

Unsere Sensoren und Aktoren und hoffentlich Hirn dazwischen

(Daily Dueck 281, Dezember 2016)

Gunter Dueck, www.omnisophie.com

Spüren wir in uns Sensoren und Aktoren?

Ein Sensor ist in der Technik ein Gerät, das physikalische Messgrößen in Stromstöße, in Signale oder in Daten übersetzt. Zum Beispiel wandelt ein Temperaturfühler eine Messung in eine Zahl um, etwa in „30 Grad Fahrenheit“. Ein Aktor wirkt „entgegengesetzt“. Er wandelt ein Signal in eine physische Aktion um. Zum Beispiel könnte er auf das Signal „30 Grad Fahrenheit“ mit „Heizung anstellen“ reagieren.

Ich stelle mir vieles in mir so vor: Ich spüre etwas über Sensoren und handle dann über Aktoren. Jemand beleidigt mich – und sofort ziehe ich ein beleidigtes Gesicht. Ganz generell reagiert mein Körper auf Empfindungen. Man sagt, dass unser Körper „nie“ lügt. Da fliegt etwas auf uns zu, der Körper zuckt und schließt vielleicht die Augen. Jemand schreit wütend in der S-Bahn, ich schaue weg und hoffe, dass es nichts mit mir zu tun haben möge. Jemand schreit wütend in der U-Bahn, und ich bitte ihn dringlich um Mäßigung. Der Chef fragt nach Freiwilligen und ich schaue aus dem Fenster. Der Lehrer fragt nach etwas, was ich weiß, mein Finger zuckt – ich melde mich.

Diese Vorgänge sind mal mehr, mal weniger automatisch. Wenn wir bei der Aussage nicken können, dass der Körper schlecht lügen kann, auch, dass die Augen nicht lügen können und die Lachfalten ebenfalls nicht, dann deutet das darauf hin, dass in uns Automatismen ablaufen. Der Sensor empfindet etwas und wandelt das Signal in einen Befehl an einen Aktor um. Kein manipulierendes Gehirn dazwischen.

Nun ist es ja sinnvoll, die Empfindungen unserer Sensoren erst einmal ins Gehirn zu schicken, damit der Geist oder unser Herz diese Eindrücke vielleicht nur speichern oder sinnvoll verarbeiten und eventuell mit einem Befehl an einen Aktor reagieren, der den Befehl schließlich ausführt. Da nennt mich einer „Arschloch“. Mein Gehirn analysiert diese Aussage: Stimmt sie? Muss ich beleidigt sein? Ist er böse oder empört? Wie soll ich reagieren? Wenn ich zurückschimpfe, bekomme ich vielleicht was auf die Nase, ich empfinde prompt über einen inneren Sensor Angst. Mein Verstand sagt, dass „man“ (das ist eine Befehlszeile aus dem Über-Ich) nicht einfach dazu schweigen darf. „Man muss“ sich wehren. Ich beschließe daraufhin im Gehirn, leise vor mich hin „selber Arschloch“ zu flüstern... Das tue ich tapfer. Meine Augen beobachten, dass mein Peiniger es nicht richtig gehört hat. Der Angstsensor wird stiller, er zittert noch. Irgendein anderer Sensor sagt „bin stolz“, wieder ein anderer „bist feige“.

Leute mit dickem Fell haben die Sensoren nur grob eingestellt, die nehmen nicht so viel wahr. Manche Schwarzweißseher kennen nur 0 oder 1, wahr oder falsch – ihre Sensoren differenzieren nicht. Manche haben die Alarmsensoren so sehr fein eingestellt, dass sie dauernd Alarme von vielen Sensoren bekommen, die das Gehirn gar nicht mehr verarbeiten kann – so stelle ich mir Paranoide vor. HSPs empfinden in diesem Sinne sehr viel, vielleicht zu viel.

Bei vielen Leuten scheint der Umweg über das Gehirn wegzufallen. So wie bei den meisten von uns der Körper automatisch („unwillkürlich“) auf die Sensoren reagiert, so kann bei „emotionalen“ Menschen auch gleich die Faust ausfahren – und zwar ohne Nachdenkzwischenstufe. Da ist bei solchen der Sensor mit dem Aktor kurzgeschlossen, so wie „30 Grad F“ → „Heizung an“. Depressive scheinen unter Sofort-SOS-Hilflosigkeits-Abdunklungs-Aktoren-Automatiken auf viel zu viele Sensorenmeldungen zu leiden.

Wir stöhnen so oft über Kommunikationsprobleme. Könnten das nicht zum großen Teil Sensor-Aktor-Problematiken sein? Manche fühlen zu wenig oder zu viel, manche das Falsche, andere haben falsche Aktorenkopplungen („reflexhaft unangemessene Reaktion“).

Die Therapeuten versuchen offenbar, die automatische Kopplungen zu unterbrechen und Sensoren von Aktoren zu trennen. Sie fragen so: „Was fühlen Sie?“ – „Wie reagieren Sie, wenn Sie das fühlen?“ – „Aha, und ist das richtig?“ Nein! Ist es nicht! Und man kann es absolut nicht ändern, solange der falsche Aktor kurzgeschlossen ist! Wir klagen dann, dass wir immer die gleichen Fehler begehen und irgendwie nicht aus der Haut können. Das ist nicht unbedingt ein sicheres Zeichen von Dummheit („dumm ist, einen Fehler zu wiederholen“), sondern die starre Reaktion eines Aktors in einem verselbständigten Körper.

Wir müssen uns dann wohl einmal länger über Sensoren und Aktoren Gedanken machen? Auch darüber, wie diese Reaktionsketten entstehen? Können wir sie beeinflussen oder gestalten? Ja, mindestens durch Dressur. Wir können jedem Manager auf jeden Mitarbeitervorschlag den Frage-Aktor „Steigert das den Quartalsgewinn?“ einpflanzen oder bei/vor jeder Missetat eines Menschen „Gott sieht alles“ aufblitzen lassen.

Wie aber erziehe ich das ganze System „zu guter Gestalt“? Wie empowere ich den jungen Menschen, sich selbst einzurichten – an Stelle einer „bewährten“ Gewöhnungs-/Prägungs-/Einprägelerziehung? Ich fürchte, beim Thema Mensch sind noch ganz grundlegende Fragen offen.