

Von der Herzensbildung zur emotionalen Intelligenz

geschrieben von Redakteur | September 18, 2024



Das Herz hat Gründe, von denen die Vernunft nichts weiß

Über weite Strecken des 20. Jahrhunderts waren Gefühle in wissenschaftlichen Labors verpönt. Sie seien zu subjektiv, verschwommen und stünden im absoluten Gegensatz zur Vernunft. Doch diese These wurde im Laufe der Geschichte von vielen Philosophen, Pädagogen und Dichtern immer wieder in Frage gestellt. Der folgende Exkurs in die Vergangenheit der Herzensbildung macht dies deutlich:

„Das Herz hat Gründe, von denen die Vernunft nichts weiß“, gab schon im 17. Jahrhundert der französische Mathematiker und Philosoph Blaise Pascal 52 (1623 – 1662) zu bedenken, als er um das Recht auf intuitive Gewissheit kämpfte. Dem Naturwissenschaftler haben wir nicht nur viele Erfindungen (die Rechenmaschine, die Wahrscheinlichkeitsrechnung, das Barometer und das Pascalsche Dreieck) zu verdanken, sondern vor allem die wunderbare Wortschöpfung *raison du coeur* also die Vernunft des Herzens. Pascal vertrat die Ansicht, die

Mathematik fördere mit ihrer streng geometrischen Methode rationales Denken, was in der Wissenschaft notwendig sei.

Aber es gäbe viele nichtwissenschaftliche Lebensfragen, die weder die mathematische Vernunft noch der geometrische Geist (esprit de geometrie) beantworten könnten. In den existentiellen Fragen des menschlichen Lebens sei vielmehr die gefühlsmäßige Intuition als feinsinniger Geist (esprit de finesse) gefragt. Pascal glaubte, dass nur die Gründe des Herzens und nicht die der Vernunft den irrenden und zweifelnden Menschen zu Wissen und Erkenntnis führen könnten. Das Herz habe dabei Gründe, die die Vernunft nicht kenne. Es folge somit einer eigenen Logik, einer Herzensvernunft (raison du coeur). Erst diese – so meint Pascal – führe den Menschen zur Nächstenliebe und zum wahren christlichen Glauben.

Selbst der Vater des Wirtschaftsliberalismus, der Philosoph John Locke 53 (1632 – 1704) riet:

„Alles, was Sie zum Vorteil der Geister- und Herzensbildung Ihres Sohnes auslegen, wird Ihre wahre Güte bekunden, selbst wenn es zur Verminderung seines Habes und Gutes beiträgt.“

Wenige Jahrzehnte später formulierte der französische Dichter und Moralist Luc de Clapier Vauvenargues⁵⁴ (1715 – 1749) treffend: „Die großen Gedanken kommen aus dem Herzen.“ („Les grandes pensées viennent du coeur“).

Mitte des 18. Jahrhunderts verwendete der franz.-schweizerische Philosoph Jean-Jacques Rousseau⁵⁵ (1712 – 1778) Begriffe wie education du coeur oder Menschenbildung. In seinem Erziehungsroman *Émile ou de l'éducation* von 1762 stellt er das Ideal einer naturnahen, undogmatischen Erziehung auf, in der sich die natürlichen Anlagen des Kindes frei entwickeln sollen. Und dazu gehört natürlich auch das Recht auf die Freiheit von Gefühl und Leidenschaft. Mit dieser Forderung gilt Rousseau als Wegbereiter einer kindgerechten Pädagogik.

Wissenswertes aus der Geschichte der Pädagogik:

Heute erscheint uns der Appell von Rousseau, die natürlichen Anlagen des Kindes müssten sich frei entwickeln, als selbstverständlich. Doch in der Geschichte der Pädagogik war dies nicht immer so. Zur Zeit Rousseaus, der Aufklärung, gab es noch keine Pädagogen als ausgewiesenen Berufsstand. Es waren die Philosophen, die das zeitgenössische Menschenbild und somit die Maßstäbe der Erziehung prägten. Damals rangen zwei philosophische Strömungen um die Vorherrschaft:

1. die Idealphilosophie Platons bestimmte bis in die Neuzeit die Erziehungsmaßstäbe des Abendlandes. Sie wollte den Menschen nach Idealen ausrichten, d. h. das Kind auf ein vorgegebenes, von außen festgelegtes Ziel hin erziehen.
2. die Existenzphilosophie hielt erst mit Rousseau Einzug in die Pädagogik. Ihr ging es erstmals darum, den Menschen nach seinen Fähigkeiten zu erziehen, seine Begabungen zu erkennen und zu fördern. Das Kind selbst, seine geistige und körperliche Entwicklung, seine Bedürfnisse und Gefühle rückten von nun an in den Mittelpunkt der Erziehung. Ein Meilenstein in der Pädagogik!

Der Pädagoge Johann Heinrich Pestalozzi 56 (1746 – 1827) forderte:

„Der erste Unterricht des Kindes sei nie die Sache des Kopfes, er sei nie die Sache der Vernunft – er sei ewig die Sache der Sinne, er sei ewig die Sache des Herzens. Wenn es mir nur von ferne gelingen sollte, die abgestorbenen Fundamente der Geistes- und Herzensbildung und einer mit den veredelten Kräften des Geistes und des Herzens übereinstimmenden Kunstbildung dem Herzen meiner Zeitgenossen

wieder näher zu bringen, so würde ich mein Leben segnen und die größten Hoffnungen meiner Bestrebungen erfüllt sehen.“

Pestalozzi betonte, dass die Lernschritte und die Persönlichkeitsentwicklung des Kindes unmittelbar von den mitmenschlichen Qualitäten des Erziehers und Lehrers abhängen. In seinen zahlreichen Briefen⁵⁷ an den Reformpädagogen Peter Petersen (1884 – 1952) betonte Pestalozzi immer wieder den Vorrang der Herzensbildung gegenüber der Geistesbildung.

Es ist sicher kein Zufall, dass Pestalozzi, der von seinem sechsten Lebensjahr an vaterlos aufgewachsen und trotz Mutter und Kinderfrau emotional verwaorlost war, in seinem pädagogischen Werk so viel Wert auf eine Gefühlserziehung legte. Aber ihm selbst war der Erfolg bei seinem eigenen Sohn nicht vergönnt. Er war zwar in der Lage fremden Waisenkindern genügend väterliche Wärme zu geben, sein Sohn jedoch wuchs verwaorlost auf, galt als Zehnjähriger als geistesschwach und starb mit 30 Jahren. Von Schuldgefühlen geplagt, schrieb Pestalozzi: „Du kannst den Teufel aus deinem Garten verjagen, doch im Garten deines Sohnes findest du ihn wieder.“

Die Vordenker kamen nicht nur aus den Reihen der Philosophen und Pädagogen

Auch der Theologe Adolf Kolping (1813 – 1865) erklärte die Herzensbildung zum Leitmotiv seines sozialreformerischen Erziehungs- und Bildungskonzeptes.

Der österreichische Neurologe Sigmund Freud⁵⁸ (1856 – 1939) beschäftigte sich als erster in intensiven Studien mit dem Einfluss der Gefühle auf unser Denken und Handeln. Die von ihm entwickelte Psychoanalyse interessierte sich vor allem für die unbewussten Gefühle, die uns triebhaft steuern. Das Es wurde zum Sinnbild der unbewussten Triebe und Gefühle und das Ich verkörperte das vernünftig Handelnde. Freud war der erste, der das pathologische Potenzial gestörter Emotionen erforscht und beschrieben hat.

Die Stimmen, die die Einheit von Denken und Gefühl forderten, wurden zunehmend lauter und kamen aus den verschiedensten Bereichen. So meinte der französische Dramatiker Romain Rolland (1866 – 1944): „Die Intelligenz des Denkens ist nichts ohne die Intelligenz des Herzens. Und sie ist auch nichts, ohne den gesunden Menschenverstand.“ Selbst für den dänischen Physiker Niels Bohr (1885 – 1962) folgte das Denken nicht nur berechenbaren Regeln sondern auch spontanen Gefühlen. Sein Satz, den er einem Student tadelnd sagte, wurde zu einem bekannten Ausspruch: Sie denken nicht nach, Sie denken nur logisch!

Heute beschreibt der Philosoph Ronald De Sousa 59 in seinem epochalen Werk, dass Gefühle maßgeblich am Erwerb von Überzeugungen und Wünschen beteiligt sind. Für ihn entziehen sie sich keinesfalls der rationalen Beurteilung, sondern sie öffnen gemeinsam vor aller Rationalität dem Menschen die Welt. Gefühle – das zeigt de Sousa ausführlich – lenken und kontrollieren die Erfahrung. Immer steht der Mensch unzähligen Eindrücken gegenüber, deren Dringlichkeit man eiligst beurteilen muss. Erst die Gefühle machen die Rationalität der menschlichen Vernunft möglich.

Auch der bekannte Hirnforscher Antonio R. Damasio 60 betont:

„Meine Forschungsergebnisse haben mich überzeugt, dass die Emotion ein integraler Bestandteil des Denkprozesses ist“. Seiner Meinung nach leide „die Menschheit nicht an einem Defekt ihrer logischen Kompetenz, sondern vielmehr an einem Defekt ihrer Emotionen, die wichtige Informationen für den logischen Prozess bereitstellen.“ Für den Computerwissenschaftler David Gelernter⁶¹ sind „Emotionen nicht eine besondere Form von Gedanken, kein zusätzlicher Weg des Denkens, kein spezieller kognitiver Prozess, Emotionen sind vielmehr grundlegend mit dem Denken verwoben.“ Erst die Gefühle machen unser Denken flexibel. Während der logische Verstand die Gedanken lange abwägt, vermag das Gefühl rasche

Entscheidungen zu treffen, die nicht aus der Logik entspringen. Die Urteile aus dem Gefühl entstammen aus zwei anderen Quellen: Aus der genetischen Programmierung unserer Intuition und aus unseren Erfahrungen. „Wie ein Bild mehr als tausend Worte ausdrücken kann, so sagt eine Emotion oft mehr als tausend Gedanken.“⁶²

Auf meinem Exkurs in die Vergangenheit der Herzensbildung suchte ich nach den ersten zeitgenössischen Literaturbelegen und stellte mir die Frage nach dem Wortursprung ⁶³. Der wertvollste Fund ist ein Beleg aus dem Jahr 1779.

Er stammt aus der Zeitschrift Zuschauer in Baiern ⁶⁵ und lautet:

„So viel ich merke, sagte der Verwalter, so wird in dieser Monatschrift nicht einmal von den Türken, von den Engländern und Amerikanern etwas vorkommen, sondern bloß neue Worte und Redensarten, wie's jetzt im Schwung gehen, und so abgeschmackte Dinge von Herzensbildung, wie sie's nennen.“

Es klingt so, als sei der Begriff Herzensbildung damals gerade erst von bestimmten Leuten, die der Schreiber offenbar nicht mag, aufgebracht worden.

Das Deutsche Wörterbuch von Jacob und Wilhelm Grimm gibt als ersten schriftlichen Beleg eine Literaturzeitung⁶⁶ aus dem Jahre 1838 an. Es handelt sich dabei um einen Artikel über Astronomie, genauer um planetarische Seelenwanderung:

„So wie jemand durch Geistes- und Herzensbildung sich für diesen oder jenen Planeten qualifiziert, scheidet die Seele aus ihrer Hülle, und wird dort in einer neuen als Kind geboren.“

Diesen Text haben wir aus folgendem Buch:



[Das Schatzbuch der Herzensbildung](#)

[Grundlagen, Methoden und Spiele zur emotionalen Intelligenz](#)

[Liebertz, Charmaine](#)

20,00 €

Der nächste Beleg 67 aus dem Jahre 1855 stellt die Herzensbildung der Frauen in Frage:

„Was sind das für wechselnde Geschöpfe, die uns in ihrem Empfangszimmer durch ihre Freundlichkeit bezaubern und uns in der Küche, im Bügelzimmer, der armen Magd oder Näherin gegenüber, das Blut vor Entrüstung kochen machen? Die wahre,

echte Herzensbildung besitzen sie freilich nicht, denn diese bewährt sich allenthalben, aber sie sind doch nicht so schlimm wie sie scheinen. Es ist gewiß häufiger Unkenntniß der Sache als innere Härte, die sie zu solchen häßlichen Ausbrüchen verleitet.“ Wie soll die Frau, wie soll das junge Mädchen gerecht sein, Dienstleistungen gegenüber, von deren Ausübung sie kaum eine Ahnung hat?“

Auch 1856 scheint Herzensbildung eine reine Frauenangelegenheit zu sein. So ist im Frauen-Brevier 68 zu lesen:

„Und wie viel kann eine edle, gebildete Frau wirken für die Linderung allgemein menschlicher Leiden, für die Verbesserung gesellschaftlicher Uebelstände, wenn sie sich diesen Pflichten aus wahrer Herzensneigung, mit ernster Hingebung und unter der Leitung eines aufgeklärten, gebildeten Verstandes widmet ... ohne Verbitterung des Gemüths und ohne Verkümmern des Geistes zu ertragen und an der Stelle des vom Schicksal ihnen versagten Looses sich ein anderes, möglichst befriedigendes für sie selbst und möglichst nutzbringendes für die Welt zu schaffen, auch dazu befähigt die Frauen nur eine wahre, gründliche Geistesbildung und Herzensbildung.“

Geht man heute ins Internet auf die Suche nach dem Begriff Herzensbildung so findet man unzählige Verweise z. B. auf die Universität St. Gallen in der Schweiz, deren Studiengänge von Kopf, Herz und Hand bestimmt werden oder auf die Gutenberg-Grundschule in Finnentrop, die lobenswerterweise in ihrem Schulprogramm die Herzensbildung als wichtigen Baustein ausweist.

Was Johann Wolfgang von Goethe noch zärtlich romantisierend Herzensbildung nannte, wird heute

als emotionale Intelligenz bezeichnet

Der Begriff wurde erstmals 1986 von den beiden amerikanischen Psychologen Peter Salovey (Yale University) und John Mayer⁶⁹ (University of New Hampshire) benutzt. Sie vertraten die Ansicht, die emotionale Intelligenz bilde eine Teilmenge der sozialen Intelligenz. Der Entwicklungspsychologe Howard Gardner⁷⁰ (Harvard Graduate School of Education) unterteilt diese wiederum in eine intrapersonale Intelligenz, bei der es um das Verständnis der eigenen Gefühle geht, und in eine interpersonale Intelligenz, bei der es um das Verständnis der Gefühle unserer Mitmenschen geht.

Erst durch den Bestseller *Emotionale Intelligenz* des amerikanischen Psychologen und Publizisten Daniel Goleman⁷¹ wurde der Begriff weltweit bekannt. Er hat die seit der Aufklärung auseinanderdriftenden Welten von Ration und Emotion wieder zu einer griffigen Formel vereint: Emotionale Intelligenz. Lange Zeit galt der Intelligenz-Quotient (IQ) als der Maßstab für Erfolg. Doch immer mehr Kritiker bezweifelten dies: Was sagt schon eine im IQ-Test erworbene Punktzahl aus; hat der Kandidat mit 135 Punkten mehr Intelligenz als der mit 105 Punkten? „Ich kenne niemanden, der in diesem Sinne Intelligenz hat. Die Menschen, die ich kenne, tun manchmal etwas Kluges, und sie tun manchmal etwas Dummes – das hängt von den Umständen ab, unter denen sie handeln.“⁷²

Goleman, der mit mehr als 500 Unternehmen zusammenarbeitet, hatte festgestellt, dass die emotionale Intelligenz der Mitarbeiter stärker am Erfolg einer Firma beteiligt sei als Intelligenzquotient und Sachverstand zusammengenommen.

„Emotionale Intelligenz bedeutet auch, die eigenen Gefühle zu kennen und sie optimal managen zu können. Empfindungen so zu regulieren, dass Zorn effektiv wird, Furcht bezähmbar. Ein emotional intelligenter Mensch findet fast immer selber aus einer Niedergeschlagenheit heraus, kann seine optimistische Stimmung bewahren und beispielsweise am Arbeitsplatz trotz Frustration unbeirrt weitermachen.“⁷³

Rasch avancierte die emotionale Intelligenz zum soft skill der New Economy, die darin den eigentlichen Schlüssel zum Erfolg sah

Das Neuartige an dem Begriff Emotionale Intelligenz ist die Verbindung von zwei Welten, die lange Zeit als unvereinbar galten: Diffuse Emotionen und konkrete Intelligenz. Denn in unserer Gesellschaft dominiert weiterhin das Bild vom vernunftgesteuerten, bewussten und frei entscheidenden Menschen. Gefühle gelten als schwer fassbar und beängstigend; sie haben im Gegensatz zu Gedanken keinen konkret benennbaren Inhalt, sind gegenstandsarm und daher unpräziser. Die Annahme Denken und Fühlen müssten streng unterschieden werden, ist zwar immer noch tief verwurzelt, aber sie entspricht schon lange nicht mehr den Erkenntnissen der neurowissenschaftlichen Forschung. Die Hirnforschung lehrt uns heute, dass Vernunft und Verstand eingebettet sind in die emotionale Natur des Menschen. Körper, Denken und Gefühle sind durch neuronale Netzwerke eng miteinander verbunden und funktionieren als Einheit.

Emotionale Reize wirken auf nahezu alle Bereiche der Großhirnrinde, die unsere Wahrnehmung und komplexen Denkabläufe steuert. Das limbische System bewertet und wägt alles, was wir tun mit unserem emotionalen Erfahrungsschatz ab. Unsere Gefühle gehen mit sicht- und messbaren körperlichen Empfindungen einher: Das Herz schlägt vor Freude höher, der Angstschweiß auf der Stirn entsteht, die Trauer lässt die Schultern hängen, der Schreck macht uns kreidebleich, die Wut zornesrot und der Neid macht uns blass.

Übrigens: Wissen Sie, warum Liebe blind macht und unseren Verstand vernebelt?

Der Schweizer Neurowissenschaftler Andreas Bartels stellte

fest, dass der Serotoninwert (ein Botenstoff bzw. Neurotransmitter) im Hirn um 40 % unter den Normalwert sinkt, wenn wir verliebt sind. Dann ist unser Erregungsniveau erhöht, wir verspüren wenig Schlafbedürfnis und Appetit, unsere Wahrnehmung ist gestört, unsere Hemmungen sinken und unsere Bereitschaft zu irrationalen Handlungen steigt. Zum Glück hält dieser Zustand nur die ersten Monate des Verliebtseins an. Danach steigt der Serotoninwert langsam bis zum Normalwert an. Eines ist jedenfalls klar: Jeder Mensch meistert kritische Augenblicke, schwierige Phasen, gefährliche Versuchungen, dauerhafte Belastungen und ungünstige Lebensbedingungen umso besser, je ausgeprägter seine emotionale Intelligenz ist. Er vermag seine Gefühle und Reaktionen und die anderer in verschiedenen Situationen einzuschätzen, zu handhaben und zu bewerten.

Die emotionale Intelligenz beinhaltet fünf Bausteine, die in den nächsten Kapiteln ausführlich erläutert werden: Selbstwahrnehmung, Selbststeuerung, Motivation, Empathie und soziale Kompetenz.

Was Pädagogen beherzigen sollten

- Auch wenn emotionale Intelligenz nicht messbar ist, so ist sie doch erlernbar. Wer in seiner Kindheit und Jugend gelernt hat, mit seinen Gefühlen und denen seiner Mitmenschen umzugehen, vermag sein geistiges Potenzial voll auszuschöpfen ohne zum Spielball seiner Emotionen zu werden.
- Überdenken Sie immer wieder den Appell des Neurobiologen Gerald Hüther⁷⁴: „Die Kleinen sollten nicht ständig unterrichtet werden. Gedichte oder Vokabeln auswendig lernen sind relativ einfache Lernleistungen, die gar nicht einmal im Frontalhirn verankert werden, sondern in hinteren Hirnregionen. Kinder müssen in dieser Zeit vielmehr lernen können, wie man Beziehungen gestaltet: Zu anderen Kindern, zu den Eltern und Erziehern, zur

äußeren Welt und zu sich selbst. In diesen Erfahrungen müssen sie sicher werden! Gemessen an diesen Leistungen sind Lesen, Schreiben und Rechnen lernen oder einen Computer bedienen ein Kinderspiel!“

- Kinder und Jugendliche mit hoher emotionaler Intelligenz verfügen über ein stabiles Selbstwertgefühl, über Problemlösungsstrategien, über ein inneres Krisenmanagement und vor allem kennen sie Alternativen zu Gewalt und Drogen, um sich selbst zu spüren.
- Die Lern- und Persönlichkeitsentwicklung des Kindes hängt unmittelbar von den emotionalen Qualitäten seiner Eltern, Erzieher und Lehrer ab.

Emotionen und Gefühle sind die persönlichsten, elementarsten und mächtigsten Antriebskräfte des Menschen.

(Yehudi Menuhin)

Anmerkungen :

54 vgl. Vauvenargues, Luc de Clapiere: Introduction à la connaissance de l'esprit humain, suivi de reflexions et de maximes. Paris 1747.

55 vgl. Rousseau, Jean-Jacques: Emil oder Über die Erziehung. Paderborn 1975.

56 Pestalozzi, Heinrich: Wie Gertrud ihre Kinder lehrt. Baden-Baden 1947. S. 175 ff.

57 vgl.: Pestalozzi, Johann H: Sämtliche Briefe. Kritische Ausgabe. Hrsg. v. Pestalozzianum Zürich und Pädagogisches Institut d. Universität Zürich

58 vgl. Freud, Sigmund: Abriß der Psychoanalyse. Das Unbehagen in der Kultur. Frankfurt a. M. 1970

59 vgl. De Sousa, Ronald: Die Rationalität des Gefühls. Frankfurt a.M. 2001

60 Damasio, Antonio R.: Descartes Error and the Future of Human Life. In: Scientific American, Okt. 1994, S. 144

61 Gelernter, David: The Muse in the Machine. Computerizing

Poetry of Human Thought. New York 1994. S. 46 – 47.

62 Klein, Stefan: Die Glücksformel oder Wie die guten Gefühle entstehen. Hamburg 2002. S.43.

63 Ohne die freundliche Unterstützung des Instituts für deutsche Sprache in Mannheim hätte ich diese sicher nicht beantworten können. Nach gründlicher Recherche fand man kleine lexikalische Edelsteine.

64 Deutsches Wörterbuch von Jacob und Wilhelm Grimm. Band IV,II. Leipzig 1877. S. 1233.

65 Zuschauer in Baiern. Erster Band 1779. S. 2.

66 Jenaische Allgemeine Literatur-Zeitung. September 1838, Nr.179, S. 471.

67 Büchner, Luise: Die Frauen und ihr Beruf. (Erstdruck 1855, anonym) Band 4. vermehrte und verbesserte Auflage, Leipzig: Th. Thomas.1872. S. 42-43

68 Biedermann: Frauen-Brevier (Erstv. 1856), 1986, S. 83.

69 Salovey, Peter / Mayer, John: Emotional Intelligence. Imagination, Cognition an Personality. 1990.

70 vgl. Gardner, Howard: Abschied vom IQ. Die Rahmen-Theorie der vielfachen Intelligenzen. Stuttgart 1991.

71 vgl. Goleman, Daniel: Emotionale Intelligenz. München 2000. Daniel Goldman, geb. 1946, war klinischer Psychologe an der Harvard Universität, USA. Zur Zeit ist er Redakteur für Psychologie und Neurowissenschaften bei der New York Times.

72 Postmann, Neil: Keine Götter mehr. Das Ende der Erziehung. München 2001. 3.Aufl. S. 43; S. 210.

73 Goleman, Daniel: Unser Gehirn tanzt. Interview in : Der Spiegel. Nr.6, 1996. S.127.