

## Instinkt

Das Tier in uns - Mit Illustrationen von Hans Biedermann

Bearbeitet von  
Mirjam Schmitz

1. Auflage 2013. Taschenbuch. 190 S. Paperback

ISBN 978 3 7945 2994 0

Format (B x L): 12 x 18,5 cm

[Weitere Fachgebiete > Chemie, Biowissenschaften, Agrarwissenschaften > Biowissenschaften allgemein > Neurobiologie, Verhaltensbiologie](#)

Zu [Inhaltsverzeichnis](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

**beck-shop.de**  
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung [beck-shop.de](http://beck-shop.de) ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

## Suggestion

Das Wort Suggestion leitet sich vom lateinischen *suggere* ab und bedeutet „zuführen, unterschieben“. Im herkömmlichen Sinne ist eine verbale Beeinflussung gemeint. Wie ich bereits dargelegt habe, erfolgt die menschliche Kommunikation zu über 90 % nonverbal, deshalb möchte ich den Begriff weiter fassen. Man wird nicht nur durch das gesprochene Wort beeinflusst, sondern auch durch die Art, *wie* es hervorgebracht wird. Ein nicht ehrlich gemeintes „Gut siehst du heute aus“ wird ebenso wenig seinen Zweck erfüllen, wie der Versuch, sein Gegenüber durch eine Bemerkung niederzumachen. Es sei denn, der Sender ist ein hervorragender Schauspieler, ein „Verhaltenslügner“, und der Empfänger eine äußerst naive, unsichere Person.

Kommunikation und die damit einhergehende Suggestion erfolgen weitestgehend auf unbewusster Ebene. Bei Herdentieren breitet sich Panik blitzschnell aus. Wenn ein Individuum Gefahr wahrnimmt, überträgt sich seine Angst auf die anderen Herdenmitglieder, und die gesamte Gruppe flüchtet unverzüglich. Dass dieser Mechanismus dem Überleben der ganzen Tiergemeinschaft dient, versteht sich von selbst.

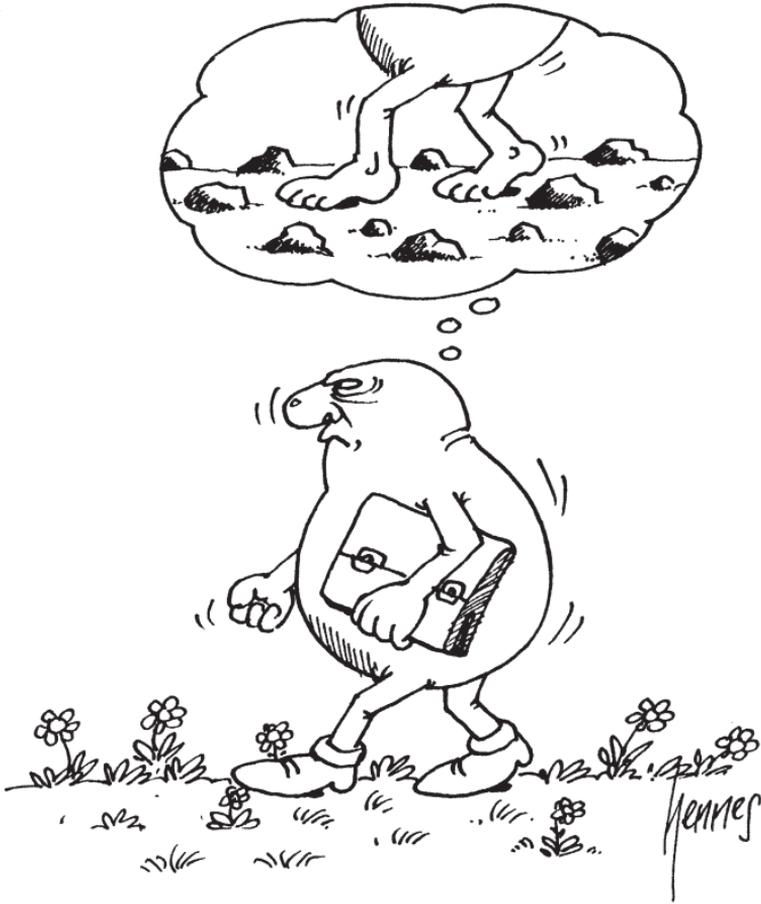
Aber auch Menschen lassen sich leicht von der Stimmung ihrer Mitmenschen beeinflussen, im positiven wie im negativen Sinne. Die angespannte Atmosphäre auf Flughäfen nach dem 11. September übertrug sich auf nahezu jeden Fluggast. Die erhöhten Sicherheitsvorkehrungen suggerierten Angst. Umgekehrt übertrug sich die euphorische Stimmung während der Fußball-WM 2006 in Deutschland nicht nur auf fußballbegeisterte ausländische Gäste, die

dann von den „smiling Germans“ schwärmten, sondern auch auf weniger Fußball-Verrückte.

Suggestion im weitesten Sinne ist eine Beeinflussung von Fühlen, Denken oder Handeln. Die Spiegelneurone und die damit einhergehende Empathie spielen eine entscheidende Rolle. Sie lassen uns auf mehr oder weniger unbewusster Ebene die Stimmung unseres Gegenübers auffangen und bringen den entscheidenden Handlungsimpuls. Das kann auch dazu führen, dass sich Menschen mit anderen identifizieren, die über das verfügen, was man „Charisma“ nennt. Menschen mit Charisma zeichnen sich dadurch aus, dass sie ihren eigenen Weg mit Begeisterung gehen und andere mit ihrer positiven Stimmung anstecken. Sie sind authentisch, strahlen Glück aus und nehmen die Herausforderungen des Lebens an. Unter ihnen finden sich echte Anführer, die dem Wohl der gesamten Menschheit dienen wollen.

Aber auch in jeder kleineren Gemeinschaft gibt es Menschen, die die Gabe haben, andere mit ihrer Lebensfreude anzustecken. In ihrer Gesellschaft fühlt man sich einfach wohl und respektiert. Instinktiv suchen wir die Nähe solcher Menschen. Auch hier gilt: Instinktiv sind wir wie unsere Mitgeschöpfe, die Tiere, auf Glück programmiert.

Positive Suggestion kann viel Positives bewirken, negative Suggestion kann tödlich sein. Die entscheidende Frage ist, inwieweit wir eine Suggestion zur Autosuggestion machen. Autosuggestion bedeutet „Selbstbeeinflussung“. Inwieweit übernehmen wir Meinungen anderer und machen sie zu unserer eigenen Wahrheit? Inwieweit schaden wir uns selbst durch Autosuggestion? Bewusste Gedanken geben immer den Ton an, doch das Unbewusste macht die Musik.



Jemand, der sich selbst dick und hässlich findet, sich aber immer wieder vor den Spiegel stellt und versucht, sich zu suggerieren, dass er schlank und schön wäre, belügt sich selbst. Denn nur, was im tiefsten Inneren als Wahrheit empfunden wird, findet auch einen Ausdruck in der Realität.

Die Wahrheit findet sich nur jenseits aller Fremdsuggestion, nämlich in einem selbst. Dennoch ist es nicht immer