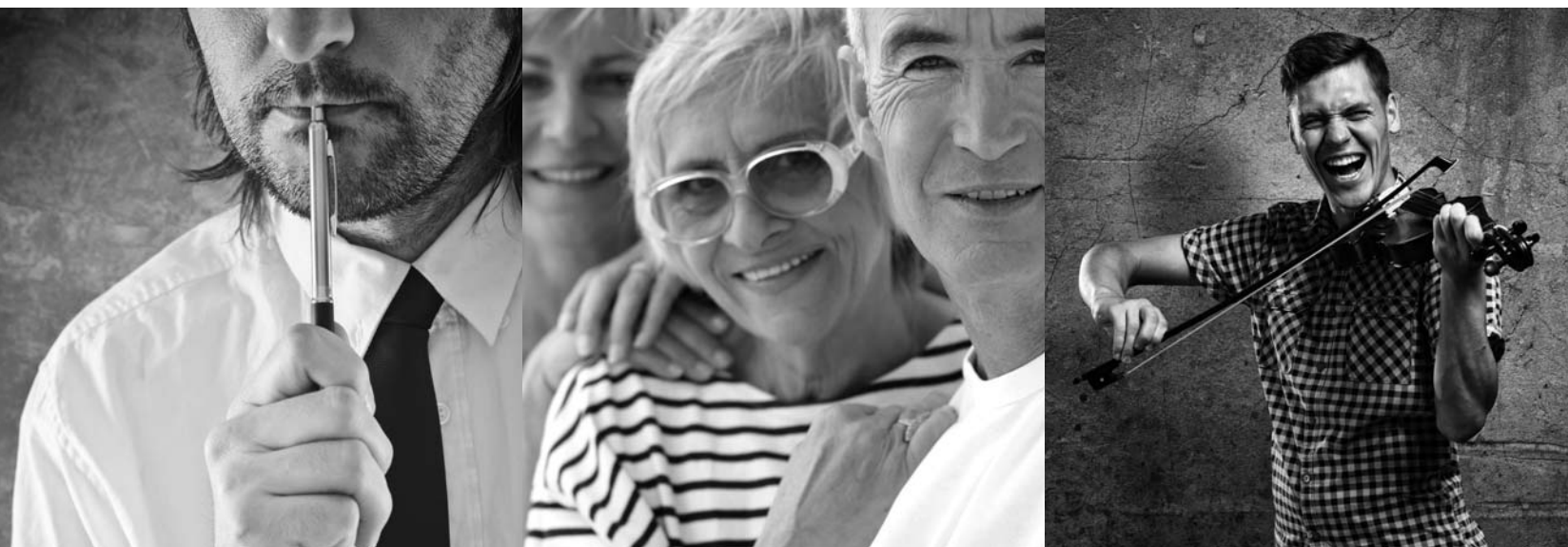


Die 3 Intelligenzen

von Joachim Schaffer-Suchomel



Bei „Intelligenz“ denken wir meist an den Verstand, die Ratio, die Anhäufung von Wissen. Dabei wurde in den letzten Jahrzehnten längst bewiesen, dass jeder Mensch über verschiedene Arten von Intelligenz verfügt. Welche davon mehr oder weniger in uns ausgeprägt ist, hängt sicherlich auch mit angeborenen Begabungen zusammen. Aber grundsätzlich sollten wir lernen, jede dieser drei Haupt-Intelligenzen zu pflegen und in einer guten Balance zu halten. Im beruflichen Alltag, in Beziehungen – und auch in unserer Sprache!

Jeder Mensch verfügt über drei unterschiedliche Arten von Intelligenz. Sie sind wie drei Geister, die uns zur Verfügung stehen. Die kleinste kann im Verhältnis zu den beiden anderen mit der Größe eines Tischtennisballs verglichen werden – und das ist, zur Enttäuschung vieler, die **rationale Intelligenz**, kurzum unser **Verstand**, der gerne Pingpong mit uns spielt.

Und wenn du jetzt sagst, das kann doch nicht möglich sein, dann rebelliert gerade dein Verstand, der sich über solche Aussagen ärgert, weil er es in unserer Kultur gewohnt ist, mehr Bedeutung zugemessen zu bekommen. Wenn wir die Wichtigkeit des Verstandes nicht auf eine gesunde Größe zurückfahren, wechseln unsere Gedanken wie ein Pingpongball von rechts nach links und von links nach rechts. Unermüdlich, schlimmstenfalls ein Leben lang.

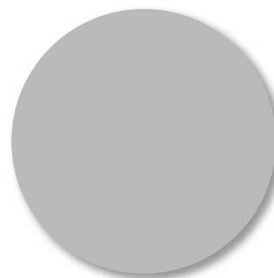
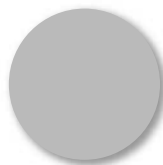
Die **emotionale Intelligenz** liegt größtmäßig in der Mitte und ist in etwa vergleichbar mit einem Fußball.

Emotionale Intelligenz entspricht unserem **Herzen**, bestimmt die Qualität unserer Beziehungen und unseres Lebens. Wir brauchen sie, um uns selbst und andere zu bewegen (*e-motion*) und uns mit anderen Menschen zu verbinden. Mit der emotionalen Intelligenz können wir negative Emotionen und Stimmungen managen und gute Emo-

tionen und Stimmungen erzeugen. Es geht hier also um Qualität, während das Lernen über die Ratio rein quantitativ ist. Quantität und Qualität gilt es in Balance zu halten.

Die größte der drei Intelligenzen – die **spirituelle Intelligenz** – hat vergleichsweise die Größe eines Medizinballs. Sie ist unser *Sprit*, den wir brauchen, um im Leben immer wieder durchstarten zu können.

Zur spirituellen Intelligenz gehören unsere **Intuition** (was übersetzt *unmittelbare Betrachtung* heißt) und unsere **Im-Pulse** (was auch mit der *inneren Stimme* gleichgesetzt werden kann). Impulse geben uns Zeichen, was zu tun ist. In der spirituellen Intelligenz ist unsere Hauptkraft enthalten, unsere **Bestimmung**, und mit ihr unser innerer Auftrag. Erfüllen wir ihn, führt er uns



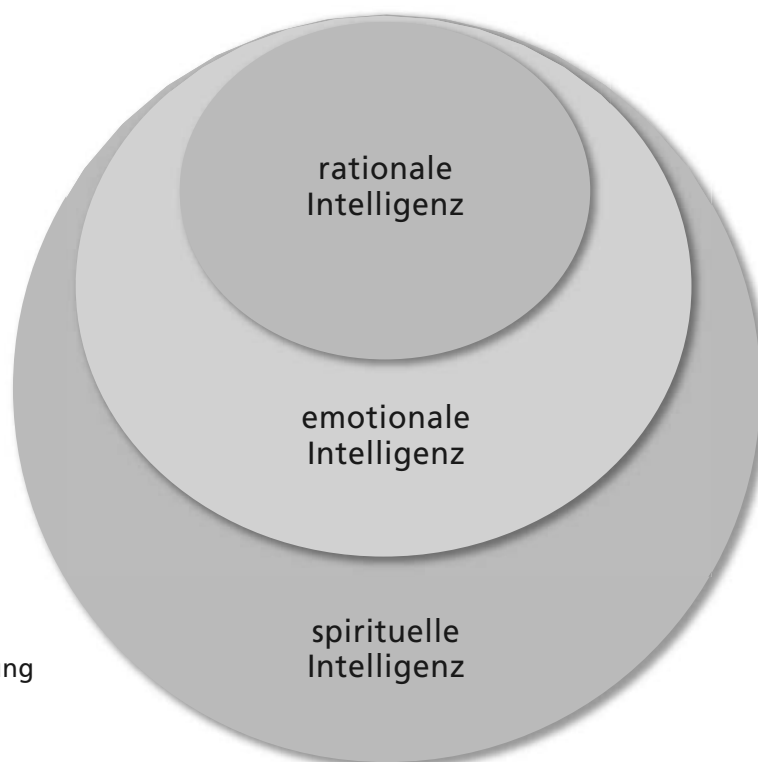
Merkmale

Ebenen

Verwalter des Alten,
Organisation,
Notmanagement

Sich mit Menschen
verbinden, vernetzen

Geist der Begeisterung
Intuition, Sinn, Bestimmung



VERSTAND

HERZ

SPIRIT

und andere zu einem Ertrag. Vieles im Leben wird hierdurch erst erträglich. Die spirituelle Intelligenz gibt uns die Möglichkeit, mit unseren Sinnen Wesentliches zu begreifen und zu erleben, z.B. unser eigenes Wesen und das Wesen anderer Menschen. Mit dem Nutzen unserer *Sinne* erfahren wir den *Sinn* der Dinge, die geschehen und die letztlich den Sinn des Lebens ausmachen.

Das Wesentliche begreifen wir erst in der Harmonie der drei Intelligenzen mit ihren Entsprechungen **Körper** (rationale Intelligenz), **Geist** (emotionale Intelligenz) und **Seele** (spirituelle Intelligenz). Wenn diese drei optimal zusammenspielen, sieht das wie in obiger Abbildung aus. Im Vergleich zur rationalen Intelligenz (landläufig auch „IQ“ genannt) entscheiden unsere emotionale und spirituelle Intelligenz zu einem Großteil über Lebensglück und Erfolg. Daniel Goleman schreibt: *„Der IQ trägt höchstens 20 Prozent zu den Faktoren bei, die den Lebenserfolg ausmachen, sodass über 80 Prozent auf andere Kräfte zurückzuführen sind.“* Wer dies bezweifelt, sollte sich z.B. mal fragen, welchen Nutzen Ärzte mit hohem IQ

und besten Noten haben, wenn sie zu Menschen keine Beziehung aufbauen können. Oder wie Manager und Führungskräfte in der Wirtschaft oder Politik agieren, die zwar hoch gebildet sind, aber jegliches Feingefühl gegenüber Menschen verloren haben...

Dennoch darf keine der drei Intelligenzen vernachlässigt werden. Jede verfügt über eigene Kompetenzen, nur Überschreitungen führen ins Ungleichgewicht und letztlich ins Chaos. Die rationale Intelligenz ist der „Verwalter des Alten“. Unser Verstand verwaltet Wissen, Erfahrungen und Erlebnisse – für das Neue ist er aber nicht zuständig. In diesem Fall müssen wir unser Herz fragen. Wenn es nicht lauter zu schlagen beginnt, wird es sich nicht für das Neue erwärmen können. Immer wenn es um neue Herausforderungen geht, sollten wir zudem die spirituelle Intelligenz befragen. Sie weiß, was unserem Wesen entspricht, und lässt uns jetzt und sofort erkennen, was wesentlich ist. Die spirituelle Intelligenz ist für Entwicklung und Wachstum zuständig. Das Herz erwärmt uns für Menschen und Projekte und macht aus dem Geist des Neuen die Begeisterung. Und unser Ver-

stand formuliert Ziele, bestimmt Teilziele und sichert die Umsetzung unserer Vorhaben in die Praxis.

Wenn wir etwas Neues vorhaben (ob im Privaten oder in einem Unternehmen) und wissen wollen, ob das Vorhaben sinnvoll ist, macht es keinen Sinn, den Verstand zu fragen. Für Entscheidungen ist er nur bedingt wichtig, indem er die positive Essenz seiner alten, bereits gemachten Erfahrungen einbringt. Für den Sinn, der zu einer Entscheidung führt, ist die spirituelle Intelligenz zuständig. Sie bringt uns zur *Besinnung*. Unser Verstand wird Altes abfragen, das Neue kennt er noch nicht, weshalb er, egal wie lange seine Suchmaschine das Alte durchforstet, nur folgende Antworten auszusprechen vermag: *„Das geht nicht, weil ...“*, *„Das gibt es nicht“*. Das folgende Beispiel aus meiner Coachingpraxis veranschaulicht diese Gewichtung der drei Intelligenzen recht gut:

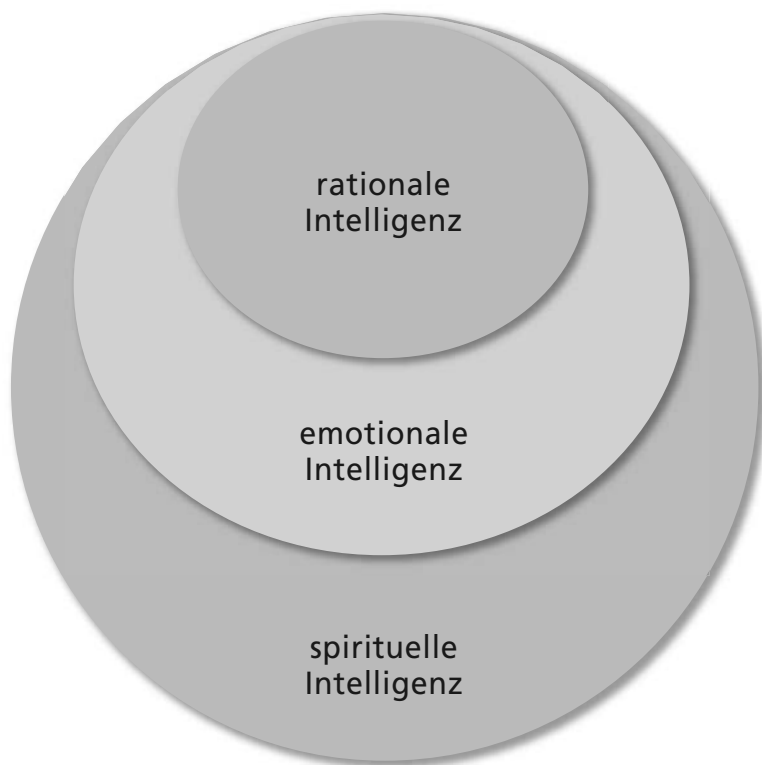
Eine Klientin war bereits mit vier kleinen Kindern gesegnet – jetzt war sie erneut schwanger. Sie eröffnete das Gespräch mit den Worten: *„Ich habe*

Überbetonung

Druck, Gefühlskälte, Egosimus, Not, Stagnation, Ideenlosigkeit

emotionale Überlastung, Mitleid, Helfersyndrom

abgehoben sein, unrealistisch sein, verwirrt sein



Vernachlässigung

Strukturlosigkeit, mangelhafte Umsetzung von Ideen, Chaos

Kühle, Distanz, Isolation

Sinnlosigkeit, Überforderung, Burn-out

mich entschieden abzutreiben.“ Da Coaches nun mal keine Abtreibungen vornehmen, war mir klar, dass sie dem kleinen Geschöpf in ihrem Bauch noch eine Chance einräumen wollte. Ich ließ sie erzählen. „Wir können gerade mal die vier Kinder ernähren“, sagte sie. „Meine Ehe wird die Belastung nicht aushalten... Ich wollte doch endlich mal wieder Zeit für mich haben“... und so weiter und so fort. Eine Viertelstunde lang erzählte ihre Ratio von der Unmöglichkeit, dieses Kind zur Welt zu bringen. Dann fragte ich die Frau, was denn ihr Herz zu der Schwangerschaft sage – worauf sie lange zu weinen begann. Ihr Herz brachte den Verstand zum Schweigen und unterdrückte Gefühle und Emotionen in Fluss. Denn für das Herz war alles in bester Ordnung, auch ihr Spirit schien sehr zufrieden. Sie tankte in kurzer Zeit energetisch auf und fühlte den Sinn des Ganzen. Plötzlich konnte sich die Frau erinnern, dass sie bereits beim ersten Kind dachte, das sei die unpassende Zeit, beim zweiten, es wäre nicht zu schaffen, und beim dritten und vierten, es wäre ihr alles schon viel zu viel. Doch mit jedem neu geborenen Kind öffneten sich ungeahnte energetische Räume, sie wurde kräftiger und selbstbewusster. Dennoch

hatte sich immer wieder ihr verstandesmäßiger „Pingpongball“ zu Wort gemeldet. Er mischte sich ein, er wollte Recht haben...

Letztendlich aber wirkten in unserem Gespräch alle drei Intelligenzen gleichberechtigt zusammen, mit dem Ergebnis einer Entscheidung für und Freude auf das fünfte Kind.

Es gilt stets, alle drei Bälle gleichzeitig zu jonglieren und zur rechten Zeit am rechten Ort die richtige Intelligenz zu nutzen. Tun wir das nicht und vernachlässigen bzw. überbetonen eine Intelligenz, werden wir schlechte Ergebnisse erzielen.

Vernachlässigen wir etwa die rationale Intelligenz zu sehr, dann werden wir Probleme bei der Umsetzung unserer Ideen bekommen. Mit mangelnder emotionaler Intelligenz wirken wir kühl und unnahbar, denn wir glauben, alles alleine machen zu müssen und überlasten uns, weil wir uns aufgrund mangelnder Emotionen nicht mit anderen verbinden. Und mit zu wenig spiritueller Intelligenz fallen wir in die Sinnlosigkeit, werden zum Workaholic. Wenn das Burn-in ausbleibt, folgt unweigerlich das Burn-out, denn ohne Spirit geht nichts voran.

Die **Überbetonung** einer bestimmten Ebene führt auch nicht zum Ziel. Wer zum Beispiel die emotionale Intelligenz zu sehr in den Vordergrund stellt, wird zum Allesverstehler, überladet sich emotional, ist im Mitleid oder gar im Helfersyndrom gefangen. Erst mit der Klarheit und Unterscheidungskraft der Ratio können wir Emotionen im Rahmen halten. Die beiden Intelligenzen ergänzen sich optimal: Die Emotion ist warm, die Ratio kühl – und beide zum rechten Zeitpunkt eingesetzt und in Balance gehalten, ergeben erst ein gutes Ganzes. Mit einem Zuviel an spiritueller Intelligenz wiederum werden wir zu Heilern, die sich heiler fühlen als alle anderen. Wir wirken abgehoben, wenn nicht sogar ent-rückt. Und je weiter wir uns von uns selbst entfernen, desto unheimlicher wird es.

Der rationalen Intelligenz wird in unserer Kultur generell eine zu große Bedeutung zugeschrieben. Wenn wir die Ratio zu wichtig nehmen, dann wird unser Verstand, der ohnedies zum Lautsein neigt, vorlaut. Menschen mit zu viel Ratio sehen nur sich selbst. Ein gutes Beispiel dafür sind Wirtschafts-Manager, die ihre Mitarbeiter entlassen, nur wegen eines dickeren Geldbeutels. Am Ende



werden sie selbst vom Geld gebeutelt und Beute ihrer Gier.

Auch unser ganzes Schulsystem wird durch die aufgeblähte rationale Intelligenz blockiert. Quantitatives Wissen zählt hier viel mehr als das Herz, die Emotion, die Begeisterung. Den Kindern wird gnadenlos Wissen eingepaukt – doch wie Lernen wirklich funktioniert, wird in der Regel vernachlässigt: Bei jedem Menschen steht an oberster Stelle die Begeisterung, dann seine Fähigkeit, Gefühle zu zeigen, Emotionen zu managen und Beziehungen zu leben. Wenn Schüler begeistert sind und sich beim Lehrer gut aufgehoben fühlen, wenn sie außerdem noch eine Klassengemeinschaft haben, in der jeder seinen Platz gefunden hat, dann wird es für den Verstand ganz leicht, neues quantitatives Wissen aufzunehmen. Emotionale und spirituelle Intelligenz sind die Basis für Lernen. Ohne diese Grundlage sind Schüler im Dauerstress und im Kampf um ihre Position.

An unserer Sprache können wir ebenfalls die Überbetonung der Ratio erkennen. Mit ihr sprechen wir sehr oft aus der Not, da die rationale Intelligenz nicht nur der Verwalter des Alten, sondern auch unser Notmanager ist. Zum

Beispiel, wenn wir ständig das Wort „müssen“ verwenden und uns damit gehörig Druck machen: „*Ich muss noch einkaufen, dann muss ich die Kinder von der Schule abholen und anschließend muss ich schnell das Essen kochen*“... und am Ende meines Lebens muss ich sterben. Auch mit den Wörtern *hätte, könnte, würde* und *wäre* halten wir uns in der Not fest. Dieser Konjunktiv wird auch als Irrealis bezeichnet. Eine gewünschte Wirklichkeit können wir mit dieser Sprache kaum herstellen. Einer meiner Trainerkollegen ist regelrecht in diesem Sprachmuster gefangen. Wenn er etwas sagen möchte, beginnt er meist so: „*Ich würde sagen ...*“. Meine Standardantwort darauf lautet „*Dann sage es doch*.“ Die häufige Verwendung von Konjunktiven zeigt, dass es einem Menschen schwer fällt, sich zu positionieren. Kein Wunder, wenn er immer nur von Möglichkeiten spricht.

Sprechen wir nicht aus der Not, dann zeigt sich die rationale Intelligenz sehr sachlich, nüchtern, kühl, dominant, fordernd und starr: „*Zahlen Sie unverzüglich!*“ Das Beamtendeutsch und die Juristensprache sind dafür gute Beispiele. Ihnen fehlen jegliche warmen Wörter oder gar solche, die Spaß machen. Stattdessen spricht man von *Brückentechnologie, Straßenverkehrsordnung, Arbeitslosenraten oder Zwangsvollstreckung*... (letzteres stammt von der mittelalterlichen Foltermethode der Streckbank – so reden heutige Behörden mit den Bürgern!). Oft handelt es sich dabei um eine Aneinanderreihung von Substantiven, also Hauptwörtern. Ein Haupt-Wort drückt Wichtigkeit aus, viele Hauptwörter wirken über-wichtig – und wie wir nun bereits wissen, ist das Sich-selbst-zu-wichtig-Nehmen eine Folge der Überbetonung der rationalen Intelligenz.

Die Sprache der emotionalen Intelligenz klingt anders. In der Sprache des Herzens gibt es Wörter, die warme Gefühle auslösen und mit positiven Vorstellungen verbunden sind: *herzlich, freundlich, schön, Freude, Lust und lustig, Glück* etc. Die emotionale Sprache stellt Beziehung zu Menschen her,

indem Gefühle ausgedrückt werden: „*Ich freue mich, dich wiederzusehen.*“ „*Es war sehr schön bei dir zu Hause.*“ „*Was für ein Glück, dass du gekommen bist.*“ „*Du machst mich glücklich.*“ „*Ich liebe dich.*“ Solche Sätze und Wörter geben Menschen Energie und nähren sie.

Die spirituelle Intelligenz zeigt sich nicht in einzelnen Schlüsselwörtern oder -sätzen, sondern im Inhalt, welcher eine positive, optimistische Einstellung zum Leben widerspiegelt. Sie gibt Sinn und schafft in Kombination mit einer emotionalen Sprache Bilder der Begeisterung, fordert uns auf, kreativ zu sein und uns mit anderen Menschen zu verbinden.

infos & literatur

Joachim Schaffer-Suchomel

Jg. 1951, ist Diplom-Pädagoge, absolvierte diverse Fortbildungen in Psychologie, Kommunikation und Konfliktlösung und war Dozent an verschiedenen erzie-



hungs- und wirtschaftswissenschaftlichen Universitäten. Heute ist er Sprachforscher und -experte, Buch-Autor und Coach für Führungskräfte. Zusammen mit seiner Frau Michaela Suchomel leitet er seit 20 Jahren das Coachinginstitut BRAINFRESH im Raum Hamburg, wo beide im Rahmen von systemischen Familien, Unternehmens- und Organisationsaufstellungen Menschen bei der Gestaltung ihrer persönlichen und beruflichen Entwicklungsprozesse begleiten.

Kontakt: www.brainfresh.net

Weiterlesen:

- **Entdecke die Macht der Sprache**

Was wir wirklich sagen, wenn wir sprechen
von J. Schaffer-Suchomel & M. Pletsch-Betancourt
(mvg, 2012)

- **Du bist, was du sagst**

von J. Schaffer-Suchomel & Klaus Krebs
(mvg, 2006)

- **Emotionale Intelligenz**

von Daniel Goleman (dtv, 2001)

- **Intelligenz**

Große Unterschiede und ihre Folgen
von Elsbeth Stern & Aljoscha Neubauer
(DVA, 2013)