig, bissig, begeisternd
3. charismatisch, charmant, cholerisch
4. dankbar, demütig, dienend
5. eigenständig, einfühlsam, eifrig, ehrlich, eitel, eigensinnig, eifersüchtig
6. fleißig, fähig, Flexibilität, freundlich, friedvoll, feurig, faszinierend, freudig
7. gutmütig, gläubig, genau, genial, geduldig, Geduld, griesgrämig, großmütig, geizig
8. hilfsbereit, höflich, Herzlichkeit, humorvoll, häßlich, hübsch
9. ideenreich, Idealist, improvisierend, intelligent, intuitiv, innig, irdisch, illusorisch
10. jugendlich, jammern, jauchzend, jubelnd
11. klug, kompromißfähig, kompetent, kommunikationsstark, konzentriert, kreativ, kommunikativ, konstruktiv, kleinlich
12. lustvoll, liebevoll, lieb, lobend, lustig, lebhaft, launisch, lieblich

13. mitfühlend, mitdenkend, mutig, mitreißend, mitteilsam
14. Naturtalent, naturliebend, natürlich, nett, neugierig, Neutralität, neidisch, neutral, nützlich, nörglerisch
15. ordnungsliebend, optimistisch, ordentlich, ordentlich offen(herzig)
16. pflichtbewußt, positiv, pessimistisch, pedantisch, pingelig
17. querdenkend, quellend, quengelig, quietschfidel
18. redegewandt, ruhig, reuevoll, reizend, reizvoll, ruhelos, radikal
19. sauber, sprachbegabt, still, Selbstdisziplin, sensibel, sensibel, sinnvoll, selig, schön
20. tapfer, treu, tolerant, traurig, tugendhaft, typisch, trotzig
21. unternehmungslustig, unkompliziert, umgänglich, ungestüm, unterwürfig, unbrauchbar, unsinnig, umsichtig
22. verantwortungsbewußt, vielfältig, vergebend, vielseitig, verschwiegen, verwegen, verschwenderisch, verspielt
23. weitzblickend, warmherzig, würdevoll, wißbegierig, willensstark, weise, wahrhaftig, wahrheitsliebend
24. X
25. Y
26. zuvorkommend, zahm, zielstrebig, zynisch, zeitraubend, zimperlich, zickig

Erfolg

1. Ausdauer
2. Begabung
3. Coach
4. Durchhaltevermögen
5. Energie
6. Flow
7. Geduld
8. Hilfe
9. Intuition
10. Ja-Sager
11. Kreativität
12. Lust
13. Möglichkeiten

14. Neigung
15. Organisation
16. Power
17. Quantum
18. Ratio
19. Supervision
20. Testlauf
21. Utopie
22. Vision
23. Wunder
24. x-ten Mal
25. Y
26. Ziel

Essen

1. anrichten
2. Butter
3. Café
4. Duft, Dessert
5. Eigengeschmack
6. Fischgerichte
7. Genuß
8. Hunger
9. italienisches Essen
10. junges Gemüse
11. kochen, kredenzen
12. lustvoll
13. magenfreundlich
14. Nachspeise
15. opulent
16. Pudding
17. Qualität
18. Rohkost
19. Süppchen

20. Trüffel
21. unbehandelt
22. vorgekocht
23. Wonne
24. x-beliebig
25. yolk (Eigelb)
26. Zauber

Fahrrad

1. aufsteigen
2. Bremse
3. Chromstahl
4. Dynamo
5. Einrad
6. Freilauf
7. Glocke, Gabel, Griff
8. Hinterrad
9. I
10. J
11. Klingen, Kettenspanner
12. Lenkrad, Lampe
13. Motorvelo
14. Nabe
15. Öl
16. Pumpe, Pedal
17. Querstange
18. Reifen, Rückstrahler
19. Schutzblech, Sattel
20. Tandem
21. Übersetzung
22. Ventil, Vorderrad
23. Werkzeugtasche
24. X
25. Y

26. Zahnrad

Ferien

1. ausspannen, ausschlafen
2. baden, bräunen
3. Camping
4. Durst
5. einkaufen
6. flanieren, flirten
7. gut essen
8. herumhängen
9. Inseltrip
10. Jumping
11. Karten schreiben
12. Liebe, lachen, Lust
13. Markt, Musik
14. Nachtleben
15. Orte entdecken
16. plantschen
17. Quickies
18. rudern, reden
19. surfen, segeln, schwimmen
20. tanzen, turnen, turteln, tun
21. Uferpromenade
22. verlieben
23. Wassersport
24. (x)sund leben
25. Y
26. zufrieden sein

Flugzeug

1. Abflug, Ankunft, anschnallen
2. Borduhr, Boeing
3. Charterflug

4. Düsenflugzeug

5. einsteigen

6. Flughafen, Flügel

7. Gurte

8. Hochdecker, Hapag Lloyd

9. Internationaler Flughafen

10. J

11. Kapitän, Kompaß

12. Landung, Lärm, LTU, Lufthansa

13. Motoren

14. Neigung

15. Oberflügel

16. Piste

17. Querruder

18. Rückflug

19. Start, Stewardess, Swiss Air

20. Terminal

21. Überfracht

22. Ventilator

23. Wasserflugzeug

24. X

25. Y

26. Zündschalter

Flüsse

1. Aare
2. Blauer Nil
3. Colorado
4. Donau
5. Elbe
6. Firth-of-Forth
7. Guadalquivier
8. Hinterrhein
9. Inn

10. Jordan

11. Kongo

12. Limmat

13. Moldau, Main

14. Nil

15. Oder

16. Po

17. Qu'appelle

18. Rhone, Rhein

19. Saale

20. Tessin

21. Ural

22. Vorderrhein

23. Wolga

24. Xingu

25. Yellowstone

26. Zorn

Französisch

1. Aussprache, Akzente, Artikel, Adjektive, Anwendung, Adverbien
2. Bindung, Betonung, Bestimmung
3. C
4. Deklination
5. e-Verben
6. Formelwörter, Fragesatz, Funktion, Futur I/II
7. Grundzahlen
8. Hilfsverb, hören
9. Irr-Verben, Intonationsfrage, Interrogativpronomen, Imperativ
10. J
11. Konjugation
12. Lautschrift, Lesetexte
13. Modalverben, mündlich
14. nahe Zukunft, nachsprechen
15. Orthographie

16. Plural, Personalpronomen, Präpositionen, Perfekt, Pronominaladverb
17. Q
18. Relativpronomen, reflexiven Verben, Repetition
19. Substantive, Singular, s-Verben, Satzglieder, Stellung, sprechen, schriftlich
20. Texte
21. unregelmäßige Verben, unbetonte Personalpronomen,
22. Übersetzungen
23. Verneinung, verstehen
24. X
25. Y
26. Zusammenhänge

Freundschaft – Grundlagen

1. Ausdauer, Außenseiter, Ausstrahlung, ausnutzen, abstoßend, allein, achtsam, Angst, Ausgang, Aberglaube, ängstlich, Auseinandersetzungen, Abenteuer, anpassen
2. beliebt, Brieffreundschaft, boxen, Bereitschaft, Bemühungen, beliebt, Bücher, Beistand, Begleitung, böse, Beziehung, Briefe, basteln, Brieffreunde
3. Chamäleon, Charakter, Charme, chatten, Chaos, Chance
4. denken, Dank, Drogen, dazugehören, dazustehen, danken, diskutieren, Disco, diskret, Dauer
5. Erziehung, Ehrlichkeit, einsam, eingebildet, Ehrgeiz, erwachsen, Einsichten, Erfolg, erhaben, echt, Einigkeit, erfinden, erzählen
6. falsche Freunde, feige Freunde, Freude, freundlich, Frieden, Feindschaft, Familie, Freundinnen, falsch, fröhlich, feiern, füreinander da sein, Film schauen, Fotos machen
7. Geduld, glücklich, Geschenk, Glauben, Geburtstag, Gespräch, Gefühle, gerecht, gemein, Großzügigkeit, Geborgenheit, Geheimnisse
8. hänseln, Haß, Hilfe, Händedruck, Halt, hilflos, Herzlichkeit, hilfsbereit, humorvoll, Heiterkeit
9. Ideen, Internet, Interessen, Informationsquelle, ideenreich, informieren
10. Jungs, Jugendliche, Jammer, jetzt leben
11. Kameradschaft, kiffen, Krieg, küssen, kneifen, Kummer, kurzweilig, Kino, kollegial, Kommunikation, Kreativität, kitzeln

12. Liebe, langjährig, lächeln, lachen, lustig, lernen, launisch, leben, lesen
13. Miteinander, mailen, Mut, Mädchen, malen, Macht, Motivation, mental, Musik
14. natürlich, neutral, Note (eigene), Neues entdecken, nichts tun müssen
15. optimistisch, Original, originell, Offenheit, organisieren
16. pessimistisch, Persönlichkeit, Privatfeld, Phantasie, Probleme, Party
17. Qual, Qualität, quer stecken, quatschen
18. Reue, Rassismus, rauchen, Realität, Rat, Regeln, ruhig, Ratschläge, reisen, Rücksicht, reden
19. schlagen, sorglos, Streit, Stolz, Sorgen, Streß, Schule, Streit, sicher, schön, spazieren, spielen, sich selber sein, Spaß, Sicherheit, Sympathie
20. Treue, Trennung, Tränen, trösten, Träume, Treuer, Thema, temperamentvoll, tanzen, telefonieren, Toleranz
21. Untreue, Umarmen, Umwelt, Umgang, Unterhaltung, Umsicht, Umfeld, ungeduldig, unerlaubt, Unternehmung
22. Vertrauen, verzweifeln, Verhältnis, Verhalten, vertrauensvoll, vergeben, Vergnügen, verstehen, versöhnen, Videoabend
23. Wille, Wortwechsel, Weichen stellen, wundervoll, Wahrheit, Wohlwollen, witzeln, weinen
24. x-beliebige Freundschaften
25. Y
26. Zutrauen, Zweisamkeit, zuhören, Zuneigung, Zusammenhalt, Ziel, Zufriedenheit, Zugeständnis, Zurückhaltung, Zusammensein

Früchte (Obst/Gemüse)

1. Ananas, Apfel, Avocado, Aubergine
2. Birne, Banane, Bohne
3. Chirimoya, Chicorée
4. Dattel
5. Erdbeere, Endivie, Erbse
6. Feigen, Fenchel
7. Granatapfel, Guave, Gurke
8. Heidelbeere, Honigmelone
9. Iostahbeere
10. Johannisbeere

11. Kaki, Kiwi, Kürbis
12. Limone, Limette
13. Mango, Mais, Mandarine, Möhre
14. Nispel, Nektarine, Nispero
15. Orange, Olive
16. Papaya, Pfirsich, Pflaume
17. Quitten
18. Rhabarber, Radieschen, Rettich
19. Stachelbeere, Salat, Sellerie, Spargel
20. Tomate
21. unreife Äpfel
22. verschiedene Trauben
23. Wassermelone, Weintraube
24. X
25. Y
26. Zitrone, Zucchini, Zuckerschote

Gefühle, allgemein

1. Angst, aggressiv
2. berauschend
3. chaotisch
4. dankbar
5. eifersüchtig
6. freudig, frustriert
7. geborgen
8. hilflos, Haß
9. innig
10. jauchzend
11. kalt
12. Liebe
13. Müdigkeit, Mißtrauen
14. Neid
15. ohnmächtig
16. prächtig

17. quälend
18. rosig
19. super
20. traurig, Trost
21. Unlust
22. verliebt, vertrauensvoll
23. wütend
24. X
25. Yoga
26. zweifelnd, zuversichtlich

Erinnerung:

Jede ABC-Liste ist

- eine Inventur,
- eine Aktivierung Ihres passiven Wissens,
- eine Hilfestellung, um Ihr Unterbewußtsein „anzuzapfen“.

Geschichte, römische

1. Augustus, Aufstände, Alemannen, Armee, Amphitheater, Adrianopel, Ausweitung (des Reiches), Adoptivkaisertum
2. Bibracte (Schlachtort gegen Helvetier), Barbaren, Byzanz, Besteuerung, Bevölkerungszuwachs
3. Christenverfolgung, Chaos, Christentum, Colloseum, Carthago, Cäsar
4. Diokletian, Dekadenz, Dekurionen, Decius, Denare, dekadente Gesellschaft
5. Elend, Edelmetallmünzen, Eroberungen, Export, Erbwang
6. Flucht der Reichen, Freiheit, Frondienst, Franken (Volkgruppe)
7. Goten, Germanen, Goldmünzen, Großgrundbesitzer, Götter, Gladiatoren, Galeeren, Großräume
8. Hunneneinfall, Handel, Heer, Hannibal
9. Inflation, Import, Imperium, Italien
10. Julianische Verfassung, Jammer, Julius Cäsar, Jupiter, Julianischer Kalender, Judentum, Justinian
11. Kolonen, Krise des 3. Jhr., Kleinpächter, Kriege, Konstantin, Kaiserwechsel

12. Limes. Liturgien, Langobarden, Latein, Landnot
13. Manufakturen, Macht, Mehrkaisertum, Manufakturen, Münzen, Mittelmeerraum, Militär, Mitkaiser, Monotheismus
14. Neuplatonismus, Nivellierungsmaßnahmen, Naturaltausch
15. Odoaker-Reich, Opferbefehl, Oktavian, Opfer (für Götter), Ökumene
16. Provinzen, Platonismus, Palmyra, Plünderungen, Plotin, Prätorianer, Platon, Polytheismus
17. Qualen der armen Schichten, Quereinsteiger
18. Rom, Reichsteilung, Römisches Reich, Rituale, Reformen
19. Schlacht/en, Steuerreform, Soldatenkaiser, Sklaven, Senat, Statthalter, Stoiker
20. Trier (Wirtschaftszentrum), Tetrarchie, Tugenden
21. Untergang des Römischen Reiches, Usurpation
22. Völkerwanderung, Verarmung, Vandalen, Vikar, Volksaufstände
23. Wirtschaftskrise, Währungsreform, Westgoten
24. Xenophobie
25. Yulataen
26. Zensoren, Zerstörung, Zentralisierung, Zahlungsunfähigkeit, Zwangsstaat

Gesundheit

1. Aufladung, Ausdauer, Anwendungen
2. Beten, Bäder, Bierhefe, Body
3. Check, Cholesterin, Calcium
4. Darm, Durchhaltevermögen, Dankbarkeit, Demut
5. Ehrlichkeit, Energie, Entgiftung, Ernährung, Enzym, Entspannung
6. Freude, Fitness, Fragen, Flaomoide
7. Geduld, gehen, Gehirn, Gymnastik, Grüngetränke
8. Herz, Humor, Hilfe, Heilstätten, Haut
9. Intuition, Intelligenz, Immunsystem
10. Joghurt
11. Körper, Konzentration, Kräuter(bäder)
12. Liebe, Leber, Leben, Loslassen, Luft
13. Mut, Magen, Massagen, Masken, Mineralien, Moorbad
14. Nachsicht, Nahrung, Neutralität, Nerven, nährstoffe

15. Ordnung, Objektivität, Osteoporose, Obst
16. Packungen, positive Sicht, positives Denken
17. Qualität
18. Rad fahren, Reinigung, Ruhe
19. Schlaf, Sport, Selbstdisziplin, Selbstlosigkeit
20. topfit, Tiefenentspannung, tun
21. Unterleib, umsetzen, Ursache
22. vergeben, Vitamine, Vitalität, Vollwert
23. Wissen, Weiterentwicklung, Wirkung, Wasser
24. X
25. Yoga, Yoghurt
26. Ziele, Zahnpflege, Zeit (nutzen)

Gewürze

1. Anis
2. Betram, Bärlauch, Basilikum, Bohnenkraut, Beinwell, Borretsch
3. Curry, Chili, Cayenne
4. Dill
5. Etagenzwiebel, Estragon
6. Fenchel
7. Galant, Gewürznelke
8. H
9. Ingwer
10. J
11. Kardamon, Kümmel, Kerbel, Knoblauch, Kapuzinerkresse
12. Lorbeer, Liebstöckel
13. Muskat, Mohnsamen, Majoran, Meerrettich
14. N
15. Oregano, Olive
16. Paprika, Peperoni, Petersilie
17. Q
18. Ruccola, Rosmarin
19. Safran, Senf, Sesam, Salbei, Sellerie, Schnittlauch
20. Thymian

21. U
22. Vanille
23. Wacholder, Wermut
24. X
25. Ysop
26. Zwiebel, Zimt

Hauptstädte, International

1. Athen, Ankara, Amsterdam
2. Bern, Berlin, Brüssel, Bukarest
3. Cayenne, Canberra
4. Dublin
5. El Rabat
6. Freetown
7. Guatemala
8. Helsinki
9. Istanbul
10. Jerusalem
11. Kiew, Kapstadt, Kopenhagen
12. London, Lissabon, Luxemburg
13. Madrid
14. Nikosia
15. Oslo
16. Paris
17. Quito
18. Rom, Reykjavik, Riga
19. Stockholm, Sydney
20. Tokyo, Tallin, Tirana
21. U
22. Valletta
23. Wien, Warschau
24. X
25. Yango
26. Zagreb

Heavy Metal Musik

1. ausflippen, Amen
2. Bands
3. C
4. Deftones, derb, dunkel
5. entsetzte Eltern
6. Frauen?
7. Gitarre, geile Typen
8. hart, Hard-Rock
9. inspiriert
10. Jupies
11. krass, Krach, Konzert
12. Linkin Park
13. Musik
14. nachdenklich
15. Open Airs
16. Prominenz
17. Qualm
18. raff
19. Songs, Schlagzeug
20. Tours
21. uh-geil
22. Verriß
23. wild, wütend
24. xenophil
25. yeah
26. Zorn

Herz

1. aussetzen
2. Bedürfnis
3. cool
4. Dankbarkeit
5. Emotion

6. flimmern
7. Größe
8. Himmel
9. Infarkt
10. (Herz)jagen
11. Krise
12. Liebe
13. Muskel
14. Not
15. Organ
16. Pein
17. Q-Tip
18. (Herz)rasen
19. (Herz)schlag
20. tot
21. Übel
22. (Herz)versagen
23. weinen
24. (x)sund
25. young
26. Zeit

Hobbies, Lieblings- u. Freizeitbeschäftigungen

1. ausruhen, austauschen, Angeln, analysieren, aufräumen
2. Bücher lesen, baden, basteln, beraten, Bergwandern, bügeln, beraten, Bewegung, Briefe schreiben, Beziehungen aufbauen
3. chatten, Computer schreiben, CD hören
4. diskutieren
5. essen, erzählen, einkaufen
6. Filme anschauen, Freunde treffen, Freundschaften (pflegen), Fernseher, Fitness
7. Gesundheit, Geschichte, gestalten, Gespräche, Gymnastik, grübeln, Gemütlichkeit
8. Häkeln, herumhängen, helfen, Haushalt, Handarbeiten,

9. Internet surfen, Informationen suchen, informieren, Inline-Skating
10. JoJo spielen, jonglieren, Jogging
11. Kino, Kultur, Körperpflege, kochen, Konzertbesuch, Körpertraining, Kontakte knüpfen
12. lesen, lernen, laufen, Langlauf, lehren
13. Musik hören, Museum besuchen, malen, Motorrad fahren, Mittagsschlaf
14. Natur erleben, nähen, Neues lernen, Naturgesetze „studieren“
15. organisieren, Oper, ordnen, Offenheit
16. Persönlichkeitsbildung, planen, putzen, Pflanzen
17. Querverbindungen suchen, quasseln
18. Rad fahren, reisen, reden, reiten, recherchieren, Ratschläge geben, relaxen, Rezepte finden
19. Schwimmen, Ski laufen, Sonnenbad genießen, schreiben, spazieren gehen, schwimmen, Sport, schmusen
20. telefonieren, träumen, tanzen, Theaterbesuch, Tagebuch schreiben
21. überlegen, unterrichten, umdekoriieren/umgestalten der Wohnung
22. Velo fahren, Visionen, Vorträge hören, Veranstaltungen, Vhs-Kurs, vortragen
23. Wandern
24. x-beliebige Wege gehen
25. Yoga
26. zaudern, zögern, Zukunft planen, Zärtlichkeit, Zeitung lesen, Ziele suchen

Horror

1. Angst
2. Blut
3. Cut
4. Dämon
5. Eagle
6. Feuer
7. Gift, Galle
8. Hölle, Hexen
9. Imagination
10. junge Leute

11. Kreuze
12. Leichen
13. Mystik
14. Nightmare
15. Ornament
16. Pulsrasen
17. Quasimodo
18. Rauchschwaden
19. Schweiß
20. Teufel, Trauma
21. Unheil
22. Verdammnis
23. Wut, Waffen
24. x-Faktor
25. Yale
26. Zerstörung

Humor

1. Anmache
2. Begeisterung
3. Clown
4. Dauerlacher
5. Erwartung
6. flippig
7. Gelächter, Gefühl
8. Hochstimmung
9. Idee, Intuition
10. Joke, Jugend
11. Kunst
12. Liebe zum
13. Maske
14. Nummer
15. obligatorisch
16. pudelwohl

17. quirlig
18. Realität vergessen
19. Spaß
20. Team
21. Unfug
22. Virus
23. Witz
24. X
25. Yeah
26. Zirkus

Hund

1. ausgesetzt, aufmerksam, anhänglich, angriffslustig
2. Bauernhof, bellen, Blindenhund, beißen, Begleiter, Band, bissig
3. Coiffeur
4. Dressur, Dreck
5. eifersüchtig
6. Freßnapf, Führten suchen, Filme, Friedhof, Futter, Freund, fressen, Floh
7. Gebell, Geschichten, Gebühren, Gefahr
8. Husky, Hussal, Haustier, hecheln, hundemüde, hundekalt, Hundekuchen, Hundeleben, Hundemarke, Haus, Hundeläden, Hundespuren, Hofhund, Hundewurf, Hundebeziehungen, Hundejahre, Hundeverstümmelung, Hundewerbung, hellhörig, Haltung, Hundewetter, Hundsfott, Hundesteuer, Hütte, Halter, hundsmiserabel, hündisch, hundsgemein, heulen, hundeelend, Hundearbeit
9. I
10. jaulen
11. Kette, klein, Kampfhunde, Kot, Korb, kneifen, kämpferisch, Kläffer, Köter, Kettenhund, Käfig, Knochen
12. Leine, Lassie, lieblosen, liegen, liebenswert, Lawinenhund
13. Mischling
14. niedlich, Namen, Nahrung
15. O
16. Polizeihunde, parieren, Pudel, pudelweich, pudelnaß, pudelnackt, Pfoten, Postermodell

17. Q
18. Rassen, Regel, Robi Dog, Raubtier
19. Sauhund, spielen, Schoßhund, Schutzhunde, Schäferhund, Schlittenhund, Suchhund, schwänzeln, Stammbaum, Schule, schnappen, schützen, schmeicheln, spähen, schubsen, springen, Schnauzer, Schwanz, scharf
20. treu
21. unmeßbar
22. Vermehrung
23. Welpen, Wachhund, wachsam, wedeln, Wegbegleiter
24. X
25. Y
26. Zucht, Züchtigung, Zwinger

Ideen für einen kranken Freund auf dem Weg der Gesundung

1. aufmerksam auf Lernzeichen werden
2. Beginne bei Dir! Biografien lesen, Vorbilder suchen; für andere beten, für sich beten „Gottes Licht und Liebe erfüllt jede Zelle meines Körpers. Gottes Friede erfüllt meine Seele. Ich danke für die wunderbare Heilung, die jetzt sich vollzieht!“
3. Charme ausstrahlen
4. Danke, für alles was ich habe!
5. Erwartungen an andere abbauen
6. Freude bei allem, was ich tue
7. Gesundheit durch lebendige Ernährung und Bewegung unterstützen
8. Hin-hören: Intuition zulassen
9. Information über Gesundheit und seelische Heilung sammeln
10. jemanden um Tips fragen
11. Kreativitätstechniken von V. F. Birkenbihl jeden Tag anwenden
12. Lebensauftrag in den momentanen Lebenslauf schicken; Lebensphasen erkennen
13. Mut, etwas zu ändern, aufbringen!
14. neu anfangen ... immer wieder neu anfangen
15. optimistisch sein
16. Prioritäten setzen
17. Quelle des Friedens finden

18. Ressourcen entdecken
19. Störungen sofort beseitigen; selbstverantwortlich entscheiden; sprechen mit der eigenen Seele
20. Träume und Visionen mit Bildern entwickeln, aufschreiben und verwirklichen
21. Ursachen erkennen
22. viele neue Schritte tun
23. Wünsche jeden Tag aufschreiben
24. X
25. Y
26. Zeitgefühl entwickeln: Was ist heute wichtig?

Intuition

1. annehmen, Auswahl, anzapfen
2. bearbeiten, Bildung
3. Charakter, Charme
4. danken, dienen, Demut, deuten
5. einmalig, Ehrlichkeit, eigen
6. Freude, führen, fühlen, festhalten
7. Gefühle, Gott, groß, Güte, Gabe, Geld
8. Haus, hören, helfen/Hilfe, halten
9. Idee, Ideal, Irrgarten
10. Ja, aber ...
11. Kunst, Kreativität
12. Loslassen, Liebe, Leichtigkeit, Last, Lust
13. Maßnahme, Mut, Meinung, Meister/in, Maß
14. Nein (sagen), normal, neutral, Neid, Nachsicht, Navigation
15. Objektivität, Obhut
16. prüfen, pflegen, Polarität, pragmatisch
17. Quelle, Qualität, quirlig
18. Reinheit, rege, retten
19. sprudeln, Spitze, Sendung, Sicht, sehen
20. tun, Treue, Team, treten, Teil, Tiefe, Türe
21. un(ter)bewußt, Umgang, unwohl

22. Vielfalt, vergeben, Versuchung, Vision, Verführung
23. Wille, Wunsch, Weisheit, Weg, Weite
24. X
25. Y
26. Ziel, zeigen, Zettel, zerteilen

Katze

1. anschmiegsam
2. beleidigt
3. Charakter, eigener
4. dominant
5. exaltiert
6. fauchen, frißt Ungeziefer
7. gähnen, genüßlich
8. herzig, herrisch
9. Individuum
10. Juckreiz
11. Krallen, knurren
12. liebesbedürftig
13. maunzen
14. nächtliche Pirsch
15. Ohren spitzen
16. Pfoten
17. Querulant
18. Rasse, Raubtier
19. schnurren, Samtpfoten
20. triebhaft (Jagd)
21. uninteressiert
22. verfressen
23. weich, wild
24. (x)sund
25. Yogastellung z. Schlaf
26. zutraulich, Zecke

Körperteil

1. Arm
2. Bein
3. C
4. Daumen
5. Ellbogen
6. Finger
7. Gaumen
8. Hand
9. Iris
10. Jochbein
11. Kopf
12. Lunge
13. Mund
14. Niere
15. Ohr
16. P
17. Q
18. Rachen
19. Stirn
20. Thymusdrüsen
21. Unterarm
22. Vene
23. Wade
24. X
25. Y
26. Zeh, Zunge

Könige, Staatspräsidenten, Politiker, Generäle

1. Adenauer, Alarich, Albert, Alexander der Große, Augustus
2. Bernadotte (Schweden), Bismarck, Brüning, Bush
3. Chruschtschow, Cäsar, Chirac, Carter, Churchill
4. de Gaulle, Demetrios, Desmoulins, Diokletian
5. Eisenhower, Elisabeth II, Erhard (Ludwig)

6. Ferdinand von Aragon, Ford, Franco
7. Gandhi, Garibaldi, Giolitti, Goebbels, Gonzalez
8. Haile Selassie, Haider, Hannibal, Heinemann
9. Iwanowitsch, Isabella
10. Juan Carlos, Johnson
11. Kennedy, Karl der Große, Khomeini
12. Lenin, Ludwig XIV.
13. Mao Ze Dong, Montgomery, Mussolini
14. Nofretete, Napoleon, Nero, Nehru
15. Otto der Große, Odoaker
16. Pappen, Putin, Park Chung Hee, Paulus, Peter der Große
17. Quisling
18. Rommel, Reagan, Ribbentrop
19. Stuart (Mary), Schröder, Sun yat-sen, Stalin
20. Thutmosis, Tiberius, Tito, Truman, Tschiang Kai-shek
21. U Thant, Ustinow
22. Valerian, Vance, Viktoria
23. Washington, Wehner (Herbert), Weizsäcker, Wellington, Wenzel
24. Xerxes
25. York, Yüan Shik-Kai
26. Zita (Kaiserin), Zimmermann (dt. General od. Admiral), Zahir (afghan. König)

Komplexität (Start)

1. Attraktor
2. Bedeutung der log. Tiefe
3. Chaos
4. Denken im Schwarm
5. Emergenz
6. Fraktale Mathematik
7. Gleichgewicht (fern von)
8. Huberman/Hogg. 85: O.K.C
9. Intelligenz
10. J

11. Kreativität
12. Leben/Lernen
13. Menschen = komplex
14. Nachr.Wert: Arb/Senders (Bennet)
15. Ordnung vs. Zufall/Chaos
16. Probleme vs. Prädikamente
17. Q
18. Rand/Ordnung vs. R./Chaos
19. Schmetterlings-Effekt
20. Tiefe (via Exformation)
21. Unordnung?
22. VANTS
23. Wellen & Wolken
24. x (Bild: Ver-NETZ-ung)
25. Y
26. Zufall (i. Sinne v. „random“)

kreativ – innovative Themenfindung

1. ABC-Liste zu möglichen Themen erstellen (Birkenbihl), ABC-Kreativ (Birkenbihl); alle Assoziationen untereinander (linear) aufschreiben; ein Notizbüchlein bei sich tragen; automatisches Schreiben/Sprechen; zu einer Idee 1 Minute Schreiben oder Sprechen
2. Brainstorming: erste Assoziationen zusammentragen; laufend ergänzen; Berufs-Ausbildung und Studienwünsche aufschreiben und bei der Themenwahl beachten
3. Checkliste mit Coach erstellen: Themenbeispiele vortragen
4. Diskutieren der Themenideen mit Kollegen/innen; Druck wahrnehmen; im Journal oder im Gespräch abbauen; Coach um Unterstützung bitten
5. Effizienz 207; eine oder zwei Kompetenzen herauspicken und üben; Eltern fragen, welche Knacknüsse es im Umfeld gibt
6. Freizeitbeschäftigungen analysieren und mögliche Ideen prüfen; Fernsehen – sich inspirieren lassen; Freunde fragen
7. Gedankensammlung schriftlich erstellen
8. Hobbies als Themenmöglichkeit berücksichtigen; Haltungen überprüfen; CK-Haltungshäuser 139; Konsequenzen ziehen