

Magisterarbeit
in Kunstpädagogik
sowie Theoretischer Psychologie
der Otto-Friedrich-Universität Bamberg

Emotion und Flow-Erleben als Determinanten für Motivation und Handlungsregulation im kreativen Prozess

Barbara Vollmer

Akademische Oberrätin Doris Eggenhofer
Professor Dr. Dietrich Dörner

April 2010

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	5
2	Stand der Forschung	7
2.1	Der kreative Prozess	7
2.2	Der plötzliche Einfall	9
2.3	Der Einfluss der Persönlichkeit	11
2.4	Kreativität als Problem-Löse-Fähigkeit	15
2.5	Motivation, Emotion und Kognition	16
2.5.1	Motivation	16
2.5.2	Intrinsische Motivation	17
2.5.3	Flow-Erleben	17
2.5.4	Emotion	21
2.5.5	Emotion und Kognition - Konflikt oder Ergänzung	22
2.6	Das PSI-Modell	24
2.6.1	Bedürfnisse	24
2.6.2	Aktiviertheit	24
2.6.3	Auflösungsgrad	25
2.6.4	Selektionsschwelle	25
2.6.5	Handlungsregulation	26
2.6.6	HyPercept-Prozess	27
3	Forschungsfrage	30
3.1	Forschungsgegenstand	30
3.2	Vorgehensweise	30
3.2.1	Tabellen	30
3.2.2	Oberbegriffe	31
3.2.3	Diagramme	31
3.2.4	Auswertung	32
3.3	Begründung	33
4	Auswertung	34
4.1	Regulation von Bedürfnissen	36
4.1.1	Kompetenz (A2)	36
4.1.2	Unbestimmtheit (A1)	37
4.2	Reizüberflutung, Widersprüche und diversive Exploration (A3)	39
4.3	Der plötzliche Einfall	42

4.3.1	Entspannung (A8)	42
4.3.2	Neuorientierung (A4)	44
4.3.3	Ärger (A11)	47
4.4	Spezifische Exploration	49
4.4.1	Fokussierung durch Vergleich und Nachdenken (A14)	49
4.4.2	Ärger, Reflexion und Überprüfung (A13)	54
4.4.3	Flow-Erleben (A6)	57
4.4.4	Sensorischer Reiz und künstlerisches Wollen (A12)	60
4.4.5	Künstlerisches Wollen, Kontrollverlust und Glück (A9)	64
4.4.6	Störung von Flow-Erleben (A5)	69
4.5	Der Analogie-Schluss (A10)	71
4.6	Unruhe, Ärger, Selbstzweifel und Analogie-Schluss (B1)	75
5	Interpretation	79
5.1	Der Schaffensprozess im Überblick	79
5.1.1	Intuition in künstlerischem Kontext	83
5.1.2	Zwei Arten der Ideenfindung, zwei Arbeitsweisen	83
5.2	Diversive Exploration mit dem Ergebnis der Unbestimmtheit	85
5.2.1	Einordnung in vorhandene sensorische Schemata	86
5.2.2	Emotionen im Kontext der Inkubation	87
5.2.3	Motivsuche	88
5.3	Spezifische Exploration und Flow-Erleben	88
5.3.1	HyPercept-Prozess und Abgleichen	89
5.3.2	Flow-Erleben	96
5.3.3	Kognitionen während des Flow-Erlebens	99
5.3.4	Unterbrechungen von Flow	99
5.3.5	Selbstzweifel und Zerstörung	100
5.3.6	Sensorische Wahrnehmungen	102
5.4	Der plötzliche Einfall	104
5.5	Assoziation und Analogie-Schluss	107
5.6	Affiliation	109
5.7	Persönlichkeit	110
5.8	Kunstabetrachtung	111
6	Schlussfolgerungen	113
6.1	Kritisches Hinterfragen der Ergebnisse, offene Fragen	116
6.2	Ausblick	117
	Abbildungsverzeichnis	119
	Literaturverzeichnis	120

Inhaltsverzeichnis

A	Tabellen	122
B	Einzelne Diagramme	173

1 Einleitung

„Meine Kunst ist mein Weib, mehr als genug, denn sie hat mich zeitlebens gequält. Und meine Kinder sind die Werke, die ich hinterlasse.“

Michelangelo Buonarotti

Trotz ausgiebiger Forschungen wird Kreativität nach wie vor als etwas empfunden, das weitgehend unbeeinflussbar vom Himmel fällt oder auch nicht. Künstler werden als Personen angesehen, die aus einem von Muße geprägten Leben heraus schaffen.

Auf der anderen Seite steht unsere Gesellschaft einer Reihe von Herausforderungen gegenüber, für die noch keine Lösungen gefunden sind. Um diese vor uns stehenden globalen wirtschaftlichen, ökologischen, und gesellschaftlichen Probleme zu bewältigen, wird, neben hervorragenden fachlichen Kenntnissen und Teamfähigkeit, auch von Flexibilität, Kreativität und Problemlöse-Fähigkeit, das Finden neuer Lösungen erhofft. (Dalin, 1997, 88f.; 98)

Der Begriff „Kreativität“ ist aus dem lateinischen „creare“ entstanden, das „wählen“, „schaffen“, „erschaffen“, „hervorbringen“ bedeutet.

„Kreativität ist die Fähigkeit des Menschen, Denkergebnisse beliebiger Art hervorzubringen, die im wesentlichen neu sind und demjenigen, der sie hervorgebracht hat, vorher unbekannt waren.“ (Drevdahl in Ulmann zit. n. Eid/Langer/Rupprecht, 2000, 163).

Die Neuheit einer Idee bezeichnet auch Arthur Cropley als Kern von Kreativität. Als wesentlich werde angesehen, dass sie zu neuen Produkten führe. Brunner (1962) versucht, den Grad der Kreativität des neuen Produkts über einen Überraschungseffekt zu erkennen, der sowohl bedeutsam („relevant“) als auch wirksam „effective“ sein müsse. Unverzichtbar für das Entstehen kreativer Produkte sei ein Wissensfundament, so Cropley, das aus sachspezifischen Vorkenntnissen und relevantem Allgemeinwissen bzgl. spezialisierten Techniken bestehe. Deshalb wird auch die soziale Akzeptanz als Merkmal für die Kreativität einer Idee herangenommen (Rost, 2006, 362ff.). So wird eine Idee nach Preiser (1986) „in einem sozialen System als kreativ bezeichnet, wenn sie in einer bestimmten Situation neu ist oder neuartige Elemente enthält und wenn ein sinnvoller Beitrag zu einer Problemlösung gesehen wird.“ Hier wird der zeitliche Faktor deutlich, nach dem eine Idee häufig erst nach einem längeren Zeitraum als kreativ erkannt wird. Kreativität bezeichnet also die Fähigkeit, eine vorher nie da gewesene, neue Lösung für ein Problem zu finden.

Seit dem Phasenkonzept von Wallas (1927) hat es kaum durchbrechende Forschungen zum kreativen Prozess gegeben. Wallas spricht vom Unbewussten als „sublimen Ich“ , das über ein „Gefühl für Harmonie und Eleganz“ verfüge und so Kreativität entfalte.

1956 führt Guilford mit dem „Structure of Intellect“-Modell konvergentes und divergentes Denken ein. Für die Kreativität einer Idee sei deren Originalität entscheidend. Er spricht von Problemsensitivität, Ideenflüssigkeit und Flexibilität im Denken kreativer Persönlichkeiten.

Csikszentmihalyi entdeckt (1974) bei Künstlern Flow-Erleben als starke intrinsische Motivation.

Das PSI- Modell von Dörner bietet die Möglichkeit, Zusammenhänge in der Regulation menschlichen Verhaltens und Erlebens zu erfassen. Dies ist besonders vor dem Hintergrund kreativen Arbeitens eine interessante Herangehensweise. Wie sich durch die Untersuchungen Csikszentmihalyis zeigt, fließen Emotionen sowie Motivation in die Handlungsregulation künstlerischer Prozesse ein. Vor diesem Hintergrund möchte ich in dieser Arbeit versuchen, mehr Licht in die Vorgänge während des kreativen Schaffensprozesses und das Phänomen der Kreativität zu bringen.

Anhand des PSI - Modells analysiere ich 14 künstlerische Tagebuchaufzeichnungen auf ihr psychisches Geschehen hin. Zwei Künstler wurden dazu aufgefordert, ihre Gedanken und Gefühle vor und während der Schaffensphasen möglichst genau darzustellen. In Interviews wurden die Ergebnisse untermauert.

Der Begriff „kreativer Prozess“ ist durch Forschungen an kreativen Persönlichkeiten aus verschiedensten Bereichen, wie auch an Wissenschaftlern und Erfindern, geprägt. Er bezeichnet die Suche nach einer neuartigen, bisher noch nie da gewesenen oder außergewöhnlichen Idee, bzw. Lösung für ein Problem.

Ich unterscheide im Folgenden zwischen dem „kreativen Schaffensprozess“ und dem „künstlerischen Schaffensprozess“.

Wenn ich vom „künstlerischen Prozess“ spreche, beziehe ich mich speziell auf den kreativen Prozess bei Künstlern. Ihn kennzeichnet zusätzlich zum kreativen Anliegen der Versuch, Emotionen, innere Befindlichkeiten, Erkenntnisse oder Interpretationen einer Sache darzustellen.

Die Frage, ob Unterschiede zwischen beiden bestehen, ist m.E. bisher nicht behandelt worden und bleibt zunächst offen.

2 Stand der Forschung

Die erste umfassende Arbeit veröffentlicht Wallas (1926) mit seinen Thesen zum Phasenkonzept. Mit der kurze Zeit später einsetzenden Wirtschaftskrise und dem darauf folgenden zweiten Weltkrieg war kreatives Potential zwar weiter nötig, um den entstandenen Zerstörungen und dem Mangel zu begegnen. Unterlagen dazu scheinen aber nicht erhalten. Mit dem kalten Krieg und Sputnikschock (1956) steigt der wirtschaftliche und technologische Druck. Um das eigene Potential zu vergrößern, wird überlegt, wie zusätzlich zum herkömmlichen Verständnis von Intelligenz auch Flexibilität und Experimentierfreude gefördert werden können. Der Ruf nach Forschung und Förderung von Kreativität wird laut.

1967 veröffentlicht Guilford das Structure of Intellect Modell. Er unterscheidet Intelligenz in die vier Inhaltsbereiche figural, symbolisch, semantisch und verhaltensmäßig (Amelang & Bartussek, 1985, 202).

Neben dem linearen führt er das diversive Denken ein. Entscheidend für das Finden einzigartiger Lösungen seien „Ideenflüssigkeit“ - gemeint ist das Produzieren einer großen Menge an Ideen - „Flexibilität“ im Denken (qualitativer Ansatz) und Elaboration (Eid/Langer/Rupprecht, 2000, 168).

Auch Krapp & Schiefele (1981) meinen, dass kreatives Verhalten sich bei der Problemfindung durch besondere Problemsensitivität auszeichne, aber auch durch Neuheit, Ungewöhnlichkeit und Ausdauer bei der Problemfindung. Sicher sei, dass affektive Momente eine Rolle im kreativen Prozess spielten (Schiefele/Krapp, 1981).

Andere Autoren sehen keinen Zusammenhang zwischen Kreativität und Intelligenz oder Persönlichkeit (Rost, 2006, 364). Sie beschäftigen sich mit Kreativität unter dem Aspekt dynamischen Problem-Lösens.

Ciampi (1997) postuliert, kreatives Denken fördere man vor allem, indem man sich im Moment des höchsten Problembewusstseins entspanne oder ablenke (Ciampi, 1997, 321). Vorliegende Unstimmigkeiten müssten genutzt werden, um Problemen auf den Grund gehen zu können. Im Alltag dürften Gefühle also nicht vernachlässigt werden (Ciampi, 1997, 311). So sei etwa eine grundlegend lustvolle Stimmung für Therapien oder Lernen unabdingbar; punktuelle Konzepte, die nicht in ein Gesamtkonzept mit gegenseitiger Abstimmung einbezogen würden, verliefen genau deshalb im Sande (Ciampi, 1997, 307).

2.1 Der kreative Prozess

Wallas (1926) beschäftigt sich ausführlich mit den Aufzeichnungen und Beobachtungen kreativer Persönlichkeiten. Er versucht herauszufinden, wie es möglich ist, dass manche Ansätze verworfen, andere als richtig erkannt und zu neuen Ideen werden.

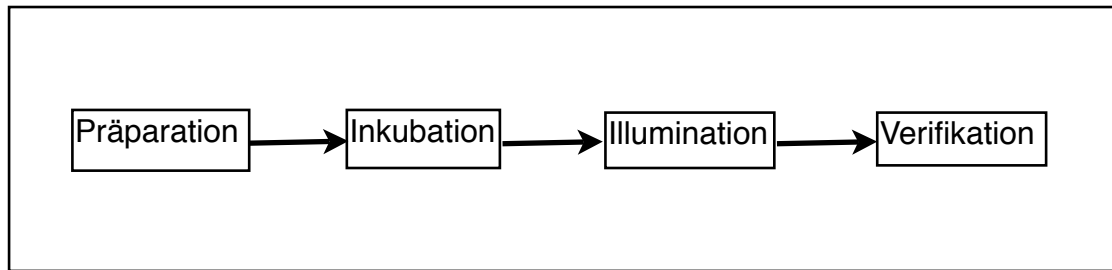


Abbildung 2.1: Das Phasenkonzept (Wallas, 1926)

Aus seinen Untersuchungen entwickelt er das Phasenkonzept (1926)(s. Abb. 2.1). Es besteht aus vier aufeinanderfolgenden Phasen, die seiner Meinung nach nicht reversibel sind.

Eid, Langer und Rupprecht beschreiben die Phasen folgendermaßen:

1. Präparation- Das Problem wird geprüft und formuliert. Laut Landau sollen Zensur, Stereotype und starre Kategorien ausgeschaltet werden. (Eid/Langer/Rupprecht, 2000) , zit n. Landau 1971).
2. Inkubation: Ideen werden ausgebrütet. Dabei entstehe ein beklemmendes Gefühl der Unruhe, der Frustration und der Minderwertigkeit (88, zit. n. Landau 1971). Oft bestehe die Inkubationsphase auch aus einer entspannten Situation, wie einem Traum oder Reizmittel, Musik oder anderen Kunstwerken (zit. n. Regel 1986).
3. Illumination: Eine plötzliche Idee unter starker Gefühlsbeteiligung. Sie wirkt stark motivierend zur sofortigen Realisierung, bzw. Umsetzung. Dabei wird das normale Aktivitätsbewusstsein ausgeschaltet. Typisch ist das Gefühl, Werkzeug einer überpersönlichen Macht zu sein, passiv zu empfangen, von der Muse geküsst zu werden oder eine göttliche Eingebung zu bekommen.(zit. n. Müller -Freienfels, 1923; Kris 1977)
4. Evaluation/Verifikation: Überprüfung der Idee.

Wallas (1926) bezieht sich in seinen Untersuchungen auf Beschreibungen von Erfindern und Wissenschaftlern, um eine Theorie des kreativen Prozesses zu entwerfen. Dabei bezieht er sich u.a. auf eine Rede des Physikers Helmholtz (1891). Er beschreibt folgendermaßen: Kreative Prozesse begännen mit einer Präparations-Phase, die aus der harten, bewussten und systematischen, aber erfolglosen Analyse eines Problems in alle Richtungen bestehe und im Grunde auf das gesamte persönliche und soziale Wissen einer Person zurückgreife. Dieser Phase folge eine Inkubationsphase, in der das Gehirn die

Fragestellungen unbewusst bearbeite. Hemholtz erkläre, die darauf folgende Phase der Illumination, also der Ideenfindung, fände ohne Anstrengung und unerwartet in einer Phase der Ruhe, der Zufriedenheit und Ablenkung statt. „They came particularly during the slow ascent of wooden hills on a sunny day.“ (Wallas, 1927, 54). In der letzten Phase, der Verifikation, die Wallas aus den Schilderungen eines anderen Wissenschaftlers, des Mathematikers Poincaré, folgert, werde das Ergebnis noch einmal überprüft und auf seine exakte Form zurückgeschnitten (Wallas, 1927, 80ff.). Poincaré beschreibt die Ideen so, dass sie eben nicht fertig seien, sondern noch einmal bewusst und konzentriert überarbeitet werden müssten.

Wie Wallas meint, sind die verschiedenen Phasen irreversibel, überlappen aber einander (Wallas, 1927, 81). Mit dieser Ansicht greift er vor allem auf die Aufzeichnungen von Poincaré zurück, der seine kreativen Prozesse in „Science und Method“ beschreibt.

Er beobachtet, dass plötzliche Einfälle besonders häufig nach Phasen der Ruhe auftreten. Dazu käme, dass sie als „flash of success“ plötzlich und unerwartet eintraten. (Wallas, 1927, 95f.) Die gesammelten Assoziationen ordneten sich in der Unterbrechung (der Inkubationsphase) und führten so zur Inspiration. Auch beginne die Idee immer mit einem vagen Gefühl, dass etwas nicht passe. So hätte Poincaré sich auch mit dem Problem der Emotion „as a frequent directing force of the association process, and, as a still more frequent accompaniment of that process“ beschäftigt (Wallas, 1927, 75). Zur Unterscheidung der entscheidenden Faktoren von den unwichtigen führe eine Art Sensibilität, die er als „instinktives Gefühl für Harmonie und Eleganz“ beschreibt. (Wallas, 1927, 75f.).

In der Theorie von Wallas lassen sich drei verschiedene Begriffe herausarbeiten: Die Intimidation „It was a vague impression of mental activity.“, die von Poincaré berichtete „Plötzlichkeit einer Idee“ und schließlich den „flash“ : „But when the association had risen to the surface, it expanded into an expression of joy“ (Wallas, 1927, 97).

Haseloff (1971) unterteilt den kreativen Prozess in 6 Phasen. Im Zusammenhang mit dem eigentlichen Schaffensprozess interessieren vor allem die ersten vier Phasen: In der einleitenden Phase der Problematisierung würden Probleme erkannt, Lücken im Wissen und Widersprüche aufgespürt. Darauf folge die Exploration, die nicht mit Entscheidungen ende, sondern mit gleichberechtigt nebeneinander stehenden Erklärungsversuchen und Betrachtungsweisen. Die Inkubation beschreibt er als Phase des Vergessens, bei der es zu einer nicht sprachlichen, sondern symbolhaften Neuorganisation von Erfahrungen käme und unterteilt sie weiter durch eine heuristische Regression. Hier schaffe das Zurückgleiten auf ein kindliches Realitätsniveau ein spielerisch ungebundenes und anspruchsentlastetes Operationsniveau (Haseloff, 1971, 89f.) in Edelmann 2000

2.2 Der plötzliche Einfall

Sich aus dieser Konzeption ergebende Untersuchungen von Kreativität bezogen sich vor allem auf ein kritisches Hinterfragen der These Wallas, dass es durch die in der Inkuba-

tionsphase auftretende Ruhe häufig zu einem plötzlichen Einfall käme.

So untersuchten Eindoven und Vinacke (1952) 13 Künstler, die in vier Arbeitsterminen von je einer Stunde ein Kunstwerk zu einem Gedicht erstellen sollten. Sie kamen zum Ergebnis, dass es keine klare Trennung der vier Phasen gebe.

Dörner (1976) denkt über den Zusammenhang zwischen Inkubationsphase und plötzlichem Einfall nach. In der „Sensibilität des sublimen Ichs für Harmonie und Eleganz“ könne des Rätsels Lösung liegen. Verknüpfungen, die eine zusammenhängende Struktur bilden, könnten vergessens-resistenter sein, als isolierte Verknüpfungen (Dörner, 1976, 92ff).

1. Die Auseinandersetzung mit einem Thema erzeuge eine relativ diffuse Vorstellung der Lösung.
2. In der Inkubationszeit zerfalle die Gesamtkonstellation der erarbeiteten Sachverhalte allmählich.
3. Vornehmlich in einer entspannenden Situation, die durch über-generalisierendes Denken gekennzeichnet sei, trete die Lösungskonstellation wieder ans Licht. Unmittelbarer Auslöser könne ein äußeres Ereignis sein, das sich als vereinfachtes Modell in die diffuse Vorstellung einfüge.

1990 befragt Hertlein 27 Künstler zu ihrem Schaffensprozess. Zehn der befragten Künstler berichten, die (eventuell nicht am Anfang des Schaffensprozesses auftauchende, d.V.) Idee im Moment der Ideenfindung wie ein Foto vor Augen gehabt zu haben (21 %). Zwei Künstler beginnen ihren Schaffensprozess explizit mit einem plötzlichen Einfall (4 %). Die Ideen seien in diesen Fällen sehr klar und konkret und könnten sofort umgesetzt werden.

Weitere 35 % erklären - ähnlich den Feststellungen Wallas - oft sei die Vorstellung vom Zielzustand nur sehr vage, besonders wenn es um die Darstellung einer Befindlichkeit gehe (N=17).

Damit kommt Hertleins Untersuchungen zufolge bei einem Viertel der untersuchten Künstler ein plötzlicher Einfall vor, der plötzlich komplett in der Vorstellung vorhanden ist.

Ciampi (1997) stellt den plötzlichen Einfall als lustvolle Spannungslösung nach einer Phase unlustvoller Spannung dar. Dabei, so meint er, wirke die Attraktivität stimmiger Lösungen wegbahnend. In diesem Sinne führten gedankliche Attraktoren und Repulsoren (etwa, wenn Veränderungen anstehen) dazu, dass Lösungen angedacht oder verworfen würden. Die so eingeschliffenen Denkwege liefen häufig auch unbewusst ab und würden im Laufe der Zeit immer stärker differenziert und vernetzt (Ciampi, 1997, 107f.). Die vorgebahnten Wege träten dann im Schlaf, Traum oder etwa bei kreativen Prozessen zu Tage und würden als intuitive Erkenntnisse empfunden werden. In kreativen Prozessen käme es gleichzeitig zur lustvollen "Lösung affektiv-kognitiver Spannungen durch Harmonisierung von lange Zeit quälenden oder beunruhigenden Widersprüchen"(Ciampi, 1997, 162.).

Offensichtlich gibt es zwar nicht bei allen Künstlern, aber doch oft, einen plötzlichen Einfall, der nicht planbar ist. Er scheint von einer besonderen Sensibilität und über-inklusivem Denken her zu rühren. Fraglich ist, ob die in Laborexperimenten konzipierten Untersuchungen dem plötzlichen Einfall, wie Wallas ihn beschreibt, entsprechen, ja, ob sich plötzliche Einfälle überhaupt in einem Laborexperiment nachweisen lassen.

2.3 Der Einfluss der Persönlichkeit

Zeitgleich mit dem Phasenkonzept (Wallas, 1926) analysiert auch Catherine Cox (1926) die Biografien 300 genialer historischer Persönlichkeiten. Ihre Forschungen ergaben einen hohen mittleren Intelligenzquotienten mit einem Schätzwert von 154. Dazu kämen Merkmale wie Beharrlichkeit, Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, sowie Charakterstärke. Damit begannen auch intensive Forschungen bezüglich der Merkmale kreativer Persönlichkeiten. Guilford (1950) beschreibt acht Faktoren, die kreative Persönlichkeiten besonders auszeichneten: das Erkennen von Widersprüchen, Unverträglichkeiten und Lücken; überdurchschnittliche Frustrations-Toleranz; die Fähigkeit, viele Ideen zu produzieren, die er auch als Flüssigkeit im Denken bezeichnet; Flexibilität, also die Fähigkeit zu Neuorganisation von Wissen; das Erkennen entscheidender Lösungsansätze; mit hoher Motivation zusammenhängendes breites und gründliches Wissen und die Fähigkeit, Ideen kommunizierbar zu machen.

Über den 16-Persönlichkeits-Faktoren-Test ermittelt Cattell (1970) zusätzlich zur Intelligenz besonders hohe Werte in den Merkmalen Empfindsamkeit und Selbstgenügsamkeit, gefolgt von Dominanz, Selbstsicherheit, Unkonventionalität und Offenheit für Veränderungen. Geringe Werte wiesen die untersuchten kreativen Personen dagegen bei Kontaktorientierung, Lebhaftigkeit und Zurückhaltung auf (Schuler/Görlich, 2007, 11ff).

Wie Laux (2008, 313) feststellt, unterscheiden sich kreative von nicht kreativen Persönlichkeiten vor allem durch eine hohe Offenheit für neue Erfahrungen, verbunden mit Ambiguitäts-Toleranz, also der Fähigkeit, Vieldeutigkeit zu ertragen. Nach Maier et al. (2007) seien weitere Merkmale hohe Selbstsicherheit, geringe Gewissenhaftigkeit und intrinsische Motiviertheit. Ein weiterer besonderer Unterschied bestehe in geringer Konventionalität. Dieser Nonkonformismus könne zwar auf die Erwartungen des Kunstmarktes zurückzuführen sein; dies erklärt aber nicht, warum Kreative sich oft auch durch Dominanz und Eigenwilligkeit bis hin zu Unverträglichkeit ausweisen.

Weinert (1991) nennt neben Flüssigkeit, Flexibilität und Originalität des Denkens eine besondere Sensitivität, Probleme zu erkennen. Auch in Forschungen von Aron (1996) wird eine bei Künstlern häufig vorkommende emotionale Überwältigung durch ein Übermaß an unsortierten Wahrnehmungen, die sie „Überflutung“ nennt und auf deren hohe Sensibilität, zurückführt, beschrieben (Aron 1996; s.a. Schuler/Görlich 2007, 26).

Wallas misst neben hoher Sensitivität auch intellektuellem Interesse, Ehrgeiz und Hingabe, im Original „public spirit, ambition and loyalties“ eine Rolle für die Kreativität einer Person bei. (Wallas, 1927, 75f.) Daraus lässt sich schließen, dass kreative Persönlichkei-

ten nicht nur auf eine bestimmte Art sensibler, sondern auch intrinsisch motivierter sind.

Die Untersuchungen Hertleins (1990) ergeben, dass neben der Arbeitssituation die künstlerische Persönlichkeit den Schaffensprozess nachhaltig beeinflusst. Er unterscheidet zwei Typen von Künstlern. Den einen Typus nennt er nach dem griechischen Gott Apoll apollinisch, den anderen nach Dionysos dionysisch.

Während der apollinische Künstlertyp sein „künstlerisches Tun völlig losgelöst von der eigenen Person und Befindlichkeit“ sehe, betonten dionysische Künstler die kathartische Wirkung des kreativen Ausdrucks. Sie erlebten ihre künstlerische Arbeit als „hilfreich und spannungsmildernd“ (Hertlein, 1990, 74).

Der apollinische Typus gehe planend vor, suche sich gerne ein Objekt in der Natur, das er in Struktur oder Komposition als bildwürdig und interessant betrachte. Wichtig sei ihm allerdings, dass das Objekt zum Ausdruck eines Inhalts geeignet sei (Hertlein, 1990, 146).

Er arbeitet demnach eher in bewussten, kontrollierten und additiven Herstellungsprozeduren, hat rationale, objektivierbare Prüfprozeduren und strebt nach handwerklich vollendeter Gestaltung. Am Ende des Prozesses überprüft er sein Werk. Falls er mit dem Ergebnis zufrieden ist (+), beendet er sein Werk; kommt er zum Ergebnis, dass das angestrebte Ziel noch nicht erreicht ist (-), geht er zurück zur Umsetzung durch Anfügeoperationen. Die Werke des apollinischen Künstlers sind linear, geordnet, wenig abstrakt und von geringer Spannung (s. Abb. 2.2, S. 13).

Der dionysische Künstler dagegen verarbeite eine Auseinandersetzung mit seinem eigenen Selbst, seinen Befindlichkeiten, Sichtweisen und Erfahrungen. Da diese oft nur vage seien, bestehe ein großer Teil des Schaffensprozesses darin, sie zu konkretisieren und bewusst zu machen. Die zunächst diffusen Vorstellungen verdichteten sich im Lauf des Prozesses „in einem Dialog zwischen Künstler und Werk“. Das Werk verselbstständige sich während des Schaffensprozesses, bis hin zu einer eigenständigen, vorher nicht intendierten Bedeutung. Der dionysische Prozess sei, so Hertlein, wenig geplant und enthalte unkontrollierte Phasen ungerichteter Aufmerksamkeit, in der versucht werde, an unbewusste Inhalte heranzukommen. Als abgeschlossen empfinde der dionysische Künstler sein Werk, wenn die subjektiv wahrgenommene Emotion im Werk ausgedrückt sei (Hertlein, 1990, 158f.).

Der dionysische Typ enthält also unbewusste Herstellungsprozeduren und emotionale, subjektive Prüfkriterien. Sein Thema sind eher abstrakte Werke, die Gestaltungen weniger geordnet, eher malerisch und dynamisch.

Ähnlich stellt auch Panofski (1964) das Kunstwerk als „Selbstoffenbarung eines grundsätzlichen Verhaltens zur Welt“ dar (in (Eid/Langer/Rupprecht, 2000, 92). Verhalten und Persönlichkeit im Zusammenspiel ergeben demnach eine Konstellation, die kreative Lösungen für Problemstellungen hervorbringen kann.

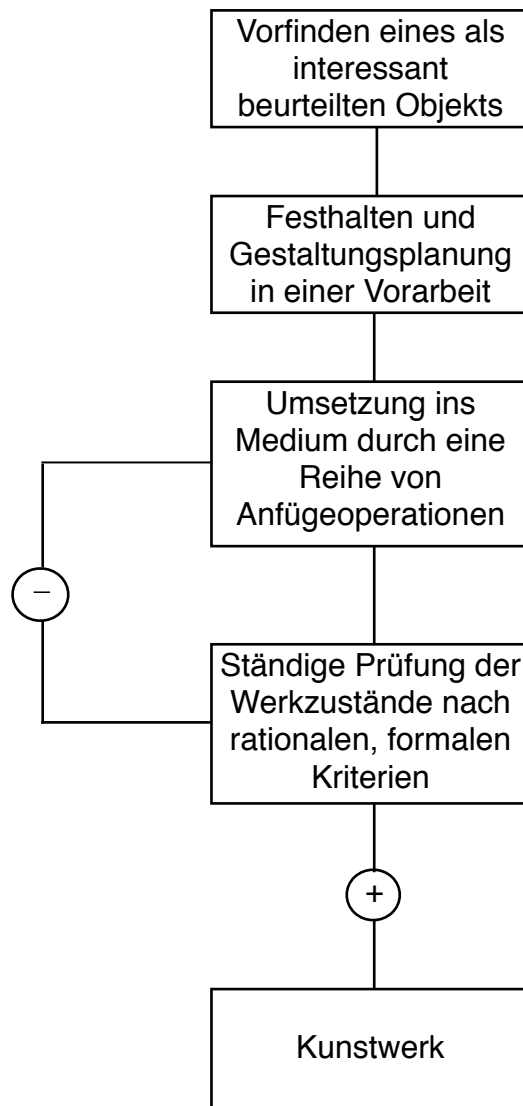


Abbildung 2.2: Der Schaffensprozess apollinischer Künstler (Hertlein, 1990)

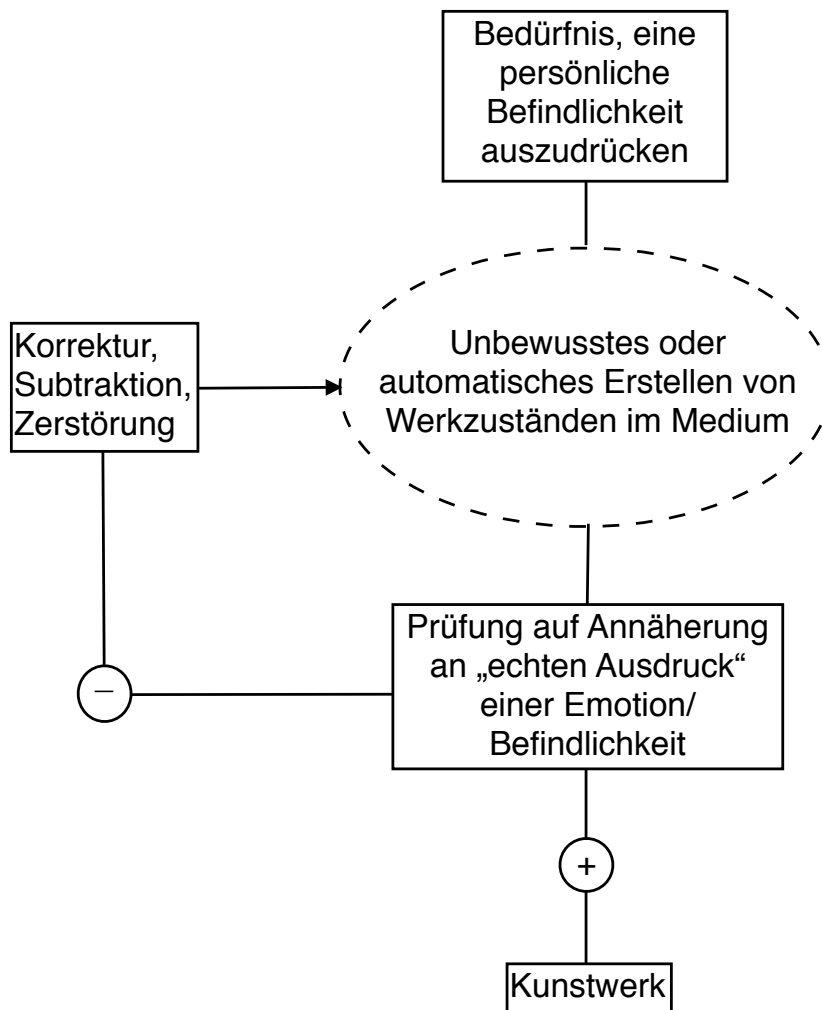


Abbildung 2.3: Der Schaffensprozess dionysischer Künstler (Hertlein, 1990)

2.4 Kreativität als Problem-Löse-Fähigkeit

Die Entdeckung neuer Lösungen für ein Problem erfordert heuristische Kompetenzen, d.h. es beinhaltet das Lösen von Problemen in einer von hoher Unbestimmtheit geprägten Situation.

Jens Rasmussen (1983) fand bei der Untersuchung von Arbeitsverhalten in kritischen Situationen drei verschiedene Verhaltensweisen: „Fähigkeitsgeleitetes“, „regelgeleitetes“ und „wissensbasiertes“ Handeln (skill-based, rule-based und knowledge-based behaviour). Mit fähigkeitsgeleitetem Verhalten ist automatisiertes Verhalten gemeint, bei dem auf vorgeprägte sensu-motorische Koordinationen zurückgegriffen werden kann. Regelgeleitetes Handeln wird bei der Übertragung von Regeln angewendet. Bei wissensgeleitetem Handeln gibt es zwar Wissen darüber, welches Ziel erreicht werden sollte, es fehlt aber das Verhaltensprogramm. Wie man genau zum Ziel kommt, ist unklar. So probiert man per Versuch-und-Irrtum aus, ob man zum Ziel kommt.

In risikoreichen Situationen, so Dörner, werden alle drei Verhaltensweisen der Reihe nach durchprobiert. (Dörner, 2008, 508ff.).

Dabei werden probeweise verschiedene Operationen aneinandergereiht, so lange, bis das gesetzte Ziel erreicht ist. Nachdem ich mir also eine Sache überlegt habe, stelle ich mir diese Situation vor, dann überlegt ich mir den nächsten Schritt, stellt mir den wieder vor und so weiter.

Die Schwierigkeit ist, dass diese Vorgehensweise auch zu einer völlig sinnlosen und gar nicht zielführenden Suche nach einer Lösung führen kann. Woher weiß man, was zur Lösung die geeignete Auswahl ist, in welche Richtung die Überlegungen gehen sollen oder wann man mit der Aneinanderreihung von Versuchen aufhören oder noch weitermachen muss?

Aus der Menge an Informationen die Richtigen auszuwählen kann, so Dörner, nur mit Hilfe einer Auswahl von Makrooperatoren geschehen, hat aber den Nachteil, dass diese Betrachtungsweise für das konkrete Ziel zu grob sein kann (Dörner, 2008, 493).

Dazu kommt eine Hintergrundkontrolle, bei der ständig überprüft wird, ob noch das richtige Ziel verfolgt wird.

Eine systematischere Vorgehensweise ist planendes Handeln, bei dem gleiche Punkte oder ineinander verschachtelte Bereiche der Reihe nach behandelt werden (Dörner, 2008, 486ff).

Hier lässt sich zum Beispiel „die Ähnlichkeit der gegenwärtigen Situation mit dem Ziel vergleichen und die Verringerung der Zieldistanz als Möglichkeit der Vergrößerung der Ähnlichkeit messen“ (Dörner, 2008, 500)

Hertlein (1990) beschreibt die Vorgehensweise bei der Lösung von Problemen im künstlerischen Schaffensprozess ähnlich. Zunächst gäbe es keine oder nur ungenaue Zielkriterien. Erst zusammen mit der Konstruktion des Zielzustandes könne eine Basis für Kritik zur Beurteilung des Werkes entstehen. Im Verlauf des Schaffensprozesses tauchten innere Widersprüche auf und würden vor dem Hintergrund des Zielzustandes beseitigt. Die daraus sich ergebenden inneren Gesetzmäßigkeiten, nach denen das Werk dann beurteilt

werden könne, wirkten auf neue Konstruktionsphasen.

Neben dem kreativen (oder „plötzlichen“) Einfall wird auch analogem Denken als „via regis der Suchraumerweiterung“ (Dörner, 1976, 81) in der kognitiven Psychologie eine zentrale Rolle für kreatives Denken zugeschrieben.

Wichtige Erfindungen und Entdeckungen werden auf „Denken in Analogien“ zurückgeführt.

„Hierbei wird von der Übereinstimmung in einigen Punkten auf Entsprechung auch in anderen Punkten bzw. auf die Gleichheit von Verhältnissen geschlossen.“ (Oerter, 1998, 592). So ermöglicht das Erkennen eines Prinzips Rückschlüsse auf ein anderes Prinzip. (Oerter, 1998, 600).

So soll der Forscher Kekulé bei der Entdeckung des Benzolmoleküls im Kohlenwasserstoffatom nach einer intensiven Schaffensphase völlig frustriert nach Hause gekommen sein. Beim Anzünden eines Feuers im Kamin sei ihm durch einen schlangenförmig aus dem Kamin springenden Funken die Idee für die Form des Benzol-Moleküls gekommen.

2.5 Motivation, Emotion und Kognition

Wie Intelligenztests ergeben, gibt es keine nennenswerten Zusammenhänge zwischen Intelligenz und Problem-Löse-Fähigkeit. (Schaub 2001; Strohschneider et. al., 1991 zit. n. (Starker/Dörner, 1997, 1)). Starker und Dörner (1997) sehen vielmehr einen Zusammenhang zwischen emotional-motivationalem Empfinden und problemlösendem Verhalten. Ihre Untersuchung bezieht sich auf das Verhalten in komplexen Situationen mit einem hohen Grad an Unbestimmtheit. Wie sie feststellen, „ist es notwendig, Merkmale der ablaufenden kognitiven Prozesse mit Merkmalen des emotional-motivationalen Zustands zu verbinden, um Verhalten erfolgreich prognostizieren zu können.“ (Starker/Dörner, 1997, 252).

Über Motivation und Emotion könnte sich demnach ein Zugang zu Kreativität ergeben.

2.5.1 Motivation

Motivation kommt von dem lateinischen Wort „movere“, das „bewegen“ bedeutet. Motivation ist also die Lehre darüber, was uns in Bewegung versetzt, also bewegt, etwas in Angriff zu nehmen oder zu tun. In der Motivationspsychologie unterscheidet man zwischen Motiven und Motivation. Motive sind latente Verhaltenseigenschaften (oft auch als traits bezeichnet), die über längere Lebensspannen konstant sind, während mit Motivation Zustände (states) bezeichnet werden, die mit Emotionen einhergehen und Verhalten bewirken.

Rheinberg (2004) definiert Motivation als „eine aktivierende Ausrichtung des momentanen Lebensvollzugs auf einen positiv bewerteten Zielzustand.“

„Für die Leistungsmotivation ist das Zusammenwirken von Erwartung und Wert (Anreiz) ausschlaggebend. [...] Die Erwartung ist die subjektive Wahrscheinlichkeit, eine Aufgabe

zu bewältigen. Der Anreizwert einer Leistung ist in der Hauptsache ein Effekt, nämlich Stolz über die erbrachte Leistung. Da man stolzer ist, wenn man eine schwierige Leistung vollbracht hat, steigt der Anreizwert mit sinkender Erfolgswahrscheinlichkeit. Ebenso wächst der Mißerfolgsanreiz mit sinkender Mißerfolgswahrscheinlichkeit an. Auf diese Weise bewegt sich die Leistungsmotivation im Konfliktfeld zwischen Hoffnung auf Erfolg und Furcht vor Mißerfolg.“ ((Oerter, 1998, 787))

Auch Rheinberg (2004) meint, verschiedene Teilkomponenten und -prozesse, wie Erleben und daraus folgendes Verhalten, wirkten für das Erreichen eines Zielzustandes zusammen. So lässt sich Motivation auch als Druck-und-Zug-Prinzip darstellen: Denn sowohl Angst vor Beschämung, als auch Begeisterung für eine Sache können Anreiz sein, ein Ziel zu erreichen (Rheinberg, 2008, 15).

2.5.2 Intrinsische Motivation

Rheinberg setzt sich in seinem Aufsatz zu Motivation und Flow-Erleben ausführlich mit der Definition „intrinsischer“ und „extrinsischer Motivation“ auseinander: „[...] „intrinsisch“ wären demnach die Anreize, die im Vollzug der Tätigkeit liegen, [...] „extrinsisch“ wären anreizbesetzte Ereignisse oder Veränderungen, die sich einstellen, wenn diese Tätigkeit erfolgreich erledigt ist.

Csikszentmihlyi (1991) verwendet für „intrinsische Motivation“ den Begriff der tätigkeitszentrierten „autotelischen Motivation“. Je nach Anreizschwerpunkt könne der verwendete Begriff stärker auf das Interesse oder auf tätigkeitsspezifische „Vollzugsanreize“ zielen (Csikszentmihalyi, 1991).

Interesse hat also mit der antizipierten Erwartung und dem Wert zu tun, den man einer Sache beimisst. Dies kann aus der Tätigkeit selber oder aus dem Ergebnis der Tätigkeit rühren.

Deshalb werden die in der Lernmotivation verwendeten Begriffe der Lernziel-Orientierung als „Kompetenzen erwerben“ und der Performanz-Orientierung als „Kompetenzen zeigen“ verstanden. (Rheinberg, 2004, 6ff)

Deci und Ryan (1980,1985) sehen den Ursprung von Motivation im Wunsch, Selbstbestimmung und Kompetenz zu erleben. (Rheinberg, 2004, 6ff)

2.5.3 Flow-Erleben

Bei einer Befragung von Künstlern stellt nun Csikszentmihalyi (1975) fest, dass diese während ihrer künstlerischen Arbeit ein ausgeprägtes positives Erlebnis haben, das sie motiviert, dieses immer wieder anzustreben.

Er bezeichnet dieses Erlebnis, das er in der Folge auch bei anderen Akteuren autotelischer Aktivitäten entdeckt, als „Flow“ und definiert es als „selbstreflexionsfreies, gänztliches Aufgehen in einer glatt laufenden Tätigkeit bei der man trotz Kapazitätsauslastung das Gefühl hat, den Ablauf des Geschehens gut unter Kontrolle zu haben.“ (Csikszentmihalyi 1975, in Heckhausen/Heckhausen 2006, 345)

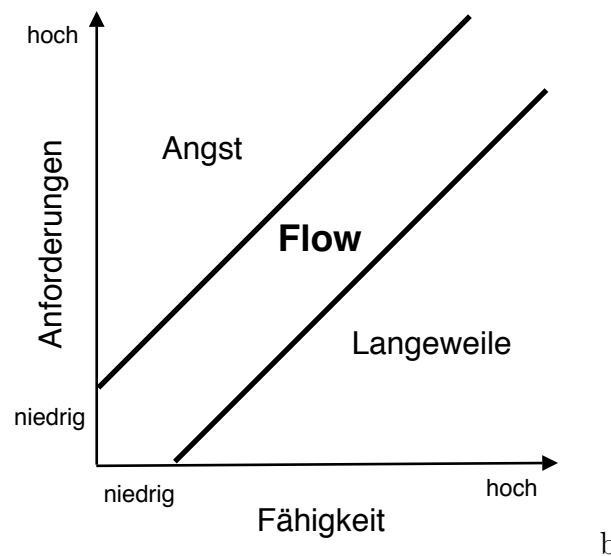


Abbildung 2.4: Das Flow-Kanal-Modell (Csikszentmihalyi, 1975)

Ausschlaggebend sei, so Csikszentmihalyi (1975), die erlebte optimale Passung zwischen Anforderung und Fähigkeit. Diesen Effekt stellt er im Flow-Kanal-Modell dar (s. Abb. 2.4 S. 18).

Komponenten des Flow-Erlebens sind (nach Csikszentmihalyi 1975, in Rheinberg 2008):

1. Man fühlt sich optimal beansprucht und hat trotz hoher Anforderung das Gefühl, das Geschehen noch gut unter Kontrolle zu haben (Balance zwischen Anforderung und Fähigkeit auf hohem Niveau).
2. Handlungsanforderungen und Rückmeldungen werden als klar und interpretationsfrei erlebt, so dass man jederzeit und ohne nachzudenken weiß, was jetzt als richtig zu tun ist.
3. Der Handlungsablauf wird als glatt erlebt. Ein Schritt geht flüssig in den nächsten über, als liefe das Geschehen gleitend, wie aus einer inneren Logik heraus.
4. Man muss sich nicht willentlich konzentrieren, vielmehr kommt die Konzentration wie von selbst, ganz so wie die Atmung. Es kommt zu Ausblendung aller Kognitionen, die nicht unmittelbar auf die jetzige Ausführungsregulation gerichtet sind.
5. Das Zeiterleben ist stark beeinträchtigt; man vergisst die Zeit und weiß nicht, wie lange man schon dabei ist. Stunden vergehen wie Minuten.

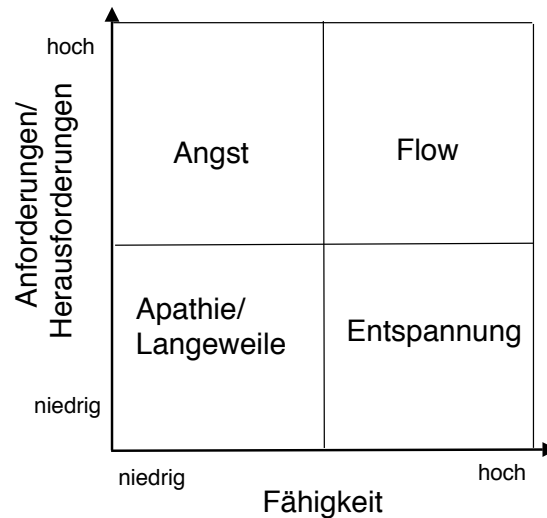


Abbildung 2.5: Das Flow-Quadranten-Modell (Csikszentmihalyi, 1991)

6. Man erlebt sich selbst nicht mehr abgehoben von der Tätigkeit, man geht vielmehr gänzlich in der eigenen Aktivität auf („Verschmelzen“ von Selbst und Tätigkeit). Es kommt zum Verlust von Reflexivität und Selbstbewusstheit. (Heckhausen/Heckhausen, 2006, 346)

Csikszentmihalyi (1991) beschreibt verschiedene Intensitäten von Flow-Erleben (Csikszentmihalyi, 1991, 147ff.). Dabei unterscheidet er zwischen „Tiefem Flow“, bei dem alle oben genannten Teilkomponenten vorhanden sind, und „Microflow“, bei dem einzelne Komponenten in einer schwächeren Ausprägung vorkommen. Hier werde der Antrieb aus vielen kleineren Handlungen im Alltag bezogen, bringe aber keine so ausgesprochene Freude hervor wie „deep“ Flow, der das Verschmelzen von Selbst und Tätigkeit enthalte (Engeser/Vollmeyer, 2006, 64).

Die Schwierigkeit bei Forschungen zum Flow-Erleben besteht darin, dass Flow bei Unterbrechungen beeinträchtigt wird.

Rheinberg erklärt dies mit der hierarchischen Organisation menschlicher Aktivitäten, wie sie in Handlungsregulationskonzepten dargestellt sind (Cranach, Kalbermatten, Indermühle & Gugler (1980); Heckhausen (1987); Hacker (1986)). Während des Handlungsvollzugs könnten demnach nicht alle Ebenen zugleich Bewusstheit erlangen, sondern die Aufmerksamkeit werde dorthin gelenkt, wo sie benötigt würde. So würde bei einer motorischen Handlung, die eindeutige Ziele und Rückmeldungen enthalte, keine Aufmerksamkeit für Reflexionen benötigt. Während des Flows erlaube dazu die rasche Aufeinanderfolge der Handlungen kein Nachdenken mehr, so dass auch keine Kapazität für Reflexionen vorhanden sei (Rheinberg, 2008, 160).

So ließen sich Flow-Erlebnisse zunächst nur in Interviews nachweisen. In weiteren Forschungsschritten entwickelt Csikszentmihalyi die EMS (Erlebnisstichprobenmethode). Während der Tätigkeit fragt ein Signalgeber zu unvorhersehbaren Zeitpunkten Skalierungen ab (Heckhausen/Heckhausen, 2006, 348).

1991 fasst Csikszentmihalyi seine neueren Forschungsergebnisse im Flow-Quadranten-Modell zusammen (s. Abb. S. 19).

Ciampi (1997) beschreibt ähnlich: Attraktoreffekte führten dazu, dass alles Wahrnehmen und Denken von den entsprechenden Affekten in ihren Bann gezogen würde. Dies könne man auch als Bewusstseinsfokus sehen (Ciampi, 1997, 153f.). Bewusstsein sei in diesem Sinne ein „relativ scharfer psychischer und zugleich neurophysiologischer Fokus der Aufmerksamkeit, in welchen simultane multimediale Verarbeitungsprozesse aus verschiedenen Sinnesgebieten konstant einfließen und sich dort dann zu einem energiereichen Brennpunkt bündeln“ (Ciampi, 1982, Kap.4). Dieser Bewusstseinsfokus sei hier einerseits hochgradig eingeeengt, andererseits aber maximal ausgeweitet auf die ganze Welt und jede beliebige Einzelheit darin (Ciampi, 1997, 195).

Bei Flow-Erlebnissen lässt sich ein Expertise-Effekt feststellen: Flow tritt auf, wenn die Basiskompetenzen beherrscht werden; bei einfachen Tätigkeiten wie Computerspielen könne, so Rheinberg (2008), der Floweffekt aber auch bei Novizen auftreten.

Hentsch (1992) stellt an Künstlern eine Korumpierungsresistenz fest. Er vergleicht Profimaler mit Hobbymalern. Im Gegensatz zu Hobbymalern war bei ihnen der Flow-Effekt der stärkste Anreiz für ihr Schaffen (Hentsch, 1992, 94). Obwohl es eine extrinsische Belohnung gibt, zeigt sich hier - ähnlich wie bei Csikszentmihalyis erster Beobachtung künstlerischen Arbeitens - in der intrinsischen Belohnung der Hauptanreiz (Heckhausen/Heckhausen, 2006, 348).

Rheinberg 2008 entwickelt die FKS (Flow-Kurz-Skala), ein Kurzverfahren, durch das sich der Flow-Zustand über zehn Items in 30 bis 40 Sekunden erfassen lässt. Die Probanden ordnen sich auf einer Sieben-Punkte-Skala von „trifft nicht zu“ bis „trifft zu“ ein.

Schallberger (2000) ist dagegen der Meinung, dass sich Flow-Erleben über Emotionen bestimmen lässt. Er unterteilt diese in Valenz und Aktivierung. Valenz unterscheide sich in positive und negative Emotionen, die sich mit unzufrieden, zufrieden oder glücklich und unglücklich beschreiben lassen. Bei positiver Aktivierung seien die Menschen hellwach, tatkräftig, begeistert; bei negativer dagegen nervös, angespannt und verärgert. Bei Kletterern stellte Aellig (2004) in einer darauf folgenden Untersuchung allerdings fest, dass sowohl positive, als auch negative Emotionen vorkommen, glücklich seien die Kletterer aber erst hinterher gewesen (Engeser/Vollmeyer, 2006, 65).

Engeser, Rheinberg, Vollmeyer u. Bischoff (2005) können einen positiven Zusammenhang zwischen Flow-Erleben und Leistung nachweisen. Sie untersuchten Studenten im Fremdsprachenunterricht anhand der FSK und stellten hochsignifikante Zusammenhänge zwischen Note und Flow-Erleben fest. Obwohl es auch Befunde gibt, die gegen den Zusammenhang zwischen Ergebnis und Flow sprechen, lassen sich auch positive Korrelationen nachweisen. Ähnliche Ergebnisse zeigt auch eine Studie von Vollmeyer und

Rheinberg (2003), bei der starke Leistungseffekte unter experimentell kontrollierten Bedingungen bei einem Computerspiel nachweisbar waren. Spieler, die während des Spiels einen Flow erlebten, zeigten demzufolge hochsignifikant höhere Leistungspunkte ($r=.60$), als solche, die keinen Flow erlebten (Rheinberg, 2008, 156).

2.5.4 Emotion

Insgesamt herrscht eine relative Uneinigkeit darüber, wie Emotion zu definieren ist. Der Begriff „Emotion“ kommt aus dem Lateinischen „emotio“ = das Gefühl.

Emotionen können unterschieden werden nach Emotion, Affekt, Gefühl und Stimmung. Der Begriff des Affekts wird in der deutschen Literatur zur Bezeichnung kurzfristiger, intensiver Emotionen, die mit kurzzeitigem Kontrollverlust einhergehen, verwendet; bei Gefühl steht dagegen die subjektive Erlebnisqualität einer Emotion im Mittelpunkt (Otto/Euler/Mandl, 2000, 12ff.).

Grundsätzlich lassen sich Emotionen von Stimmungen unterscheiden, so Ewert (1983). Stimmungen sind von größerer Dauer, weniger intensiv und objektbezogener als Emotionen. So wird zur Beschreibung des Verhältnisses von Emotion und Stimmung häufig die gestaltpsychologische Figur-Grund-Unterscheidung hergenommen. Demnach sind Stimmungen mit dem Grund vergleichbar, der in einer Art Dauertönung ein Erlebnisfeld darstellt, von dem sich mehr oder weniger scharf andere Erlebnisse abheben.

Außerdem, so Ewert (1983), schließt Emotion als Oberbegriff den körperlichen Zustand und das Ausdrucksverhalten mit ein.

Dorsch (1970) betont die Subjektivität von Gefühlen. Einerseits seien sie universell, weil sie nicht unbedingt einzeln auftreten, sondern sich gegenseitig beinhalten könnten, andererseits aktuell, weil sie je nach Situation und Person unterschiedlich verliefen (Otto/Euler/Mandl, 2000, 12ff.).

Machleidt (1989, 1992) schließlich weist über Hirnstrombilder (EEG) mittels spektralelektro-encephalographischer Methoden fünf so genannte Basisgefühle nach, nämlich Interesse (oder „Hunger“, „Appetenz“), Angst, Wut, Trauer und Freude. Andere Gefühle kämen als Mischung dieser Basisgefühle vor. Er meint, neue Ereignisse hätten die Tendenz, in der oben beschriebenen Reihenfolge abzulaufen (Ciompi, 1997, 59).

Scherer (1981) fasst Emotionen hauptsächlich als eine Schnittstelle zwischen der Umwelt und dem Organismus auf. Emotionen vermittelten demnach zwischen ständig wechselnden Umweltsituationen und Ereignissen und dem Individuum: „Emotion ist eine Episode zeitlicher Synchronisation aller bedeutenden Subsysteme des Organismus, die fünf Komponenten bilden (Kognition, physiologische Regulation, Motivation, motorischer Ausdruck und Monitoring/Gefühl), und die eine Antwort auf die Bewertung eines externalen oder internalen Reizereignisses als bedeutsam für die zentralen Bedürfnisse und Ziele des Organismus darstellt.“ Auch Krapp & Weidemann (2006) stellen Person-Umwelt-Transaktionen in den Mittelpunkt. Emotionen signalisierten dem Handelnden, inwiefern eine Situation seinen Bedürfnissen, Motiven, Zielen, und Kompetenzen entspricht (Krapp/Weidemann, 2006, 209).

Traxel schließlich stellt den Aspekt der Spannung und Lösung von Gefühlen in den Vordergrund. Demnach bewegen sich Gefühle zwischen Lust und Unlust, Submission und Dominanz. Damit berührt er, wie auch schon Lewin mit dem Appetenz - Aversions-Konflikt, den Bereich der Motivation.

Gefühle sind also nicht einfach punktiert, sie beinhalten andere Gefühle, verändern sich und sind eher subjektiv erkennbar. Aus Angst kann beispielsweise Furcht oder Sicherheit werden.

Damit enthalten Emotionen auch Lösungen für allgemeine Probleme; sie geben Hinweise dazu, was man bei bestimmten Gefühlslagen tun oder lassen sollte. So beschreibt Dörner (2008) Gefühle als Modulationen von Verhalten, die sich wie Farben oder Formen zu Gegenständen, Wahrnehmungen, Planungen und Handlungen verhalten (Dörner, 2008, 565). Ein Beispiel sei, dass jemand aus dem Zorn heraus heftiger handle, als ursprünglich beabsichtigt. Daneben differenziert er Emotionen in

1. eine Antizipation, d.i. das Empfinden einer Erwartung, die einen unklaren Hintergrund hat und Lust oder Unlust bereiten wird;
2. ein Motiv mit noch unklarem Zielzustand;
3. Empathie oder Austausch von L-Signalen. (Dörner, 2008, 559)

2.5.5 Emotion und Kognition - Konflikt oder Ergänzung

Der jahrhundertealte Konflikt zwischen „emotio“ und „ratio“, der sich auch in den verschiedenen Strömungen der Kunst und Architektur wieder findet, hat oft zu der Frage geführt, ob Emotion und Kognition sich ergänzen oder widersprechen.

So postuliert Mandl (1983, 2f.), Emotion und Kognition müssten entgegen dem Modell des Widerstrebens von Fühlen und Handeln im wechselseitigen Beziehungsverhältnis erfasst werden.

Beide seien Aspekte eines Phänomens, nämlich des menschlichen Handelns. Er bezieht sich auf Piaget, der emotionale Prozesse als Energielieferanten für das Funktionieren kognitiver Prozesse gesehen habe (Piaget 1981, 5). „Die Bedeutung des Begriffes ‚Kognition‘ umfasst Phänomene der Informationsverarbeitung, wie Prozesse des Aufmerkens, des Lernens, des Speicherns, des Erinnerns, des Abstrahierens und des Problem-Lösens. Kognitive Prozesse sind in unterschiedlichen Ausmaß an allen psychischen Aktivitäten beteiligt.“ Wahrnehmung, Erinnern, Vorstellung, Denken und Sprechen seien zentrale Komponenten aller Modelle. Auch Ciompi erklärt, Emotion, Kognition und Verhalten hingen untrennbar miteinander zusammen (Ciompi, 1997, 78).

Die Funktion der verschiedenen Verhaltensbereiche und Reaktionskomponenten wird allerdings kontrovers diskutiert.

So sehen die einen Kognitionen als „wesentlich für die Entstehung von Emotionen“, andere, wie Thomae gehen davon aus, dass „nicht nur Kognitionen Emotionen regulieren, sondern, dass Emotionen und Motivationen auch Inhalt, Form und Dynamik der kognitiven Systeme beeinflussen.“ (Thomae, 1996, 9).

Emotionale wie kognitive Prozesse spielen eine wichtige Rolle bei der Bewertung und Steuerung von Handlungen. Dörner sieht Emotionen als Modulatoren kognitiver Prozesse.

Gefühle verhalten sich demnach im Verhältnis zu „Wahrnehmungen, Planungen oder Handlungen und so fort wie Farben oder Formen zu den Gegenständen(...). Alle psychischen Prozesse sind (...) moduliert; sie laufen mit einem bestimmten Auflösungsgrad ab, mit einer bestimmten Sicherungsschwelle, einem bestimmten Konzentrationsgrad und einer bestimmten Aktivierung. Die Gefühle sind die spezifische Form der psychischen Prozesse.“ (Dörner, 2008, 565)

Auch Ciompi (1997) verbindet Emotions- und Kognitions-Psychologische Erkenntnisse mit chaos-theoretischen. Er unterscheidet ein ständig komplementäres Zusammenwirken eines umfassenden Affektsystems von einem davon wesensverschiedenen Kognitionssystem (Ciompi, 1997, 121) und sieht dabei Kognition als „das reine Erfassen und neuronale Verarbeiten von sensorischen Unterschieden und Gemeinsamkeiten, beziehungsweise von Varianzen und Invarianzen“ an (Ciompi, 1997, 72).

Er ist der Meinung, dass „untergründige affektive Komponenten die kognitiven Funktionen ständig und in vielerlei Weise beeinflussen.“ Diese wirken nicht nur als energiespendende Motivatoren, sondern auch als alles Denken stets in subtiler Weise organisierende, hierarchisierende und strukturierende Operatoren. Das führe zu einer „hochwirksamen kontextadäquaten“ Reduktion von Komplexität und zu einer ökonomischen Verarbeitung einer unsortierten Flut sensorischer Informationen. Damit werde die Anpassung sowohl an momentane, als auch, durch Verkopplung mit Gedächtnisinhalten, an zukünftige Erfordernisse optimal geleistet (Ciompi, 1997, 120).

Solche Aneignungsprozesse fänden nicht an einem Platz des Gehirns, sondern durch eine Verstärkung neuronaler Verbindungen, wie sie bei Flussläufen der Fall sind, (fast) über das ganze Gehirn verteilt statt. An anderer Stelle verwendet Ciompi auch das Bild eines Wege- und Straßensystems (Ciompi, 1997, 56f.). Als Beleg führt er die alle Körperfunktionen beeinflussende Wirkung von Furcht-Angst Systemen (Davis 1992; Ledoux 1994) oder durch Elektroden hervorgerufene Lustgefühle bei Ratten (Routtenberg 1978) an. Auf diese Art würden immer neue Fühl-, Denk-, und Verhaltensprogramme generiert (Ciompi, 1997, 121).

Kognitionen sind also immer durch Emotionen gefärbt; Motivation, Lust und Unlust, Ärger oder Angst spielen eine wesentliche Rolle für die Art, wie wir denken, lernen und handeln.

2.6 Das PSI-Modell

Dörner integriert die bestehenden Ansätze, indem er ein Modell der menschlichen Handlungsregulation entwirft, das er in eine Computersimulation überträgt und damit erprobt. Dort erschafft er ein künstliches Wesen, das er PSI nennt. PSI kann mittels eines Wahrnehmungsapparates Informationen aufnehmen, verarbeiten und sein Handeln regulieren. Kognitive, motivationale und emotionale Prozesse greifen dabei ineinander. Grundlegend für die Handlungsregulation von PSI ist das Kesselmodell. Drei Kessel repräsentieren die Bedürfnisse von PSI, die je nach Bedürfnislage mit Kraftstoff gefüllt oder leer sein können. Aus der Bedürfnislage ergibt sich die Handlungsregulation, die durch drei weitere Parameter der Informationsverarbeitung, den Auflösungsgrad, die Selektionsschwelle und die Aktiviertheit, gesteuert wird.

2.6.1 Bedürfnisse

Dörner geht neben den existentiellen Bedürfnissen wie Hunger, Durst und Schlaf von drei „informationellen“ Bedürfnissen aus:

- dem Bedürfnis nach Erfahrung der eigenen Wirksamkeit, die einem das Gefühl von Kompetenz vermittelt (White, 1959);
- dem Bedürfnis nach Bestimmtheit, das ist über zukünftige Ereignisse Bescheid zu wissen;
- und dem Bedürfnis nach Affiliation, also nach Bestätigung durch Mitmenschen.

Diese Bedürfnisse folgen einer Heterostase-Funktion. Leere Kessel lösen Unwohlsein, Angst, Arousal und Sicherungsverhalten aus. Gefüllte Tanks führen zu Wohlgefühl. Angesichts ständiger Herausforderungen, negativer Erlebnisse, wie Ärger, oder auch durch zu geringe Herausforderungen leeren sich die Kessel laufend. Außerdem sind sie untereinander verknüpft, d.h. sie bewirken sowohl gegenseitiges Entleeren, als auch gegenseitiges Füllen. Ist beispielsweise der Kompetenzkessel leer, wird sich auch der Bestimmtheitskessel leeren, denn jemand, der sich nicht kompetent fühlt, hat auch keinen Mut zu explorieren (Dörner, 2008, 304f.).

2.6.2 Aktiviertheit

Wenn sich die Bedürfniskessel leeren, führt dies zu Aktiviertheit. „Arousal“ ist ein psychologischer Fachbegriff für einen Zustand äußerster Aktiviertheit. Er löst intern eine Bereitschaft zu Handeln aus, die in der Stärke über das „AuSS“ (Allgemeines unspezifisches Sympathikussyndrom) reguliert wird. Im Kesselmodell kann man sich das „AuSS“ als Dampfdruck vorstellen (Dörner, 2008, 539). Steigender Druck durch eine bedenkliche Bedürfnislage erzeugt Aktiviertheit und letztlich verschiedene Handlungsmöglichkeiten.

Aktiviertheit wird über das Semantische Differential nach Osgood (1957) näher beschrieben als Erregung; sie kann einerseits als hell, aktiv und impulsiv erscheinen, andererseits als Beruhigung, die mit dunkel, ruhig und reflexiv charakterisiert wird.

Ich beschränke mich im Folgenden auf den Begriff des Arousals.

Im einen Fall bewirkt das Arousal zielgerichtetes Handeln, im anderen Fall eine Art Entschlusslosigkeit und Ausprobieren (Dörner verwendet auch den Begriff „Vagabundieren“) verschiedener Aktivitäten. Dazu verändern sich die Selektionsschwelle und der Auflösungsgrad (Dörner, 2008, 536ff).

2.6.3 Auflösungsgrad

Der Auflösungsgrad bedeutet, dass wir in stressigen Situationen „Nebel im Kopf“ empfinden. Ein niedriger Auflösungsgrad gibt schnell und effektiv einen holzschnittartigen Überblick darüber, was zu tun ist, der hohe Auflösungsgrad engt das Blickfeld ein, führt dafür aber zu genauer, detaillierter Wahrnehmung.

Der Auflösungsgrad beschreibt eine Fokussierung auf der einen, und Denken in die Breite auf der anderen Seite. Abhängig von Erfahrungen wird entschieden, welcher Auflösungsgrad zur Bearbeitung einer Aufgabe geeignet ist. Dabei wird nach einer hierarchisierten Wahrnehmung entschieden: Gefahren werden z.B. zuerst behandelt.

Sowohl ein hoher als auch ein niedriger Auflösungsgrad beinhalten Nachteile:

Bei einem hohen Auflösungsgrad, z.B. bei Vertiefung in eine Arbeit, ist die Wahrnehmung sehr genau, detailliert, dafür werden aber Signale aus dem Hintergrund nicht registriert.

Bei niedrigem Auflösungsgrad, z. B. bei Angst, ist die Wahrnehmung zwar grob und schnell, dabei aber häufig zu oberflächlich - und ungenau.

So verwechselt PSI beispielsweise eine Tanksäule mit einem Briefkasten und sucht dort nach dem Zapfventil (Dörner, 2008, 175ff). Auf der anderen Seite ist bei niedrigem Auflösungsgrad überinklusives Denken, d.h. wenig fokussiertes Denken, bei dem neue Aspekte einfließen können, möglich. Über-inklusives Denken tritt z.B. bei Entspannung auf und wird verantwortlich gemacht für das Finden neuer Lösungen, wie dies in einem Analogie-Schluss der Fall ist.

2.6.4 Selektionsschwelle

Die Selektionsschwelle moduliert die Dringlichkeit zur Selektion eines Motivs (Dörner, 2008, 446ff). Dazu reguliert sie das Ausmaß der lateralen Inhibition, die das jeweils handlungsleitende Motiv auf die anderen Motive ausübt (Dörner, 2008, 470). Die laterale Inhibition ist eine neuronale Schaltung, bei der nicht zielleitende Gedanken (neuronale Rezeptoren) gehemmt werden. Sie dient der Kontrastverschärfung in der Wahrnehmung und unterstützt die Konzentration auf das handlungsleitende Motiv (Dörner, 2008, 466ff).

Bei geringer Selektionsschwelle führt das geringste Indiz für Erfolglosigkeit zu einem Motivwechsel. Auch wenn sich mehrere Motive hinsichtlich ihrer Dringlichkeit und Erfolgserwartung (spezifischen Kompetenz) die Waage halten, führt dies zu ständigen Wechseln zwischen Motiven - Dörner nennt es Motivflimmern. Dann werden Dinge nur noch oberflächlich und mit wenig Nachhaltigkeit behandelt; nichts wird zu einem richtigen Ende gebracht, die Konzentration ist gering, hektische Aktivität und Unsicherheit (sinkende Kompetenz) prägen die Situation (Dörner, 2008, 457ff.).

Bei lateraler Inhibition (hohe Selektionsschwelle), kommt es dagegen zu hoher Konzentration, aber auch zu mehr Sturheit und Durchziehen einer Sache. Die Wahrnehmung von Nebensächlichkeiten, Umgebungsreizen, aber auch Gefahren ist jetzt ausgeschlossen. Dies ist ein Moment der Versenkung oder totalen Hingabe an ein Motiv (Dörner, 2008, 471).

Bei Sensibilität für seitwärts auftauchende Gelegenheiten ist die Selektionsschwelle also niedrig; bei Konzentration auf ein Ziel ist die Selektionsschwelle hoch.

2.6.5 Handlungsregulation

Arousal führt also zu Angst und Sicherungsverhalten, d.h. Ineffizienz-, Unbestimmtheits- und Anti-Legitimationssignale werden ausgelöst. Diese Signale wirken auf Motivatoren, die Handlungen zur Regulation der Bedürfnisse einleiten.

Zu den Handlungstendenzen gehören explorative Tätigkeiten, wie spezifische oder diversive Exploration, Nachdenken, Flucht oder Aggression. Planen kann systematisch erfolgen oder nach einem chaotischen System als „Versuch und Irrtum“.

PSI probiert in von hoher Unbestimmtheit geprägten Situationen nach der Rasmussen-Leiter folgende Lösungsversuche aus: Zunächst automatisiertes Verhalten, dann plant es die Anwendung von - aus anderen Situationen bekannten - Regeln; wenn auch das nicht gelingt, geht es über zum riskanteren „Versuch und Irrtum“- Handeln (Dörner, 2008, 508). Hinter der Erkundung in explorativen Tätigkeiten steckt der Versuch, Unbestimmtheit zu reduzieren.

Es gibt zwei Arten von Explorationstätigkeit:

- Die diversive Exploration ist ein Bedürfnis nach aktiver Kompetenzerweiterung (Berlyne 1975). Sie wird bei Unbestimmtheit eingesetzt, um Kompetenz- und Bestimmtheits-Gefühle zu erzeugen (Dörner, 2008). Diverse Exploration ist das Ergebnis von Langeweile. Langeweile ist ein Zustand, in dem man anfängt, Herausforderungen oder Ordnungsprinzipien zu suchen.

Ein anderes Beispiel wäre eine Tätigkeit, mit der man vor etwas ausweicht. So kann es passieren, dass man sich an einer Ecke der Wohnung wieder findet, wo man Bücher in ein Regal sortiert. Weshalb tut man das?

Durch Ordnen werden Effizienz-Signale ausgesendet, die Kompetenz steigt; mit erhöhtem Kompetenzgefühl erscheint es nicht mehr so schwer wie vorher, anstehende Aufgaben in Angriff zu nehmen.

Der Ordnungsprozess verläuft in diesem Fall suchend, die Wahrnehmung wird also immer breiter, die Selektionsschwelle sinkt, der Auflösungsgrad kann grober, aber durchaus auch differenzierter werden. Je nach Ursache ist die Aktiviertheit eher gering.

„Kozielecki (1987) bezeichnet sie [die diversive Exploration, d.Verf.] als „transgressives Bedürfnis“ und zählt es zu den menschlichen Grundbedürfnissen: es hat sein Ziel in sich selbst. Kozielecki meint, es hänge beim Menschen eng mit dem Selbstvertrauen zusammen, das durch ein erfolgreiches, transgressives Verhalten gesteigert werde.“ (Dörner, 2008, 359)

- Im Gegensatz dazu handelt es sich bei spezifischer Exploration um das Bedürfnis, vorhandene Unbestimmtheit aufzuklären. Dabei wird auf eine Explorations-Möglichkeit reagiert. Alles Forschen ist demnach spezifische Exploration. Hier ist es notwendig, hochkonzentriert (steigende Selektionsschwelle) immer stärker ins Detail zu gehen (Auflösungsgrad nimmt zu). Tätigkeiten, die Versenkung beinhalten, sind typisch für die spezifische Exploration. (Dörner, 2008, 355)

Durch die Handlung werden Signale ausgelöst, die die Bedürfnisse regulieren (Dörner, 2008, 538f.):

- Effizienz-Signale geben ein Gefühl der Selbstwirksamkeit - und erhöhen damit das Kompetenzgefühl;
- Bestimmtheits-Signale erhöhen die Vorhersagbarkeit der Zukunft, wirken also auf die Bestimmtheit;
- Legitimations-Signale geben das Gefühl, von Anderen akzeptiert und bestätigt zu werden und erfüllen damit das Bedürfnis nach Affiliation.

2.6.6 HyPercept-Prozess

Das Wort „HyPercept“ leitet sich ab von „Hypothese“ und „Perception“. Der HyPercept-Prozess stellt eine hypothesengeleitete Perception dar, die auf eine von dem Kognitions-Psychologen Ulrich Neisser vorgeschlagene Erkennungsprozedur zurückgeht (Dörner, 2008, 147).

Über die Wahrnehmung werden Schemata gespeichert. Dabei werden sie in Einzelteile zerlegt und diese in Lage und Relation zueinander durch Interknoten definiert. Der HyPercept-Prozess besteht aus einer Abfolge von Abtast-Prozessen dieser Interknoten und Schemata.

Nach jeder Wahrnehmung wird eine Hypothese gebildet; anschließend wird diese durch Abtasten von Inter-Knoten und Schemata überprüft. Auf diese Überprüfung hin wird eine neue Hypothese gebildet, die wiederum überprüft wird usw.



Die Wahrnehmung besteht aus einer Abfolge der Aufstellung und Überprüfung solcher Hypothesen. Dabei wird die Vorstellung von der Welt an das, was vorgefunden wird, angepasst.

Die Wahrnehmung und Überprüfung im HyPercept-Prozess basiert auf kognitiven, motorischen und sensorischen Wahrnehmungen.

Die Identifikation eines komplizierten Schemas besteht aus mehreren Schemata, deren Subschemata aus Interknoten und Subknoten bestehen. Die Entscheidung darüber, welcher Bereich als nächstes abgetastet wird, erfolgt nicht nur hierarchisiert, sondern iterativ, also durch Aneinanderreihung in einen größeren Zusammenhang einordnend (bottom up), und rekursiv, also immer ineinandergeschachtelter und differenzierter werdend (top

down) (180). Diese Verbindungen verdeutlichen den Nebensinn und die Konnotationen, die bei jeder Wahrnehmung, Erfahrung oder Bildung eines Begriffes mitschwingen (Dörner, 2008, 234).

Auch die Ursache für Beschleunigung und Verlangsamung in der Wahrnehmung ist im HyPercept-Prozess zu suchen.

Weil die Abfolge von Abtastprozessen sehr zeitaufwändig ist, wird die Geschwindigkeit des Verarbeitungsprozesses, also wieviel Abtastvorgänge gebraucht werden, über eine Hierarchisierung (Selektionsschwelle) gesteuert. Je weniger Zeit zur Verfügung steht, desto seltener wird abgetastet, je mehr Zeit bleibt, desto häufiger kann Wahrgenommenes abgetastet und damit desto genauer überprüft werden (Auflösungsgrad). Kommt es also zur Einschätzung, dass eine schnelle Entscheidung getroffen werden muss, sinkt der Auflösungsgrad und die Situation wird nur kurz, holzschnittartig, abgetastet. Ist viel Zeit vorhanden, kann dagegen ins Detail gegangen und häufig abgetastet werden (s. Arousal). (Diese Prozesse sind unbewusst. Die Hierarchisierung führt dazu, dass schon eingeschlagene Wege bevorzugt werden. Ich denke hier vor allem an die Entscheidung, ob Probleme kognitiv, sensorisch oder motorisch anzupacken sind (Ciompi). Hat sich jemand also gerade mit sensorischen Fragestellungen befasst, wird er die nächste Fragestellung tendenziell ebenfalls mit der vorher benutzten Denkweise zu lösen versuchen.)

Zugleich mit der vordergründigen Wahrnehmung läuft im Hintergrund die Sicherung des Erwartungshorizontes ab. Angenommen, jemand hört einer anderen Person zu. Dann wird er trotzdem noch die Abläufe in der Umgebung wahrnehmen, wie z.B. Vogelgezwitscher oder ein vorbeifahrendes Auto hören. Solange diese Geräusche seinem Erwartungshorizont entsprechen, wird ihn das nicht weiter beunruhigen; sie signalisieren ihm wahrscheinlich sogar, dass alles in Ordnung ist. Geschieht aber etwas Unvorhergesehenes, so wird er das Zuhören unterbrechen, um zu sehen, was los ist, ob es ihn betrifft usw. (Dörner, 2008, 513ff.).

Daraus ergibt sich ein Arbeitsgedächtnis aus vier Bereichen: Dem Situationsbild, dem Protokollgedächtnis, dem Erwartungshorizont und dem Absichtsgedächtnis.

Mittels des Situationsbildes wird die gegenwärtige Situation gespeichert (Vögel zwitschern, Autogeräusche...); mit dazu passenden Erfahrungen ergibt sich dazu ein Erwartungshorizont (Vögel zwitschern weiter, Autos fahren weiter). Ergebnisse des Sicherungsverhaltens gehen in das Protokollgedächtnis ein (Vogelgezwitscher, Autogeräusche, während der Gesprächspartner weiterredet). Passend zur Situation werden Handlungsabsichten gebildet (weiter Zuhören).

Im PSI-Modell sind also kognitive, emotionale und motivationale Prozesse zusammengefügt und können so gemeinsam erfasst und analysiert werden.

3 Forschungsfrage

Ich möchte in meiner Arbeit den künstlerischen Schaffensprozess näher beleuchten, um zu sehen, ob sich anhand des PSI-Modells von Dörner (1998) genauer auf den Punkt bringen lässt, was dort geschieht, welche Prozesse im Einzelnen dahinter stecken. Dies betrifft insbesondere auch den Bereich des „unbewussten oder automatisierten“ Erstellens von Kunstwerken in Hertleins Modell des dionysischen Schaffensprozesses. Weiter interessiert mich, ob die Erfahrung des kreativen Schaffensprozesses Schlüsse auf die kreative Persönlichkeit zulässt.

3.1 Forschungsgegenstand

Für meine Arbeit haben sich zwei Künstler bereit erklärt, ihre Schaffensprozesse bei der künstlerischen Gestaltung zu beobachten und aufzuzeichnen. Sie wurden aufgefordert, ihre Gefühle, Gedanken und Handlungen möglichst genau zu beobachten. Im Mittelpunkt sollte der Ablauf der Prozesse stehen. Dazu wurde ihnen das PSI-Modell kurz erklärt.

Aus diesen Aufzeichnungen sind 14 Tagebucheinträge kreativer Schaffensprozesse entstanden, von denen auf eine Künstlerin 13 Prozesse zurück gehen, vom anderen Künstler wurde ein weiterer Prozess verfasst.

Da beiden Künstlern Anonymität zugesagt wurde, ist es nicht möglich, die aus den Prozessen hervorgegangenen Bilder darzustellen.

3.2 Vorgehensweise

In Form der Tagebucheinträge und Interviews wird kreatives Arbeiten in der Alltagssituation erfasst und ausgewertet. Dazu wurden die Schaffensprozesse in das PSI-Modell von Dörner eingeordnet und analysiert. Um eine möglichst spezifische und differenzierte Analyse des Ablaufs der Prozesse zu ermöglichen, wurden die vorhandenen Tagebucheinträge zunächst in einzelne Prozessabschnitte unterteilt, diese dann in Tabellen Schritt für Schritt ausgewertet und in Diagramme übertragen.

3.2.1 Tabellen

Die Tabellen bestehen aus je einer Zeile für die Tagebucheinträge, für Oberbegriffe der Tagebucheinträge, für die Parameter Kompetenz, Bestimmtheit, Affiliation, Selektionschwelle, Auflösungsgrad und Aktiviertheit und aus einer stichpunktartigen Analyse der Handlungstendenz. Sie sind von links nach rechts verlaufend in der Kopfzeile mit A

und B für die Künstler bezeichnet, nummeriert, als abbildhafte oder abstrakte Prozesse klassifiziert (obwohl die Übergänge natürlich fließend sind) und mit der Prozessdauer versehen. Die Tabellen finden sich im Anhang.

3.2.2 Oberbegriffe

Aus den vorliegenden Dokumenten wähle ich Begriffe, die den semantischen Gehalt der Aussage erfassen, ohne die vorliegenden situativen Einzelheiten zu reduzieren (Thomae in Laux 2008, 113), aber die Gefühlslage innerhalb des einzelnen Abschnitts doch so zusammenfassen, dass Gesetzmäßigkeiten erkennbar werden. Im Zweifelsfall habe ich zugunsten der genauen Wiedergabe der Situation auf Einheitlichkeit der Begriffe verzichtet. Die Richtigkeit der gesuchten Oberbegriffe wurde in Interviews zu den Prozessen hinterfragt und bestätigt.

Die verwendeten Begriffe sind grundsätzlich in Gefühle oder Stimmungen - die fett hervorgehoben werden - und Handlungstendenzen oder Handlungen zu unterscheiden. Im Sinne Dörners sind Gefühle einheitlich als Modulatoren von Verhalten, Wahrnehmen oder Denken zu verstehen und können Lösungen für allgemeine Probleme enthalten. Inhaltlich unterscheide ich die Stimmung als Gefühlslage, die vage ist, aber einen gewissen Grundakkord hat, vom Affekt, der eine momentane Gefühlslage bezeichnet.

Anhand der im Anhang aufgeführten Tabellen lässt sich die ursprüngliche Aussage der Begriffe nachvollziehen. Insofern habe ich nur einzelne Begriffe in ihrer Verwendungsweise näher definiert:

So wird der Begriff des Motivs im Folgenden nicht im psychologischen Sinn von „Motiv“ als zeitlich überdauernde Persönlichkeitseigenschaft (s. Absatz 2.5.1.) verwendet, sondern bezeichnet den bildwürdigen Gegenstand der Darstellung - gleichbedeutend mit dem Modell - als „Motiv“.

Der Begriff „Störungen“ beschreibt von außerhalb des Prozesses kommende Unterbrechungen, dagegen stellen „Probleme“ aus dem Prozess heraus entstehende Schwierigkeiten dar.

3.2.3 Diagramme

Zur Zusammenfassung und Darstellung im Überblick wurden die gewonnenen Daten in Diagramme mit der Schrittfolge der Tagebucheinträge und einem fünf-schrittigen Ausprägungsgrad von 0 bis 1,0 übertragen.

Die Aufbereitung in Grafen ermöglicht eine übersichtliche Darstellung des Prozesses. Anhand der Diagramme soll der Zusammenhang zwischen Erleben und Handeln übersichtlich erkennbar und häufige Handlungstendenzen schnell erfassbar werden.

Wie der Legende jeweils oben rechts zu entnehmen ist, sind Bedürfnisse farbig, Modulatoren der Befindlichkeit mit durchgezogenen, gestrichelten oder gepunkteten, schwarzen Linien dargestellt (s. Abb. 3.1).

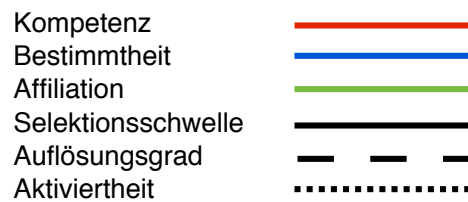


Abbildung 3.1: Legende

Über die Schrittfolge (x-Achse) fließt die Zeitspanne ein, die aber nicht linear verläuft und an gezackten Stellen Unterbrechungen markiert; über den Ausprägungsgrad (y-Achse) die Stärke der Befindlichkeiten. So wechselt beispielsweise im Flow-Erleben die Bestimmtheit stark mit Unbestimmtheit. Dabei kann die Linie sowohl in der Häufigkeit der Wechsel schwanken (x-Achse), als auch - über den Ausprägungsgrad - in der Intensität der Bestimmtheit selber (y-Achse).

Zur besseren Unterscheidung sind Oberbegriffe, die Emotionen darstellen, fett gedruckt; Oberbegriffe, die eine Wechselwirkung zwischen der Vorstellung und deren Darstellung beinhalten, sind unterstrichen, Handlungen normal beschriftet.

Da die im laufenden Text eingearbeiteten Diagramme relativ klein sind, findet sich bei langen Diagrammen eine vergrößerte Ansicht jeweils im Anhang.

3.2.4 Auswertung

Mit dem Ziel, Verschiedenheiten, aber auch Ähnlichkeiten, in der Handlungsregulation der Prozesse auf einen Blick erfassbar und leicht vergleichbar zu machen, habe ich die Prozesse in Form von Diagrammen dargestellt. So lässt sich beispielsweise leicht nachvollziehen, ob das Phasenkonzept nach Wallas mit den beschriebenen Prozessen übereinstimmt.

In der Auswertung vertiefe ich die Sachverhalte von Diagramm zu Diagramm. Ich beginne mit der grundlegenden Erfüllung der Bedürfnisse durch den kreativen Prozess und versuche von dort ausgehend Stück für Stück die verschiedenen Möglichkeiten der Handlungsregulation in den vorliegenden Prozessen zu erklären.

Um Fehler in der Auslegung der notierten Tagebucheinträge zu vermeiden, wurden Interviews zur Analyse unklarer Abschnitte geführt. Teile dieser Interviews fließen als Zitate in die Auswertung ein. Sie sollen die Situation verdeutlichen und transparenter machen. Die Tagebucheinträge sollten möglichst unverfälscht übernommen werden, deshalb habe ich auf die Berichtigung von Rechtschreibfehlern verzichtet.

3.3 Begründung

Die in Form von Tagebucheinträgen dargestellten Schaffensprozesse ermöglichen einen alltagsnahen Zugang zum Untersuchungsgegenstand (Schmidt & Mayring zit.n.Otto/Euler/Mandl 2000, 469). Dies hat den Vorteil, dass Emotionen, die im Alltag vorkommen, in die Untersuchung einfließen; andererseits aber störende Emotionen, die aufgrund der Laborsituation auftreten können (wie z.B. Nervosität), ausgeschlossen sind. Weiter ermöglicht die schrittweise Erfassung eine differenzierte Betrachtung der einzelnen Einträge, sowie einen schrittweisen Übergang zum Überblick in den Diagrammen. Die Erfassung der Persönlichkeiten in Form von Fragebögen hätte die Arbeit zwar positiv bereichert, aber den dafür vorgesehenen Rahmen gesprengt. Insofern habe ich davon abgesehen.

4 Auswertung

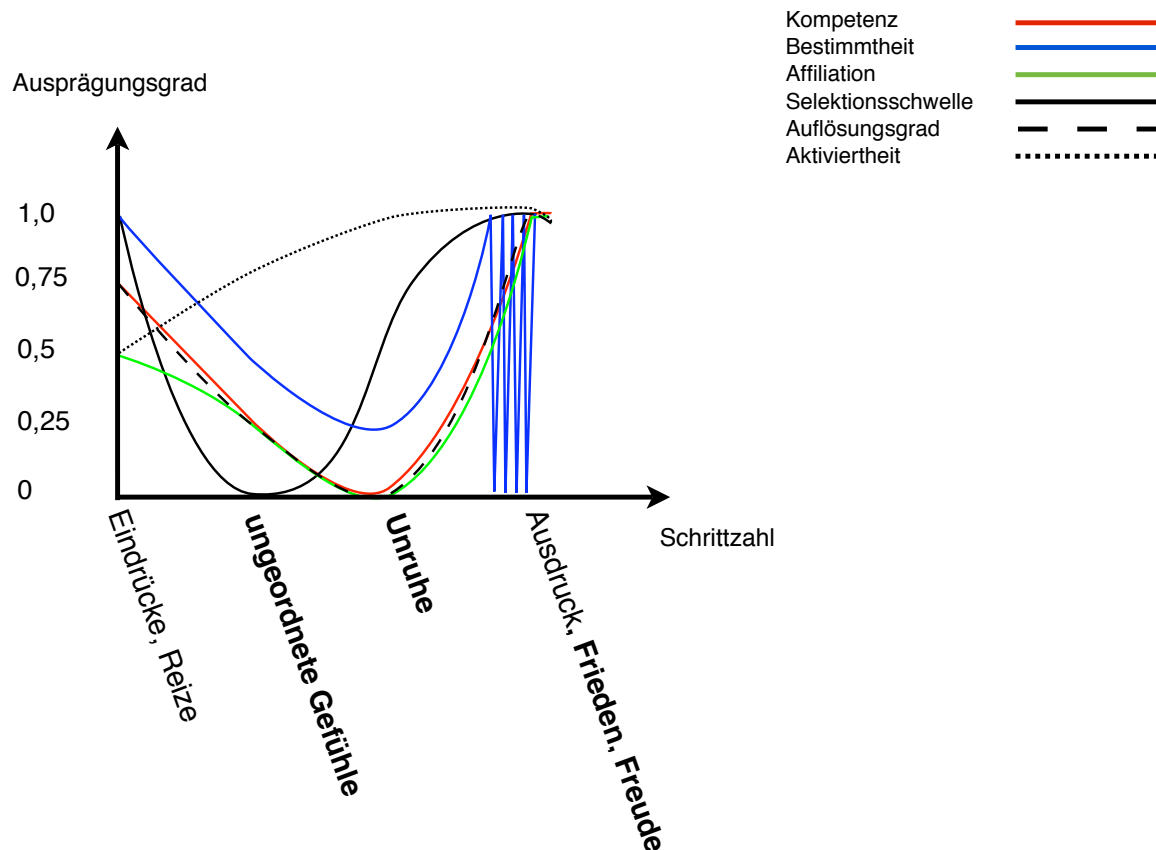


Abbildung 4.1: Angenommener Verlauf (A2)

Jeder der nachfolgend beschriebenen Schaffensprozesse ist einzigartig und unterscheidet sich im Ablauf von den anderen. Obwohl die Aufzeichnungen zu jeweils unterschiedlichen Zeitpunkten beginnen, wird im Verlaufe der Beschäftigung mit den Daten ein sich wiederholender Aufbau erkennbar, der weitgehend mit den von Wallas im Phasenkonzept genannten Phasen der Präparation, Inkubation, Illumination und Verifikation übereinstimmt.

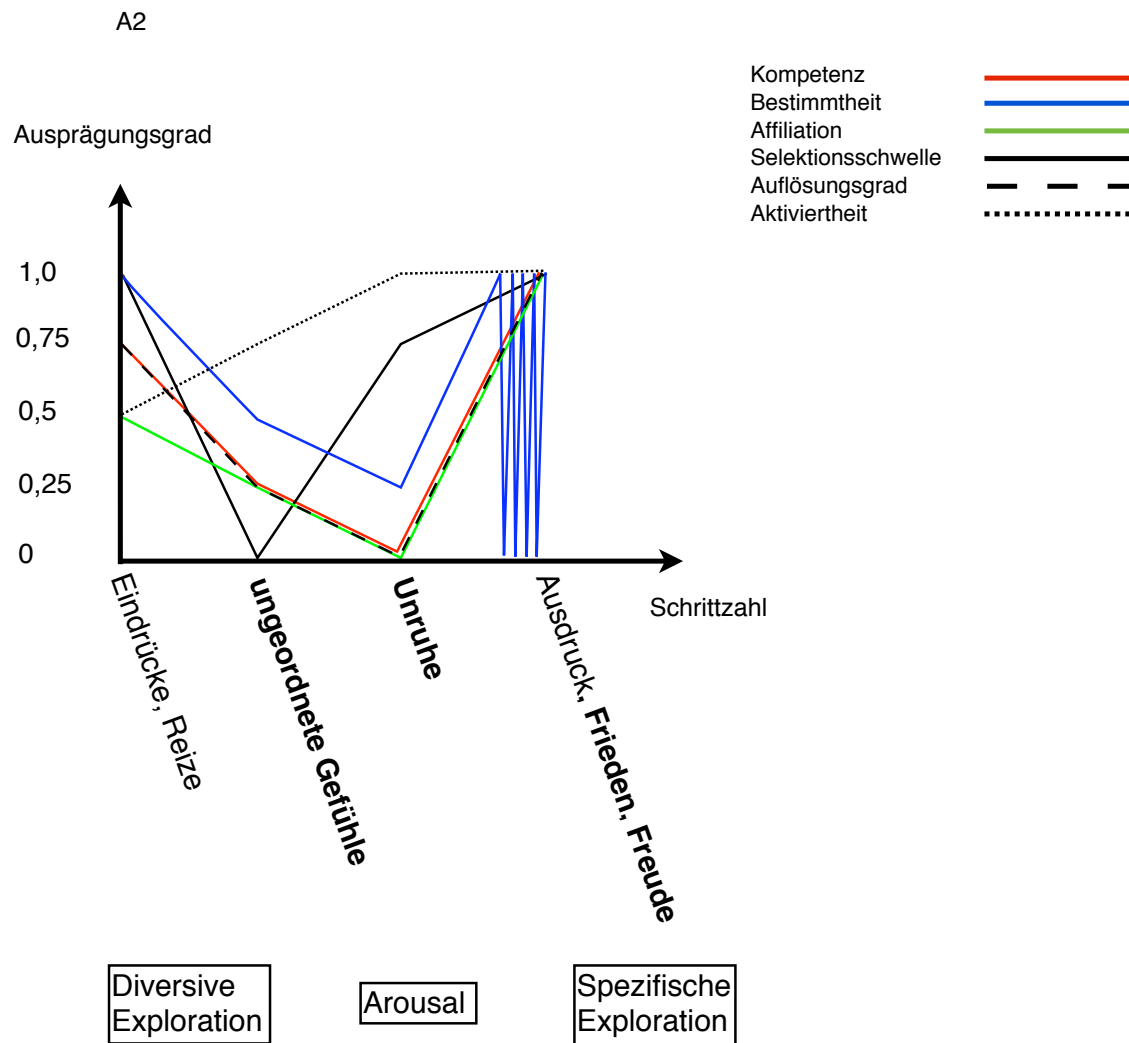


Abbildung 4.2: Kompetenzhygiene im kreativen Prozess (A2)

Die sich allmählich verändernden Bedürfnisse und Zustände, müssten an und für sich, wie in 4.1 dargestellt, in allmählich sich verändernden, also rund verlaufenden, Graphen dargestellt werden. Diese Form der Darstellung würde allerdings die Verwendung hypothetischer Daten voraussetzen. Um Ungenauigkeiten zu vermeiden, gehe ich deshalb nur von den vorhandenen Daten aus. Die Graphen verlaufen also wie in Abbildung 4.2 auf Seite 35 direkt von Punkt zu Punkt.

4.1 Regulation von Bedürfnissen

Der kreative Prozess stellt grundsätzlich den Versuch dar, die eigenen Bedürfnisse zu regulieren. Er beginnt mit sinkenden Bedürfnissen und endet - je nach Erreichen des gesetzten Ziels - mit ihrer Erfüllung. Dabei durchläuft der Künstler je nach Länge der Aufzeichnungen die verschiedenen bei Wallas beschriebenen Phasen. Die durch Gefühle gefärbten Gedanken steuern seine Handlungen. So finden sich in den vorliegenden Aufzeichnungen verschiedene Handlungstendenzen: In der Inkubation lösen durch den Schaffensprozess hervorgerufene Emotionen Flucht, diversive Exploration, Arousal, Aggression, in der Illumination spezifische Exploration und Nachdenken aus. Wie sich zeigen wird, stimmen die Prozesse aber nicht immer mit der von Wallas (1926) vorgegebenen Reihenfolge der Phasen überein, die Phase der Verifikation kann beispielsweise völlig wegfallen.

4.1.1 Kompetenz (A2)

Eine grundsätzliche Unterscheidung, die mit der Füllmenge der Bedürfniskessel zusammenhängt, besteht darin, ob ein Prozess mit Zufriedenheit oder Unzufriedenheit endet. Im einen Fall werden die anfallenden Probleme zur eigenen Zufriedenheit, und damit erfolgreich, bewältigt, so dass die Kompetenz steigt, im anderen Fall nicht.

Prozess A2 ist abstrakt. Er zieht sich über 2 Tage hin, der Ausdruck selber liegt bei 60 Minuten.

Zu Beginn des (erfolgreich endenden) Prozesses sinkt die Füllmenge in den Kesseln. Das geschieht so lange, bis der Druck, etwas zu unternehmen, so hoch wird, dass A schließlich beginnt, ihre Bedürfnisse über den kreativen Prozess zu befriedigen.

A ist zwar glücklich, aber gelangweilt. Aus Neugier beginnt sie die Umgebung zu beobachten und sich Inspirationen zu holen. Die Aufnahme von Informationen geht zunächst mit einer sinkenden Selektionsschwelle einher.

„Idee, Farben, Inspiration in meiner Umgebung.“ (A2/1)

Mit zunehmender Aufnahme von Informationen empfindet A eine Überforderung, es entsteht Ordnungsbedarf. Angesichts der wachsenden Unordnung (die Unbestimmtheit

repräsentiert) wird A unruhig, die Wahrnehmung immer grober, der Auflösungsgrad sinkt. A empfindet ein

„Ziehen im Bauch“ (A2/2).

Sie beginnt deshalb, sich nach geeigneten Motiven für ein Bild umzuschauen, die Selektionsschwelle steigt.

„Sehnsucht diese Gefühle (von Schönheit, Spannung, Harmonie) ausdrücken zu können; Bedürfnis, dieses Gefühl aufs Papier zu bringen.“ (A2/3)

Mit steigender Selektionsschwelle wächst die Handlungsbereitschaft und A fängt an zu malen. Sie exploriert, die Wahrnehmung (Auflösungsgrad) wird jetzt immer genauer. A drückt in Farben aus, was sie denkt und fühlt. Effizienzsignale werden ausgesandt. und bewirken ein steigendes Gefühl der Selbstwirksamkeit.

„Zufriedenheit beim Aufbringen der Farben, Freude.“ (A2/4)

Das wachsende Kompetenzgefühl wirkt auf die Bestimmtheit und Affiliation. Die sich erfüllenden Bedürfnisse bewirken Freude und ein Gefühl des Friedens.

Der Malprozess stabilisiert die Emotionen, weil die darin enthaltenen Handlungen ihre Selbstwirksamkeit und Bestimmtheit erhöhen können. Das stärkt das Kompetenzgefühl. Der kreative Prozess kann also, wie dies auch in Prozess A2, Abb. 4.2, Seite 35 der Fall ist, als Möglichkeit zur Regulation des Kompetenzgefühls gesehen werden.

4.1.2 Unbestimmtheit (A1)

Dass die Beseitigung zu hoher Unbestimmtheit ein zentrales Element in der Bedürfnisregulation im kreativen Prozess ist, zeigt Prozess A1, Abbildung 4.3 auf Seite 38, deutlich. Hier kann man nachvollziehen, wie viel Mut es kostet, sich bei niedriger Kompetenz auf einen kreativen Prozess mit ungewissem Ausgang einzulassen.

Diagramm A1 stellt diesen abstrakten Schaffensprozess von 20 Minuten Dauer dar.

Die Beschreibung beginnt - schon in der Inkubationsphase - mit einer depressiven Verstimmung. A beschreibt

„tiefe Trauer“ und ein „Gefühl des Eingeschlossenseins“. (A1/1)

Die depressive Verstimmung verdeutlicht unerfüllte Bedürfnisse (Ausprägungsgrad 0). Diese Gefühlslage ergibt ein Arousal und wachsende Handlungsnotwendigkeit. Die Selektionsschwelle steigt. Der Auflösungsgrad ist sehr niedrig. A beschreibt diffuse

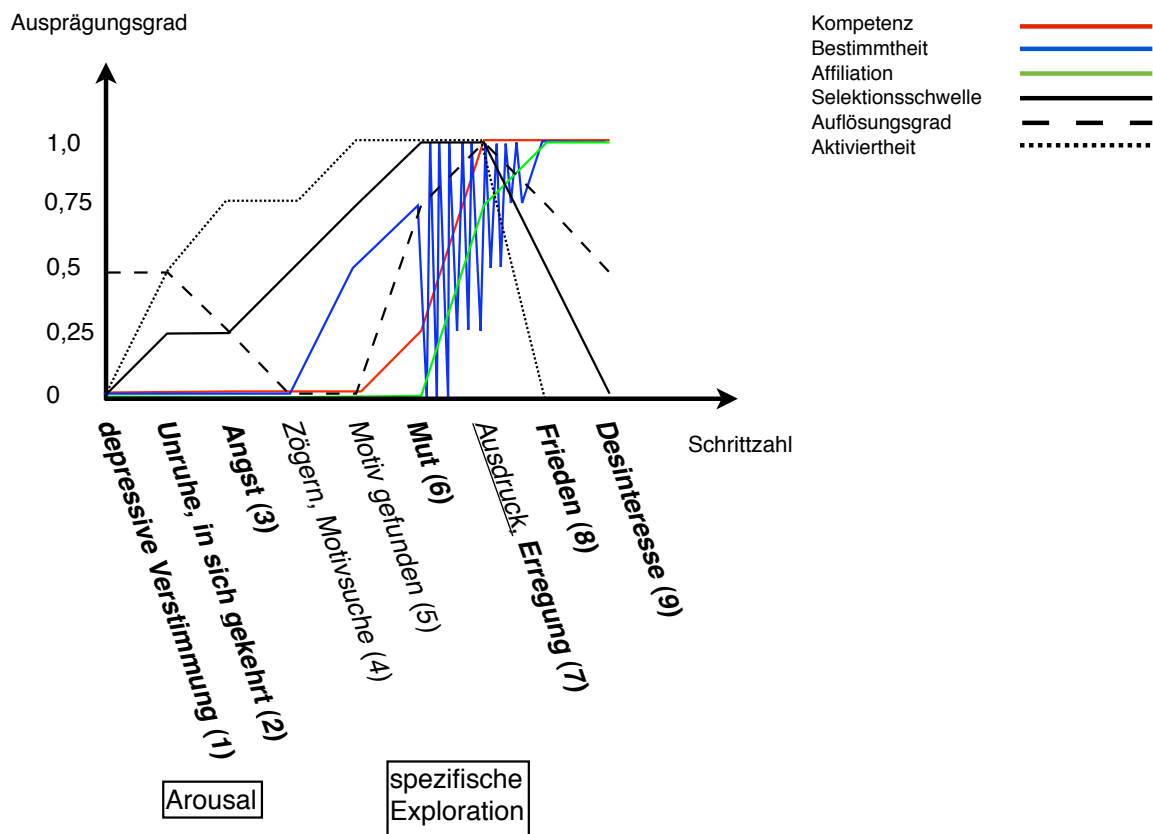


Abbildung 4.3: Die Reduktion von Unbestimmtheit erfordert Mut (A1)

„Gefühle, die sich nicht greifen lassen.“ (A1/2)

Aus der Überlegung, diese Gefühle in einem Bild auszudrücken, resultiert zunächst Angst. (Es könnte ja schief gehen und dann wäre die Kompetenz völlig gefährdet.) Diese von Unbestimmtheit geprägte Situation bewirkt ein Arousal mit zunehmender Aktivierung, die Handlungsbereitschaft (Selektionsschwelle) steigt weiter an, A sucht nach einem Motiv. Erst als sie ein Motiv gefunden hat, nimmt die Bestimmtheit zu, sie fasst Mut und fängt an zu malen.

„(...) ich traue mich, einen Stift in die Hand zu nehmen, als ich ein Motiv vor Augen habe.“ (A1/6)

Im darauf folgenden Prozess des spezifischen Explorierens fokussiert A immer stärker. Phasen der Unsicherheit (gelingt es?) wechseln mit Phasen der Sicherheit (es klappt!). Dies ist im Diagramm durch starke Wechsel von Bestimmtheit und Unbestimmtheit dargestellt. Immer wieder schätzt A ihre Erfolgswahrscheinlichkeiten und empfindet dabei Lust im Wechsel mit Unlust (Dörner, 2008, 406); sie wird während des Malens von Erregung ergriffen. Die Konzentration nimmt zu und der Aufmerksamkeits-Fokus wird genauer. Das Überwiegen gelingender Momente führt dazu, dass die Bestimmtheit insgesamt zunimmt, und der Pegel in Richtung Unlust und Unbestimmtheit abnimmt. Jeder Augenblick des Erfolgs nach einer solchen Phase der Unsicherheit bewirkt ein Glücksgefühl, Ausschüttung von Effizienzsignalen und steigende Kompetenz.

Der Prozess endet nach einem ausführlich beschriebenen Kampf um ausreichenden Mut, sich auf den Malprozess einzulassen, mit Erfolg. So entsteht, wie schon in Prozess A2, ein Gefühl von Frieden. Die Aktiviertheit sinkt, dann auch die Selektionsschwelle, der Auflösungsgrad wird grober. Die Erfüllung der Bedürfnisse äußert sich in Desinteresse am Werk selbst.

In diesem Prozess wird Unbestimmtheit zunächst empfunden, dann geordnet. Das Bedürfnis nach Bestimmtheit - und damit Kompetenz wird erfüllt, ein Gefühl des Friedens stellt sich ein.

4.2 Reizüberflutung, Widersprüche und diversive Exploration (A3)

Die zum frühesten Zeitpunkt einsetzende Beschreibung der 15 Schaffensprozesse beginnt mit der Rezeption von Wahrnehmungen, die besonders harmonisch oder ambivalent sind, sich also nicht auf Antrieb lückenlos einordnen lassen.

An Prozess A3, Abbildung 4.3 auf Seite 38, lässt sich anschaulich nachvollziehen, wie die auch bei Aron (1996) dargestellte Aufnahme verschiedenster, u.U. widersprüchlicher, Eindrücke zu einer wachsenden emotionalen Anspannung führt (s.a. (Dörner, 2008, 293), die schließlich in diversive Exploration und die Auseinandersetzung mit diesen Gefühlen

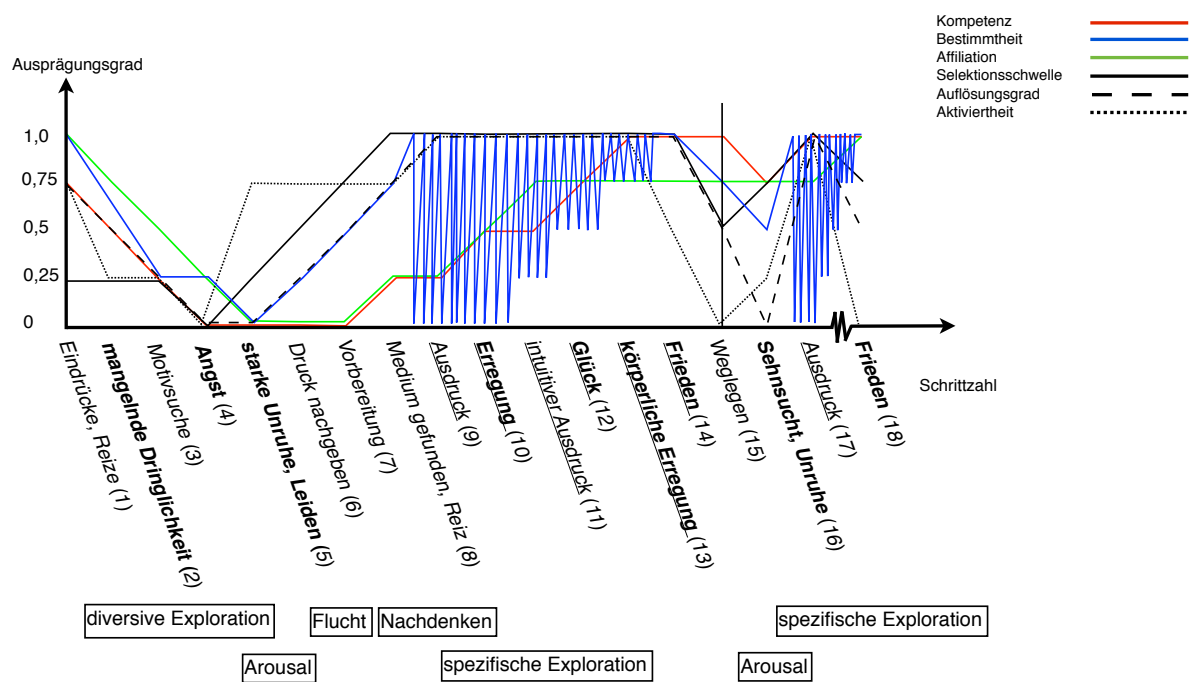


Abbildung 4.4: Beginn mit Suche nach Unbestimmtheit (A3)

mündet.

In Prozess A3 wird ein abstraktes Bild hergestellt, der Malprozess dauert 45 Minuten. A geht es in A3 relativ gut, sie beobachtet ihre Umgebung, nimmt dabei viele Reize (hier aus der Natur) auf.

Dabei empfindet sie eine innere Übereinstimmung mit ihrer Umgebung. Das Gefühl, mit der sich harmonisch präsentierenden Natur verbunden zu sein, erzeugt Glücksgefühle. Kompetenz und Bestimmtheit sind hoch. Sie hat gute Laune, die vor allem von der hohen Bestimmtheit herrührt.

Ebendiese führt aber auf Dauer auch zu Langeweile, die Füllmenge der Kessel beginnt zu sinken. Das löst diversive Exploration aus, die Selektionsschwelle sinkt, in allen Richtungen wird nach Impulsen gesucht.

A vergleicht dabei ständig ihre Wahrnehmung (Situationsbild) mit ihrem Erwartungshorizont und ihrer Umgebung (Protokollgedächtnis). So werden Unterschiede offenbar, die zunächst als Lücken wahrgenommen, dann als Ordnungsbedarf verstanden werden. Dieser Ordnungsbedarf (s. auch Hertlein 1990, 68) macht sich in steigender Unruhe bemerkbar.

Die Menge an Impulsen nimmt also derart überhand (Aron 1996; Schuler/Görlich 2007, 26), dass eine schwer zu ertragende Komplexität und Unbestimmtheit entsteht (nach Berlyne in Dörner 2008, 360).

A3 im Diagramm 4.4, S. 40, zeigt eindrucksvoll, wie Angst, Unruhe, Leiden und steigender Druck diesen Schaffensprozess prägen. Die Künstlerin ist hoch aktiviert. Es kommt zum Arousal. Erst auf dem tiefsten Punkt ihrer Versagensangst, als so viele Impulse gesammelt sind, dass unvermeidbar ist, die eingefangenen Eindrücke zu sortieren, sucht A nach einem Motiv zur Darstellung.

„Ich denke konstant über Möglichkeiten, die Farben und Gefühle adäquat darzustellen nach.“ (A3/3)

Die Selektionsschwelle steigt.

„Der Leidensdruck ist so hoch, dass ich wie ein Tiger in der Wohnung auf und ab laufe, alles, was ich tun will, erscheint mir sinnlos.“ (A3/5)

A gibt dem inneren Druck nach (A3/6).

Im darauf folgenden Malprozess wird die Wahrnehmung (Auflösungsgrad) immer genauer. Spezifische Exploration führt - trotz der Wechsel zwischen Bestimmtheit und Unbestimmtheit - insgesamt zur Erhöhung der Bestimmtheit und schließlich auch zu Kompetenz. Farbreize regen zum Ausdruck an. A hat ein intensives Flow-Erlebnis, das plötzlich mit einem Gefühl des Friedens endet.

„Dabei entsteht eine Art rauschähnlicher Zustand (Ekstase nicht, ich bin ja noch ansprechbar). Ich verliere manchmal durchaus die Kontrolle über

mich, aber nicht über den Malprozess: Male einfach, was ich fühle, nicht, was ich denke. Ich erlebe es als äußerst befriedigend und wohltuend, diese Striche und die damit verbundenen Gefühle ausdrücken zu können. Dabei bin ich aber in äußerster Erregung. Ich verziehe mein Gesicht, beuge mich angespannt über das Papier. Es ist wie eine empathische Verbindung zwischen auszudrückenden Gefühlen und Ausdruck auf dem Blatt. Bis sich ein Gefühl des Friedens in mir ausbreitet.“ (A3/10-14)

Dies entspricht Ciompi's These, derzufolge es in kreativen Prozessen zur lustvollen „Lösung affektiv-kognitiver Spannungen durch Harmonisierung von lange Zeit quälenden oder beunruhigenden Widersprüchen“ kommt (Ciompi, 1997, 162). Der Bewusstseinsfokus sei hier einerseits hochgradig eingeeengt, andererseits aber maximal ausgeweitet auf die ganze Welt und jede beliebige Einzelheit darin (ebenda, 195).

Nach dem Beenden und Weglegen des Bildes beginnt ein neuer Prozess. Er wird eingeleitet durch eine immer noch bestehende Sehnsucht.

Im kreativen Prozess werden Ambivalenzen und Widersprüche erkannt und bearbeitet. Dies bestätigt eine entsprechende Vermutung Dörners (1976, 96), der zufolge Kreativität mit der Beseitigung von Widersprüchen zu tun hat. A erlebt für sie überwältigende Eindrücke, die sie durch den kreativen Prozess verarbeitet und in ihre bisher gemachten Erfahrungen einordnet. Das Flow-Erleben scheint hierbei sowohl eine motivierende als auch eine ordnende Funktion zu haben.

Dieser Umgang mit einer Überwältigung durch zu viele oder widersprüchliche Eindrücke ist auch bei A2, A5 und A14 zu beobachten.

4.3 Der plötzliche Einfall

Die von Wallas (1926) beschriebene Idee, die nach Phasen der Entspannung auftritt, besteht in den von mir untersuchten Fällen aus einer vagen Vorstellung, die sich langsam konkretisiert; oder sie wird als plötzlich eintretende, oft komplett vorhandene Idee nach einer Entspannungsphase erlebt.

Im einen Fall liegt davor ein Erfolgserlebnis im anderen ein frustrierendes Erlebnis, eine Phase der Ablenkung (beispielsweise in Prozess A11, S. 48) oder eine Schlafphase (s. Prozess A5 69). Oft sind auch Wut oder Ärger Auslöser für eine Idee. Ohne in diesem Rahmen auf die Frage der Einzigartigkeit und Neuartigkeit der Ideen einzugehen, untersuche ich im Folgenden das Zustandekommen solcher plötzlichen Einfälle.

4.3.1 Entspannung (A8)

In Prozess A8, abgebildet in Abbildung 4.5 auf Seite 43, kommt es infolge von Entspannung etwa 90 Minuten nach einem künstlerischen Erfolgserlebnis zu einer Idee, nach Fertigstellung des Werkes stellt sich Glück ein.

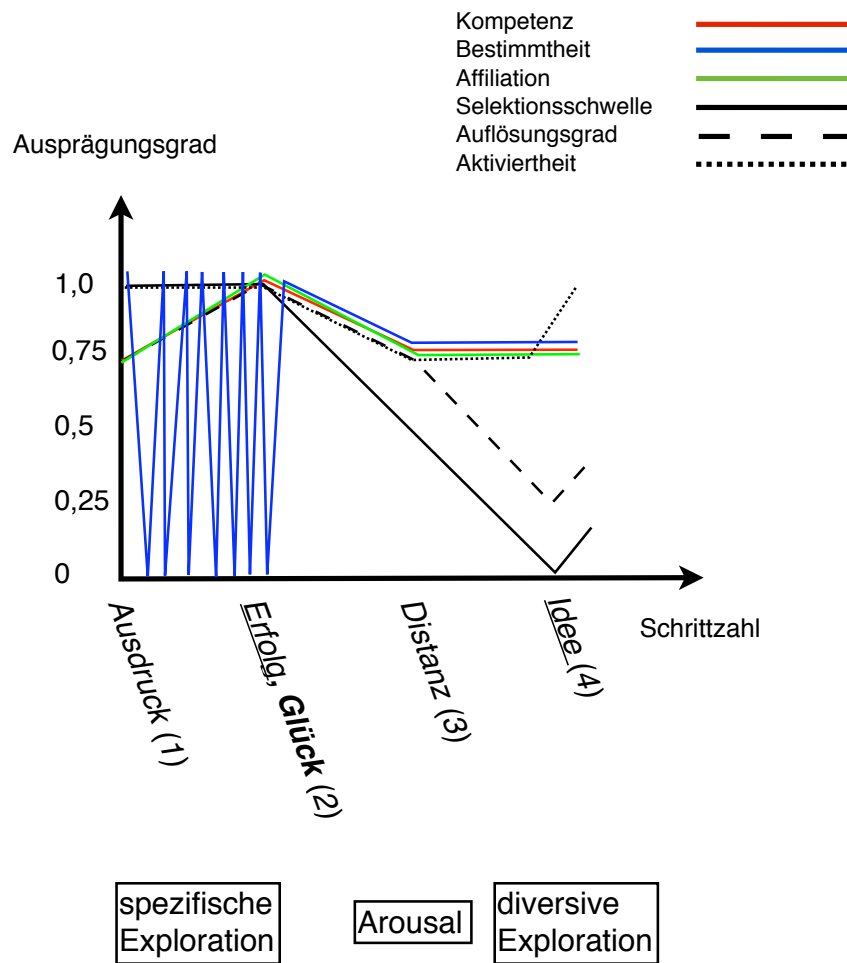


Abbildung 4.5: Idee nach Erfolgserlebnis (A8)

Die Herstellung des abbildhaften Werkes beläuft sich auf 25 Minuten.

A hatte sich in spezifischer Exploration auf ein Thema im malerischen Bereich fokussiert. Mit Erledigung der Aufgabe entspannt sie sich, Aktiviertheit, Selektionsschwelle und Auflösungsgrad sinken.

A geht räumlich und zeitlich auf Distanz. Die Fokussierung nimmt ab, der Hof der Wahrnehmung wird weiter, A bleibt aber im Denken der Lösung gestalterischer Probleme verhaftet.

Langsam leeren sich die Kesseln. Es kommt zum Arousal. A exploriert in verschiedene Richtungen (diversive Exploration).

Bei Entspannung und überinklusivem Denken (niedriger Auflösungsgrad und sinkende Selektionsschwelle) fällt ihr eine lang gesuchte Idee ein:

„... wieder zu Hause gehe ich zum Bild, das ich seit längerem male und mache die entscheidende Änderung, nach der ich seit Wochen suche.“ (A8/3-4)

Selektionsschwelle und Auflösungsgrad steigen wie im Diagramm angedeutet vom Moment der Idee an. Spezifische Exploration beginnt.

Ähnlich führt auch in A5 (S. 69) die Entspannung im Schlaf zu einer Idee.

4.3.2 Neuorientierung (A4)

Ähnlich wie in Prozess A8 setzt bei Prozess A4 (Abb. 4.6, S. 45) die Darstellung der Gefühle eine Neuorientierung der Künstlerin - und damit die Entstehung einer neuen Idee - in Gang. Für die Untersuchung der Idee ist besonders der Übergang vom ersten zum zweiten Prozess relevant.

Prozess A4 besteht aus der Herstellung von zwei aufeinanderfolgenden abstrakten Bildern. Der erste Prozess dauert etwa 60 Minuten und wird in 9 Schritten beschrieben, der zweite, der etwa 10 Minuten dauert, wird in 3 Schritten beschrieben.

Die Beschreibung des Prozesses A4 beginnt mit einem Arousal, also mit wachsender Unruhe. Sehnsucht zu malen bestimmt die gesamte Gefühlslage, die Kessel sind leer. Ihr Ordnungsbedarf (niedrige Bestimmtheit) ist hoch. Die Wahrnehmung ist grob, die Selektionsschwelle niedrig, es kommt zu Motivflimmern, dann zu starkem Frust.

„ Ich fange an, innerlich Entwürfe zu kreieren. In diesem Stadium ist mir das Motiv egal. Mich verlangt nach einem Schaffensprozess, in den ich meine Gefühle hineinlegen kann. Meine Gefühle sind diffus, aber intensiv. Ich kann nicht in Worte fassen, was in mir vorgeht. (Hatte wenig Zeit für mich, von daher vielleicht das Bedürfnis, so wieder mehr Tuchfühlung zu mir selbst zu bekommen.)“ (A4/2)

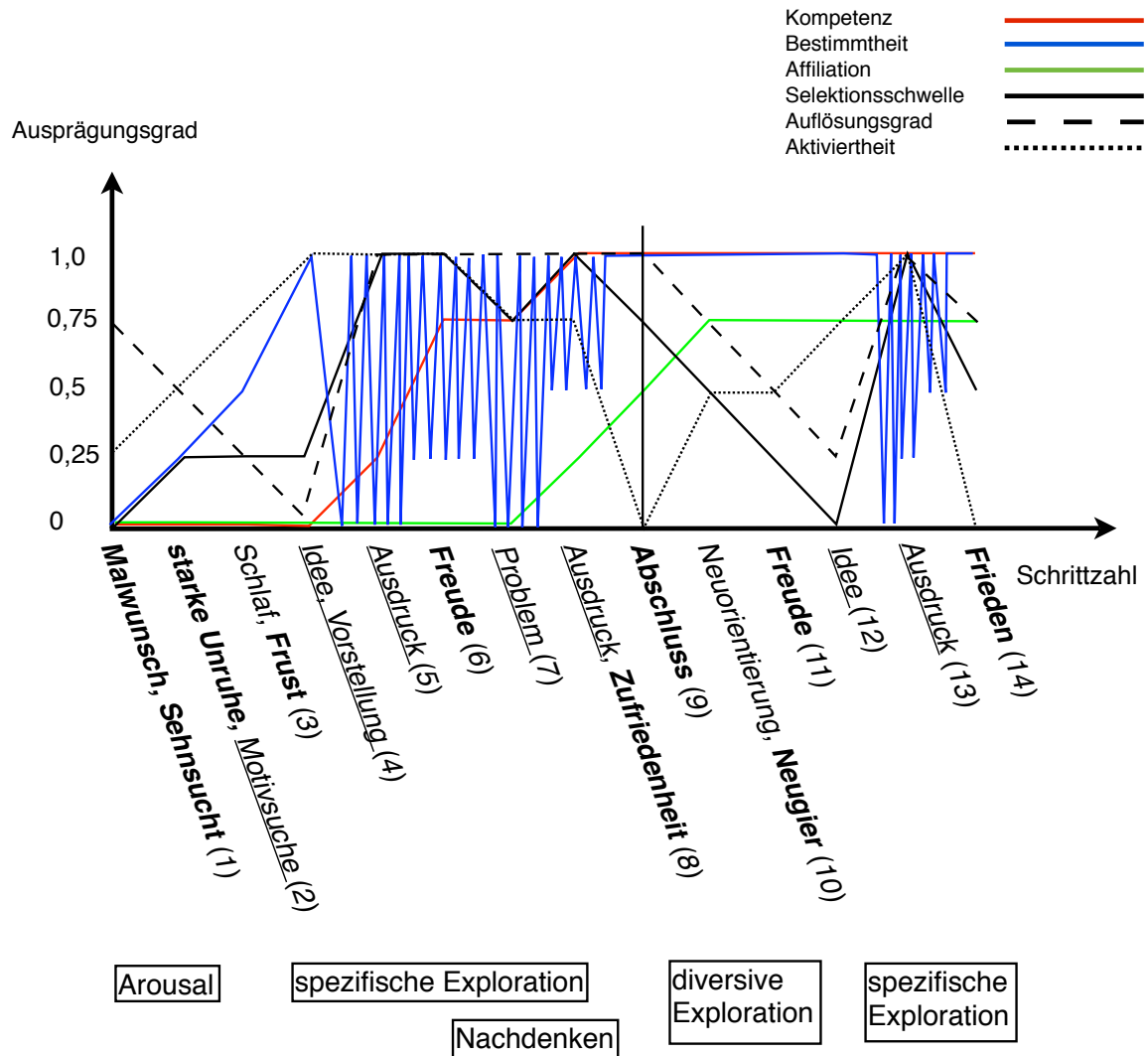


Abbildung 4.6: Plötzlicher Einfall nach Neuorientierung (A4)

Die zunehmende Unruhe spiegelt sich in steigender Aktiviertheit wider; mit zunehmendem Frust sinkt der Auflösungsgrad. A sucht nach einem Motiv, die Dringlichkeit (Selektionsschwelle) wächst. Im Moment starken Frustes und einer darauf folgenden Schlafphase gibt A auf, lässt innerlich los, es kommt zu überinklusivem Denken. Wie aus dem Nichts hat A eine Idee von dem, was sie tun will. Sie beschreibt diesen Moment als visuelle Vorstellung eines Filmes, in dem sie ein Bild malt:

„Ich wache nachts auf. Bin frustriert. Vor mir läuft ein Film ab, wie ich ein Bild male.“ (A4/3-4)

Die folgende Phase künstlerischen Ausdrucks kennen wir aus obigen Prozessen. Während des Ausdrucks (A4/5) kommt es zum Flowerlebnis, zu wachsender Kompetenz, dann Freude. Als ein Problem auftritt (A4/7), wird A verunsichert, die Bestimmtheit verringert sich, ihr ursprüngliches Ziel gerät etwas aus dem Blick, die Farben sind anders, als in ihrer Vorstellung. Durch die Überlegung (Nachdenken), wie sie damit umgehen soll, sinkt die Selektionsschwelle. Andere Möglichkeiten kommen in den Blick. Sie benutzt neue Farben, der Frust weicht Zufriedenheit:

„Neue Farben kommen hinzu. Es macht mich zufrieden, alles so zu zu malen. Mein Frust weicht.“ (A4/8)

Die gelingende Umsetzung lässt die Bestimmtheit steigen, Effizienzsignale werden ausgesandt, das Kompetenzgefühl steigt.
Nach Fertigstellung des Bildes erklärt A:

„Ich habe das Gefühl, dort dargestellt zu haben, weshalb ich so fühle. Es ist, als sei das Schwarze abgeschlossen, dargestellt in diesem Bild.“ (A4/9)

Die Künstlerin empfindet eine Übereinstimmung zwischen der Darstellung im Bild und ihren Empfindungen (Ciompi, 1997, 107). Ihre innere Unordnung kann damit über den Prozess des Sichtbarmachens geordnet werden. Sie freut sich.

Jetzt hat A ihr vorheriges Ziel erreicht, sie orientiert sich neu, wird neugierig und entwickelt einen entspannten Blick auf ihre Umgebung (A4/10-11). Ihre Aktiviertheit hat zunächst abgenommen, die Selektionsschwelle und der Auflösungsgrad sind gesunken (d.h. die laterale Inhibition nimmt ab) :

„Danach setze ich mich hin, schaue mir das Bild an, sehe mich um. Im Gegensatz zu meinen schwarzen Bildern sehe ich lauter schöne, hübsche, helle Bilder um mich her.“ (A4/10)

Ihr Vorhaben ist erledigt, sie kann ihr altes Ziel entspannt loslassen und freut sich (A4/11).

In diesem Moment der Entspannung hat A eine neue Idee - dieses Mal ohne Frust und Unruhe, aus diversiver Exploration heraus.

A hat beim ersten Prozess schon gestalterisch gedacht, sie muss also nicht erneut die Hürde, sich auf einen Malprozess einzulassen, überwinden, sondern betrachtet ihre Umgebung weiter aus gestalterischer Perspektive. Sie setzt also ihr gestalterisches Denken fort, als ihr die neue Idee zum Bild einfällt.

Ciampi spricht von „Gewöhnungsprozessen“, die durch eine Verstärkung neuronaler Verbindungen, wie sie bei Flussläufen der Fall sind, "(fast)" über das ganze Gehirn verteilt stattfinden. Er verwendet hierfür das Bild eines Wege- und Straßensystems (Ciampi, 1997, 56f.).

Im Moment der Idee fügen sich bei sinkender Selektionsschwelle (überinklusives Denken) verschiedene Schablonen zu etwas Neuem zusammen.

Wieder setzt A ihre Idee in einer spezifischen Exploration um. Stark mit Unbestimmtheit wechselnde Bestimmtheit bewirkt hohe Kompetenz, Glücksgefühle und ein Flowerlebnis. Nach Umsetzung dieser Idee endet der Prozess mit einem Gefühl von Frieden. A ist ausgeglichen - alle Bedürfniskessel sind gefüllt.

4.3.3 Ärger (A11)

Ein weiteres, aber ganz anderes Beispiel für die Initiierung eines kreativen Prozesses durch Ärger und sich daran anschließende diversive Exploration (also die Suche nach Unbestimmtheit) ist der Prozess A 11 (s. Abb. 4.7, S. 48).

Dies ist unter zwei Gesichtspunkten interessant: Erstens zur genaueren Betrachtung von diversiver Exploration und zweitens unter dem Aspekt der Idee.

Der Prozess A11 ist abstrakt, zwei Bilder werden in etwa 35 Minuten bearbeitet.

Infolge eines Stressfaktors (und daraus resultierendem Ärger) ergreift A die Flucht und sucht nach Ablenkung. So fängt sie an, sich mit der Ordnung verschiedener Belanglosigkeiten zu beschäftigen, als ihr ein unfertiges Bild in die Hand fällt. Dabei kommt ihr die entscheidende Idee zur Fertigstellung. In der diversiven Exploration sinkt die Selektionsschwelle. A nimmt mehr Nebensächlichkeiten wahr. Der Hof der Wahrnehmung ist infolge des Stresses weit, der Auflösungsgrad niedrig. A nimmt viele verschiedene, auch unzusammenhängende Dinge wahr. Dabei hat sie kein Ziel, sie schaut unkonzentriert umher. Unbewusst sucht sie nach Unbestimmtheit, um diese zu ordnen, und so ihre Bestimmtheit und ihr Kompetenzgefühl nach dem Streit mit ihrem Sohn (in A11/1) zu erhöhen.

„denke, grün, die Farbe des Waldes, das ist es.“ (A11/3)

Ihr Blick fällt auf eines ihrer Bilder und ihr kommt eine lang gesuchte Idee. Jetzt nimmt der Auflösungsgrad zu, der Aufmerksamkeitsfokus wird genauer.

A begründet ihr Vorgehen

„Das würde auch die Farbe der Augen hervorheben.“ (A11/4)

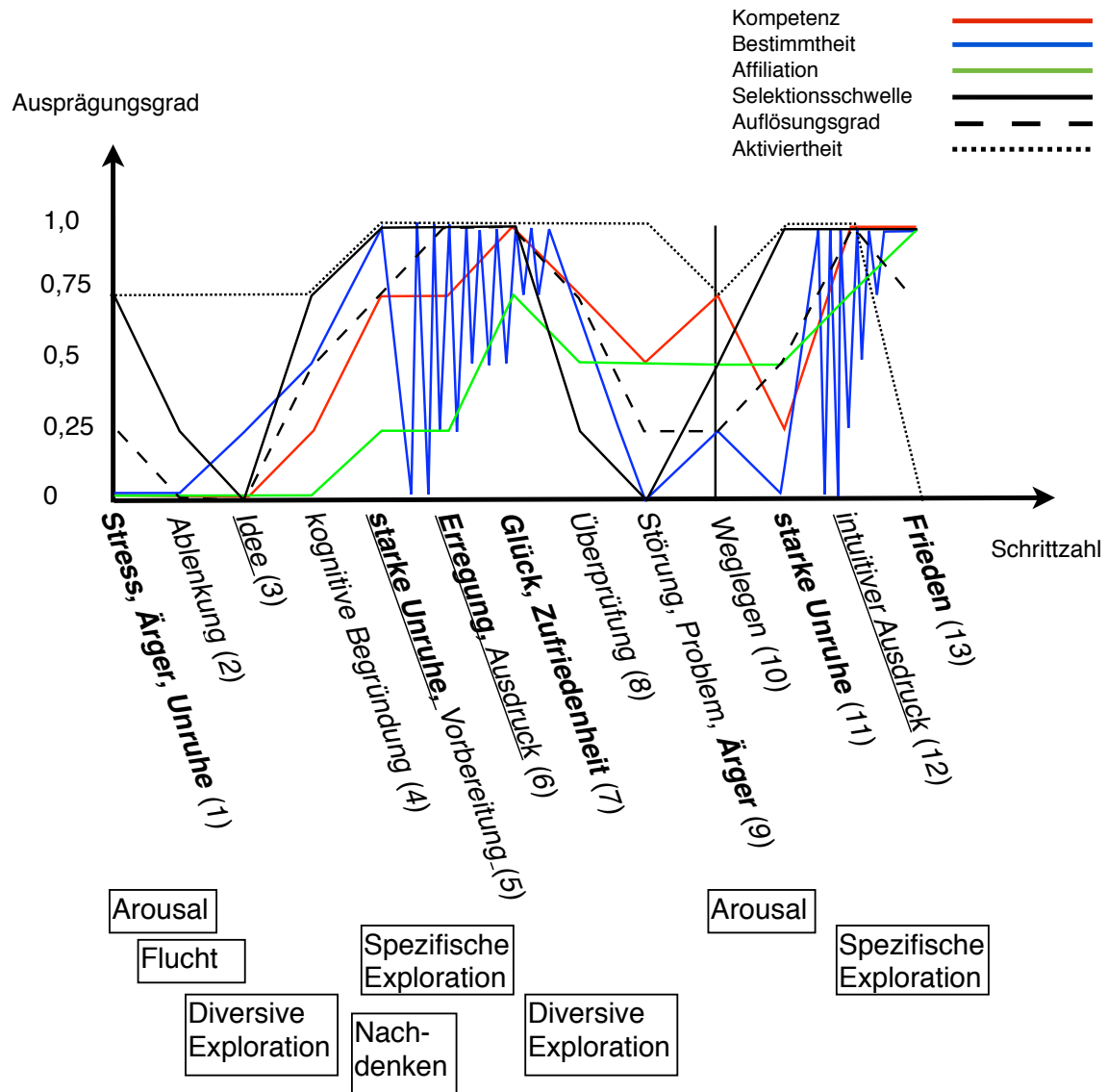


Abbildung 4.7: Beginn mit diversiver Exploration (A11)

Die Bestimmtheit steigt, mit der Idee nimmt die Konzentration zu, auch die Selektionsschwelle steigt. Während der Vorbereitung zum Malen nimmt die Unruhe zu, bis A endlich anfängt zu malen. Während des Malens werden Effizienzsignale ausgesandt; sie heben das Kompetenzgefühl. Infolge des steigenden Kompetenz- und Bestimmtheitsgefühls beginnt auch die Affiliation zu steigen. Die Ausführung geht mit einem starken Wechsel der Bestimmtheit einher. Dabei verringert sich die Unbestimmtheit:

„Hektisch, von innen heraus mit verkrampftem Magen, als hinge mein Leben davon ab, schüttele ich das Grün aufs Blatt. dann verschmiere ich es.“ (A11/6)

Die Passung zwischen Anforderung und Fähigkeit stimmt. A empfindet Glück und Zufriedenheit.

Mit sinkendem Konzentrationsbogen (die Selektionsschwelle sinkt, die laterale Inhibition nimmt ab) fängt eine Phase der Überprüfung an. A beäugt ihr Werk kritisch. Als zusätzlich das Telefon klingelt, macht A durch die jetzt sinkende Konzentration (Selektionsschwelle) einen Fehler, das ärgert sie noch mehr, durch ihren Ärger sinkt der Auflösungsgrad. Der Versuch, in einer Art Reflexion die eigenen Ansprüche zu senken (A11/10), gelingt nicht; zusätzlich zum vorherigen Stress ist sie jetzt wegen des Bildes aufgewühlt (Arousal). Die Bedürfniskessel entleeren sich wieder. Sie fängt wieder an zu malen (spezifische Exploration). Erneut kommt es zum Flow-Erleben, das in diesem Fall plötzlich mit einem Gefühl von Frieden und erfüllten Bedürfnissen endet:

„Da, plötzlich überkommt mich ein totaler Friede. Ich weiß, ich muss aufhören. Mitten im Bild. Sitze nur da. Von Frieden erfüllt.“ (A11/13)

4.4 Spezifische Exploration

Im Gegensatz zu diesen plötzlichen Einfällen beginnen die drei folgenden Prozesse mit einer vagen Vorstellung, die im weiteren Verlauf Stück für Stück herausgearbeitet wird. Im Kern des Schaffensprozesses befindet sich also eine (immer genauer werdende) spezifische Exploration. Durch Vergleiche und daraus folgende Übertragungen ins Bild nähert sich die Künstlerin darin allmählich an ihr Ziel an. Zur Veranschaulichung habe ich diese Vorgehensweise in Abbildung 4.8, Seite 50 aufgeführt. Sie kann - je nach Motiv und Material - stärker einem durch Planen geprägten handwerklichen Arbeiten entsprechen, oder spontan, dynamisch und automatisiert sein (Hertlein, 1990, 178). Emotionen spielen dabei, wie auch schon oben gesehen, entweder eine motivierende Rolle, dann bewirken sie Fokussierung; negative Emotionen wiederum in Selbstzweifel münden und von der spezifischen Exploration ablenken.

4.4.1 Fokussierung durch Vergleich und Nachdenken (A14)

Ähnlich wie Prozess A3 beginnt auch A14, dargestellt auf Seite 53, mit der Empfindung und Beobachtung von Ambivalenzen und Dissonanzen, die zunächst zur Suche

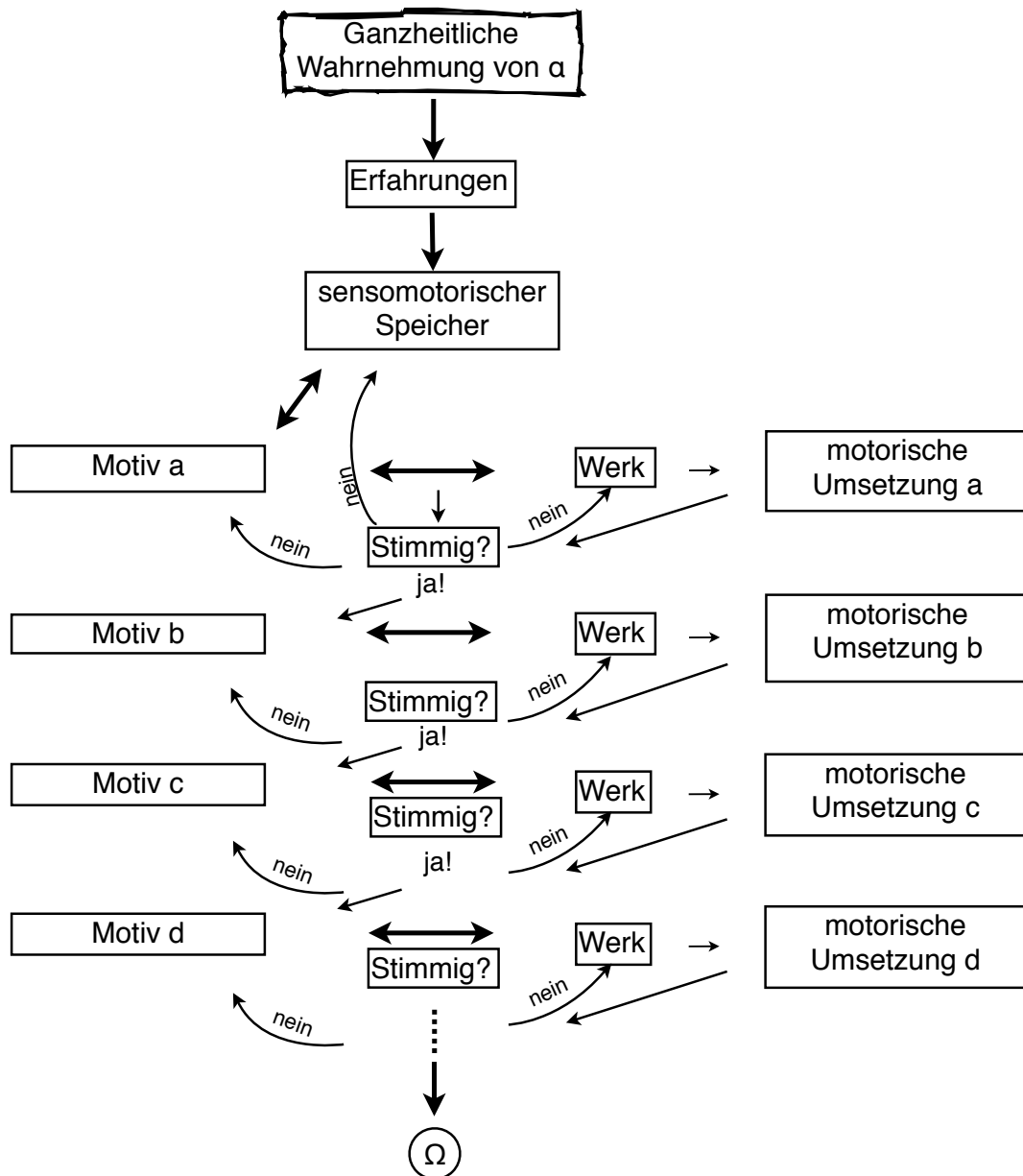


Abbildung 4.8: Die spezifische Exploration im künstlerischen Schaffensprozess

nach einem Motiv, dann zu einer Idee führen. Interessant ist hier, dass A hier weniger emotions-geleitet, als vielmehr durch Vergleichen und Nachdenken exploriert. Scheinbar ist diese Methode für A weniger effektiv, denn sie erreicht hier auf diese Art kein Ergebnis, dass sie zufrieden stellt.

Prozess A3 hat einen hohen Abstraktionsgrad und dauert etwa 30 Minuten.

Zu Beginn ist die Selektionsschwelle sehr niedrig. A nimmt viele kreative Impulse, auch Ambivalenzen, wahr. Sie kann diese Situationen zunächst nicht einordnen, empfindet Spannung (Arousal). A denkt über ein zu dieser Situation passendes Motiv nach. Sie sucht an verschiedenen Stellen, fängt an, in einem Buch zu lesen. Sie ist hoch aktiviert und bearbeitet das Thema im Unbewussten weiter. Da hat sie eine Assoziation (A14/2). Die Selektionsschwelle sinkt also, während der Auflösungsgrad grob wird. Die Ideenfindung entspricht hier genau der Beschreibung der Suche nach einer Lösung, wie Wallas sie darstellt (Wallas, 1927). Über innere Ordnungsprozesse kommt es zur Idee, mit der Idee beginnt die Umsetzung und mit dem Entschluss zur Umsetzung die spezifische Exploration.

„... habe eine Idee. Diese Idee fällt mir abends wieder ein, als ich über Degas und verschiedene andere Impressionisten lese. Ich beschließe, es noch zu malen, bevor ich schlafen gehe (dann habe ich es erledigt, kann die Idee wieder loslassen oder weiterentwickeln). Ich bin schon recht müde.“ (A14/3-4)

Die spezifische Exploration besteht aus sich wiederholendem Abrufen zwischen verschiedenen Vorstellungen vom Motiv und dem bisher erreichten Ergebnis. Schwierigkeiten löst A durch Nachdenken.

„Welches Material? Stelle mir vor, wie ich es in Pastell male. Das ist eigentlich nicht das, was mir vorschwebt, aber was dann? ... zumindest eine Skizze wäre gut. Ich krame in meiner Schublade, Aquarellpapier in der vorgestellten Größe, Buntstifte, das müsste auch gehen, Aquarellfarbe.... warum eigentlich nicht?“ (A14/5)

Hier zeigt sich eine ähnliche Vorgehensweise, wie Dörner sie im HyPercept-Prozess beschreibt: A ruft sich vor dem Malen (7) ihre Vorstellung vom Bild ins Gedächtnis, danach die Vorstellung von der Gesamtsituation, jetzt ihre damit zusammenhängenden Gefühle usw.. Dabei wird die Wahrnehmung der vorgestellten Situation und deren Umsetzung immer genauer s.a. Abbildung 4.8, Seite 50).

Das stückweise Vergleichen und Annähern des Situationsbildes an die Vorstellung erzeugt Bestimmtheits-Signale. Während der Umsetzung entsteht ein Gefühl von Unsicherheit und Unbestimmtheit, von Lust und Unlust. Beim Malen werden Effizienzsignale ausgelöst und ein Gefühl von Bestimmtheit erzeugt... u.s.w.

Der sich wiederholende Vergleich zwischen Plan und Ausführung verstärkt die Fokussierung (Auflösungsgrad) und Konzentration. Die Bestimmtheit nimmt insgesamt zu, jeder gelingende Strich erzeugt Lustgefühle.

„Dann arbeite ich konzentrierter: geschwungene Linien in die Mitte...“ (A14/8)

Aus dem Abruf der verschiedenen Vorstellungen mit Handeln und dem sich an Erfolg annähernden Wechsel von Bestimmtheit mit Unbestimmtheit entwickelt sich ein Flow-Erlebnis.

Da klopft es. Diese außerhalb des Schaffensprozesses liegende Störung führt zu einer Unterbrechung. Jemand kommt herein, die Aufmerksamkeit von A ist jetzt geteilt, so dass die Selektionsschwelle (Konzentration) und Aktiviertheit abnehmen (A14/12).

A bemerkt, dass sie jetzt dazu neigt, mehr als nötig und stimmig ist, auf das Blatt zu malen. Man könnte auch sagen, sie kann bei mangelnder Konzentration nicht mehr so gut Wichtiges von Unwichtigem unterscheiden (A14/13). Das ist auch im Wesentlichen, was sie stört:

„Ich finde es nicht schlecht, habe aber nicht das Gefühl, die ganze Dynamik der Situation dargestellt zu haben.“ (A14/14)

Der Prozess wird gestört, endet mit Unzufriedenheit, durch Nachdenken kann A ihre Kompetenz und Bestimmtheit in dieser Situation noch relativ hoch (Ausprägungsgrad 0,5) halten.

A hat aus ihren Beobachtungen gelernt; sie reflektiert und hält sich in Schritt 15 zurück, legt das vorläufige Ergebnis weg. Dann beruhigt sie sich mit der Überlegung, ein neues Bild mit der gleichen Idee zu verwirklichen:

„Sage mir, dass ich es lieber an einem anderen Bild noch einmal probieren kann.“ (A14/16)

Durch Reflektieren erhöht sie ihre Bestimmtheit. Andererseits empfindet sie (trotz Flow-Erlebnis) keine Bestätigung durch das Bild, die Affiliation bleibt niedrig, sie bleibt unzufrieden.

Nicht alle Prozesse enden mit Zufriedenheit, es kommt auch vor, dass A ihr Ziel nicht erreicht. Der kreative Prozess enthält also auch das Risiko zu scheitern. Dann tritt die erhoffte Steigerung der Kompetenz nicht ein, sondern die labile Gefühlslage verschlimmert sich durch einen weiteren Misserfolg.

Ebenfalls mit Unzufriedenheit enden die Prozesse A5, dargestellt auf Seite 69, und A9, Seite 65.

Die spezifische Exploration wird über den Vergleich zwischen verschiedenen Vorstellungen immer genauer, kann aber durch eine Störung leicht unterbrochen werden.

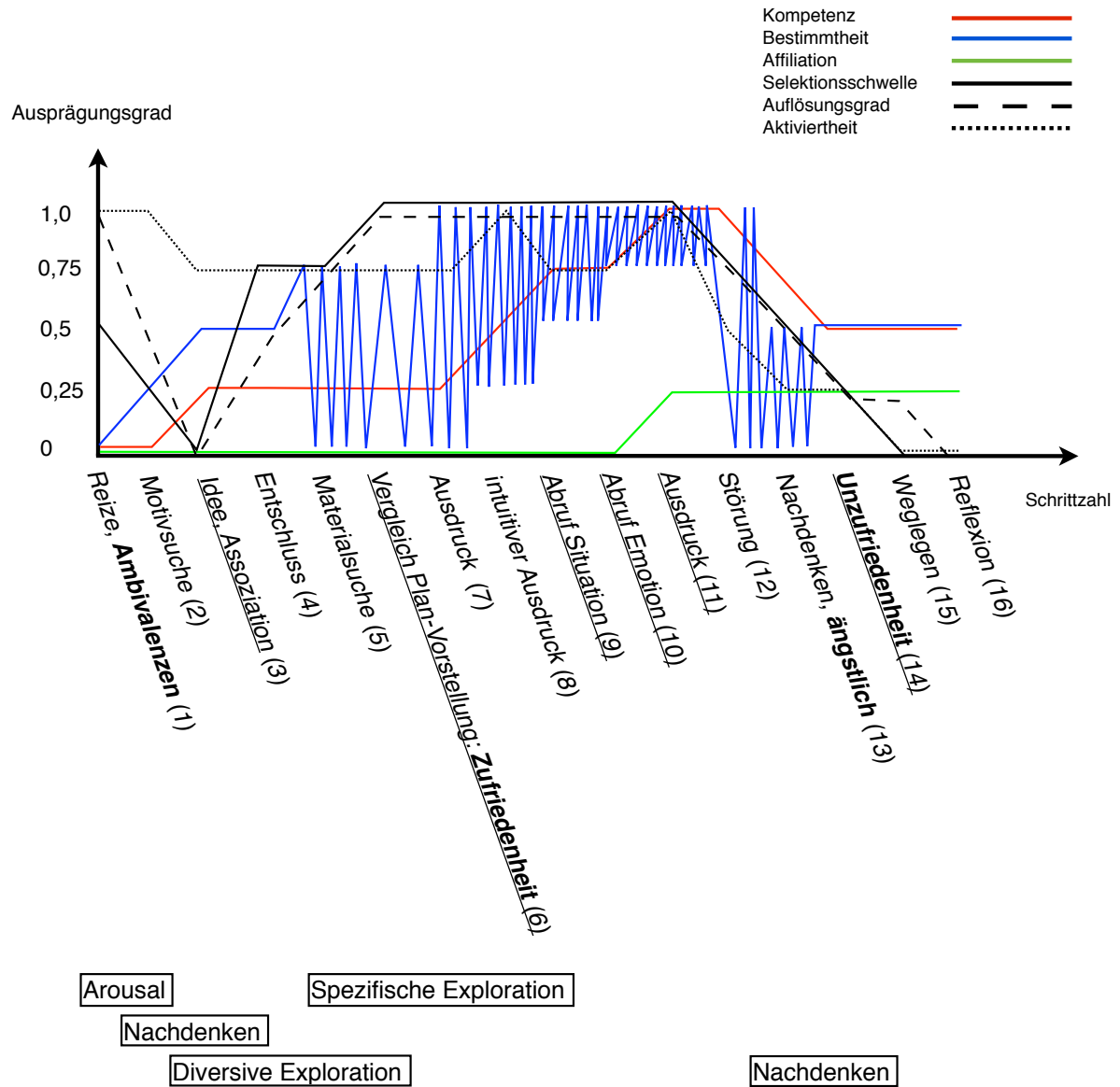


Abbildung 4.9: Fokussierung durch Vergleich (A14)

4.4.2 Ärger, Reflexion und Überprüfung (A13)

Handwerklichen Prozessen zuzuordnen ist auch der Prozess A13 (Abb.4.10, S. 54). Wie in A14 wird der Abruf der Vorstellung und die Erinnerung an ein Vorbild als Mittel eingesetzt, um die spezifische Exploration zu verstärken. Ständig auftauchende Probleme, Ärger, Nachdenken und Reflexion prägen diesen - anders als A14 mit Zufriedenheit endenden - handwerklichen Prozess, bei dem es nicht zu einem ausgeprägten Flowerlebnis kommt.

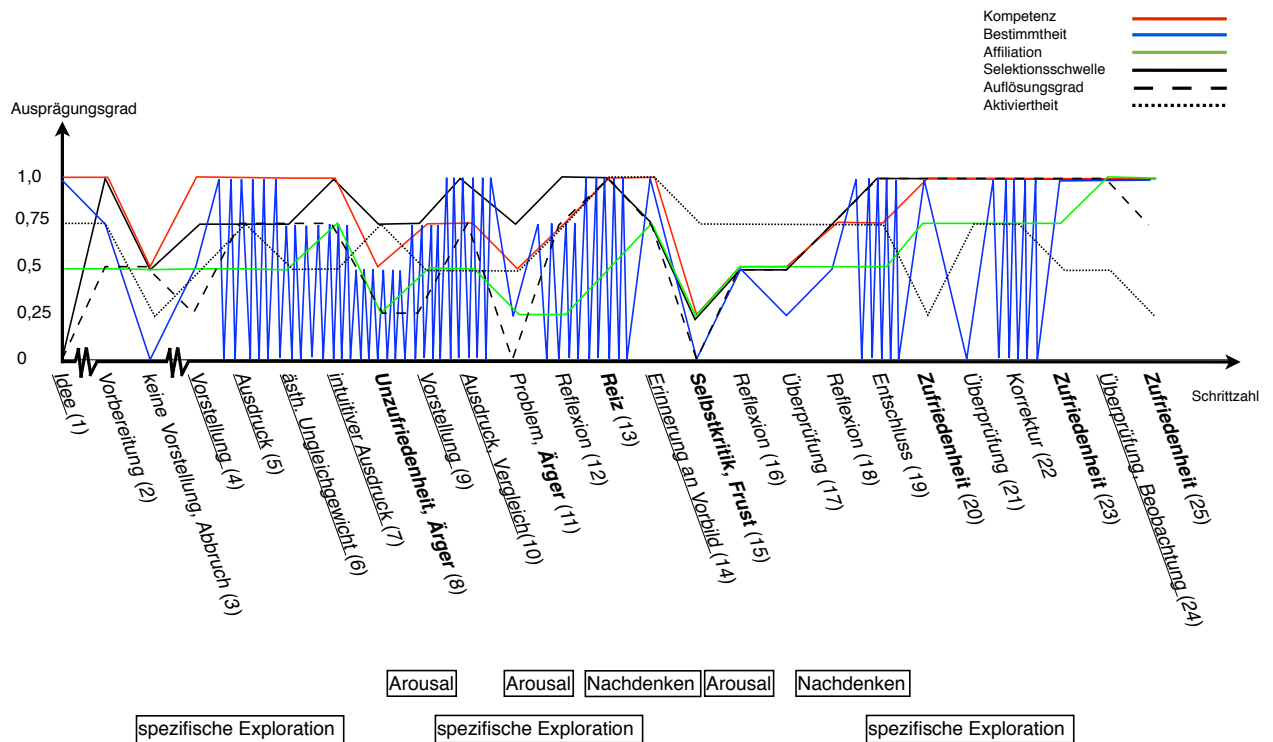


Abbildung 4.10: Probleme, Ärger, Nachdenken und Reflexion (A13)

Bearbeitet wird eine Tonfigur; Prozess A13 dauert etwa 75 Minuten.

Prozess A13 beginnt mit einer Idee, die dann aber über einen längeren Zeitraum nicht umgesetzt wird. Als A sich schließlich zur Vorbereitung durchringt, bricht sie ihr Vorhaben wegen körperlichen Unwohlseins und mangelnder Konzentration wieder ab (A13/2-3).

Ein erneuter Anlauf beginnt mit der Vorstellung des Ziels. Dabei ruft sich A nicht nur das Aussehen ihrer Figur, sondern auch ihre Empfindungen dazu ins Gedächtnis. Die Sicherheit steigt, das Ziel wird deutlicher.

„Diesmal verinnerliche ich noch einmal, was ich eigentlich darstellen will. Ich schließe die Augen und stelle mir bildhaft vor, wie sie aussehen soll, was sie verkörpern soll.“ (A13/4)

Sie beginnt spezifisch zu explorieren, da spürt sie einen inneren Widerstand:

„Ich finde aber, es fühlt sich nicht gut an, nicht so, wie es sein soll.“ (A13/6)

Die Form in der Hand entspricht nicht ihrer Zielvorstellung.

Über ihre Erfahrungen mit Ton versucht sie, die geeignete Strategie für diesen Fall zu finden. Die aus dem Empfinden einer ästhetischen Unstimmigkeit resultierende Unzufriedenheit erzeugt Unbestimmtheitssignale und führt zum Arousal:

Kompetenz, Affiliation und Bestimmtheit sinken, die Aktiviertheit steigt. Die Selektionsschwelle sinkt, Nebenaspekte werden wahrgenommen. Auch der Auflösungsgrad sinkt, der Hof der Wahrnehmung wird weiter; A bekommt einen besseren Überblick.

In diesem Fall genau das Richtige, denn A bekommt jetzt eine genauere Vorstellung davon, was sie will:

„Ich kann mir jetzt besser vorstellen, wie ich das Ganze aus dem Klotz forme....“ (A13/9)

Ihre Zielvorstellung wird deutlicher. Das führt dazu, dass die Bestimmtheit zunimmt und dass A wieder spezifisch exploriert.

Der Vergleich zwischen Blatt und Vorstellung bewirkt eine genauere, detailgetreuere Arbeit. Der Auflösungsgrad steigt.

„Beine, Gesicht, Hände, immer wieder kläre ich ab, ob es mit dem inneren Bild übereinstimmt, das ich im Kopf habe.“ (A13/10)

Als auch die Kompetenz wieder zunimmt, taucht erneut ein Problem auf:

„Mir ist die Figur immer noch zu klein, das Gesicht ist im Zentrum meiner Vorstellung, wie soll ich das so genau in der Größe darstellen?“ (A13/11)

A ärgert sich, es kommt zum Arousal. Auf der Suche nach einer für das Ganze harmonischen Lösung sinken Selektionsschwelle und Auflösungsgrad. (A13/11)

Über Nachdenken (Reflexion, 12) findet A die Lösung, die Figur durch neue Figuren zu ergänzen. Sie stellt sich also anstelle einer weiteren Fokussierung darauf ein, ihren Fokus zu erweitern und neue Wege zur Umsetzung ihrer Idee zu suchen.

In Schritt 13 (Reiz, Genuss) geht A assoziativ vor; eine hübsche Stelle an der Figur löst Schaffensfreude aus und motiviert A, spezifischer zu explorieren.

„Im Rückenbereich finde ich eine Stelle, die ich als schönen Po Ansatz empfinde, die lasse ich, forme den Rest um diese Assoziation drumherum.“ (A13/13)

Warum reizt A diese Stelle? Die Wahrnehmung des Pos erinnert A an ein gespeichertes Schema „Po und Rücken“. Vielleicht ist hier eine Ähnlichkeit oder Abweichung. Eben diese Ähnlichkeit oder Abweichung könnte Interesse auslösen, z.B. indem sie Gefühle dahinter ausdrückt, etwa solche, die sich aus einem (gebeugten, aufrechten, ...) Rücken schließen lassen. Die damit verbundenen Assoziationen werden aktiviert, erregen ihr Interesse und erzeugen Verbindungen zu Interpretationen. So ergibt sich aus dem Reiz eine Bedeutung, die mehr beinhaltet, als die reine Körperlichkeit von „Po mit Rücken“. Durch die spezifische Exploration um diese Stelle herum, kann A ihre Assoziationen in die Figur einbauen und für sich deutlicher machen, welche Assoziationen hier zusammenfließen. Gegen Ende dieses Konzentrationsbogens (Selektionsschwelle sinkt) versucht sie, durch das Heraufbeschwören ihres Vorbildes aus dem Museum weiter zu explorieren. Da kommen ihr unpraktische Assoziationen in den Weg: Der Vergleich mit ihren Ansprüchen an sich selbst, als sie vor der Figur stand, führt zu Selbstkritik. Die Kompetenz sinkt. Frust macht sich breit (Arousal) (A13/15).

A reagiert mit Nachdenken. Die Vorstellung, sich von einem Freund helfen zu lassen, führt zu Hoffnung und Ausschüttung von L-Signalen. Die Affiliation steigt.

Ihre Kompetenz wächst wieder. Die Bestimmtheit nimmt zu. (A13/16)

A geht immer mehr ins Detail, jetzt beschäftigt sie sich mit der Hand, stellt aber fest, dass sie keine genaue Vorstellung von ihrem Aussehen hat. Auch dieses Problem löst sie durch Nachdenken. So kommt A zu einer spezifischeren Betrachtungsweise: Sie findet zwei Lösungsansätze.

Bestimmtheit und Kompetenz wachsen. Das Ergebnis gefällt ihr. (A13/18-19)

Danach beginnt - analog zum Phasenkonzept - eine Phase der Überprüfung. Zunächst reduziert diese Phase der Überprüfung die Sicherheit (Bestimmtheit). A ist unzufrieden mit der Hand. Dies führt zur Aussendung von Unbestimmtheits-Signalen und zu einem Arousal. Sie vergleicht mit ihrer eigenen Hand und sieht, was sie noch ändern möchte. Bestimmtheits-Signale werden ausgesendet, die Bestimmtheit steigt wieder (A13/20-21). A lehnt „sich zufrieden zurück.“ (A13/22).

Da entsteht ein Moment, der stark zur Motivation von Künstlern beitragen könnte: Die Bildwirkung übertrifft das, was die Künstlerin zunächst intendiert hatte und bekommt einen neuen Bedeutungsgehalt für sie selber:

“Es ist nicht unbedingt genau das, was ich im Kopf hatte, es ist mehr, anders. sagt viel mehr, als was ich dachte - sie ist wie eine weibliche Interpretation unserer Zeit, heute; ...“ (A13/23)

Diese persönliche Bestätigung bewirkt eine Art Affirmation durch das eigene Werk. Im letzten beschriebenen Schritt zeigt sich deutliche Zufriedenheit mit dem Ergebnis:

„...ich empfinde: Sie repräsentiert all das, was ich die ganze Zeit sagen wollte.“
(A13/24)

Alle Bedürfnisse sind erfüllt, die Aktiviertheit ist niedrig.

4.4.3 Flow-Erleben (A6)

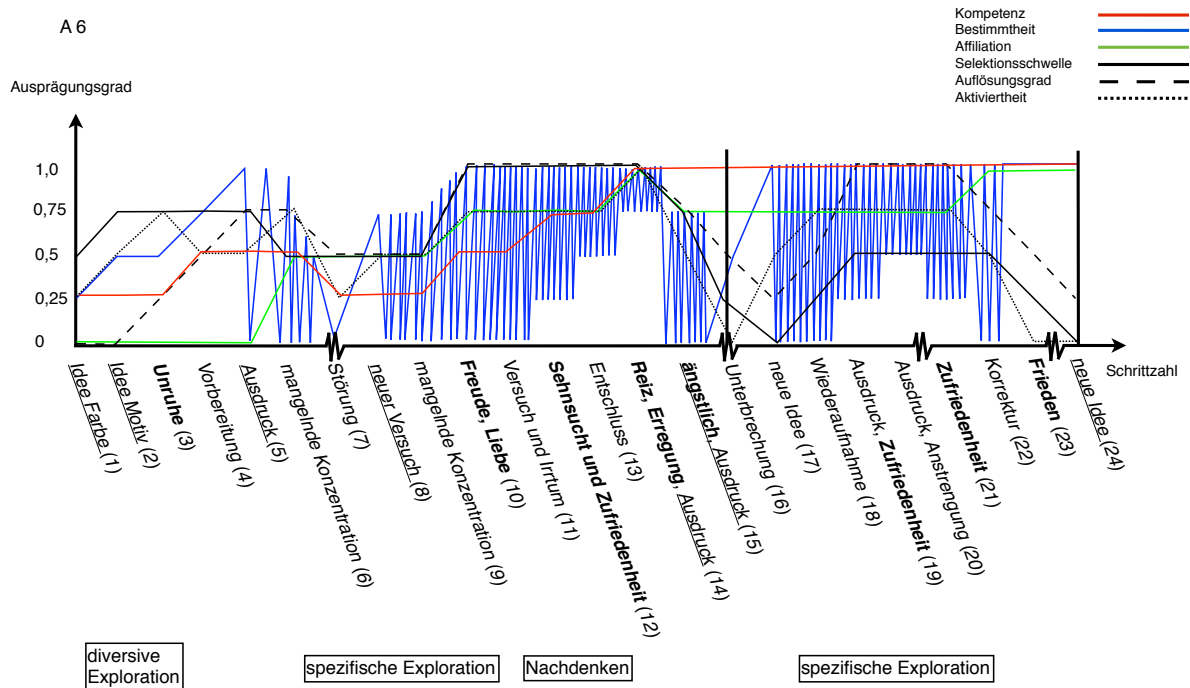


Abbildung 4.11: Flow-Erlebnis nach sensorischem Reiz (A6)

A6 (Abb.4.11, S. 57) beschreibt einen Prozess, in dem es trotz verschiedener Störungen und Unterbrechungen zu einem sensorischen Reiz und Flow-Erleben kommt. Der Prozess endet mit Erfolg und Frieden.

Insgesamt dauert er drei Stunden. Als abbildhafte Zeichnung vom Modell lässt er sich handwerklichen Prozessen zuordnen.

Prozess A6 beginnt mit einer Idee in Form einer vagen Vorstellung. Dies führt zunächst zum Anstieg der Bestimmtheit; die Vorstellung des neuen Ziels gibt A Halt. Gleichzeitig führt sie zu einem Arousal.

A beschließt, nach einem Modell zu suchen (A6/4). Allein, dass sie etwas in die vorgestellte Richtung unternimmt, hebt ihr Bestimmtheits- und Kompetenzgefühl.

Als sie den Malprozess beginnt, freut sie sich an der Schönheit ihres Modells. Obwohl sich bald herausstellt, dass die Umsetzung aus Konzentrationsgründen nicht gelingt, scheint die von ihr empfundene Ästhetik ordnende Prinzipien zu enthalten, die sie erfreuen.

Nach einer von außen kommenden Störung wird erst am nächsten Tag ein neuer Anlauf zur Umsetzung der Idee genommen.

Wieder beginnt A relativ unkonzentriert. Gerade stellt sie fest, dass sie unkonzentriert arbeitet, da überkommt sie ein ästhetischer Reiz. Sie freut sich über das Motiv:

„Trotzdem ästhetischer Genuss, diese Formen, Linien. Ich liebe diese Linien...“ (A6/10)

Infolge dessen sieht sie genauer hin (spezifische Exploration), nimmt differenzierter wahr (Auflösungsgrad) und kann über das Ausblenden störender Nebensächlichkeiten die Konzentration erhöhen.

Über wiederholtes Ausprobieren und Verwerfen (Versuch und Irrtum) erhöht sie ihre Konzentration weiter.

„Was mache ich jetzt? Ich probiere Blau. Da habe ich jetzt Lust drauf. Linien drumrum gut - ups - das war zu viel . Jetzt grün. Das Grün. Linien.“ (A6/11)

Über diese spielerische Herangehensweise wird ihre Wahrnehmung immer genauer. Obwohl auch dieser Prozess durch den Wechsel von Bestimmtheit und Unbestimmtheit geprägt ist, nimmt die Bestimmtheit insgesamt zu. Sie hat ein Flow-Erlebnis:

"Da kommt etwas über mich. Ich male wie besessen. Hier, da, es macht Spaß, ich weiß, das ist richtig, muss so, mir wäre auch egal, wenn einer was anderes finden würde, Weltverbundenheit, eindeutig richtig. " (A6/14)

Beschrieben wird Weltverbundenheit bei gleichzeitiger Konzentration und Klarheit. Diese Malweise unterscheidet sich deutlich von „Versuch und Irrtum“ in Schritt 11. Hier ist die Passung zwischen Anforderung und Fähigkeit sehr hoch, die Handlung ist deutlich von Klarheit geprägt. Dieses Gefühl der Sicherheit ist im Diagramm als „Bestimmtheit“ mit einem Ausprägungsgrad von 4-5 dargestellt und stellt eine hohe Intensität von Flow-Erleben dar, wie sie etwa Csikszentmihalyi (Csikszentmihalyi, 1991, 148) beschreibt.

A probiert nicht mehr kognitiv gesteuert aus und verwirft, wie es in Schritt 11 bei „Versuch und Irrtum“ der Fall war. Ihre Malweise ist jetzt vielmehr geprägt von einem Wechsel zwischen der überprüfenden Wahrnehmung von Vorstellung und Bild und dem Abruf und der Ausführung des motorischen Verhaltensprogramms. So kann sie die beobachtete Lücke zwischen beiden schließen.

Der Zustand von Klarheit wird abgelöst von einer Phase der Verunsicherung, Vorsicht. Offensichtlich ist A nicht mehr sicher, was zu tun ist. Sie ist unkonzentriert, ihr Werk scheint abgeschlossen, sie geht weg, streckt sich, kommt zurück. Aktiviertheit und Selektionsschwelle sinken also, der Auflösungsgrad wird grober. Aus dieser groben Wahrnehmung heraus kann A das Bild zunächst als abgeschlossen wahrnehmen, sie legt es weg und beginnt ein neues Bild. (A6/15-16)

Jetzt hat A eine neue Idee. Der neue Prozess besteht aus ständigen Wechseln zwischen zwei verschiedenen Bildern: Sobald A am einen Bild gemalt hat, fällt ihr für das andere Bild wieder etwas ein. Der Auflösungsgrad steigt schnell an, die Selektionsschwelle bleibt

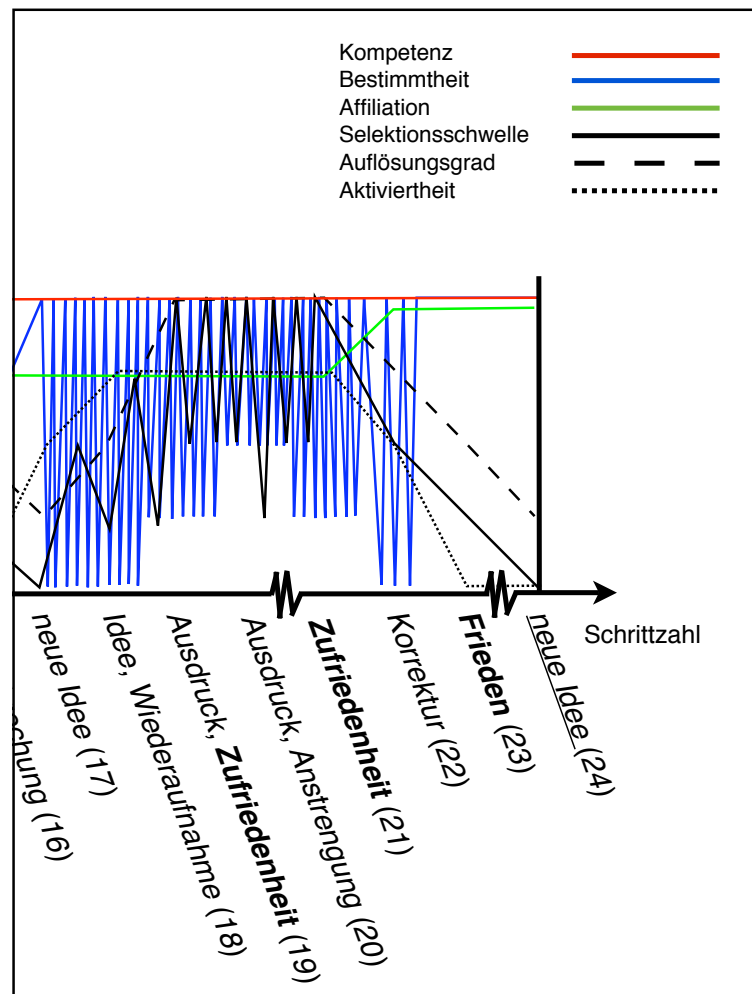


Abbildung 4.12: Ständige Wechsel zwischen zwei Bildern bei wechselnder Konzentration
(Ausschnitt aus A6/17-22)

mit einem Ausprägungsgrad von 0,5 aber relativ niedrig, so dass es zu den oben beschriebenen Wechseln kommt. Die Ausführung der Idee im einen Bild befruchtet geradezu die Idee für den nächsten Schritt im anderen Bild. Vermutlich kommt es in Schritt 17-22 innerhalb der spezifischen Exploration ebenfalls zu Schwankungen der Selektionsschwelle. Jede Unterbrechung würde dann zumindest zum kurzfristigen Aufgeben des Zieles und damit sinkender Selektionsschwelle führen, jede Idee zu steigender Selektionsschwelle. Dies könnte etwa so, wie in Abbildung 4.12, auf Seite 59, aussehen.

Auf das Flow-Erleben folgt eine Korrektur. Sie endet mit einem Gefühl des Friedens (A6/22). Die Selektionsschwelle sinkt ab, der Auflösungsgrad wird grober. Nach einer Entspannungsphase im Schlaf kommt es zu einer neuen Idee.

4.4.4 Sensorischer Reiz und künstlerisches Wollen (A12)

In Prozess A12, Abbildung 4.13, Seite 61 ist der Übergang zum Flow-Erlebnis, der, wie auch in A6 (s. Abb. 4.11, S. 57), durch einen intensiven sensorischen Reiz ausgelöst wird, besonders interessant.

In diesem Prozess wird ein Mann portraitiert; es handelt sich um einen etwa 30 Minuten dauernden handwerklichen Prozess, der sich zu einem Flow-Erlebnis entwickelt.

Der Prozess beginnt in einem spielerischen Rahmen mit einem Auftrag zu malen. Anfangs löst der Auftrag Versagensangst aus. Durch Reflexion gelingt es A, sich zu motivieren, indem sie den nächsten Schritt geht und sich ein interessantes Motiv aussucht. Außerdem knüpft sie an eine für den Anfang ihrer kreativen Prozesse typische Stimmung an:

„Denke, dass ich ja eigentlich 'eh schon den ganzen Tag in Malstimmung bin, nur nicht dazu kam... spüre diese etwas melancholische Stimmung in mir...“
(A12/2-4)

Durch allmähliches Explorieren ihres Motives (A12/5) verschafft sie sich einen Überblick über ihre Komposition:

„fange an mit einem Kreis aus Wasser, etwas Wasserfarbe...überlege, wo sind die Augen, Proportionen, Glatze...“ (A12/5)

Dabei kommt es zu einem sensorischen Reiz:

„...spüre, wie das Papier, die Form von mir Besitz ergreift,...“ (A12/5)

Infolge dieser Wahrnehmung kann A fokussieren. Vermutlich führt die sensorische Wahrnehmung dazu,

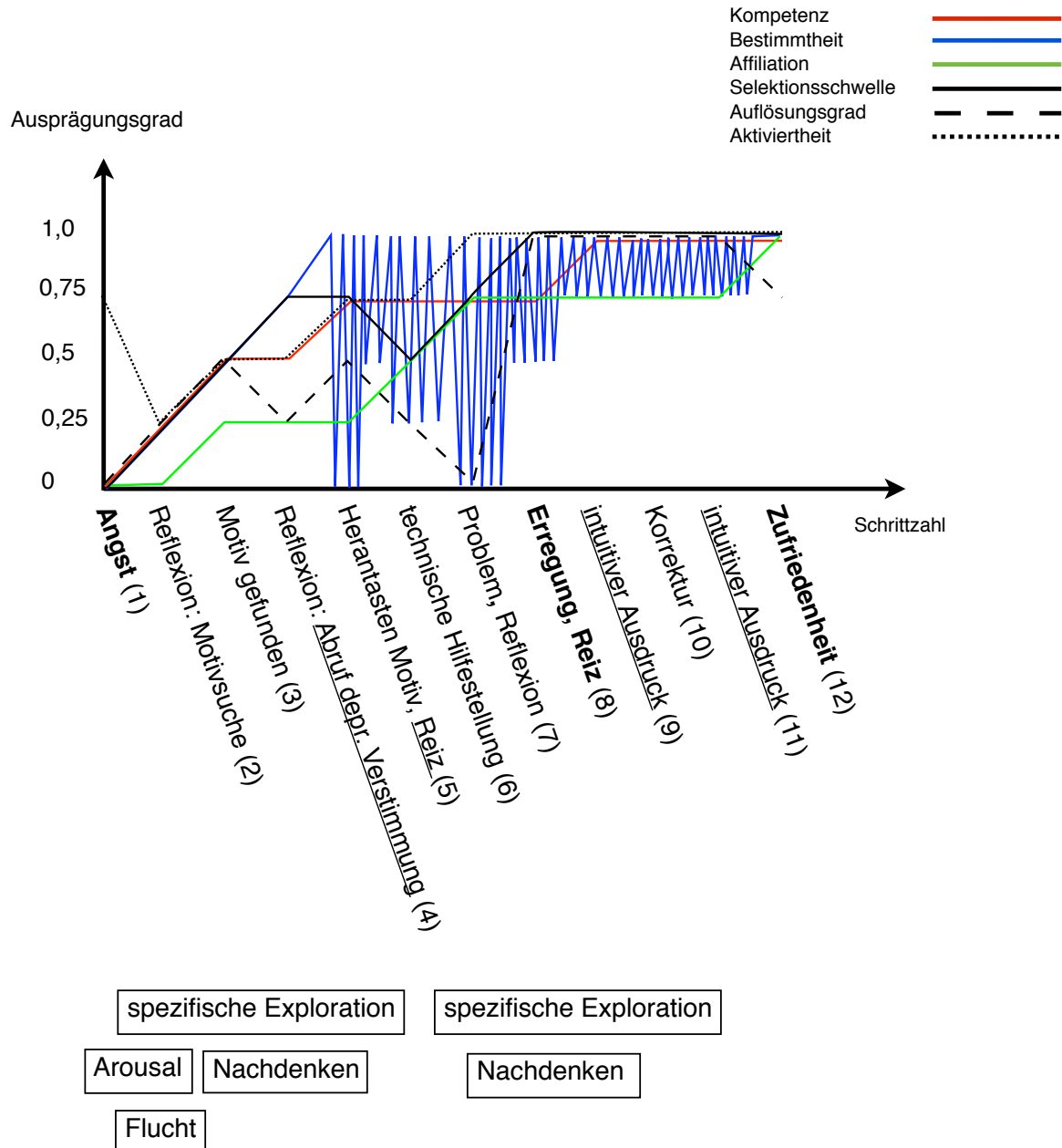


Abbildung 4.13: Sensorischer Reiz und künstlerisches Wollen mit Flow-Erleben (A12)

„dass alles Wahrnehmen und Denken von den entsprechenden Affekten in ihren Bann gezogen“ (Ciompi, 1997, 153f.) wird. In diesen Bewusstseins- und Aufmerksamkeits-Fokus flößen, so Ciompi, „Verarbeitungsprozesse aus verschiedenen Sinnesgebieten ein“. (Ciompi, 1997, ebenda)

Der Auflösungsgrad steigt also infolge der sensorischen Wahrnehmung. Durch Einbeziehen der verschiedenen Sinne nimmt die Aktiviertheit und Konzentration zu.

Offensichtlich haben die entsprechenden Attraktoreffekte so eine Anziehungskraft, dass es A schwer fällt, diese nicht sofort im Verhaltensprogramm malerisch umzusetzen.

Trotzdem entscheidet sie sich in Schritt 6, anderen Personen im Raum zu helfen. Die Konzentration nimmt wieder ab. Auflösungsgrad und Selektionsschwelle sinken. Die vorher gewonnene Deutlichkeit in der Wahrnehmung, die beginnende Vernetzung zwischen dem Verhaltensprogramm und dem, was sie sieht und mit ihren Erfahrungen verbindet, nimmt wieder ab.

Die sinkende Konzentration, verbunden mit der Anstrengung, sich nicht zu ärgern, ruhig zu bleiben, das Erkannte im Kopf zu behalten, führt in Schritt 7 zu einem Fehler.

Durch die anschließende Reflexion und Neuinterpretation der Situation

„ach macht nichts, kommt ja nicht so drauf an...“ (A12/7)

beendet A ihren Druck und Ärger; sie entscheidet sich für eine lockere, spielerische Herangehensweise (s.a. Voigt 2005, 82f).

Das hebt das Kompetenzgefühl und auch die Bestimmtheit. (Spielen ist einfach, das schaffe ich!) A probiert unterschiedliche Verhaltensweisen - automatisiertes Handeln, Nachdenken oder im „Versuch und Irrtum“ - Verfahren herum probieren - aus.

So kann sie sich im folgenden Schritt ganz auf ihre Gefühle einlassen und empfindet erneut einen - diesmal ästhetischen - Reiz, der sie intensiv berührt und die mit der Wahrnehmung zusammenhängende Schemata aktiviert.

„Ich sehe seine Augenbrauen, wie er vom Blatt hochguckt, die Form, ästhetische Wirkung ist cool, trifft mich, das setze ich um, suche schnell nach einem Buntstift, zeichne damit. Die Linien in seinem Gesicht, die Schatten, das Papier, das Objekt vor mir fesseln mich, der Raum schrumpft zusammen auf ihn und mich.“ (A12/8)

Der Reiz bewirkt Fokussierung, also genauere und konzentriertere Wahrnehmung, und ein Flow-Erlebnis: Wichtige Details werden gleichzeitig und überdeutlich erkannt, unwichtige ausgeblendet. A empfindet Aufgehen in der Tätigkeit, der Raum schrumpft in der Konzentration darauf, alles gleichzeitig auf das Blatt zu bringen, alles andere erscheint unwichtig. Sie empfindet Glück:

„Ich sehe nur noch Linien, die ich malen muss, Farben, male, warte wenn er runter guckt, genieße Farbe auf Papier, meine Hand, die tut, was ich will, der Strich sitzt, wo er muss, bin weg, langsam werden alle fertig, ein paar

stehen hinter mir, bewundern das Bild... das interessiert mich nicht, nur das Objekt, die Linie und das Papier sind wichtig... es stimmt so, wie es ist und ich bin glücklich, obwohl es gleichzeitig nicht perfekt ist, aber der Anspruch ist auch nicht da... “ (A12/9)

Hier ist der Bewusstseinsfokus wie Ciompi (1997) schreibt, „hochgradig eingengt, andererseits aber maximal ausgeweitet auf die ganze Welt und jede beliebige Einzelheit darin“ (Ciompi, 1997, 195).

Aus dem Flow-Erleben heraus weiß A genau, was sie tun muss, sie erkennt, welche Striche entscheidend sind. Vorstellung, motorische Umsetzung und Bild sind eng zusammengerückt (im Diagramm gekennzeichnet durch hohe Bestimmtheits-Werte).

Gegen Ende des Flow-Erlebnisses will A dem Bild einen „letzten Schliff“ geben. Leitend ist der Gedanke, dem Portrait seinen

„typischen Ausdruck [zu] verpassen“ (A12/10)

Gemeint ist die persönliche Interpretation seines Gesichtsausdrucks, das, was sie an diesem Gesicht interessiert und fasziniert.

Auffallend ist, wie wichtig ihr dieser letzte Schliff ist. Es scheint mehr, als ihre Kompetenz davon abzuhängen - als geriete sie persönlich aus dem Gleichgewicht, wenn es nicht gelänge.

„bitte ihn, noch einen Moment sitzen zu bleiben... stelle fest, das Bild ist schief, korrigiere das, so weit es geht, bitte ihn noch zweimal, zu warten... es ist wichtig für mich... (A12/10) Der letzte allerwichtigste Schritt, ihn selber einzufangen, Ziehen im Bauch; ein, zwei Linien noch, aus dem Gefühl heraus exakt gesetzt; “ (A12/11)

Um diese Genauigkeit zu erreichen, knüpft sie wieder an ihre Gefühle an. Sie empfindet ein Ziehen im Bauch, fokussiert auf die in den Gefühlen implizit vorhandenen Wünsche, arbeitet hoch konzentriert. Exaktheit ist ihr wichtig. Über das innere (Stimmungs)bild und Empathie gelingt es ihr, sich noch stärker auf den Charakter ihres Gegenübers zu konzentrieren. Der Auflösungsgrad ist sehr genau, konzentriert versucht sie zu erkennen, welche Linie die Entscheidende ist.

Benommen verlässt sie nach Beenden des Bildes den Raum.

„ich stehe torkelnd, geschafft auf. So kann ich es abgeben. “ (A12/12)

Sie ist zufrieden. Sie hat ihr Ziel erreicht und fühlt sich kompetent.

Der kreative Prozess erfordert hier eine Konzentration und ein Sich-Einlassen auf ästhetische Wahrnehmungen, die in der emotionalen Intensität über eine Prüfung nach rationalen, formalen Kriterien, wie sie Hertlein (1990) beschreibt, hinausgeht (s. S. 13). Die Annäherung an den Zielzustand über Emotionen erfordert ein hohes Maß an Konzentration und Bereitschaft, auf seine Gefühle zu hören. Trotzdem handelt es sich hier

um einen handwerklichen, abbildhaften Prozess, in den zwar Emotionen einfließen, aber nicht im Mittelpunkt stehen. Durch den Malprozess kann A Stück für Stück den Unterschied zwischen Blatt und Modell erfassen und verringern (Dörner, 2008, 676). Das verfeinert ihre Beobachtung und erhöht ihre Bestimmtheit. Sie konzentriert sich dabei abwechselnd auf ihre innere Vorstellung von dem, was sie will, dann auf das vor ihr liegende Motiv, schließlich auf die Übertragung auf das Blatt (s. hierzu 4.12, S. 59 und 5.2, S. 90).

Ihr Interesse könnte in der Fixierung des Unterschiedes zum vorhandenen Erwartungshorizont liegen; im Halten der empfundenen Harmonie und gleichzeitig in ihrer interessanten Abweichung.

Das Erkennen und Halten dieser Spannung und deren Fixierung strengt an und erfordert eine hohe Konzentration. Sobald die Konzentration einbricht, gestört wird, kann die Idee, die noch vage und doch hoch vernetzt ist, verloren sein.

4.4.5 Künstlerisches Wollen, Kontrollverlust und Glück (A9)

Der Prozess A9 ist repräsentativ für alle der im Zusammenhang mit der spezifischen Exploration bisher beschriebenen Elemente. Hier lässt sich anschaulich zeigen, wie die Künstlerin ihre Emotionen in einen Prozess des abwechselnden Abtastens und Vergleichens, den ich im Folgenden als „Abgleichen“ bezeichne, einbezieht. Besonders interessant ist, wie sich der Übergang zum künstlerischen Wollen entwickelt, und wie A gegen Ende des Prozesses versucht, aus der Summe der Informationen die Entscheidenden heraus zu filtern. Am Ende schließlich korrigiert A ihr Bild in einem aufreibenden, mit Unzufriedenheit endenden Prozess.

Prozess A9 ist ein handwerklicher Prozess, der etwa 120 Minuten dauert.

Die Vorbereitung auf den eigentlichen Malprozess ist sehr ausführlich beschrieben. Sie besteht - neben den eigentlichen Planungsaufgaben - im Wesentlichen aus einer Auseinandersetzung mit der Angst zu versagen, und dem Wunsch, ein Motiv zu malen. Hier ist deutlich zu erkennen, wie der Selektionsmechanismus neben der Wichtigkeit einer Sache von der Kompetenz abhängt (Dörner, 2008, 467). Die durch ihre Unentschlossenheit (Motivflimmern bei niedriger Selektionsschwelle) entstehende Unruhe destabilisiert A und bewirkt zunehmende Anspannung:

„Es ist, als ob die Gefühle in mir, die ich nicht benennen kann, übermächtig werden, bis dahin, dass ich ein Rauschen im Kopf und den Ohren empfinde (ähnlich der Anspannung vor einem Migräneanfall)...“ (A9/1)

Erst mit steigender Bestimmtheit gelingt es A, ihre Angst zu überwinden.

Ein haptischer Reiz löst die Aktivierung von mit dem Malprozess zusammenhängenden Schemata aus (Dörner, 2008, 178).

A spürt plötzlich, was sie will:

4 Auswertung

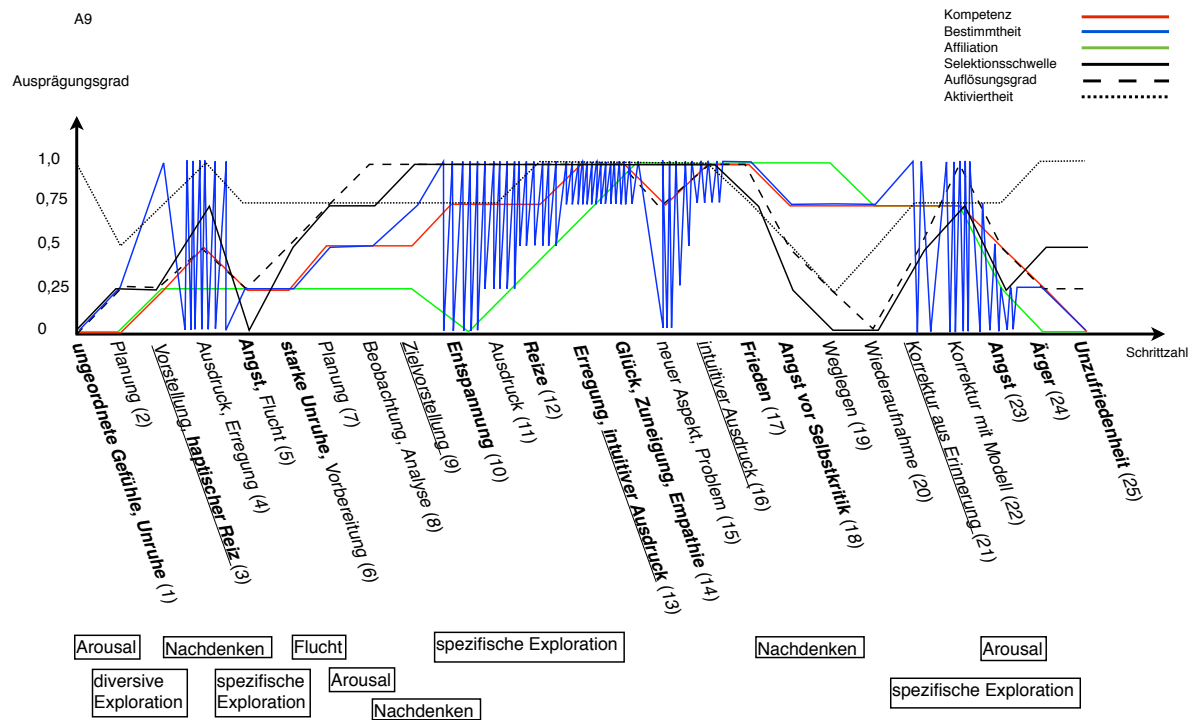


Abbildung 4.14: Handwerklicher Prozess mit Flow-Erlebnis (A9)

„Ich spüre, wie ich das Papier mit den gefundenen Pigmenten einreibe, das ist es, das will ich.“ (A9/3)

Der haptische Reiz führt zur Verdeutlichung dessen, was A an der Möglichkeit, dieses Modell zu malen, fasziniert.

Die mit dem Malprozess zusammenhängenden Schemata und Gefühle werden aktiviert. So steigt die Selektionsschwelle, laterale Inhibition setzt ein. A kann jetzt genauer definieren und verfolgen, was sie will, - es entsteht ein Zusammenhang zwischen früheren sensorischen Erfahrungen aus Malprozessen, ihren jetzigen Gefühlen und dem Wunsch zu malen. Die deutlicher werdende Vorstellung erhöht die Bestimmtheit. Dazu werden Glücksgefühle aktiviert, die Kompetenz vermitteln (es ist ja gelungen!). Die Begeisterung für die künstlerische Arbeit verdrängt so allmählich ihre Angst vor Versagen.

Nachdem dieser Teil der Vorbereitung beendet ist, ergreift A noch einmal die Flucht, wodurch Selektionsschwelle und Auflösungsgrad wiederum sinken. Trotzdem bleibt sie höchst aktiviert. Dieses Mal reagiert A auf ihre Unruhe (Arousal) mit Nachdenken. So ergibt sich ein neuer Planungsschritt (A9/7). Sie erkundigt sich bei ihrem Modell nach dem zur Verfügung stehenden Zeitrahmen.

Im weiteren Verlauf klärt A weitere Unsicherheiten durch Beobachtung des Modells, Nachdenken und Analyse von Ziel und Ausführung. So überprüft A beispielsweise, ob der Bildausschnitt mit ihrer ursprünglich gefühlten Zielvorstellung übereinstimmt. Sie sucht die Übereinstimmung zwischen einer Lösung, die sie sich sicher zutraut, mit ihrer noch recht vagen Vorstellung, die schwieriger ist.

„Sicherheitshalber entscheide ich mich zunächst für das Profil, merke aber, dass ich das nicht will. Es interessiert mich nicht, stellt ihr Gesicht nur zu begrenzt dar. Ich wechsele zum Halbprofil. Ja, das ist besser.“ (A9/9)

Alle diese Überlegungen erhöhen den Auflösungsgrad, die Bestimmtheit und Kompetenz. A entscheidet sich, die Selektionsschwelle steigt.

Mit Schritt 10 beginnt der eigentliche Malprozess. A entspannt sich, plant nicht mehr, sondern malt, indem sie ständig Modell und Bild miteinander vergleicht (A9/11). Das Abschätzen der Erfolgswahrscheinlichkeiten bewirkt wechselnde Emotionen zwischen Lust und Unlust.

Freude am Modell, wachsende Bestimmtheit und ästhetischer Genuss überwältigen sie:

„denke, wie schön die Proportionen ihres Gesichtes sind.“ (A9/12)

Im Flow-Erleben entsteht eine intensive Beziehung zum Modell. Das motiviert A, sich anzustrengen und genau hinzuschauen. Durch die zunehmende Empathie werden L-Signale ausgesendet, die Affiliation nimmt zu.

A „hört“ auf ihre Intuition, sie hört also auf Gefühle, deren Hintergründe sich durch Nachdenken nicht erschließen lassen. Damit muss sie einen Teil der Kontrolle über ihr

Verhalten aufgeben. Sie fühlt sich nicht in der Lage, sachlich vorzugehen und sich gleichzeitig auf ihre Gefühle einzulassen. A ist so konzentriert und erregt, dass sie nicht systematisch vorgehen „kann“ ; sie fühlt sich gedrängt, „drauflos zu malen“ , sich „gehen zu lassen“ .

„Ich hatte mir fest vorgenommen, mit der Einteilung der Proportionen anzufangen. Das kann ich aber nicht, es drängt mich, einfach die Farbflächen drauflos zu malen, mich gehen zu lassen, erst nach der groben Verteilung der Flächen (die Augen kurz skizziert, also nicht langsam herangetastet eingeschlossen), bei der ich die Gesamtkonstellation von innen her, also über die Verteilung der Farbflächen aus dem Bauch heraus umrissen habe, ohne zu kontrollieren, kann ich mich dazu bringen, nachzumessen. Es stimmt.“
(A9/13)

Offensichtlich ist, dass A sich etwas nehmen würde, ließe sie sich nicht auf diesen Effekt ein. Auch im Moment des Flow-Erlebens scheint die Attraktivität stimmiger Lösungen Weg bahrend zu wirken. Die so eingeschliffenen Denkwege laufen häufig unbewusst ab. (Ciompi, 1997, 107f.)

Im Laufe des Malprozesses stimmen Handeln und angestrebtes Ergebnis zunehmend überein. Der Aufmerksamkeits- und Bewusstseinsfokus engt sich ein, A sieht zunehmend ausschließlich ihr Objekt und ihre Arbeit vor sich (s.auch (Ciompi, 1997, 153), was zu einer gesamten Erhöhung der - immer noch wechselnden - Bestimmtheit und Kompetenz führt.

Wollen und Handeln werden als Einheit beschrieben und das Ergebnis stellt sich in der darauf folgenden Phase der Überprüfung als richtig heraus.

Die Sensorische Wahrnehmung erzeugt Bestimmtheit, der Abruf motorischer Verhaltensschemata und deren Umsetzung in Handeln Unbestimmtheit. So wird die bestehende Hohlstelle (in A9/13 und A9/14) reduziert.

Der immer geringer werdende Abstand zwischen Zielvorstellung und Blatt entspricht dem sich verringernden, immer besser erkennbar werdenden Loch zwischen Bestimmtheit und Unbestimmtheit. Allumfassendes Glück und das Gefühl, einer Bestimmung zu folgen, bestimmen diesen Moment.

„Die Zeit mit x, ihr Glück zu sehen, wenn sie die Kinder sieht, still zu sein mit ihr, tut mir gut. Ich liebe die Farben, die ich verwenden kann, die ich aber vor allem in ihrem sonnengebräunten Gesicht sehe. Ich mag sie, wenn sie so lacht. Orange und Lila sind die Farben, die ich gegen Ende verwende, die am Besten zu dieser Szene, zu diesem Licht passen.“ (A9/14)

A empfindet Glück, Zuneigung und Empathie. Harmonie, und die Freude an der Übereinstimmung zwischen Farben auf dem Blatt und Motiv vermittelt das Gefühl, Teil eines Ganzen und am richtigen Ort zu sein. L-Signale erhöhen die Affiliation.

Gegen Ende des Flow-Erlebens beginnt das Modell zu lachen, ein neuer Aspekt taucht also auf. Der Versuch, das Lachen nachträglich einzufügen, misslingt. Dies ist ein Problem für A, sie ärgert sich, die Kompetenz sinkt. Infolge der misslungenen Versuche ärgert sich A, der Auflösungsgrad sinkt. A erinnert sich noch einmal an ihre vorherige Stimmung. Hochkonzentriert weiß A jetzt aus dem Gefühl heraus, was zu tun ist:

„Aus dem Bauch heraus kann ich die Konzentration dazu verwenden, in das vorhandene Bild die Striche richtig einzufügen.“ (A9/16)

Dies führt unmittelbar zu einem Moment der Zufriedenheit:

„Ich bin unsicher, ob es ihr gefällt, aber ich fühle mich wieder gut. Ich bin glücklich,...“ (A9/17)

Das Flow-Erlebnis endet; Aktiviertheit, Selektionsschwelle und Auflösungsgrad beginnen zu sinken. Aufkommendes überinklusives Denken lässt auch Ängste zu. Durch selbstzerstörerische Gedanken wird die vorherige Zufriedenheit gestört. Selektionsschwelle und Auflösungsgrad, Kompetenzgefühl und Bestimmtheit sinken rapide ab. A reflektiert, sie denkt über eine geeignete Strategie nach, um der aufkommenden Selbstkritik zu entgehen. Sie legt ihr Werk vorerst zur Seite (A9/19).

Die darauf folgende Korrektur endet in Unzufriedenheit. Aus Zufall fällt A das Blatt wieder in die Hand, bei der Betrachtung aus der Distanz (niedriger Auflösungsgrad) sieht A mehrere Fehler, die sie mit wenigen Strichen (deshalb wenig wechselnde Bestimmtheit von 1-5) - zunächst aus der Erinnerung - zu beheben versucht. Dann entschließt sie sich doch zu einer Korrektur mit Modell.

Die Korrektur gelingt zunächst, jedoch bleibt die Unsicherheit (Bestimmtheit) relativ groß, weil A das Ergebnis nicht als stimmig empfindet. Damit sinken Bestimmtheit, Kompetenz und Affiliation, woraus Angst, das Ergebnis durch die Korrektur weiter verschlechtern zu können, resultiert. Infolge der Angst, „zu zerstören, was da ist“ (23), sinkt der Auflösungsgrad. Die Aktiviertheit ist zwar hoch, aber die Angst, etwas zu zerstören, ist größer, als das Bedürfnis, Unstimmigkeiten zu beseitigen. A ärgert sich:

„Ich ärgere mich immer mehr, obwohl die Augenkorrektur gut ist. Kann nicht definieren, was falsch ist, rege mich wahnsinnig innerlich auf, kann an nichts anderes denken,...“ (A9/24)

Der Auflösungsgrad sinkt weiter, die Aktiviertheit steigt. Die Bedürfniskessel leeren sich. A entscheidet sich, das Bild wegzulegen (25); infolge der hohen Aktiviertheit (Arousal) und der für sie nicht mit Zufriedenheit abgeschlossenen Handlung (Selektionsschwelle) kann sie sich aber nicht auf die neu begonnene Tätigkeit konzentrieren.

Die Färbung durch Emotionen liefert neben der Fokussierung einmal zusätzliche und wesentliche Informationen für den Schaffensprozess, auf der anderen Seite führen Emotionen zu Selbstkritik und Angst.

4.4.6 Störung von Flow-Erleben (A5)

Anhand von Prozess A5, Abbildung 4.15, Seite 69 lässt sich anschaulich die Störung von Flow-Erleben durch Kognitionen verdeutlichen (Rheinberg, 2008).

A5 ist ein abstrakter Prozess, der insgesamt über 5 Tage beschrieben wird und von starkem Frust geprägt ist. Die Ausarbeitung des Bildes liegt bei 120 Minuten.

Dieser Schaffensprozess verläuft ähnlich wie Prozess A11 (S. 48). Wie Prozess A14 (S. 53) endet auch Prozess A5 mit Unzufriedenheit.

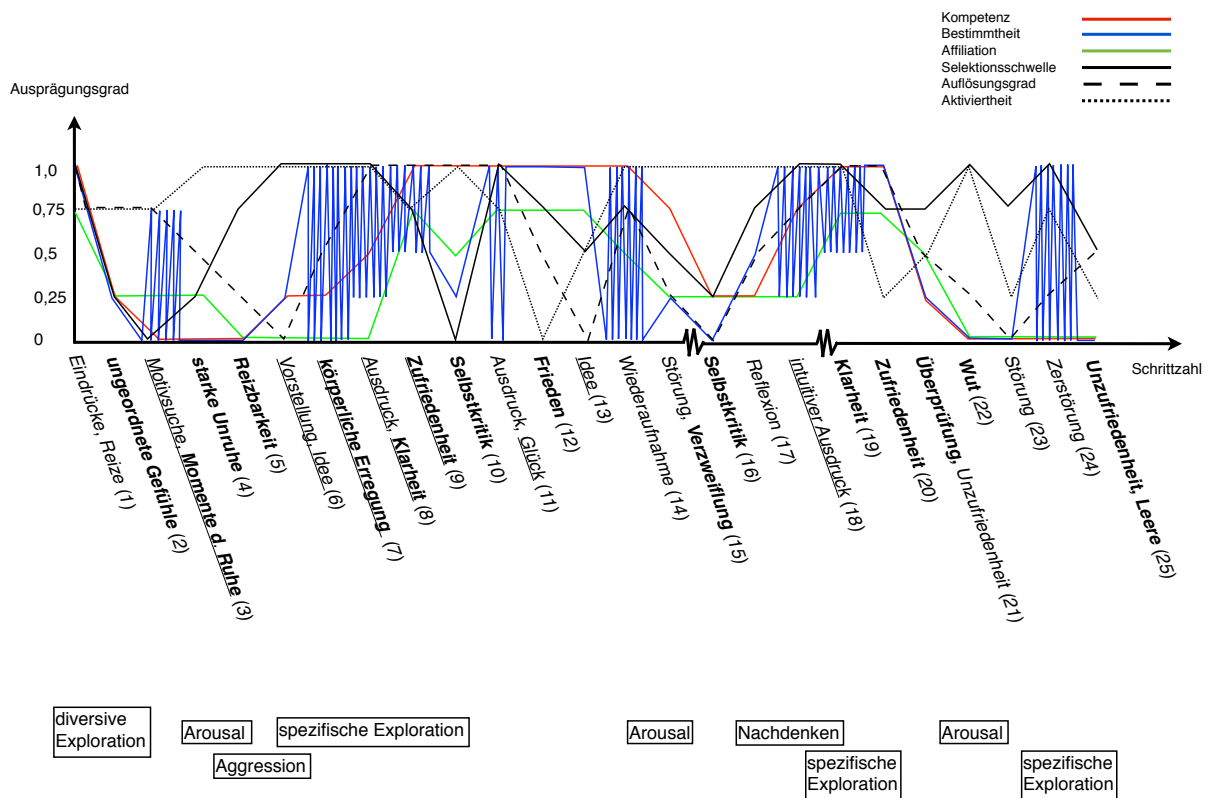


Abbildung 4.15: Störung von Flow durch Kognition in Form von Selbstkritik (A5)

Auffallend ist auch in diesem Prozess die starke Unruhe, die wir ähnlich von Prozess A3, Seite 40, oder A9, Seite 65, kennen. Hier führt sie zu hoher Reizbarkeit (A5/5), letztlich sogar zu Schlafmangel.

A sucht also nach einem geeigneten Motiv. Mit jedem gefundenen Motiv kommt es zwar zu Ansätzen von Ordnung und Systematisierung - die Bestimmtheit steigt in diesem Fall schnell an (mit 0,75 relativ hoch) - allerdings sinkt sie dann auch wieder (auf Werte

bis 0), weil A kein Motiv findet, mit dem sie nachhaltig zufrieden ist. Ihre Gefühlslage verschlechtert sich, so dass auch der Auflösungsgrad sinkt.

Endlich hat sie eine Vorstellung, wie die Umsetzung beginnen soll:

„Ich weiß genau, wie groß die Leinwand sein muss und dass ich mit einem roten Kreis in der Mitte anfangen muss.“ (A5/6)

Mit dem Malprozess beginnt die spezifische Exploration, in deren Verlauf die Umsetzung klarer wird. A ist körperlich erregt und hektisch:

„Ich könnte heulen, bin total hektisch, meine Hände zittern, ich muss das jetzt aufs Papier bringen, mein Magen zieht sich zusammen und mir ist schlecht.“ (A5/7)

Es ist A sehr wichtig, die Vorstellung sofort und genau so umzusetzen, wie es ihrer Vorstellung entspricht (Selektionsschwelle). Sie ist angespannt, lässt sich auf das Bedürfnis zur genauen Umsetzung ein. Im Flow-Erleben empfindet A Befriedigung.

Da sinkt die Konzentration, Nebensächliches wird wahrgenommen. Selbstbeobachtung, Nachdenken und Selbstzweifel stellen sich bei noch relativ hohem Auflösungsgrad ein; jetzt kommt es zu Selbstkritik, hoher Inkompetenz und Unbestimmtheit:

„albern, ich bin so albern“ (A5/10)

Die Selektionsschwelle sinkt auf den Nullpunkt, ihr Ziel gerät aus den Augen, A droht alles fallen zu lassen, es kommt zum Arousal (A5/10).

Da die Kompetenz hoch genug ist, gibt die Künstlerin nicht auf; sie denkt kurz nach und lässt sich nicht von ihrem Thema abbringen. Vielmehr reflektiert sie, knüpft an ihrer vorherigen Stimmung an; das hilft ihr zu fokussieren, sie malt weiter. Die Selektionsschwelle steigt. Ein Moment hoher Klarheit und Bestimmtheit folgt: A weiß, was sie tun will, macht die richtigen Striche. Sie empfindet Glück in der Ausführung und ein intensives Gefühl des Friedens nach der Umsetzung:

„Das ist es! Das. Frieden. Ich setze mich hin, bin glücklich. So.“ (A5/11-12)

Nach einer Phase sinkender Aktiviertheit, in der auch der Auflösungsgrad und die Selektionsschwelle sinken, kommt es zu einer genauen Vorstellung einer Idee. A nimmt ihre Arbeit am gleichen Stück wieder auf, da wird sie durch eine von außen kommende Störung (Klingeln an der Tür) unterbrochen. Offensichtlich fällt es der Künstlerin ungeheuer schwer, gerade jetzt ihre Arbeit zu unterbrechen:

„Es klingelt. oh nein, ich bin nicht da. Ich kann jetzt nicht. Angst, dass ich jetzt gestört, unterbrochen werde. Gefühl, ich sterbe, wenn ich jetzt nicht malen kann.“ (A5/15)

Das zeigt, wie wichtig ihr die emotionale Befreiung ist (Hertlein, 1990, 74), verwundert aber nicht, wenn man bedenkt, wozu die Unterbrechung führen kann: Die Selektionsschwelle könnte sinken, das Anliegen, das jetzt noch vor dem inneren Auge ist, vergessen werden.

Trotzdem entscheidet sie sich, zur Tür zu gehen. Tatsächlich sinken Selektionsschwelle und Auflösungsgrad, während A verzweifelt und hoch aktiviert wird. Sie macht sich Vorwürfe, Selbstkritik beginnt wieder !

„Ich male alles dunkel. In letzter Zeit lauter dunkle Bilder... (ich fange an, mich kritisch zu beäugen...)“ (A5/16)

Infolge von Reflexion und Erfahrung ist ihre Kompetenz jedoch hoch genug, so dass A in der Lage ist, die störenden Gedanken zu reflektieren und zur Seite zu schieben (A5/17). Im Vertrauen auf ihre Gefühle beginnt sie erneut zu malen. Im einsetzenden Flow-Erleben empfindet sie Klarheit darüber, was zu tun ist (A5/19-20).

Nach der Schaffensphase folgt eine Phase der Überprüfung, die den Ansprüchen der Künstlerin nicht stand hält. Die dabei aufkommende Wut führt zu sinkendem Auflösungsgrad (Nebel im Kopf) bei steigender Selektionsschwelle. Sie fängt an, ihr Bild zu zerstören, setzt dies aber, weil ihr Kind aufgewacht ist (A5/23), trotz ihrer Unzufriedenheit nicht fort.

Dieser Prozess endet mit Unzufriedenheit, vor allem, weil er unterbrochen wird. Denn aus der Zerstörung hätte sich auch etwas Neues entwickeln können (wie im folgenden Prozess A10).

Wie anhand dieses Beispiels deutlich wird, ist Kunst eben nicht nur Biltraum ordnend, sondern auch zerstörend - sie spiegelt damit offensichtlich den Prozess wider, den der Künstler selbst empfindet und durchlebt.

4.5 Der Analogie-Schluss (A10)

Auch durch Analogie-Schluss kann der künstlerische Schaffensprozess mit einer zufriedenen Stimmung enden, wie das folgende Beispiel zeigt.

Nach einer Phase der gelenkten Zerstörung empfindet A zunächst zunehmende Befriedigung (A10/9-12). Der Auflösungsgrad ist in der Wut gesunken, bei grober Wahrnehmung denkt A überinklusiv. Es kommt zu einer Assoziation und in der Folge zu einem Analogie-Schluss.

Prozess A 10 dauert 45 Minuten. Das erarbeitete Bild hat einen hohen Abstraktionsgrad. Aus einer Assoziation heraus kommt es im Verlauf des Prozesses zu einem Analogie-Schluss.

Dieser Prozess beginnt mit einer depressiven Verstimmung. A fühlt sich in allen Bereichen inkompetent, ihre Bedürfnisse sind nicht erfüllt. Es kommt zum Arousal.

A sucht ihre Farben mit dem Ziel, ihre Bedürfnisse zu stillen (Selektionsschwelle steigt). Sie entscheidet sich für eine bildnerisch-ästhetische Form der Verarbeitung ihrer Gefühle, die Unstimmigkeiten signalisieren und ihren Handlungsbedarf deuten können. Mit der steigenden Selektionsschwelle setzt laterale Inhibition ein. Sobald sie beginnt, erlebt sie einen haptischen Reiz, der mit der Handlung zusammenhängende Erinnerungen an Zeichenprozesse auslöst, sensorische und motorische Verhaltensprogramme aktiviert, und die Konzentration auf das Thema ansteigen lässt.

„ich spüre in meiner Hand, wie ich einen Kohlestift über das Papier reiße...“
(A10/3)

Schlagartig arbeitet A hochspezifisch. Dabei malt sie sehr erregt

„aus dem Bauch heraus“ (A10/4)

(gemeint ist eine intuitive, kognitiv zunächst nicht erklärbare Herangehensweise.)

„meine Wut heraus, schwarze Striche nach unten, spitz zulaufend. Denke mir dabei: „Ich hasse...ich hasse.“ (A10/5)

Die Auslösung von Effizienz-Signalen bewirkt Selbstbestätigung (Kompetenz). Infolge des vorher erlebten Ausdrucks ihrer Emotionen und des emotional für sie positiv geladenen Flow-Erlebnisses in Schritt 6 (Bestimmtheits-, evt. auch Affiliations-Signale wurden ausgesandt), empfindet A jetzt Frieden. Kompetenz und Bestimmtheit sind erfüllt, auch die Affiliation ist leicht angestiegen.

Aktiviertheit, Selektionsschwelle und der Auflösungsgrad sinken.

Mit Beendigung der lateralen Inhibition setzt Nachdenken ein. A reflektiert, ob sie schon aufhören soll (A10/7). Sie sucht offensichtlich nach Ursachen für ihre mangelnde Zufriedenheit.

A betrachtet also ihre Gefühlslage. Schauen wir uns diese Situation vor dem Hintergrund des vorherigen Gestaltungsprozesses an, so besteht eine Diskrepanz zwischen ihrer Befindlichkeit und dem Entschluss, den Prozess zu beenden. Diese Gefühle nimmt A zunächst als Unstimmigkeit wahr. A ist also auf der Suche nach Hohlstellen, die Unbestimmtheit produzieren, fündig geworden. Jetzt entsteht Handlungsdruck, die Selektionsschwelle steigt; gleichzeitig sinkt der Auflösungsgrad, weil A ihre Wut auf einer neuen, evt. tieferen Ebene realisiert. Holzschnittartig erkennt sie, was sie tun muss, um die Hintergründe dieser Empfindung darstellen zu können.

Indem sie ihr Bild teilweise zerstört, also Effizienz-Signale aussendet, erhöht sie ihre Kompetenz:

„Ich zerreiße das Blatt. Denke: Aber nicht bis oben - sonst zerreisst es ganz. Knicke es.“ (A10/9)

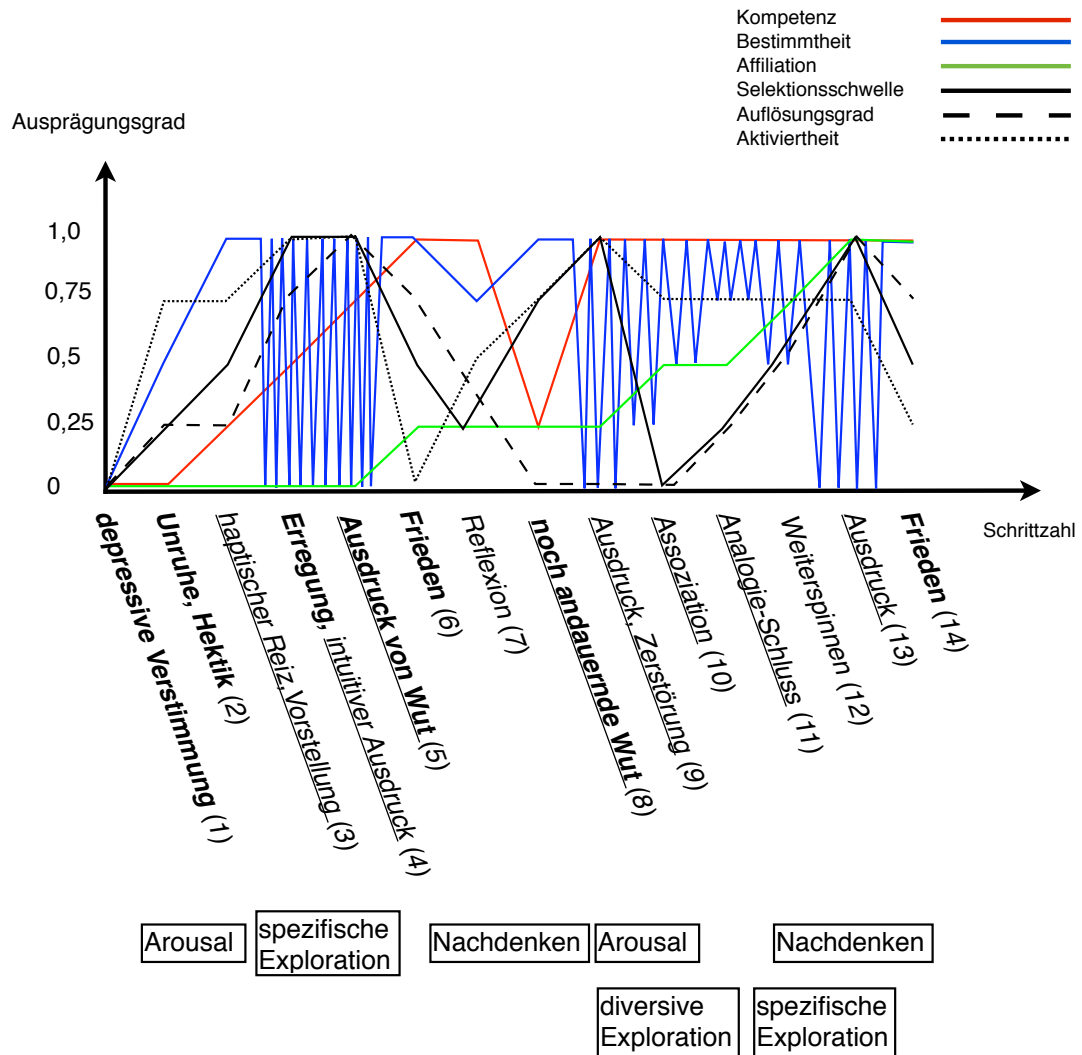


Abbildung 4.16: Niedriger Auflösungsgrad bei Assoziation (A10)

Weil das Ziel, die Wut auszudrücken, erreicht ist, sinkt die Selektionsschwelle; bei dem daraus sich ergebenden Einbezug von Nebengedanken und überinklusivem Denken (geringer Auflösungsgrad) fällt ihr eine Assoziation zu ihrem Bild ein:

„Zwei Hosenbeine.“ (A10/10)

Diese Assoziation wirkt auf die Künstlerin. Die Vorstellung, in die ihre Gefühle einfließen, und das Bild fügen sich zu etwas Neuem zusammen, als würden zwei - infolge des niedrigen Auflösungsgrades vereinfachte - Schablonen übereinander geschoben. Sie bringt die zwei länglichen Hälften des zerrissenen Blattes mit ihren Empfindungen in Verbindung und deutet sie als Hosenbeine.

Nach Ciompi (1997) mobilisieren die Gefühle, die A hegt, damit zusammenhängende Attraktoren. Diese haben in diesem Fall mit einer dominanten Männerrolle zu tun. Das Symbol der Hose passt in dieses Schema. Die Hose als Symbol für Männlichkeit gibt ihr das Recht, eine dominante, wütende Rolle einzunehmen; Grenzen zu setzen und damit Selbstwirksamkeit zu erzeugen.

Das Bild wird so zum Ausdruck ihres Ärgers, dann auch ihrer Sehnsüchte (alles Positive, was sie mit der männlichen Rolle in diesem Zusammenhang verbindet). Diese Rückmeldung vom Bild als ihrem „Gegenüber“ könnte sie auch als Bestätigung für ihre Wut und damit als Aussenden von Legitimations-Signalen empfinden. Gehen wir davon aus, bedeutet das, dass die Affiliation steigt.

Auch Kompetenz und Bestimmtheit nehmen zu.

In Schritt 11 kommt es bei inzwischen steigender Selektionsschwelle und steigendem, aber immer noch geringem, Auflösungsgrad zu einem Analogie-Schluss (Dörner, 2008, 269). A überträgt die Bildaussage auf die eigene Person:

„Ich will die Hosen anhaben.“ (A10/11)

Die Lücke zwischen innerer Befindlichkeit und Bild wird jetzt immer geringer. Die Affiliation steigt weiter. Die Bestimmtheit ist jetzt hoch; sie wechselt zwischen 0,75 und 1,0.

A vollzieht einen ständigen Perspektivenwechsel, der zu einem Wechsel zwischen - durch die Hohlstelle hervorgerufener - Unbestimmtheit (Gefühl) und - durch Verhalten aktivierter - Bestimmtheit führt. Sie hat in diesem Sinne keine Vorstellung von ihrem Ziel; vielmehr entwickelt sie diese gemäß Hertleins Theorie vom dionysischen Schaffensprozess im Verlauf der Arbeit (Hertlein, 1990). Tatsächlich ist in diesem Prozess die Darstellung ihrer persönlichen Befindlichkeit zentral.

Im folgenden Schritt (A10/12) spinnt A den Gedanken weiter. Seit der Assoziation hat A ihren bildnerischen Ausdruck sprachlich interpretiert. Diese sprachliche Form der Problemlösung setzt sie durch Fragen weiter fort.

Dörner beschreibt diese sprachliche Form der Problemlösung anhand einer Untersuchung, bei der die Testpersonen ein Problem ohne zu sprechen lösen sollten. Wie sich

herausstellte, gelang es den Versuchspersonen nicht, sich nicht durch sprachlich formulierte Überlegungen zu steuern (Dörner, 2008, 695ff.): Der Problemlöser begleitet seine eigenen Überlegungen in diesem Fall also ständig durch Fragen, Feststellungen und Anforderungen, mit denen er seine Problem-Lösung selbst überwacht. So fragt A sich:

„Was fehlt jetzt noch?“ (A10/12)

Jetzt stellt sie sich Schuhe an den Hosenbeinen vor. Die Vorstellung wird umgesetzt.

„Male den blauen unförmig, dann den roten, eckig, dran.“ (A10/13)

Sie denkt wieder nach, formuliert in Gedanken:

„Denke: Hacken dran wäre auch nicht schlecht, deute spitze Hacke an.“ (A10/13)

Die genauere Ausdifferenzierung (hoher Auflösungsgrad) beinhaltet spitze Hacken als Symbol für weibliche Durchsetzungskraft.

Die dargestellten Gefühle verdeutlichen A, was sie in ihrer Situation will und braucht. Mit anderen Worten: Sie erkennt deutlich, was für sie gerade das Entscheidende ist.

Eine für A persönlich akzeptable und handhabbare Ordnung wird hergestellt. Das erhöht ihre Bestimmtheit. Durch den Ausdruck ihrer Wut werden Effizienz-Signale ausgesendet, sie erlebt Selbstwirksamkeit, indem sie ihre Problemlage auf das Papier bringt, und stärkt so ihre Kompetenz. Aus dem Schaffensprozess heraus entwickelt sich eine Eigendynamik. Die Bildaussage bestätigt die Künstlerin in ihren Gefühlen, ermutigt sie, weiter zu gehen (Bestimmtheit) und füllt so auch ihre Bedürfnisse nach Affiliation.

Der Prozess endet mit erfüllten Bedürfnissen und einem Gefühl von Frieden:

„Mir geht es gut. Ich lächle.“ (A10/14)

4.6 Unruhe, Ärger, Selbstzweifel und Analogie-Schluss (B1)

Der Prozess B1, Abbildung 4.17 auf Seite 76, der von einem männlichen Künstler stammt - ich nenne ihn im folgenden B - zeigt, dass auch bei einer anderen Person starke emotionale Ausprägungen von Unruhe, Ärger und Selbstzweifel dem Analogie-Schluss vorausgehen können.

Bei diesem Schaffensprozess handelt es sich um ein abstraktes Werk. Die Herstellungsdauer beläuft sich auf etwa 30 Minuten.

Ähnlich wie A empfindet B wachsende Unruhe, die auf einem Arousal beruht. Erst unter äußerstem inneren Druck fängt B an, nach einem Motiv zu suchen. (Vorher hat er anderes für wichtiger gehalten; dieser Konflikt wird später wieder sichtbar.) Divergierende

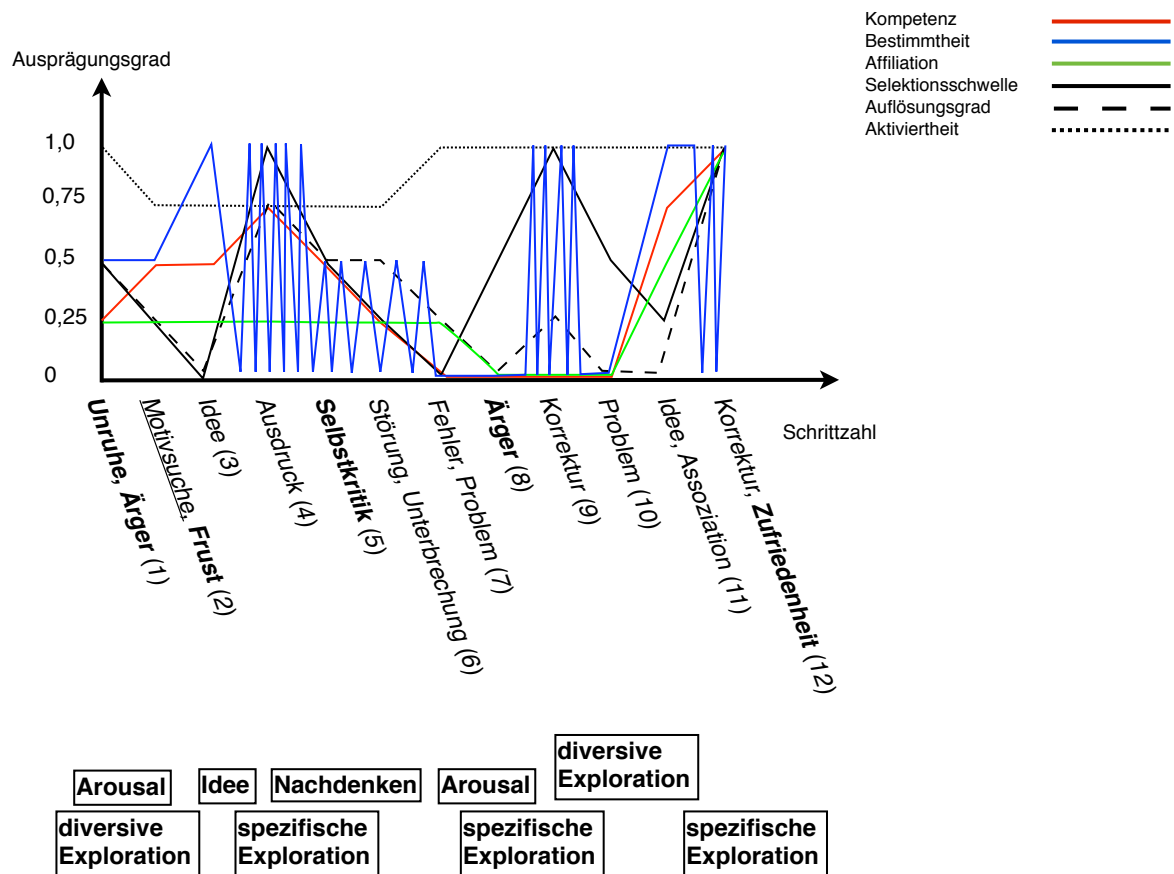


Abbildung 4.17: Assoziation/Bild spricht (B1)

Exploration setzt ein: B sucht ziellos in einem Buch herum. Dabei richtet er sich sowohl nach dem Buch als auch nach seinem inneren Befinden. Er vergleicht also zwischen dem Buch und seiner Vorstellung. Dadurch wird die Wahrnehmung seiner Gefühle genauer (höherer Auflösungsgrad). Er stellt frustriert fest:

„gut und schön, aber jetzt, heute...: Nicht meine momentane „Wellenlänge“...“ (B1/2)

B ärgert sich, der Auflösungsgrad sinkt. Frustriert gibt er den Ansatz mit dem Buch auf, die laterale Inhibition (Konzentration) nimmt ab, die sinkende Selektionsschwelle bewirkt, dass ihm etwas ganz anderes einfällt:

„da fällt mir ein (eigentlich müsste ich es wissen!! - denn zu diesem Zweck ist er eigentlich da: Mein „Einstieg“ in den Arbeitsprozess): Mein „Zahlenblock“ ...der Arme. Auch ihn habe ich gänzlich vergessen!“ (B1/3)

Mit der Idee beginnt B zu malen, die spezifische Exploration beginnt, Selektionsschwelle und Auflösungsgrad steigen. Interessanterweise benutzt auch er Mitleid mit dem Arbeitsblock, also Empathie, als Mittel, um sich zu Genauigkeit in der Wahrnehmung zu motivieren (spezifische Exploration).

B beginnt mit der Umsetzung seiner Idee (B1/4). Mit Unbestimmtheit wechselnde Bestimmtheit setzt ein. Zweifel an der aufgenommenen Tätigkeit drängen sich in den Vordergrund, als er sich stärker auf seine Gefühle konzentriert (die Unbestimmtheit überwiegt). Er beginnt, selbstkritisch nachzudenken:

„gedankenlos wie ratlos, fragend: - was soll dieser Quatsch?! HERR, du alleine weißt alles, nimm es als ein Gebet an, bloß nicht als Zeitverschwendung!“ (B1/5)

(Damit findet ein Wechsel von einer sensorischen oder bildnerisch-ästhetischen Wahrnehmung zur kognitiven statt.) Kognitiv kann B aber nicht begründen und nachvollziehen, weshalb er so handelt, ob es sinnvoll ist etc.; für B entsteht ein Dilemma, er zweifelt an der aufgenommenen Tätigkeit, wird unsicher, die Kompetenz sinkt, deshalb auch die Konzentration.

In diesem Moment kommt eine Störung von außen hinzu. B wird abgelenkt, die Konzentration (Selektionsschwelle) sinkt weiter; B wird ärgerlich, der Auflösungsgrad sinkt, die Bedürfniskessel leeren sich, es kommt zum Arousal.

Infolge mangelnder Konzentration, aber hoher Aktiviertheit macht A einen Fehler. Jetzt empfindet er Ausweglosigkeit, Ärger, Wut:

„... bei der Zahl 33 mache ich einen Fehler! (Misst! - denn nicht nur weil das Konzept so angelegt ist - eben OHNE FEHLER zu arbeiten, sondern die Möglichkeit das Blatt einfach herausreißen, ist auch nicht vorgesehen, „erlaubt“, denn der Block soll im Ursprungszustand, unverändert bleiben!)“ (B1/7-8)

Im Ärger handelt B zielorientiert (steigende Selektionsschwelle); er will schnell sein, korrigiert den Fehler bei niedrigem Auflösungsgrad aber sehr ungenau. Jetzt ärgert er sich umso mehr:

„Nun ist alles versaut!!! Eigentlich kann ich den Block jetzt wegwerfen und von Neuem anfangen“ (B1/10)

Kompetenz, Bestimmtheit und Affiliation sind jetzt sehr niedrig:

„... geht aber auch nicht, weil ich 60 bin und die Zeit „läuft mir davon“ ... ein ewiger Anfänger! ...was jetzt?!“ (B1/10)

Nach diesem frustrierten Moment kommt die Idee:

„Da kommt die rettende Idee: Jesu Gefangennahme! Ich deklariere das Blatt um: Nr. 33 = Jesu Gefangennahme /...prophetisch/“ (B1/11-12)

Bei geringer Selektionsschwelle und grobem Auflösungsgrad fällt dem Künstler etwas ein, an das er vorher überhaupt nicht gedacht hatte. Weil er aufgibt, fällt die Selektionsschwelle. Seine Wut bewirkt die überraschende Erkenntnis des wesentlichen Zusammenhangs (sinkender Auflösungsgrad) und weniger Abtast-Schritte im Abgleich-Prozess. Die Gefangennahme und der Fehler fallen zusammen. Der Schritt zum Analogie-Schluss ist jetzt nicht mehr weit. Das durch den Fehler entstandene Bild (und seine Position im Block) fügt sich zusammen mit einem an sich ganz anderen, hier bildhaft verwerteten, Anliegen.

Auch bei B kommt der Analogie-Schluss als kreative Lösungsfindung vor. B empfindet dies als Fügung. Affiliation und Bestimmtheit steigen. Die Aktiviertheit sinkt. Alle Bedürfnisse sind erfüllt. B ist zufrieden.

5 Interpretation

Der kreative Schaffensprozess als Bindeglied zwischen Umwelt und Person stellt sich auf der einen Seite als Regulation von Bedürfnissen dar, auf der anderen Seite steht die Möglichkeit, über den kreativen Schaffensprozess Probleme zu erkennen, zu ordnen und in das eigene Weltbild einzuordnen. Dabei kennzeichnend ist ein faszinierender, emotional gesteuerter, Wechsel zwischen Fokussierung und innerer Distanz zum Problem, der Lösungsfindungen möglich macht und anregt.

So wie Kognitionen von Emotionen durchdrungen sind, scheint auch Kreativität ohne Emotionen nicht möglich. Im Mittelpunkt kreativen Schaffens von Künstlern stehen wohl weniger bewusste Kognitionen als vielmehr - emotional gefärbte - Bilder, Muster, Strukturen und Symbole.

Motiviert wird der Schaffensprozess durch Emotionen, die die Regulation von Bedürfnissen steuern und Bildwirkungen, sowie die Entwicklung von Perspektiven bestimmen. Emotionen motivieren einerseits Handeln, andererseits werden durch die Handlung Emotionen freigesetzt. Die Angst vor der Konfrontation mit diesen Emotionen verlangt dem Künstler zunächst Überwindung, sprich Kompetenz, ab, belohnt aber bei Erfolg mit einem Produkt, einer Perspektive zu einem Problem und erfüllten Bedürfnissen.

Ich wende mich in der Interpretation, nach einem kurzen Überblick mit Klärung von Arbeitsweisen und Begriffen, zunächst der Inkubationsphase (die mit diversiver Exploration zusammenhängt) zu, dann dem Flow-Erlebnis (das in spezifischer Exploration vorkommt), um schließlich noch einmal vertieft den - von vielen Autoren als „Kern der Kreativität“, bezeichneten - Analogie-Schluss und den plötzlichen Einfall intensiver zu behandeln. In diesem Zusammenhang werde ich auch kurz das Phänomen des „Dialogs zwischen Werk und Künstler“ aufgreifen.

Zur Vereinfachung verwende ich im Folgenden den Begriff „Künstler“, wenn ich von beiden Künstlern spreche oder Übertragungen auf Künstler im allgemeinen vornehme.

5.1 Der Schaffensprozess im Überblick

In Anlehnung an Dörner stelle ich in Abbildung 5.1 einen Überblick zum Ablauf des kreativen Prozesses dar. Der Schaffensprozess ist zunächst eine Regulation zwischen Umwelt (außerhalb des Kreises) und dem Individuum. Von außen kommende Eindrücke werden verarbeitet und die Ergebnisse in die sensorischen Schemata des Künstlers (Mitte) integriert. Wenn die von außen kommenden Eindrücke ungeordnet, z.T. auch widersprüchlich sind, beeinflussen sie das Empfinden einer inneren Ordnung und damit auch die Bedürfnisse. Die Bedürfnisse der Kompetenz (K), Bestimmtheit (B) und Affiliation

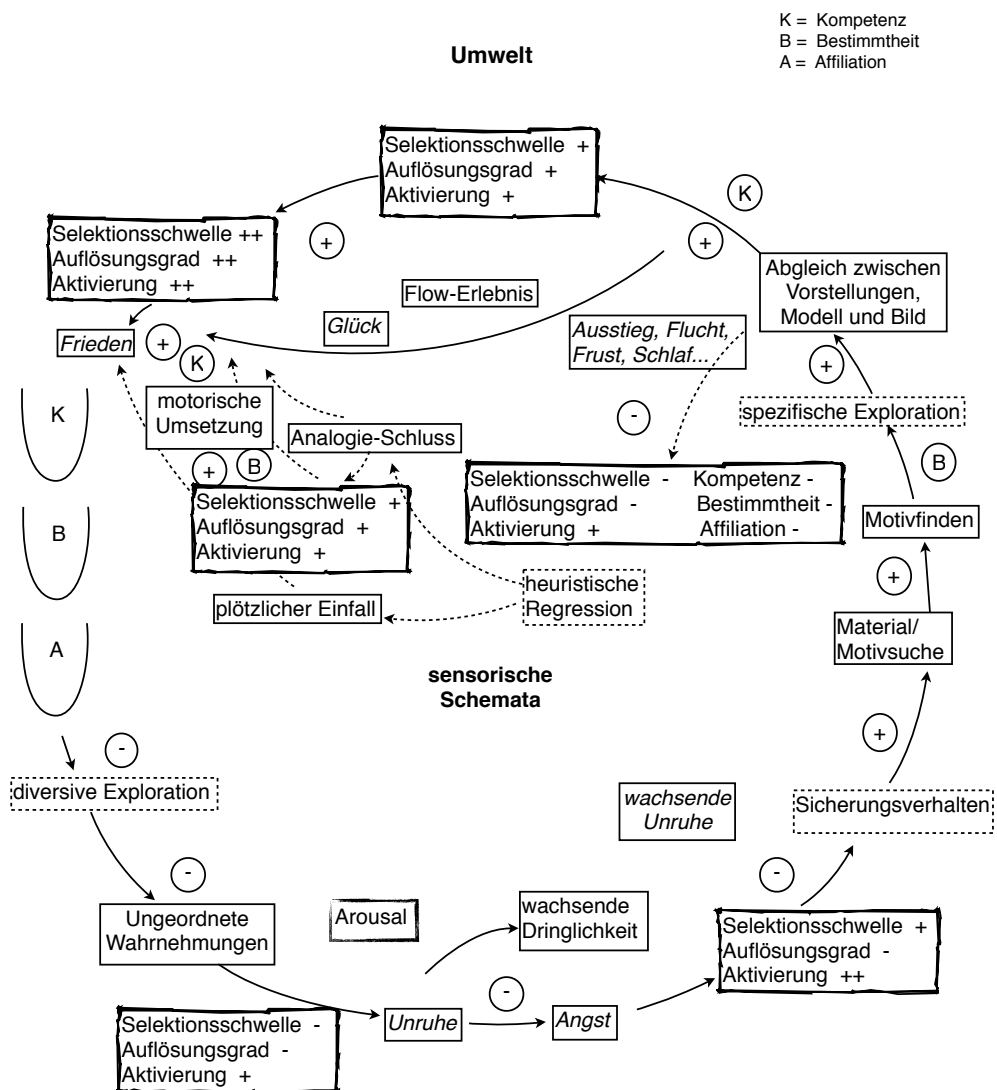


Abbildung 5.1: Der kreative Prozess als Regulation zwischen Person und Umwelt

(A) sind in drei Kesseln links repräsentiert. Die dem Kreis folgenden Minus- und Pluszeichen (kleine Kreise) bedeuten Sinken (-) oder Füllen (+) dieser Kessel. Parallel dazu ist in ausgefranstem Kästchen die Entwicklung der Selektionsschwelle, des Auflösungsgrades und der Aktivierung zu erkennen.

Der Prozess beginnt mit der Anhäufung emotional überwältigender, unsortierter Eindrücke in diversiver Exploration. Die Ursache für diversive Exploration kann nach Berlyne (1960) einfach Neugierde, aber auch Langeweile oder Glück sein.

A beschreibt diese Gefühle beispielsweise mit:

„Idee, Farben, Inspiration in meiner Umgebung.“ (A2/1)

Diese ungeordneten Wahrnehmungen lassen sich nach Dörner (2008, 293) als Eindrücke deuten, die über einen oder mehrere Tage angesammelt wurden, aber, beispielsweise aus Zeitgründen, nicht in die entsprechenden Situations- oder Gedächtnisschemata eingefügt werden konnten.

„Es ist, als ob die Gefühle in mir, die ich nicht benennen kann, übermächtig werden, bis dahin, dass ich ein Rauschen im Kopf und den Ohren empfinde (ähnlich der Anspannung vor einem Migräneanfall)...“

(A9/1)

Mit der übermäßigen Ansammlung dieser unsortierten Wahrnehmungen sinkt die Füllmenge der Bedürfniskessel, Unruhe entsteht, es kommt zum Arousal (Aktivierung +) und Sicherungsverhalten. Die Inkubationsphase ist durch eine wachsende Dringlichkeit, die Eindrücke zu verarbeiten, evt. Motivflimmern, also einem Schwanken zwischen der Entscheidung zu malen oder Angst vor der Konfrontation mit Gefühlen, gekennzeichnet und in den vorliegenden Tagebuchaufzeichnungen eindrucksvoll zu erkennen.

Im Verlauf der Inkubationsphase steigt die Selektionsschwelle, bis sich der Künstler zum Schaffensprozess entschließt und nach einem Material oder Motiv sucht.

Die dabei entstehenden Emotionen werden z.B. so beschrieben:

„Sehnsucht diese Gefühle (von Schönheit, Spannung, Harmonie) ausdrücken zu können; Bedürfnis, dieses Gefühl aufs Papier zu bringen.“ (A2/3)

Mit dem Finden eines Motivs oder Materials werden Bestimmtheits-Signale ausgesandt, die Bestimmtheit steigt. Die darauf folgende spezifische Exploration, bei der immer mehr ins Detail gegangen wird, besteht im Wesentlichen aus einem Abruf und Vergleich (Abgleich) zwischen verschiedenen Komponenten, die dem Künstler beobachtens- und darstellenswert erscheinen und deren Übertragung in das Werk. Bei der Übertragung werden Effizienz-Signale ausgesandt, die Kompetenz steigt. Hier wird der Fokus immer genauer, störende Einflüsse werden inhibiert, d.h. Selektionsschwelle und Auflösungsgrad steigen konstant an.

In dieser Phase der Illumination (Wallas) zeigen sich erhellende Ergebnisse vor allem in Bezug auf Ideenfindung und Flow-Erleben.

Im Flow-Erlebnis, das im Vergleich zum Abgleich wesentlich unbewusster verläuft (deswegen der stärker im Inneren des Kreises liegende Verlauf), kommt es zu Glücksgefühlen, die Umgebung wird völlig ausgeblendet, Raum und Zeit verlieren sich.

Plötzlicher Einfall und Analogie-Schluss beginnen mit einem Ausstieg aus der spezifischen Exploration, wenn der Künstler frustriert aufgibt, weil etwas nicht gelingt. Kompetenz, Bestimmtheit und Affiliation sind dann auf dem Nullpunkt. Er ärgert sich, ist also hoch aktiviert, aber Selektionsschwelle und Auflösungsgrad sinken rapide ab. Der plötzliche Einfall und der Analogie-Schluss entziehen sich bewusster Kontrolle, sie bestehen aus einer neuartigen Verknüpfung z.T. bestehender sensorischer Schemata. Deshalb sind diese Formen kreativen Denkens noch weiter in der Mitte der Grafik angesiedelt. Der Einfall beseitigt alle Unbestimmtheit, gibt die verlorene Kompetenz zurück und lässt den Künstler höchst aktiviert, erregt, die Umsetzung ins Werk angreifen.

Mit erfüllten Bedürfnissen endet der gelungene Prozess mit einem Gefühl der Befriedigung. Gefühle dienen im kreativen Prozess also als Motivatoren, bzw. als Messlatten für den Erfolg: Ob das Ziel erreicht ist, zeigt sich in Zufriedenheit, einem Gefühl von Frieden oder Unzufriedenheit.

Die ebenfalls von Wallas (1926) beschriebene Verifikations-Phase tritt nicht in jedem Schaffensprozess auf, kann aber, neben der Überprüfung am Ende des Prozesses und abhängig von dessen Art und Verlauf, auch als sich wiederholende Kontrolle in den künstlerischen Prozess einfließen (s.a. „Der apollinische Schaffensprozess“, S. 13). Innerhalb des Prozesses auftretende Probleme führen dann zu einer Bearbeitung, die m. E. eher als Verschachtelung von Problemlösungen auftritt. Mit jedem neu auftretenden Problem beginnen dann die Phasen der Problemlösung von vorne.

Allerdings muss eine darauf folgende Korrektur nicht zur Verbesserung des Bildes führen. Im Gegenteil können solche Korrekturen, wie in A5 und A9, auch mit Zerstörung und hoher Unzufriedenheit enden (s. A5 S.69 und A9 S. 65). In diesem Fall erreicht der Künstler sein Ziel nicht; er müsste immer weiter versuchen, durch Übertragung der Differenzen eine Lösung für sein Problem zu finden. Es könnte aber auch sein, dass er infolge des zu hohen Auflösungsgrades nicht in der Lage war, die entscheidenden Punkte zu erkennen und zu viel, zu unwichtiges ins Bild gebracht hat. In diesem Fall kann eine weitere Korrektur nur weiter zerstören. Nur durch Zerstörung des Werkes kann der dabei absinkende Auflösungsgrad erneut das Erkennen ästhetisch relevanter, wesentlicher Punkte - und ein neues Werk - bewirken.

Die Überlegungen Basadurs (1994), demzufolge der kreative Prozess in die drei Abschnitte des *problem finding*, *problem solving* und der *solution implementation* eingeteilt werden kann (Schuler/Görlich, 2007, 29), bestätigen sich demnach nur teilweise: Die Problemlösung wird in einigen Prozessen erst in der Phase der *solution implementation* erarbeitet oder gefunden.

5.1.1 Intuition in künstlerischem Kontext

Im künstlerischen und kreativen Kontext stößt man immer wieder auf das implizite Erfassen von Dingen durch besondere Sensibilität. So sprechen Wallas und Poincaré von der „Sensibilität des sublimen Ich“, und Hertlein im Zusammenhang mit dem dionysischen Prozess vom Bereich des „Unbewussten“, den er aber nicht weiter definiert.

Eid beschreibt das Unbewusste im künstlerischen Kontext genauer als die „Empfindung für Dinge, die unter der Oberfläche sind, oder nicht auf den ersten Blick durch Logik zu erfassen, auch im Objekt/Motiv, Linien, Gefühle, Farben dahinter. Es könnte sein, dass wir mehr Details wahrnehmen, als uns bewusst ist.“ (Eid 2000, S. 17)

In den vorliegenden Prozessen fällt auf, dass stark durch Nachdenken gekennzeichnete Prozesse häufiger mit ungelösten Problemen und Unzufriedenheit enden, als solche, die ein Flow-Erlebnis aufweisen, so in A5, Seite 69, A9, Seite 65 und A14, Seite 53. Dies könnte ein Hinweis darauf sein, dass intuitiv erfasste Zusammenhänge eher oder zumindest anders zu einem Ziel führen, als durch Nachdenken erfasste.

Im künstlerischen Kontext kommt weiter auch „künstlerisches Wollen“ vor, das als „deutliches, obwohl nur durch Gefühle erfassbares, Wissen“ beschrieben werden kann. Im Gegensatz zu Perfektion, die mit nicht enden wollenden Verbesserungen bis zum Schluss zusammenhängt, beinhaltet „künstlerisches Wollen“, das exakte Wissen, dass etwas so sein soll, wie es der Künstler in seiner Vorstellung als richtig erkannt hat.

In A12 und A10 beschreibt A beispielsweise solche intuitiv verankerten Gefühle:

„... Ziehen im Bauch; ein, zwei Linien noch, aus dem Gefühl heraus exakt gesetzt...“ A12/11

„diesem Gefühl gebe ich nach, ich führe es aus, male aus dem Bauch heraus...“ A10/4 .

Diese intuitiven, also durch Nachdenken nicht erschließbaren, gefühlsorientierten Handlungen, lassen sich unterscheiden in

- den kreativen Einfall (Wallas, 1927)
- das Flow-Erlebnis (Czikszentmihalyi, 1997)
- künstlerisches Wollen
- Empathie

5.1.2 Zwei Arten der Ideenfindung, zwei Arbeitsweisen

Wie sich anhand der vorliegenden Tagebuchaufzeichnungen zeigt, lassen sich Schaffensprozesse in zwei Arbeitsweisen und zwei Arten der Ideenfindung unterteilen. Die jeweilige Arbeitsweise hängt stark von der Ideenfindung und dem Thema ab, ergibt sich also je nach Motiv und Abstraktionsgrad.

1. Der handwerkliche Prozess entspricht weitgehend dem von Hertlein (1990) beschriebenen apollinischen Prozess. Das Ziel wird aus einer vagen Vorstellung heraus Stück für Stück entwickelt. Stark durch Nachdenken geprägtes, wissenbasiertes, regelgeleitetes und planendes, sowie Versuch-und-Irrtum Verhalten prägen diesen eher abbildhaften Schaffensprozess (s. A14, Abb. 4.9, S. 53; A13 Abb. 4.10, S. 54; B1, Abb. 4.17, S. 76).
2. Das Darstellen einer emotionalen Befindlichkeit steht, entsprechend dem dionysischen Schaffensprozess nach Hertlein(1990), im Mittelpunkt des eher abstrakten Themas. Dieser Schaffensprozess beginnt mit der intensiven Auseinandersetzung mit einer Problemstellung. Aus einer wachsenden Unruhe heraus kann es zu einer komplett in der Vorstellung vorhandenen Idee kommen, die dann in hohem Tempo und mit großer Anspannung, in der Regel kombiniert in einem Flow-Erlebnis, umgesetzt wird. Besonders deutlich wird dies in den Schaffensprozessen A11, Abb. 4.7, S. 48 und A4, Abb. 4.6, S. 45;

Abstraktionsgrad und Abbildhaftigkeit variieren von Motiv zu Motiv und gehen fließend in einander über. So zeigt sich, dass beide Arbeitsweisen miteinander verschränkt sind: Flow-Erlebnisse und plötzliche Einfälle können in beiden Prozessen auf treten.

An der Arbeit mit Skulptur und Plastik lassen sich die beiden Arten von Ideen anschaulich vergleichen.

Die Plastik wird, beispielsweise in Ton, Stück für Stück aufbauend erarbeitet; bei der Skulptur reduziert der Künstler auf das Wesentliche:

1. Zur Idee kommt es durch eine allmählich differenzierter werdende Suche. Hier steigt die Selektionsschwelle, Aktiviertheit, Dringlichkeit und Inhibition nehmen zu, bis die Lösung bei genauer werdendem, steigendem Auflösungsgrad gefunden ist (A 1, Abb. 4.3, S. 38; A4/12, Abb. 4.6, S. 45; A14/3, Abb. 4.9, S. 53; A12, Abb. 4.13, S. 61; A9, Abb. 4.14, S. 65; A5/6, Abb. 4.15, S. 69; A10/3, Abb. 4.16, S. 73; B1/3, Abb. 4.17, S. 76).
2. Die plötzliche Idee entsteht aus einer unbewussten Problembearbeitung heraus und beinhaltet das Zusammenfügen und Erkennen wesentlicher Bestandteile einer Problemstellung. Hier sinken Auflösungsgrad und Selektionsschwelle bis zum Erkennen ursprünglich verschiedener Zusammenhänge. Dann erst setzt spezifische Exploration ein (A8, Abb. 4.5, S. 43; A4/4, Abb. 4.6, S. 45; A11, Abb. 4.7, S. 48; A6/17, Abb. 4.11, S. 57; A5/13, Abb. 4.15, S. 69; A10/10, Abb. 4.16, S. 73; B1/11, Abb. 4.17, S.76).

Im Unterschied zu den Ergebnissen Hertleins finden sich hier bei einer Person beide Arbeitsweisen, obwohl A ihren eigenen Angaben zufolge eher aus einer emotionalen

Befindlichkeit heraus, also nach Hertlein (1990) dionysisch arbeitet. B dagegen beschreibt seine Vorgehensweise als planend, also dem apollinischen Schaffensprozess entsprechend.

5.2 Diverse Exploration mit dem Ergebnis der Unbestimmtheit

„Die Bilder sind meine Kinder, mit großen Sorgen und Schmerzen bringe ich sie zur Welt und ist ihre Heranbildung verbunden.“

Alfred Rethel

Die Vermutung Dörners, dass Künstler nach Problemen, Widersprüchen und Ambivalenzen suchen, um sie anschließend lösen zu können (Dörner 1976, 96), wird durch die vorliegenden Tagebucheinträge bestätigt.

Im Vorfeld des Schaffensprozesses erzeugen Künstler durch die Suche nach neuen Eindrücken einen hohen Grad an Unbestimmtheit (Kozielecki, 1987 in Dörner 2008, 295). Ähnlich beschreiben Aron (1996) und Schuler/Görlich (2007, 26) diese Phase als „Reiz-Überflutung“.

Sie hält solange an, bis der Künstler die wachsende Unbestimmtheit nicht mehr erträgt und anfängt, nach Ordnungsmöglichkeiten zu suchen.

„Ich werde total fertig, kann auch nicht mehr ruhig schlafen. Im Schlaf lässt sich nicht mehr ordnen, was ich fühle, dabei schlafe ich mit ständigen Träumen. Ich habe einfach keine Zeit alleine, um zu malen.“ (A5/4)

Möglicherweise unterscheidet kreative Persönlichkeiten dabei von anderen Personen, dass sie die Anhäufung solcher Eindrücke entweder stärker verfolgen, die Eindrücke selber infolge höherer Sensibilität stärker empfinden als andere Personen, oder dass sie sie nicht rechtzeitig selektieren.

“Bin guter Laune. Habe einiges abgeschlossen. Es ist beeindruckendes Wetter. Schwarze, blaue, grau-grüne und lilane Wolken türmen sich auf, sie werden von der sich dem Zenit zuneigenden Sonne gelb beschienen, leuchten vor dem ebenfalls durchschimmernden blauen Himmel, alles spiegelt sich in überfluteten Wiesen; in Hauswänden, dem vertrockneten winterlichen Gras wiederholt sich das Gelb der Wolken; daneben olivgrüne Wiesen... es ist gigantisch; und es ist das erste Mal seit Wochen, dass ich ohne Farben unterwegs bin! Tragisch, einfach tragisch. Soll ich zurückfahren? Nein, die Zeit ist zu knapp.... ich sauge die Farben, die Stimmung in mich auf, um sie nicht zu vergessen.“ (A)

Der kreative Prozess ist eine heuristische Form der Problemlösung, also eine Problemlösung ohne konkretes Wissen über Handlungsmöglichkeiten (Dörner, 2008, 406). Die

Problemstellung verändert sich im Verlauf der Lösungsfindung. Der Künstler muss sich also innerlich immer wieder auf eine neue Problemstellung einstellen.

Mit dem Einlassen auf Unbestimmtheit gibt der Künstler zunächst ein Stück seiner inneren Sicherheit (Bestimmtheit) auf, die entstehende Unruhe zwingt ihn zur Lösung der empfundenen Spannungen (Schuler/Görlich, 2007, 14).

In der Regel wird er aus einer vagen Vorstellung heraus explorieren und sich so allmählich dem Endprodukt annähern - es sei denn, er bekommt über einen plötzlichen Einfall eine komplette Lösung quasi geschenkt.

Die Exploration dient letztlich der Befriedigung von Neugier und Wissens-Drang; zunächst löst die entstandene Ungeordnetheit Emotionen von Ungereimtheit und Spannung aus. Die angesammelten Eindrücke lassen sich nicht ohne weiteres in den bisherigen Wahrnehmungs-, Wissens und Erkenntnis-Stand einordnen.

Ein historisches Beispiel hierfür ist Piet Mondrian, der wie besessen gegen die Ungeordnetheit der Welt angemalt haben soll.

Diversive Exploration kann sich auch nach abgeschlossenen Schaffensprozessen mehrmals hintereinander wiederholen, wenn nach wie vor Ordnungsbedarf besteht, oder aus einer durch die gewonnene Kompetenz und Sicherheit heraus entstandenen Neugier heraus. Spielerische Herangehens-Weisen scheinen ein typisches Element für den Zugang zu diversiver Exploration zu sein.

Die von Wallas (1926) als Inkubationsphase beschriebene Unruhe hängt also mit Ungeordnetheit, Unbestimmtheit und einem diffusen Gefühl der Unstimmigkeit, der Überwältigung durch Emotionen und Überforderung zusammen (s.a. Aron 1996).

5.2.1 Einordnung in vorhandene sensorische Schemata

Der Künstler will unbewusst die wahrgenommenen Eindrücke in die vorhandenen Schemata einsortieren, speichern und miteinander vernetzen. Dabei ergeben sich Unstimmigkeiten, Schema A passt nicht in das vorhandene Schema B, es ergeben sich Lücken.

Die Unfähigkeit, die neuen Informationen lückenlos in die vorhandenen einzuordnen, bewirkt zunächst die Ausschüttung von Unbestimmtheits- und Ineffizienz-Signalen. Es kommt zum Arousal.

Eine Möglichkeit, diese Lücken zu orten und durch Umstrukturierung zu schließen, könnte im Malprozess bestehen. Der Malprozess selber birgt aber neue Gefahren (das Bild könnte misslingen) und Unsicherheiten (das könnte das Selbstwertgefühl negativ beeinflussen).

Motivflimmern mit Motivwechseln zwischen dem Wunsch zu malen und Versagensangst entstehen.

„Will seit Wochen die Herbstfarben malen, wenn es aber aktuell möglich ist, traue ich mich, wenn ich mal kurz Zeit habe, nicht, oft kommt auch etwas dazwischen, oder ich halte anderes für wichtiger (sinnvoller). Ich denke konstant über Möglichkeiten, die Farben und Gefühle adäquat darzustellen

nach. (Ursache: Angst, (mich) loszulassen.) Der Leidensdruck ist so hoch, dass ich wie ein Tiger in der Wohnung auf und ab laufe, alles, was ich tun will, erscheint mir sinnlos. “ (A 3/1-5)

Besonders deutlich zeigt sich dies auch in A2, S. 35 und A12, S. 61.

5.2.2 Emotionen im Kontext der Inkubation

Im Zusammenhang mit der in der Inkubation auftretenden Unruhe, die sich, wie in A5, bis zur Schlaflosigkeit steigern kann, treten sich widersprechende Gefühle auf, die Spannungen erzeugen:

- Depressive Verstimmung (z.B. A1, S. 38; A10, S. 73)

erzeugt

- Sehnsucht zu malen (z.B. A4, S. 45).

Die daraus resultierende Unbestimmtheit bewirkt

- Angst, sich den eigenen Gefühlen und deren Auslösern zu stellen (z.B. A3, S. 40)

Diese kann wiederum, wie in Beispiel A12, zu

- Angst vor Versagen (s. A12, S. 61).

führen.

Die wachsende Unruhe verdeutlicht eine zunehmende Notwendigkeit zu handeln. Dabei steigt die Selektionsschwelle, die Aufnahme weiterer Eindrücke wird inhibiert. Der Auflösungsgrad wird ungenauer und grober, Vagabundieren und Motivflimmern nehmen zu (s. Prozess A2, S. 35; A5, S. 69; A14, S. 53):

„ (...) als ob die Gefühle in mir, die ich nicht benennen kann, übermächtig werden, bis dahin, dass ich ein Rauschen im Kopf und den Ohren empfinde.“
(A9/1)

Mut zeigt sich als ein relevanter Faktor in Fällen, in denen schon eine Idee vorhanden ist, deren Umsetzung aber aus Angst nicht sofort erfolgt (s. Prozess A12, S. 61 und A9, S. 65). Der Beginn eines kreativen Prozesses hängt also auch stark mit Kompetenz und Bestimmtheit zusammen.

„...ich habe ein Modell im Kopf, weiß auch auf einmal, wie ich das Ganze einfädle (so dass eine Niederlage nicht so schlimm ist?) “ (A9/2)

5.2.3 Motivsuche

Infolge der wachsenden Unruhe beginnt die Suche nach einem Motiv. Die steigende Selektionsschwelle bewirkt die Zunahme der lateralen Inhibition, so dass die Künstlerin schließlich nur noch einen Ausweg sieht, nämlich durch kreatives Schaffen eine Lösung zu suchen.

Ihr Ordnungsbedarf wird so existentiell, dass sie nach eigenen Angaben „ununterbrochen“ nach einem Motiv sucht:

„Ich fange an, innerlich Entwürfe zu kreieren. In diesem Stadium ist mir das Motiv egal. Mich verlangt nach einem Schaffensprozess, in den ich meine Gefühle hineinlegen kann. Meine Gefühle sind diffus, aber intensiv. Ich kann nicht in Worte fassen, was in mir vorgeht. (Hatte wenig Zeit für mich, von daher vielleicht das Bedürfnis, so wieder mehr Tuchfühlung zu mir selbst zu bekommen.)“ (A4/2).

Zur Wiederherstellung der Ordnung wäre, so erklärt die Künstlerin, auch eine „sinnliche Erfahrung“ wie ein Waldspaziergang möglich. Demnach könnte es sein, dass der kreative Prozess wie eine Art künstlich erzeugte REM Phase wirkt (Dörner, 2008, 295). Dies würde auch erklären, weshalb der plötzliche Einfall oft nach dem Schlaf vorkommt (Wallas, 1927): In der Entspannung, sowie im Schlaf, fallen Selektionsschwelle und Auflösungsgrad.

5.3 Spezifische Exploration und Flow-Erleben

„Kunst entsteht erst im Wechselprozess von Wahrnehmung und Gestaltung zwischen Kunstwerk und Künstler.“

(zit.n.Palagyi 1925; Weizsäcker 1968, in: Hertlein 1990).

In der im Phasenkonzept beschriebenen Illumination (Wallas, 1927) findet eine spezifische Exploration statt, in deren Verlauf das Werk immer differenzierter erarbeitet wird. Der Schaffensprozess entspricht dabei in der Wahrnehmung einem HyPercept-Prozess. Durch den emotional geführten Vergleich der wahrgenommenen Ausschnitte und Perspektiven des Modells oder Motivs versucht der Künstler, die Ergänzung der fehlenden Positionen zu minimieren 4.8.

Das allmähliche Erschließen des Kunstwerks besteht zu Beginn aus einer vagen Vorstellung, die mit einem diffusen Gefühl verbunden ist.

„In diesem Fall habe ich häufig den Beginn oder einen Teil eines dann eher abstrakten Bildes z.B. einen Strich in einer bestimmten Farbe im Kopf. Oder das Gefühl, den Ton, wie der Stift das Papier berührt.“ (A)

Im weiteren Verlauf der spezifischen Exploration kommt es in manchen Fällen zum Erleben von besonders intensiven sensorischen Reizen. Diese bewirken eine Fokussierung, erregen Interesse und führen dazu, dass zusammengehörige Schemata aktiviert werden. Häufig spielen solche Situationen eine Rolle für den Übergang zu Flow-Erleben.

5.3.1 HyPercept-Prozess und Abgleichen

Durch den Versuch, sich neuen oder unklaren Situationen zu stellen, werden Lücken in der Informationsverarbeitung erzeugt (Dörner, 2008, 358, 163f.). Diese repräsentieren vorhandene Unstimmigkeiten; das Ziel des Schaffens-Prozesses ist letztlich die Reduktion dieser Unbestimmtheit:

Die Klärung solcher Hohlstellen erfolgt durch Setzungen im HyPercept-Prozess. Dörner geht von einem im Gedächtnis gespeicherten Protokoll aus, das anhand eines Geschehnisschemas zu einem verwandten Bereich aus dem HyPercept-Algorithmus überprüft wird. Aus der Beobachtung fehlende Sequenzen werden nun ergänzt, indem Subschemata abgerufen werden, die dazu passen könnten (Dörner, 2008, 195).

Wie in Abbildung 5.2 dargestellt, werden die Hohlstellen im abbildhaften Schaffensprozess durch Vergleiche zwischen verschiedenen Perspektiven oder Ausschnitten des Motivs genauer untersucht, ergänzt, auf einer Art inneren Leinwand abgebildet und ins Bild übertragen (Dörner, 2008, 358, 163f.).

Entsprechend werden im abstrakten Prozess durch abwechselndes Abrufen von Wahrnehmungs- und Gedächtnisschemata Vorstellungen auf die innere Leinwand projiziert, und so die Informationslücken Stück für Stück geschlossen. Das Ergänzen fehlender Informationen wird jeweils im Kunstwerk weiter erprobt und dann in Gedächtnisschemata übertragen.

Die Übergänge zwischen abbildhafter und abstrakter Kunst sind fließend; so fließen bei einer recht abstrakten Darstellung einer Landschaft mehr Vergleiche mit emotionsbeladenen Vorstellungen in das Bild ein, als bei einer abbildhaften Darstellung.

Übertragen auf den abbildhaften Prozess A12 sieht das so aus: A nimmt also eine der Linien im Gesicht des vor ihr sitzenden Mannes wahr (a) (s. hierzu 5.3), berechnet deren genaue Lage, Länge etc. anhand ihrer Interknoten und bildet diese Linie auf ihrer inneren Leinwand ab, das gleiche macht sie mit Linie b, berechnet dort (u.U. unbewusst) deren Differenz und überträgt die neue Linie in Abweichung zur alten auf das Papier. Jetzt sieht sie eine andere, ähnlich verlaufende Linie (b), berechnet die Differenz zur vorherigen Linie auf ihrer inneren Leinwand und überträgt sie anhand der Differenz auf das Blatt usw.

Bezogen auf das oben genannte Landschaftsbild in Farbe würde es bedeuten, dass der Künstler durch die Differenz von Farbe A zu Farbe B weiß, wie viel mehr Gelb Farbe B enthalten muss, als Farbe A. In gewisser Weise ist die Kunst also ein Mittel zum genauen Erkennen einer Sache. Die Beobachtungen führen zu einer differenzierteren Wahrnehmung und bereichern den Schaffenden.

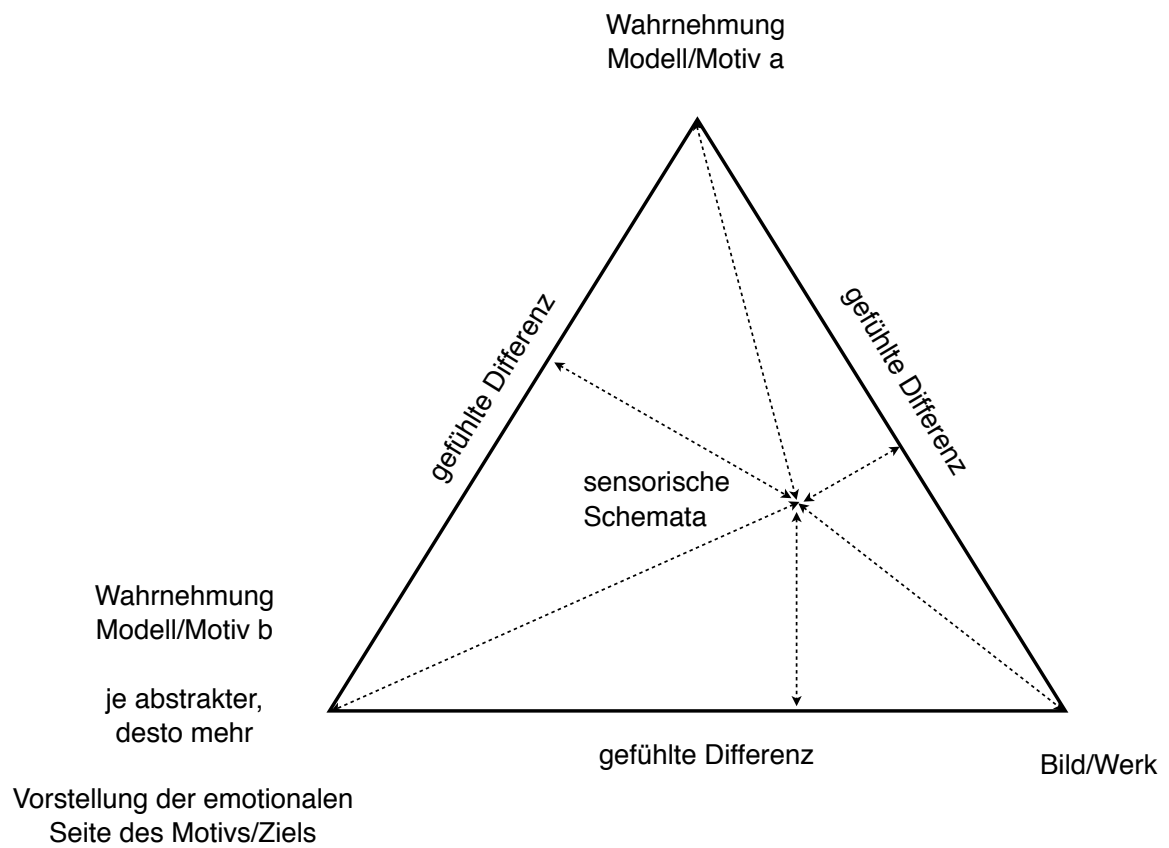


Abbildung 5.2: Abgleichen im künstlerischen Prozess

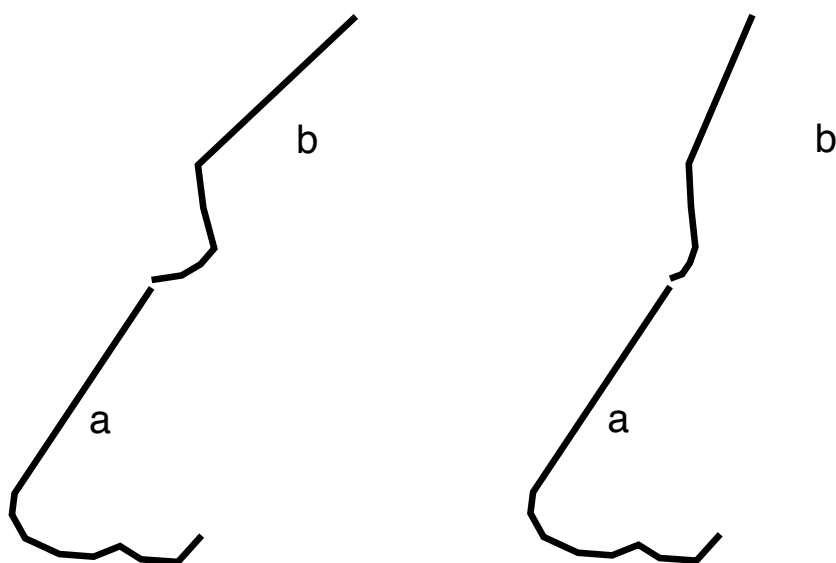


Abbildung 5.3: Abgleichen im künstlerischen Prozess

Je abstrakter das Bild wird, desto stärker orientiert sich der Abgleich auf die innere Befindlichkeit des Künstlers. Angenommen, A hat die Kontur A im Gesicht des Mannes vor ihr betrachtet, deren Interknoten berechnet, zerlegt und in ihre sensorischen Schemata übertragen, das Ganze auf ihrer inneren Leinwand abgebildet und ins Bild gezeichnet. Jetzt betrachtet sie die Schatten, berechnet und zerlegt deren Interknoten und bildet sie auf der inneren Leinwand ab; dann vergleicht sie, was sie dort sieht, mit ihren vorgestellten Empfindungen zur Person, die sie ebenfalls auf einer Art inneren Leinwand abgebildet hat. Die dabei empfundene Differenz versucht sie, zur Berechnung des richtigen Striches auf das Blatt zu übertragen...

Der Sinn dahinter wäre in diesem Fall, die Person möglichst genau, in der Komplexität ihrer Persönlichkeit zu erfassen und darzustellen. Und so eine Differenzierung der eigenen Sicht, Erkenntnis der Welt zu erwirken. (Würde der Abgleich der verschiedenen Aspekte der Person aber im Vergleich zu seinen eigenen Befindlichkeiten stattfinden, wie das etwa in Bildern der Expressionisten der Fall ist, so wäre die Ergänzung eine Verfälschung der Realität zugunsten der Emotionen des Künstlers - was ja auch genau der Sinn war. Als Beispiel dafür könnte „Der Turm der blauen Pferde“ von Franz Marc herhalten.)

In der Differenz zwischen den einzelnen Linien oder Farben liegt also das, was den Künstler an dem Bild interessiert, denn wie genau etwa eine Linienführung oder Farbe verläuft, macht den Unterschied für die Wirkung im Bild. An Abbildung 5.3 lässt sich dies anschaulich verdeutlichen: Die Stirn des linken Profils lässt den Mann eher gedrun-

gen, unsympathisch wirken; die Stirn des rechten Profils impliziert zumindest für uns hellenistisch geprägte Europäer einen aufrechten Gang, Intelligenz, Wahrhaftigkeit etc.. Natürlich stimmt diese Wirkung nicht mit der tatsächlichen Persönlichkeit überein. Ich spreche aber von der Wirkung eines Striches, der stärker nach links oder rechts gebogen, dicker oder dünner verlaufen, also endlos variiert sein kann. Der Künstler kann die Wirkung dieser Linie beeinflussen - je nach dem, wie er die von ihm dargestellte Person sieht - welche Aspekte er stärker betonen oder abschwächen will.

Zwischen den - evt. im Extrem verlängerten - Polen des Dreiecks in Abbildung 5.2 versucht er also das zu finden, was der von ihm subjektiv gesehenen Wahrheit am ehesten entspricht.

„Ein gutes Bild entsteht aus dem Hören und Fühlen, was zu tun ist. Ich höre, fühle, was ich machen ‘muss’ und was nicht. Welcher Strich, welche Farbe entspricht dem Gefühl, das ich darstellen will? Zwischen dem inneren Gefühl und der Wirkung des Bildes mache ich dann einen Abgleich, ob mein Ziel erreicht ist. In dem Moment, wo ich technische Überlegungen anstelle und so versuche, das Bild zu malen, verliert es an Wirkung und Flair.“ (A)

Grafik 5.4 zeigt, dass Künstler jeweils innerhalb des Modells oder Motivs, und der Vorstellung sowohl auf einzelne Punkte fokussieren, als auch die Gesamtsituation in den Blick nehmen können.

Bei diesem Abgleich-Prozess verfolgt die Künstlerin also sowohl eine bottom-up-, als auch eine top-down- Strategie:

Wie oben schon angedeutet, erfolgt nach einer fokussierten Beobachtung im Idealfall immer wieder eine Abtastsequenz in einer Art Hintergrundkontrolle (Gesamtsituation). So verschafft sich der Künstler regelmäßig einen Überblick darüber, ob beispielsweise in einem Portrait das Auge noch im richtigen Verhältnis zum Gesicht oder zum Ergebnis auf dem Blatt selber steht.

Ebenso verfährt er in Bezug auf die Gefühle, die er mit dem Bild verbindet. So kann er diese (neben der ständigen Beeinflussung durch unbewusste Gefühle) bewusst in das Bild einarbeiten. Gleichzeitig korrigiert er dabei seine Vorstellung der Situation. Vorstellung und Wahrnehmung kommen so allmählich in Übereinstimmung, Lücken in der Informationsverarbeitung werden geschlossen.

Diese Abgleiche können überall zwischen Modell, Vorstellung und Werk variieren.

Übertragen auf das Beispiel des Portraits bedeutet hier also fokussiert am Modell die Nase (Motiv a), die verglichen wird mit der Stirn (Motiv b), ebenfalls fokussiert; dieses wird verglichen mit einem Gefühl zur Persönlichkeit dieser Person, das sich aus ihrem ganzen Auftreten subsummiert (wäre dann Motiv c); im abstrakteren Bild (angenommen bei einer Landschaft) würde dies bedeuten, in die Farbgebung fließt die Vorstellung der eigenen momentanen Situation mit ein (Motiv d), die dann evt, verglichen wird mit der Gesamtsituation (Motiv e).... (s.a. Abb. 4.8, S. 50)

So könnte man

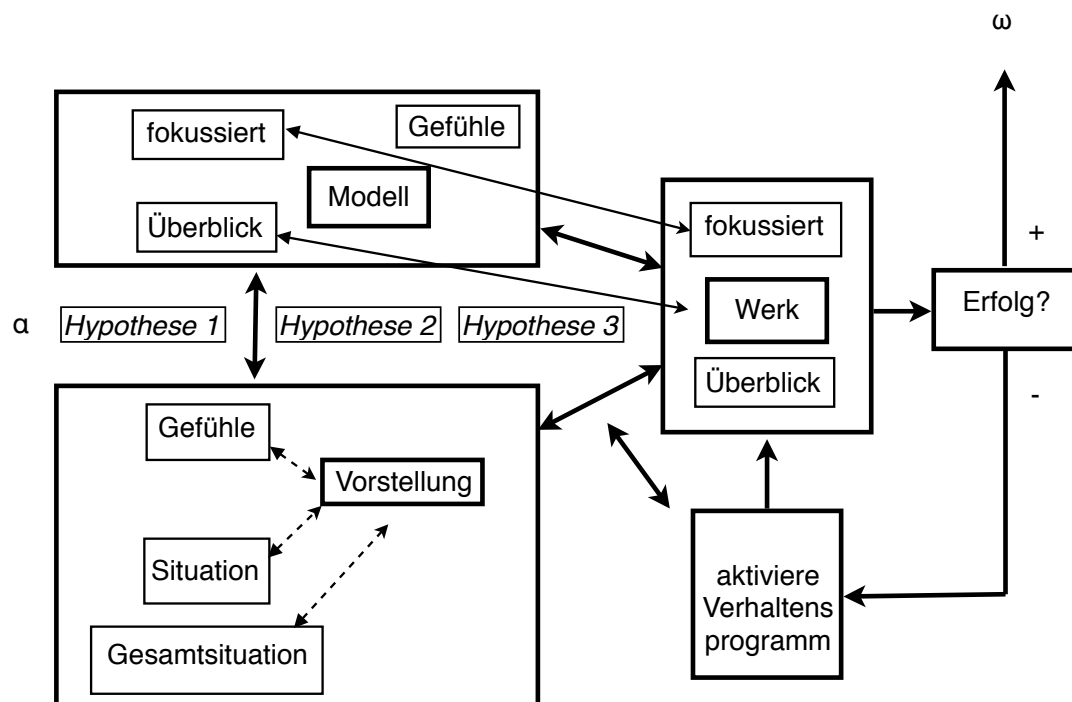


Abbildung 5.4: Hypothesenbildung während des kreativen Prozesses

- nach dem Abgleich zwischen Modell und Vorstellung von einer Hypothese 1 mit der Feststellung: „Das ist irritierend, faszinierend !“,
- von der Einfügung der Hypothese 2 in die Vorstellung: „So muss es sein !“
- und über die Hypothese 3 von der Umsetzung in ein motorisches Verhaltensprogramm

sprechen.

Nach einer letzten Überprüfung, ob das Ziel erreicht ist (Erfolg?), beginnt dieser Prozess von vorne, oder wird beendet (s. Abb. 5.4).

Die - zumindest in den vorliegenden Tagebucheinträgen dargestellte - Vorgehensweise wird allerdings erst in dem Moment kognitiv-planend, wo der Künstler in eine Sackgasse gerät (z.B. in A 10 73); ansonsten besteht sie aus einem sprachfreien, durch Bilder und Emotionen geleiteten Bildvergleich.

Teil dieses Anpassungsprozesses zwischen Gesehenem, Bearbeitetem und Vorstellungen könnte auch ein Abgleich in Zusammenhang mit einem ästhetischen Gleichgewichtsempfinden und Ergebnis vieler im Laufe der Zeit gebildeter und mit einer „Wohlfühl-Emotion“ verbundener Schemata sein (s. Abb. 5.2).

Vorstellbar wären beispielsweise folien- oder skelettartige Wahrnehmungsspeicher. Werden mehrere dieser Folien übereinander gelegt, ergibt die Summe der Abweichungen eine Art Mittelwert. Als Beispiel bietet sich das Schema „Gesicht“ an: Alles, was nach Gesicht aussieht, wird auf den Folienstapel "Gesicht"gelegt. Sieht man dann irgendwo eine Kiste mit zwei nebeneinander liegenden Löchern und einem Strich darunter, fällt diese unter die stark reduzierte Assoziation "Gesicht".

In dem Moment, wo ein Gleichgewicht zwischen der inneren Ordnung zu Gesehenem oder Erlebtem hergestellt wird, nimmt die Bestimmtheit zu (erkennbar an dem Empfinden von Frieden oder Harmonie), und damit auch das Gefühl, zukünftiges Geschehen einschätzen und bewältigen zu können.

„Die Kunst des Weglassens besteht im wesentlichen nicht aus der Fähigkeit, des Weglassens, es ist ein inneres Hören und Fühlen, welchen Strich ich mache und welchen nicht. Ich stelle eben keine technischen Überlegungen an, um die entstehenden Probleme zu lösen, sondern ich mache den Abgleich zwischen dem, was ich hinterher haben will und dem, was auf dem Blatt ist, in meinem Gefühl: Stimmt das, was ich empfinde, überein mit dem, was ich male? Dies mache ich nicht nur nach dem Malen, sondern pausenlos, auch währenddessen. Nur so kann ich verhindern, dass mehr auf dem Blatt ist, als ich will - und das Falsche. Weil objektiv gesehen gibt es unendlich viele Möglichkeiten, ein malerisches oder zeichnerisches Problem zu lösen.“

Wenn man den Prozess des Abgleichens in den gesamten Ablauf des kreativen Schaffensprozesses einbindet, sieht das so aus, wie in Abbildung 5.5 auf Seite 95 dargestellt.

5 Interpretation

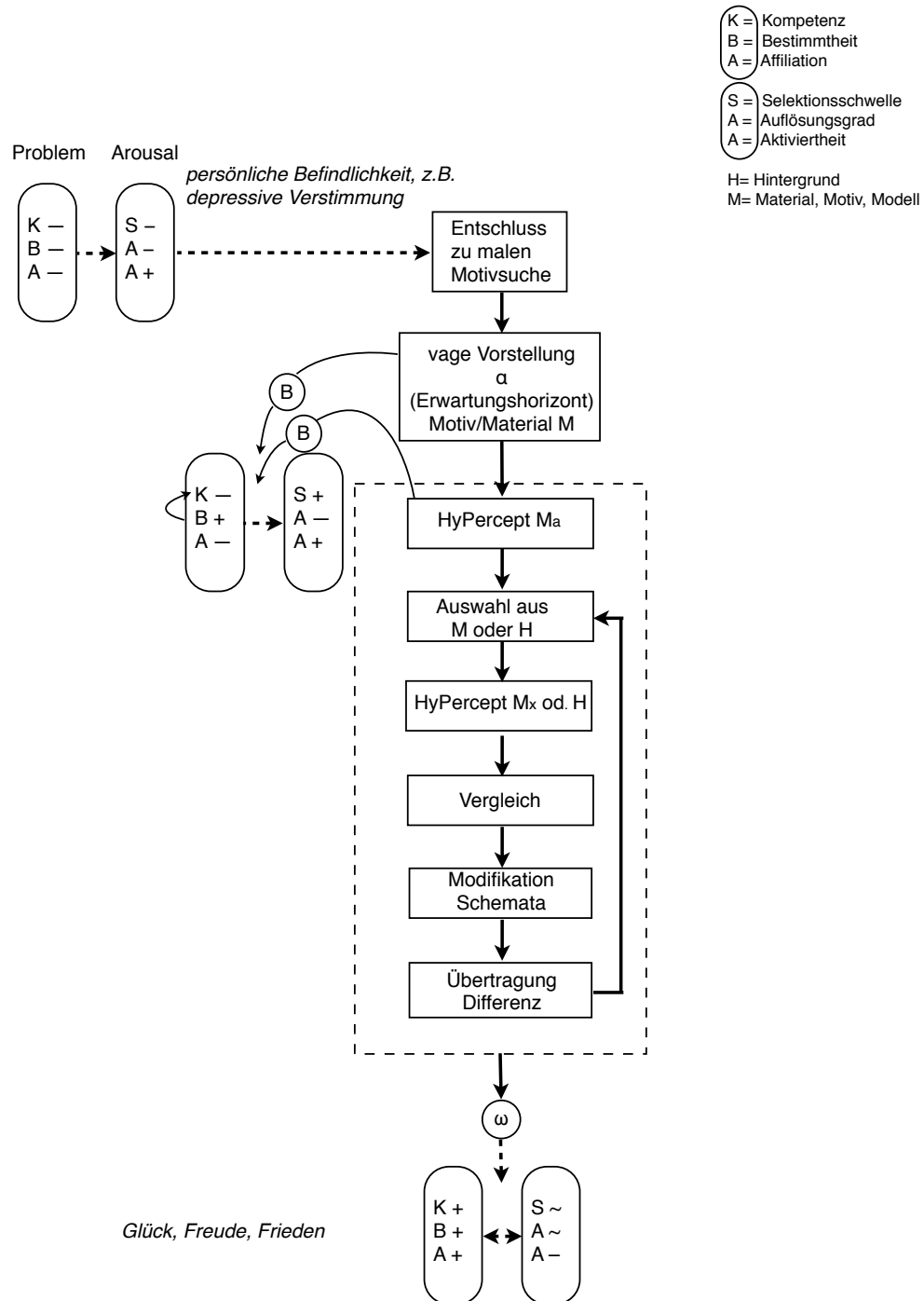


Abbildung 5.5: Möglicher Verlauf der Bedürfnisregulation im Schaffensprozess

Der kreative Prozess beginnt mit einer persönlichen Befindlichkeit, etwa einer depressiven Verstimmung, die sich vor allem in ungefüllten Kesseln, einer sinkenden Selektionsschwelle und hoher Aktiviertheit zeigt. Aus dieser persönlichen Befindlichkeit heraus entschließt sich der Künstler zu malen.

Damit ist aber keineswegs ein Motiv gefunden, vielmehr sucht er nach einem Motiv oder Material, das er benutzen kann.

Hat er es (in der Regel in Form einer vagen Vorstellung) gefunden, bewirkt diese die Aussendung von Bestimmtheits-Signalen, die Selektionsschwelle beginnt also zu steigen. Dieser ermutigende Prozess wirkt im weiteren Verlauf auch auf die Kompetenz. Von nun an lässt sich der Prozess in einen Wahrnehmungs- und einen Gestaltungs-Prozess unterteilen. Im HyPercept-Prozess nimmt der Künstler den Ausschnitt M_a aus dem - nehmen wir an - Modell M wahr: Die wahrgenommenen Schemata werden abgetastet, in Einzelteile zerlegt und in ihrer Lage und Relation zueinander durch Interknoten definiert. Dieser Vergleich wird unbewusst auf der inneren Leinwand abgebildet und führt zu einer Veränderung der sensorischen Schemata (genau genommen ist die Stirn etwas stärker gebogen, weniger steil...) und dann zu einer Übertragung der Differenz auf das Bild. Das wiederholt sich in einer Schleife so lange, bis das Ziel (das komplette Gesicht gezeichnet zu haben) erreicht ist, was sich durch ein Gefühle wie Frieden, Glück oder Freude oder, anders ausgedrückt, erfüllte Bedürfnisse und ausgeglichene Selektionsschwelle, Auflösungsgrad und Aktivierung zeigt.

5.3.2 Flow-Erleben

Innerhalb des Abgleich-Prozesses kann es zu einem Flow-Erlebnis kommen.

Während der Abruf der Vorstellung oder die Beobachtung des Modells Effizienz-Signale erzeugen, löst das Umsetzen der auf die innere Leinwand projizierten Vorstellung in das Werk Ineffizienz-Signale aus. Durch das unterschiedliche Abschätzen der Erfolgswahrscheinlichkeiten entsteht ein Wechselbad der Gefühle. Die Künstlerin schwankt ständig zwischen Sicherheit („Ja, so soll es sein!“) und Unsicherheit („Gelingt die genaue Darstellung?“). Diese sich in schneller Abfolge wiederholenden Schwankungen erzeugen Flow-Erleben.

Bei dem Interknoten „Abruf der Zielvorstellung“ wird beispielsweise der Subknoten „genaue Kontur“ aufgerufen: Die dabei sich zeigende Diskrepanz zwischen Ziel und Realität erzeugt zunächst Unbestimmtheits-Signale und Unlust, mit Einfügen der Kontur im Bild Bestimmtheits-Signale und Lust, infolge der Unsicherheit, ob die Umsetzung gelingen wird, wiederum Unbestimmtheits-Signale und Unlust und, falls dann die Umsetzung zur eigenen Zufriedenheit gelingt, Lust (Dörner, 2008, 406).

Der Darstellungsprozess beinhaltet damit einen Wechsel zwischen hoher Bestimmtheit, ausgelöst durch das Gefühl : „Es gelingt!“ - und einer hohen Unbestimmtheit, ausgelöst durch die Sorge: „Es gelingt doch nicht!“ . A beschreibt das so:

„Das ist ein Gefühl der Übereinstimmung von dem, was ich erreichen möchte und dem, was ich erreiche. Ich sehe, was ich schaffen will und meine Hand

führt es aus. Ein Gefühl der Zufriedenheit. Das Gefühl ist so stark, dass man es wieder erleben möchte.“ (A)

Flow-Erleben kommt in unterschiedlichen Intensitäten vor, die mit wachsender Bestimmtheit zusammenhängen und im Verlauf des Flow-Erlebens zu- oder abnehmen können.

So fanden auch Csikszentmihalyi & Le Fevre (1989) verschiedene Intensitäten von Flow-Erleben. Sie beobachteten bei Felskletterern einen „deep flow“ (Csikszentmihalyi, 1997 und Aellig, 2004), der sich offensichtlich von leichtem Flow beim Autofahren (Csikszentmihalyi & Le Fevre, 1989) unterscheidet (s.a. Csikszentmihalyi 1991, 147ff.).

Trotz wechselnder Rückmeldungen kann also bei einer erfolgreich verlaufenden Handlung die Erfolgswahrscheinlichkeit und Bestimmtheit insgesamt ansteigen. Je stärker sich bei Gelingen Erwartungen und motorische Umsetzung aneinander annähern, desto höher wird der Grad der Bestimmtheit insgesamt, desto geringer die Abweichung durch Unbestimmtheit und desto intensiver das Flow-Erlebnis.

Die unterschiedliche Intensität von Flow-Erleben könnte demnach mit sich aneinander annähernden Übereinstimmungen von Motiv, der Vorstellung der nötigen Handlung (hier fragt sich der Künstler, ob die Differenz zwischen Motiv a und Motiv b stimmig ist) und der Umsetzung der Handlung ins Werk zusammenhängen (s. Abb, 5.6, S. 98).

In den hier verwendeten Aufzeichnungen zeigt sich, anders als Aellig (2004) feststellt, ein deutlicher Zusammenhang zwischen Glücksgefühlen und Flow-Erleben.

So berichtet A:

„Beim Malen Explosion von Gefühlen in Striche, Farben und Formen gefasst.
Dann Frieden.“ A

Dies bestätigt die Aussagen der von Csikszentmihalyi (1975) untersuchten Künstler, denen zufolge Gefühle während des Flow-Erlebens unabhängig vom extrinsisch motivierenden Ergebnis des Schaffensprozesses zur Motivation beitragen.

„Wenn ich unzufrieden bin und per Versuch und Irrtum das Bild zu verbessern versuche, ist das nicht das Beste. Das beste Bild erreiche ich in den Momenten, wo ich aus dem Gefühl heraus weiß, was ich wo genau malen muss. Das ist nicht nur beeindruckend, es ist befriedigend, weil ich genau das Gefühl/die Linie oder Farbe treffe, die ich sehe oder vielmehr will und brauche. Struktur und Gefühl stimmen dann miteinander (und beim Objekt auch noch mit der Umwelt) überein.“

In neun Prozessen wird von solchen Flow-Erlebnissen berichtet. Diese sind A3 (S. 40, A4, S. 45, A5, S. 69, A6, S. 57, A9, S. 65, A10, S. 73, A11, S. 48, A12, S. 61, A14, S. 53.

Expl4.pdf

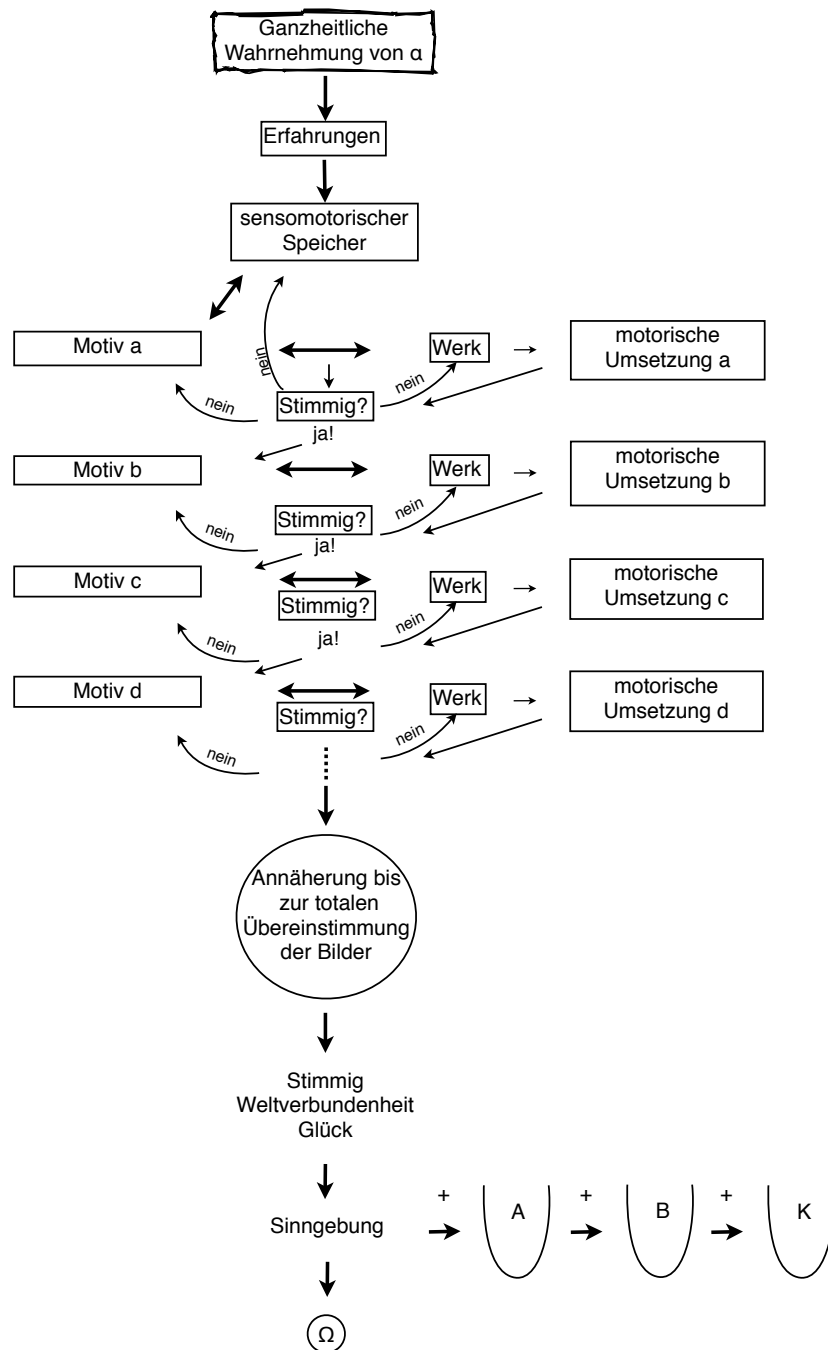


Abbildung 5.6: Von der spezifischen Exploration zum Flow-Erleben

5.3.3 Kognitionen während des Flow-Erlebens

Während des Flow-Erlebens auftretende, mit Emotionen durchmischte Kognitionen können diesen Prozess der Fokussierung stützen. Wenn sie nicht auf das Thema fokussieren, können sie allerdings leicht ablenken.

So nutzt die Künstlerin bei Darstellung zunächst diffuser Gefühle im Bild, dass die Färbung von Kognitionen durch Gefühle zusätzliche Informationen bereitstellt. Diese können für eine umfassende Darstellung wichtig, aber bei zu starkem Einfluss eigener Erfahrungen, auch überinterpretiert sein.

Das künstlerische Anliegen, eigene Befindlichkeiten oder Interpretationen in ein Bild einfließen zu lassen, kann nur durch die Wahrnehmung dieser meist diffusen Emotionen - im reflexiven Abgleich mit der inneren Einschätzung - gelingen:

“Ein gutes Bild entsteht aus dem inneren Hören und Fühlen, was zu tun ist. Ich spüre, fühle, was ich machen ‘muss’ und was nicht. Welcher Strich, welche Farbe entspricht dem Gefühl, das ich darstellen will? Zwischen dem inneren Gefühl und der Wirkung des Bildes mache ich dann einen Abgleich, ob mein Ziel erreicht ist. In dem Moment, wo ich technische Überlegungen anstelle und so versuche, das Bild zu malen, verliert es an Wirkung und Flair.“ (A)

Das Gleiche gilt für Empathie. Die Künstlerin versucht, die Gefühle ihres Gegenübers darzustellen, indem sie diesen empathisch nachspürt (s. A9).

Unterstützen Kognitionen Gefühle, die für das Bild relevant erscheinen, wie etwa bei Empathie, der Verwendung von Analogien oder dem Erfinden von Geschichten zum Thema (wie in A10), stützen sie also die spezifische Exploration.

5.3.4 Unterbrechungen von Flow

Durch störende Kognitionen kann Flow-Erleben allerdings auch leicht unterbrochen werden (s.a. Csikszentmihalyi 1991).

Entsprechend der These Rheinbergs (2008) zeigt sich, dass während des Flow-Erlebens die Selektionsschwelle steigt, die Inhibition von Kognitionen und damit die Konzentration zunimmt, und der Auflösungsgrad im Handlungsvollzug auf den Abgleich zwischen Vorstellung, Werk und gegebenenfalls Modell fokussiert.

Sobald Kognitionen auftreten, ist also die Konzentration auf die rasche Abfolge von Handlungen gestört, die Selektionsschwelle nimmt ab.

Meinen Ergebnissen zufolge kommen Kognitionen neben dem Nachdenken über Strategien im künstlerischen Prozess vor:

1. im Kontext von (von außen kommenden) Störungen (z.B. A5/15)
2. als sich aus dem Prozess heraus entwickelnde Probleme (z.B. A4, B1)

3. als Selbstzweifel (z.B. A5/10)
4. als daran anschließende Reflexionen.

Diese Kognitionen lassen sich zurückführen auf die gegen Ende eines Konzentrationsbogens oder infolge einer Störung sinkende Selektionsschwelle und nachlassende Inhibition.

So macht A in A11, Abbildung 4.7, Seite 48, durch eine Störung einen Fehler:

„... ich male zu weit über den Rand, weil ein Anruf kommt, der mich raus reißt... “ A11/9

In A5/15 befürchtet sie, durch Klingeln an der Tür im Flow unterbrochen zu werden:

“Es klingelt. oh nein, ich bin nicht da. Ich kann jetzt nicht. Angst, dass ich jetzt gestört, unterbrochen werde. Gefühl, ich sterbe, wenn ich jetzt nicht malen kann. “ (A5/15)

Sie befindet sich also zum Zeitpunkt der Störung mitten im Flow, weiß aber, dass ihr wichtige, gerade präsente Punkte wieder in Vergessenheit geraten könnten.

Daneben könnte sie das von Csikszentmihalyi beschriebene, sich manchmal über Stunden hinziehende Verlieren der inneren Ruhe fürchten (Csikszentmihalyi, 1997, 176). Dies könnte auch in Prozess A9 Ursache für ihre lang anhaltende Unruhe sein:

Aus Zeitgründen muss sie das Portrait beenden. In der anschließenden Verifikationsphase entdeckt sie Fehler, die sie nur unzureichend beheben kann.

5.3.5 Selbstzweifel und Zerstörung

Wenn Kompetenz und Bestimmtheit nicht ausreichend erfüllt sind, können nach dem Flow einsetzende Kognitionen Selbstzweifel bewirken (s. B1, Abb. 4.17, S. 76 und A5/10 in Abb. 4.15, S. 69) (s.a. Rheinberg 2008, 161). Diese Selbstzweifel können sich bis zur Selbstzerstörung steigern.

Ein historisches Beispiel ist Camille Claudel, die gegen Ende ihres Lebens ihre Werke zerstörte.

Andererseits kann Zerstörung, wie in Prozess A 10, auf Seite 73, auch zu einer Neuschöpfung des Bildes führen. So beschreibt Markus Lüpertz die Zerstörung seines Werkes geradezu als Teil seines Schaffensprozesses (Interview vom 11.6.2006, Archiv des Internationalen Künstlerhauses Villa Concordia, Bamberg).

Auch Künstlerin A berichtet von solchen Momenten:

„Auf der anderen Seite gibt es auch Momente, wo ich ein schlechtes Bild so hasse, dass ich es zerstöre. Daraus entsteht dann etwas Neues. Das gleiche ist der Fall, wenn ich aus Wut male. Habe ich die Wut erst mal dargestellt, spricht das Bild geradezu zu mir, neue Wege eröffnen sich, häufig auch bildnerisch.“ (A)

Nach dem Flow sinkt die Selektionsschwelle rapide ab. Kognitionen setzen ein; der Verlust von Kontrolle im Flow entspricht womöglich nicht dem eigenen Anspruch an das Schaffen (s. Künstler B); Kompetenz und Bestimmtheit sinken und verstärken die Selbstzweifel des Künstlers.

Infolge des genauer werdenden Fokus gerät das vorherige Handeln in den Blick und wird kritisch zerlegt.

A entwickelt im Laufe ihrer Selbstbeobachtung reflexive Momente, wo sie solche Selbstkritik unterbindet (s.S. 69):

"...da ich weiß, dass das ein Bild zerstören kann, sage ich mir: egal, macht nichts ... ich male weiter."(A5/17)

Über die Selbstbeobachtung erkennt sie also ihr sich wiederholendes Verhalten. Damit erhöhen sich ihre Bestimmtheit und Kompetenz, so dass A in der Lage ist, ihre selbstkritischen Gedanken zu modifizieren (A5/17; Dörner 2008, 795).

Kognitionen lenken also ab, wenn sie die vorhandene Fokussierung nicht stützen.

Die Tendenz, die Aufmerksamkeit auf kognitive Bewusstseinssebenen zu lenken, nimmt besonders zu, wenn der Flow abnimmt.

Dann einsetzende Kognitionen können per Reflexion wieder fokussieren - und so zum Flow-Erleben zurückführen - oder vom Flow-Erleben ablenken. Das gleiche gilt für Emotionen.

5.3.6 Sensorische Wahrnehmungen

Der Künstler(...) ist am meisten am einzigartigen und idiosynkratischen Charakter seiner Erfahrung interessiert.(...) Es ist seine Aufgabe, die Erfahrung frisch zu sehen, und dann, wenn er Talent hat, die Erfahrung in irgendeiner Weise einzufrieren, damit vielleicht weniger aufmerksame Menschen sie ebenfalls frisch sehen können.

Maslow zit. n.(Hertlein, 1990, 57)

Flow-Erleben wird häufig durch intensive sensorische Reize eingeleitet.

In sieben Fällen (A3, S. 40, A6, S. 57, zweimal in A9, S. 65, A10, S. 73, A12, S. 61, A13, S. 54) wird von sensorischen Reizen berichtet. Sechs davon hängen mit Flow-Erleben zusammen. Eine Ausnahme bildet A13, S. 54, bei der der Reiz eine Assoziation hervorruft. Sensorische Reize führen offensichtlich zu einer besonders intensiven Vorstellung. Daraus entsteht in sechs Fällen intensives künstlerisches Wollen und Erregung (Die Ausnahme bildet A13).

In vier Fällen wird von einer Vorstellung in Zusammenhang mit dem Reiz berichtet.

In zwei Fällen ruft der sensorische Reiz eine Vorstellung im Sinne einer Assoziation hervor.

Wie oben erwähnt, verstehe ich Reize in diesem Zusammenhang nicht als objektiven Sachverhalt, sondern als die innere Resonanz des Reizes, als seine spezifische Aneignung. Offensichtlich bewirken sensorische Reize die Fokussierung der Aufmerksamkeit im Sinne der von Ciompi beschriebenen Attraktoreffekte.

So betont A, dass sie sich über ihre Gefühle den Zugang zum Material verschaffe (s.o.); an anderer Stelle beschreibt sie, wie ein sensorischer Reiz sie erfasst und zu einer erneuten Fokussierung führt (A12/5):

„spüre, wie das Papier, die Form von mir Besitz ergreift,...“

Ciompi spricht in diesem Zusammenhang von Attraktoreffekten, die dazu führen, dass „Verarbeitungsprozesse aus verschiedenen Sinnesgebieten“ zusammenfließen (Ciompi, 1997, 153f.).

In diesem Sinne verstehe ich auch hier den sensorischen Reiz als intensiven emotionalen Effekt, der über eine sensorische Wahrnehmung zusammengehörige sensorische Schemata aktiviert. Das Zusammenfügen und Ergänzen von Vorstellungen auf der inneren Leinwand scheint plausibel. Gleichzeitig aktiviert werden die dazu gehörigen motorischen Schemata, störende Einflüsse wie Kognitionen dagegen blockiert. Infolgedessen gewinnt der Prozess des Abgleichens zwischen Schemata und Ausführung schnell an Bestimmtheit.

Es kommt zum Flow-Erlebnis.

Die so eintretende fast lückenlose Verkopplung zwischen Vorstellung und Ausführung vermittelt bei gleichzeitiger hoher Erregung das Gefühl, dass die erkannten Zusammenhänge stimmig sind:

„Das will ich dann augenblicklich darstellen, bevor die Klarheit des Eindruckes verschwindet. Ich brauche auf der Stelle Papier und Stift.“ (A)

Dies entspricht der These Ciompis.

„dass alles Wahrnehmen und Denken von den entsprechenden Affekten in ihren Bann gezogen“ (Ciompi, 1997, 153f.) wird. In diesen Bewusstseins- und Aufmerksamkeits-Fokus fließen, so Ciompi, „Verarbeitungsprozesse aus verschiedenen Sinnesgebieten ein“. (Ciompi, 1997)

Infolge der sensorischen Wahrnehmung steigt der Auflösungsgrad plötzlich und schnell an, A fokussiert schlagartig auf den Wechsel zwischen Vorstellung, Werk und evt. Modell. In Fall A12 könnte die Vorstellung evt. auch Idee im Sinne eines plötzlichen Einfalls gewertet werden:

So beschreibt A in A12 zunächst Angst zu versagen und damit zusammenhängenden Druck. Es kommt zum Arousal. Im Verlauf des Prozesses macht sie einen Fehler, ärgert sich, entscheidet sich dann aber für einen spielerischen Umgang mit dem Fehler: Es muss doch gar nicht so perfekt sein! Jetzt ist A weniger ziel-orientiert, ihre Selektionsschwelle sinkt (A12/6-7)

In A12/8 beschreibt sie, wie sie ein Reiz trifft und ihr eine Idee zur Umsetzung deutlich wird:

„Ich sehe seine Augenbrauen, wie er vom Blatt hochguckt, die Form, ästhetische Wirkung ist cool, trifft mich, das setze ich um, suche schnell nach einem Buntstift, zeichne damit. Die Linien in seinem Gesicht, die Schatten, das Papier, das Objekt vor mir fesseln mich, der Raum schrumpft zusammen auf ihn und mich.“

Später formuliert sie in einem Interview, dass ihre Emotionen, wie depressive Verstimmung, unmittelbare Versagensangst neben der spielerischen (entspannten) Situation eine Rolle für die Idee spielten:

“Die spielerische Herangehensweise und die begrenzte Zeit verhindern eine zu starke Perfektion. Das tut mir gut, ich kann nicht viel nachdenken, das spontane Handeln, die Angst, es schlecht zu machen, verschafft mir einen direkten emotionalen Zugang zum Material. Ich bin allerdings auch emotional in „Stimmung“ (melancholisches Ziehen in der Seele). Verschaffe mir den Zugang zum Blatt über meine Gefühle... endlich habe ich ein Objekt, Zeit, Zwang.“ (A)

5.4 Der plötzliche Einfall

Das Ergänzen fehlender Schemata kann, wie über plötzliche Einfälle berichtet, von vorne herein komplett erfolgen:

Zentral für den plötzlichen Einfall scheint die Übergangssituation zwischen zielorientierter Anspannung und Entspannung zu sein, die verbunden ist mit starken Emotionen wie Glück oder Ärger.

In Abbildung 5.7 zeige ich, wie der plötzliche Einfall durch den Ausstieg aus der spezifischen Exploration, wie sie in Abbildung 5.5 auf Seite 95 beschrieben ist, eintritt.

Der plötzliche Einfall kann irgendwo im Verlauf der spezifischen Exploration (die hier bei 4 endet) auftreten. So macht B während seines Schaffensprozesses einen Fehler, er weiß nicht weiter (Kessel der Kompetenz, Bestimmtheit und Affiliation entleeren sich), wird wütend (d.h. der Auflösungsgrad sinkt), gibt frustriert auf und steigt aus dem Schaffensprozess aus (die Selektionsschwelle sinkt). Obwohl er kurz davor ist, sein Projekt aufzugeben, bleibt er innerlich doch hoch aktiviert (er ist ja wütend); das Problem beschäftigt ihn weiter. (5) Da hat er doch noch die „rettende Idee.“ (An der Formulierung kann man erkennen, wie wichtig ihm das Erreichen eines Ziels im Schaffensprozess ist!)

Die sinkende Selektionsschwelle öffnet seine Wahrnehmung für mehrere Motive oder deren Unterpunkte, auch für solche, an die er bisher noch nicht gedacht hat. Der grobe Auflösungsgrad führt zu seltenerem Abtasten dieser Punkte und freiem Speicherplatz. Auch aus anderen Fach-, Sinnesgebieten, oder hier Motiven, können jetzt wesentliche Punkte wahrgenommen werden. (6)

Im Abgleich werden bildhafte oder symbolische Motive, Strukturen und Muster aktiviert und dadurch in die Wahrnehmung einbezogen. Durch den gesunkenen Auflösungsgrad werden grundlegende Übereinstimmungen zwischen verschiedenen Motiven aus an sich verschiedenen Bereichen wahrnehmbar.

Ciampi (1997) spricht hier auch vom Verlassen „eingefahrener Denkwege“ (s.o.).

Typischerweise hat der Künstler sich also stark auf ein Ziel fokussiert, vielleicht schon ein Zwischenziel erreicht; er ist kurz davor, dieses Ziel aufzugeben. Der Künstler ärgert sich und orientiert sich neu. Deshalb beginnt nach einer intensiven Schaffensphase mit starker Fokussierung die Konzentration zu sinken. (s.a. A8, S. 43).

Damit verbundene Emotionen wirken zunächst belastend, dann entspannend. Ein Beispiel wäre nach subjektiv empfundenem Druck und Ärger der Übergang in eine spielerische Situation (wie in A12, s.o.), oder der Übergang von einer zielorientierten Haltung zu Ärger und Frust (Arousal) mit daraus resultierendem Aufgeben eines Ziels. (s. A9, Seite 65; A11, Seite 48).

So berichtete mir an anderer Stelle eine befreundete Künstlerin, dass sie in einer Prüfungssituation, möglichst genaue Abbildhaftigkeit erreichen wollte. Als ihr das nicht zu



ihrer Zufriedenheit gelang, wurde sie wütend - und schnitzte eine ihrer besten Figuren! In den vorliegenden Tagebucheinträgen beschreiben beide Künstler solche Situationen als Auslöser für den plötzlichen Einfall. Hier ein Ausschnitt aus einem Interview:

„Um Gefühle ausdrücken zu können, suche ich ein Motiv. Fange oft zu differenziert an, um dann wütend alles zu verwerfen und anschließend neu - so wie ich will - zu arbeiten.“

Aus diesem Ärger heraus entsteht ein Eindruck von Klarheit darüber, wie das Werk werden soll.

Hier berichtet A:

“... dass ich ein inneres Verlangen habe, etwas zu malen, dem nachgebe und es versuche. Ich versuche, das handwerklich zu lösen, es gelingt nicht, ich werde sauer, schmeiße das Handtuch und male in meiner Wut so, wie ich will (mit dem Gedanken: Ist mir doch alles scheißegal). Da wird das Bild, ich reduziere auf das, was ich brauche, um das Unaussprechliche darzustellen, was ich will. Ich setze die Linien genau so, wie sie sein müssen. Hier kommt es schnell zum Flow-Erleben.“ (A)

Interknoten und Schemata werden infolge des gesunkenen Auflösungsgrades also seltener abgetastet. In dieser von Haseloff (1971, in Edelmann 2000, 217) als heuristische Regression bezeichneten Phase werden bildhafte, symbolische Schemata abgerufen und miteinander verglichen; durch die sinkenden Selektionsschwelle werden auch nicht unmittelbar dem Fachgebiet zugeordnete, aber bildhaft-symbolisch vernetzbare Muster einbezogen. Zusammenhänge werden durch die grobe Wahrnehmung deutlicher als sonst erkannt und vorerst unwichtige Bereiche ausgeblendet.

Vom ursprünglichen Thema unabhängige Wissensbereiche können also vermutlich über den sinkenden Auflösungsgrad bis zum entscheidenden Grad abstrahiert werden. Hier werden infolge der Abstraktion vorher nicht sichtbare Zusammenhänge schlagartig deutlich. Dies untermauert Vermutungen Dörners, nach denen dem richtigen Auflösungsgrad eine entscheidende Rolle bei der Problem-Lösung zukommt (s.a. Dörner 1976, 18-19).

Im Grunde geht es dabei um Vereinfachungen, die die Tendenz haben, Wahrnehmungen zu (symbolischen und bildhaften) Ordnungen zu ergänzen. Gleichzeitig beinhaltet die sinkende Selektionsschwelle, dass andere Perspektiven einbezogen werden.

Die Idee ist demnach eine Art Perspektivenwechsel, der einen Moment der Offenheit für mehrere Sichtweisen ausnutzt. Nicht abgeschlossene Gedankengänge und Bilder, die wie lose ungeordnet im Raum hängende Bänder vorstellbar sind, schließen sich plötzlich zu etwas Sinnvollem zusammen.

Der Aufmerksamkeits-Fokus geht mit dem Erkennen der Zusammenhänge schnell wieder hoch; die neue Idee soll umgesetzt werden, bevor sie vergessen wird, die Konzentration (Selektionsschwelle) steigt, die Idee wird mit hoher Anspannung verwirklicht (bezogen auf Abbildung 5.7 Schritt 7):

„In kürzester Zeit setze ich alle Linien, so dass die eine zusammenfassende Idee erhalten bleibt und in einem Zug auf das Papier übertragen werden kann.“ (A)

Über das jetzt aufkommende Flow-Erlebnis sagt A:

„Mein persönlicher Ausdruck ist dann stark expressiv, das Bild redet zu mir, das Ergebnis ist befriedigend.“ (A)

Dieses Erkennen von Zusammenhängen muss auf den Künstler wie eine Reduktion von Hohlstellen und Unbestimmtheit, das lückenlose Erfassen zusammenpassender Schemata äußerst stimmig wirken. In den hier dargestellten Prozessen ist die Künstlerin angespannt, solange sie nicht weiß, ob die Umsetzung gelingen wird. Erst danach entscheidet sich, ob der Prozess mit Zufriedenheit und Glück enden wird.

Ähnlich muss es auch Kekulé bei der Entdeckung des Kohlenwasserstoffatoms im Benzol-Molekül ergangen sein. Er soll nach einem ergebnislosen Forschungsvorhaben ein Kaminfeuer entzündet haben, um sich zu entspannen. Durch einen schlangenförmig aus dem Kamin springenden Funken kam er auf die entscheidende Idee (Dörner, 1976, 81).

Diese Art der Ideenfindung impliziert vielleicht noch stärker als die spezifische Exploration im Vorfeld sowohl das Ertragen einer gewissen Ungeordnetheit und der Ungelöstheit begonnener Ansätze als auch, sich auf Gefühle einlassen zu können. Das Suchen, Erkennen und Stehenlassen ungelöster Probleme ermöglicht zunächst die unbewusste Weiterbearbeitung, dann das Zusammenfügen mehrerer Perspektiven zu etwas Neuem.

5.5 Assoziation und Analogie-Schluss

„Das Kunstwerk verselbstständigt sich selbst gegenüber dem Künstler.“ (zit. n. Rubinstein 1973, in Hertlein 1990).

Aus Assoziationen heraus kann es zu Analogie-Schlüssen kommen; in manchen Fällen spinnt der Künstler über den Analogie-Schluss hinaus eine Art Geschichte (s. A10, S. 73; B1, S. 76). Die in Sprache gefassten Interpretationen der entstandenen Werkzustände dienen dazu, durch Fragen auf das Finden und Suchen einer Lösung zu fokussieren (s.a. Dörner 2008, 718)

Wie beim plötzlichen Einfall ist bei Assoziation und Analogie-Schluss eine durch Wut oder Frust ausgelöste diversive Exploration erkennbar. Sie regulieren vermutlich Auflösungsgrad und Selektionsschwelle bis zum entscheidenden Abstraktions- und Inklusionsgrad.

Vermutlich gegen Ende eines Konzentrationsbogens versucht der Künstler, sich über die in Sprache gefasste Beschreibung der Situation erneut zu fokussieren.

Durch den Abgleich zwischen dem Werk, ihren Gefühlen und der inneren Leinwand entdeckt sie Unstimmigkeiten. Anstelle einer motorischen Ausführung schließt der Künstler

bei Assoziation und Analogie-Schluss die Lücke auf seiner inneren Leinwand in zwei Tagebucheinträgen durch den Sinngehalt des Bildes.

Über das ursprüngliche Wahrnehmen der Bildaussage hinausgehend, verdeutlicht das Werk zunächst die Gefühle der Künstlerin; aus der Kombination von Bildaussage und Gefühlen entwickelt sich im Analogie-Schluss ein eigener Bedeutungsgehalt. Über die in der Produktion entstandenen Wirkungen des Bildes können sich so auch Lösungen für im Bild verarbeitete persönliche Situationen entwickeln.

Bei Prozess A10 bewirkt die Arbeit am Bild eine Assoziation („Zwei Hosenbeine“ , A10/10), die durchaus auch die Antwort auf die Frage „Was ist das?“ sein könnte. Aus dieser Assoziation heraus ergibt sich ein Analogie-Schluss, der die Kombination eines Aspektes ihres Gefühlslebens und des assoziierten Schemas ist (11). Darauf folgt wieder eine Frage, diesmal aber nach der fehlenden, das Ganze in einen Gesamtzusammenhang stellenden Ergänzung zum im Analogie-Schluss angedachten Thema, hier der männlichen Rolle (s. A10/9-13).

Ebenso ist es bei Prozess B1. In Schritt 10 stellt sich der Künstler die Frage „Was jetzt?“ , im nächsten Schritt findet er eine Analogie zwischen einer Zahl und dem damit zusammenhängenden Ereignis (Seite 33 in seinem Block und das Alter, in dem Jesus starb), dann sucht er nach einer das Ganze „einhüllenden“ Begründung, in diesem Fall: „- prophetisch“.

Dörners Überlegungen zum Analogie-Schluss, nach denen erstens Ungenaueres die Frage, was etwas sein könnte, auslöst, zweitens die sich zeigenden Ergebnisse durch eine Koadjunktion oder einen Analogie-Schluss präzisiert werden und drittens das Ganze in einem letzten Schritt in einen „einhüllenden“ Gesamtzusammenhang gestellt wird, werden damit bestätigt (Dörner, 2008, 719). Sowohl das Abrufen von Projektionen auf der inneren Leinwand spielt eine Rolle für das Bilden von Analogie-Schlüssen, als auch sprachlich formulierte Fragen und Interpretationen.

Der Analogie-Schluss enthält also Elemente, die dem Geschehen beim plötzlichen Einfall ähneln. Auch hier spielt Ärger im Vorfeld eine Rolle. Auch wird der Abgleich zwischen den verschiedenen Motivausschnitten, Assoziationen etc. von beiden als Mittel zur Reduktion von Lücken eingesetzt. Anders ist allerdings die sprachliche Intervention.

Offensichtlich spielt also der Übergang von einer visuell orientierten, bildhaften Denkweise zum sprachlichen Interpretieren des Bildes eine Rolle im Bilden eines Analogie-Schlusses. Über die sprachliche Fixierung wird ein vereinfachtes Bild der Situation erzeugt, das dann wiederum bildhafte Übertragungen (Analogien) ermöglicht. Dies ist vermutlich auch ohne bewusstes Stellen von Fragen möglich. So wird in B1 keine Frage formuliert, um den erkannten Sachverhalt „in-einen-einhüllenden-Raum,“ zu stellen.

Der Analogie-Schluss besteht in den hier vorliegenden Tagebuchaufzeichnungen also erstens aus einer bildhaften Assoziation; darauf folgt eine sprachliche Interpretation, die dem wechselseitigen Abgleich verschiedener Perspektiven und Aspekte einer Sache entspricht. - Ich stelle mir das Ganze etwa wie eine im Raum stehende Plastik vor, die auf diese Art gleichzeitig von allen Seiten betrachtet werden kann. - Schließlich schieben sich

verschiedene Schablonen oder Strukturen der einzelnen Perspektiven übereinander. Im letzten Schritt werden diese - oft sprachlich überwacht, in einen Gesamtkontext gehüllt. Der im Analogie-Schluss sich entwickelnde Dialog zwischen Künstler und Werk setzt einerseits die Fokussierung über Abgleichen fort. An die Stelle des Modells tritt die sprachliche Interpretation, die eines der Elemente aus dem Abgleich (bei B die ursprüngliche Vorstellung vom Ziel) ersetzt.

Andererseits werden Gefühle und Werkaussage nach der, durch Wut oder Ärger ausgelöst, diversen Exploration auf der inneren Leinwand zusammengefügt - das „Werk verselbstständigt sich“ so „gegenüber dem Künstler“. Dieser Teil des kreativen Prozesses hat häufig - neben der eigentlichen Lösungsfindung - auch eine bewusstseins-verändernde, sowie eine den Künstler bestätigende Dimension.

5.6 Affiliation

„Im Prozess des Werdens fallen Subjekt und Objekt zusammen.“ Hegel

In der Regel kann davon ausgegangen werden, dass die Affiliation durch die Erfüllung von Bestimmtheit und Kompetenz zunimmt. Die Herstellung eines zufrieden stellenden Bildes erzeugt ein internes L-Signal, weil die Künstlerin aus Erfahrung weiß, dass dieses Bild von anderen geschätzt werden wird. Die Künstlerin empfindet sich als Wertschöpfer für Andere.

Dies ist der Fall in Diagramm A1, s. S. 38 und Diagramm A2, S. 35. Darüber hinaus scheint es aber durchaus auch möglich zu sein, dass das Werk selber auf den Künstler wirkt und ihn durch Legitimations-Signale bestätigt.

Das Bedürfnis der Affiliation, also der Bestätigung durch Andere, hat, über die Bestätigung eigener Ansichten, Gedanken oder der Lebensweise hinaus, ein Sinn stiftendes Element. Letztlich fühlen wir uns durch die Gruppe, in der wir leben oder durch die Erfüllung von Aufgaben für andere, eingebunden in einen Sinn stiftenden Zusammenhang. In der vorliegenden Arbeit treten mehrfach Situationen auf, in denen die Künstlerin sich über ihre ursprüngliche Vorstellung hinaus angesprochen fühlt.

In einem Fall beschreibt die Künstlerin:

„Es ist nicht unbedingt genau das, was ich im Kopf hatte, es ist mehr, anders. Sagt viel mehr, als was ich dachte ...ich empfinde: Sie repräsentiert all das, was ich die ganze Zeit sagen wollte.“ (A13)

In diesem Sinne empfindet die Künstlerin m. E. persönliche Bestätigung und Führung durch ihr Werk (s. A13, S. 54 und A10, S. 73). Sie tritt in einen Dialog mit ihrem Bild. Über die Erhöhung der Bestimmtheit durch das ordnende Prinzip von Kunst hinaus könnte demnach eine bestätigende oder auch in Frage stellende Wirkung durch Bildsignale bestehen.

Ähnlich berichten verschiedene Künstler von einem Dialog zwischen sich und ihrem Werk. Beispielsweise soll Rubinstein (1973, 215f) gesagt haben, dass sich das Kunstwerk

gegenüber dem Künstler verselbstständige und gewissermaßen so etwas wie einen eigenen Willen bekäme. Auch Tolstoi, so Dörner, berichte von Puschkin, dass dieser einem Freunde gegenüber über eine Romanfigur gesagt habe: „Stell dir vor, welchen Streich mir Tatjana spielte. Sie hat sich doch wahrhaftig verheiratet. Das hätte ich nicht von ihr erwartet.“ Tolstoi selber merkte in diesem Zusammenhang an, dass auch ihm selber „seine Heldinnen und Helden (...) zuweilen solche Streiche spielen, wie er sie durchaus nicht wünsche“ (Rubinstein 1973, 215f, in Dörner 1976, 96).

Künstlerische Werke entwickeln also Aussagen, die so vom Künstler zunächst nicht intendiert waren. In diesem Fall könnte die Affiliation zwar nicht, wie im direkten Kontakt mit dem Rezipienten von Kunst, als direkte Bestätigung durch Menschen, aber doch, über ein ordnendes (Bestimmtheit), Kompetenz steigerndes Element hinaus, als bestätigendes, Sinn gebendes, einen Platz im Weltgeschehen zuordnendes Moment wirken und erlebt werden.

5.7 Persönlichkeit

„Kunst ist ein sozialer Akt eines einsamen Menschen.“ William Butler Yeats

Die von Hertlein (1990) vorgestellten Schaffensprozesse und Künstlertypen könnten, stärker als er meint, von Arbeitsauftrag, Ziel und Material abhängig sein. So lassen sich handwerkliche Prozesse eher dem apollinischen Schaffensprozess zuordnen, abstraktere dagegen dem dionysischen. Ob der plötzliche Einfall bei dem einen Typus häufiger vorkommt, als bei dem anderen, bleibt vorerst offen.

Die Verbindung von Flow-Erleben mit dem kreativen Prozess erklärt die von Csikszentmihalyi (1975) entdeckte intrinsische Motiviertheit von Künstlern. Dasselbe könnte allerdings auch für den Mangel an Gewissenhaftigkeit, den auch Maier et al. (2007, in Laux (2008, 313)) feststellen, verantwortlich sein. Einerseits ist Flow sehr erstrebenswert, andererseits häufig durch einen sensorischen Reiz eingeleitet und weder plan- noch kontrollierbar.

Geringere Verlässlichkeit (z.B. in Bereichen wie Pünktlichkeit) könnte deshalb aus der Erfahrung von Zeitlosigkeit herrühren, sowie aus der Sorge, im Moment des Flows oder plötzlichen Einfalls durch äußere Umstände von einer Produktion abgehalten zu werden. Der vom Künstler antizipierte hohe Wert der geschaffenen Werke (s. Engeser, Vollmeyer u.a. und Rheinberg 2003, 12; Engeser et al. 2005, Vollmeyer und Bischoff 2005; Rheinberg 2008, 156) könnte auf diesen Effekt verstärkend wirken.

Die Offenheit für neue Erfahrungen steht im Gegensatz zur von Cattell et al. ermittelten Zurückhaltung und geringen Kontaktorientierung. Vor dem Hintergrund des kreativen Prozesses macht das Zusammenkommen von Offenheit für neue Erfahrungen (also neuer Kombinationen oder Ideen) und Reizüberflutung allerdings Sinn. Angesichts der Aufnahme vieler Eindrücke in Verbindung mit wachsender Unruhe (s. auch bei Aron 1996) kann der Rückzug als Regulationsmechanismus zur Reizüberflutung und die neue Erfahrung als Anregung im Vorfeld der Inkubation verstanden werden.

Dass kreative Persönlichkeiten über ein hohes Maß an Ambiguitätstoleranz verfügen, erklärt, warum sich jemand überhaupt auf die Höhen und Tiefen des Schaffensprozesses einlässt. Offensichtlich hängt die Wahrnehmung vieler Eindrücke und Ambivalenzen mit dem Bedürfnis zusammen, die dabei entstehenden Widersprüche zu ordnen (s.a. Dörner 1976, 96).

Wie Schuler und Görlich (2007, 15) feststellen, ist ein Minimum an Selbstbewusstsein nötig, um sich auf kreatives Arbeiten einzulassen. Die vorliegende Arbeit und die verwendeten Beispiele zeigen deutlich, wie sehr um Mut (Kompetenz) gerungen wird, bevor die wachsende Bestimmtheit oder Dringlichkeit ein Einlassen auf einen Schaffensprozess unumgänglich macht. Die Notwendigkeit der Überwindung von Angst zu scheitern, spricht also eher gegen die These, dass künstlerischer Nonkonformismus von übersteigertem Selbstbewusstsein herrührt.

Schwierigkeiten in Zusammenarbeit mit kreativen Menschen lassen sich auch aus dem Erleben von Stimmigkeit im Abgleich-Prozess erklären: Das Erkennen, dass etwas lückenlos stimmig ist - auch „künstlerisches Wollen“ genannt - könnte dazu verführen, keine andere Lösung als plausibel zu erachten und ist eine große Herausforderung an die Persönlichkeitsentwicklung kreativer Menschen. Die so entstehende hohe Bestimmtheit könnte in der Zusammenarbeit an kreativen Problemstellungen störende Selbstsicherheit und Dominanz, langfristig Eigenwilligkeit und Unverträglichkeit erzeugen.

Der immer wieder festgestellte Nonkonformismus kreativer Persönlichkeiten (Schuler/ Görlich, 2007, 15) könnte seinen Ursprung also in der Reduktion von Unbestimmtheit im Abgleich-Prozess haben. Die Erfahrung des kreativen Prozesses ist die der Formbarkeit von Realität; wie im Traum scheinen Dinge machbar, die bodenständigeren Zeitgenossen selbstverständlich nicht machbar und unumrückbar sind. Besonders der plötzliche Einfall mit der Reduktion von Hohlstellen bewirkt offensichtlich das Gefühl, genau zu wissen, wie etwas zu werden hat („künstlerisches Wollen“).

Auf der anderen Seite erklärt die Fähigkeit, Unstimmigkeiten zu erkennen, stehen zu lassen, sich damit auseinanderzusetzen und sie zu einem sinnvollen Ganzen zusammenfügen zu können, vorausahnende Fähigkeiten Kreativer.

Unbestritten bleibt die emotional befreiende Wirkung auf den Künstler:

„Meine inneren Gefühle werden abstrakt in ein Bild/ Ton gefasst: Ich habe anfangs kein komplettes Motiv im Kopf. Das Bild/die Skulptur redet zu mir, sehr persönlich, befreiend.“ A

5.8 Kunstbetrachtung

Der Umgang mit Unbestimmtheit wird in der Kunstbetrachtung auf den Beobachter von Kunst verlagert. Der Kunstbetrachter muss das Empfinden des Künstlers emotional nacharbeiten. So gerät der Beobachter von Kunst, beispielsweise bei Beuys oder Nitsche, zunächst aus seinem Gleichgewicht, d.h. Kompetenz und Bestimmtheit sinken, es kommt zum Arousal, evt, zum Ärgernis. Er muss das vom Künstler gestellte Problem bearbeiten,

kann dadurch die Steigerung seiner Kompetenz und Bestimmtheit erleben und damit letztlich sein Bewusstsein erweitern.

6 Schlussfolgerungen

„Gestaltung ist Erlösung!“

Max Beckmann, zit.n. (Etschmann/Hahne/Thusty, 2004, 360)

Über die Tagebucheinträge lassen sich die im kreativen Prozess enthaltenen Emotionen differenzieren und analysieren. Vor, während und nach seinem Schaffen modulieren Emotionen die Wahrnehmung, die Motivation und das Verhalten des Künstlers. So besteht der kreative Prozess zu einem großen Anteil aus Problemen, die sich in Emotionen zeigen und, anhand der darin enthaltenen Emotionen, über den Schaffensprozess lösbar werden.

Trotz der Einzigartigkeit der verschiedenen Schaffensprozesse zeigen sich deutliche Ergebnisse in folgenden Bereichen:

- in der Unterscheidung von zwei Arten von Prozessen und Ideenfindung
- in der Bearbeitung von Widersprüchen
- im Abgleich
- im Flow-Erleben
- im plötzlichen Einfall
- im Ablauf des Analogie-Schlusses.

Beobachtbar sind zwei sich unterscheidende künstlerische Arbeitsweisen. In der vorliegenden Arbeit finden sich - abweichend zu Hertleins Beobachtungen - auch beide Arbeitsweisen in einer Person.

Scheinbar ist die Arbeitsweise (und die Ideenfindung) nicht nur vom Persönlichkeits- und Künstlertyp, sondern auch von Material und Zielsetzung abhängig. Aus beiden Arbeitsweisen kann sich Versenkung und Flow-Erleben entwickeln.

Die eine Arbeitsweise beginnt mit einer vagen Vorstellung, die in einer spezifischen Exploration immer differenzierter erarbeitet wird.

Bei der anderen Arbeitsweise wird häufig von sehr klaren Momenten künstlerischen „Wollens“ und von „plötzlichen Einfällen“ berichtet.

Die Suche nach Unbestimmtheit und deren Reduktion sind, entsprechend Dörners These (2008), elementarer Bestandteil des Schaffensprozesses. Dabei auftretende Unklarheiten

und Widersprüche, die sich im Vergleich von innerem Erleben und Realität zeigen, werden gesucht und anschließend zunächst in der Vorstellung, dann über das Werk erschlossen (s.a. Dörner 1976, 96).

In diversiver Exploration sucht der Künstler zunächst nach einem Motiv. Hat er ein Motiv oder eine vage Vorstellung von seinem Ziel gefunden, beginnt in spezifischer Exploration ein Prozess, bei dem der Künstler verschiedene Wahrnehmungen, seine Vorstellungen und deren motorische Umsetzungen abtastet und vergleicht. Dieser Prozess, den ich Abtasten nenne, findet in einem Schritt für Schritt verlaufenden Prozess statt. Über die Angleichung gespeicherter Subschemata an Beobachtungen werden Bilder, im Fall von Assoziationen und Analogie-Schlüssen aber auch sprachliche Symbole, zusammengefügt. Dies geschieht über einen ineinander verzahnten, durch Emotionen gefärbten Wahrnehmungs-, Abbildungs- und Gestaltungsprozess.

Die erzielte Übereinstimmung zwischen dem jeweiligen Zwischenziel (Vorstellung) und der Wirkung im Bild (beispielsweise von Farbe und Linie) kann beruhigend, deren Nicht-Erreichen aber auch aufwühlend sein. Durch die künstlerische Umsetzung der Idee werden Effizienz-Signale und Bestimmtheits-Signale ausgesendet, die die Kompetenz und Unbestimmtheit regulieren.

Aus dem dabei entstehenden Wechsel zwischen Bestimmtheit und Unbestimmtheit entwickelt sich in vielen Fällen Flow-Erleben in unterschiedlichen Intensitäten.

Die Intensitäten von Flow-Erlebnissen steigen oder sinken je nach Grad des Wechsels zwischen Bestimmtheit und Unbestimmtheit. Bei Tätigkeiten mit weniger starkem Flow-Erleben müsste demnach der Wechsel zwischen Bestimmtheit und Unbestimmtheit hoch sein; bei solchen mit intensivem, gänzlich reflexionsfreiem Flow-Erleben liegt die Bestimmtheit m.E. insgesamt hoch, der Wechsel zwischen Bestimmtheit und Unbestimmtheit dürfte dann nur noch gering sein.

Unterbrechungen von Flow-Erleben könnten ihre Ursache darin haben, dass Kognitionen vom Fokus ablenken. So fällt auf, dass Unterbrechungen häufig nach Erledigung eines Teilzieles, also gegen Ende eines Konzentrationsbogens, und bei sinkender Selektionschwelle auftreten. Dies führt dann beispielsweise zum Zulassen selbstkritischer Gedanken.

Zusammenhänge scheinen zwischen Flow-Erleben und sensorischen oder ästhetischen Reizen, evt. auch dem plötzlichen Einfall zu bestehen. Sie bewirken vor allem eine starke Fokussierung und künstlerisches Wollen.

Der plötzliche Einfall findet, wie bei Poincaré und Hemholtz beschrieben, in einer Phase der Entspannung nach einer intensiven Auseinandersetzung mit einem Thema statt. Diese Entspannung besteht genauer aus Schlaf, örtlicher und zeitlicher Distanz, dem Abschließen eines Werkes oder Neuorientierung (A4 in Abb. 4.6, S. 45). Eingeleitet wird sie häufig auch durch Wut oder Frust, die zur Aufgabe des angestrebten Ziels führen. Auf das PSI-Modell bezogen bedeutet Entspannung: Eine sinkende Selektionsschwelle,

also geringe Konzentration, bei der Nebeneffekte wahrgenommen werden; die Einleitung durch Frust und Wut führt zu einem sinkenden Auflösungsgrad mit grober Wahrnehmung.

Das Loslassen des vorher gesetzten Zieles hat einerseits Abnehmen der lateralen Inhibition zur Folge; andererseits wird das Problem unbewusst weiterbearbeitet, die Aktivierung bleibt hoch. So wird die Bereitschaft, sich auf andere Wahrnehmungs- und Denkformen einzulassen, freigesetzt. Die sinkende Selektionsschwelle unterstützt einen Wechsel von Denkwegen (Ciompi, 1997). Die dabei interessierenden Punkte weiten sich infolge des groben Auflösungsgrades aus, auch Punkte und Strukturen aus anderen Bereichen werden abgetastet und verglichen, bis sich Übereinstimmungen ergeben.

Analogie-Schlüsse scheinen meinen Untersuchungen zufolge zunächst in einer bildhaften Assoziation zu bestehen, auf die eine sprachliche Interpretation folgt. In der Folge kommt es auch hier zu einem Abgleich verschiedener Perspektiven und Aspekte. Ähnlich dem plötzlichen Einfall besteht eine Verquickung mit Emotionen des Ärgers oder Frustes. Erwartungsgemäß scheinen sich auch hier die Schablonen oder Strukturen verschiedener Perspektiven übereinander zu schieben und begonnene Lösungsansätze zu vereinen. Im letzten Schritt werden diese - oft sprachlich überwacht - in einen Gesamtkontext gehüllt.

Die Annäherung zwischen Gefühlen und Bild lässt (persönliche) Analogien zu, die zu einem, von Künstlern immer wieder beschriebenen, Dialog mit dem Bild führen. Dieser Dialog könnte evt. als Ausschüttung von Legitimations-Signalen gewertet werden. Die dadurch wachsende Bildwirkung enthält auch für den Künstler selber unvorhergesehene Aspekte.

Kunst ist nicht nur Bildraum ordnend, sondern auch zerstörend, Grenzen überschreitend. Aus der Zerstörung kann, muss aber nicht notwendigerweise Neues entstehen.

Dies spiegelt sich in der emotionalen Befindlichkeit des Kunstschaffenden wieder. Den kreativen Prozess rein unter dem Aspekt der Kompetenzhygiene zu sehen, ist also zu einfach. Denn der Umgang mit Unbestimmtheit in Form von Frust und Angst gefährdet das Kompetenzgefühl.

Die Lust an der Vertiefung in der spezifischen Exploration, Flow-Erleben und Performanceanreize sind zwar Anreize, um Versagensängste zu überwinden; die größere Rolle zur Überwindung von Angst scheinen mir aber Emotionen wie Glück, Sehnsucht, depressive Verstimmung oder auch Empathie zu spielen. Sie bewirken in den meisten Fällen eine anwachsende Dringlichkeit zu handeln und führen zur Überwindung von Versagens- oder anderen Ängsten.

Das Erkennen von Unbestimmtheit bewirkt letztlich durch das Bedürfnis, Widersprüche und Ambivalenzen aufzulösen, Kreativität. Die Fähigkeit, in Chaos (Ordnung und) Leben zu bringen, entspricht ja auch der ursprünglichen Bedeutung von "creare", schaffen. Der Umgang mit Frust und Ärger bietet, wie sich zeigt, sogar eine Chance, über die Reduktion des Auflösungsgrades und das Aufgeben angestrebter Ziele, kreative Ideen zu

entwickeln.

Man kann deshalb nicht - wie Ciompi - sagen, die Förderung kreativen Denkens sei vor allem, sich im Moment des höchsten Problembewusstseins zu entspannen oder abzulenken (Ciompi, 1997, 321). Vielmehr wird deutlich, dass eine intensive Auseinandersetzung und Mannigfaltigkeit an Erfahrungen, kombiniert mit Wut und Frust, dem verärgerten (!) Aufgeben oder der Ablenkung vorausgehen, wenn es zu einer kreativen Idee kommt. Die emotionale Beteiligung ist also von zentraler Bedeutung für die Handlungsregulation im kreativen Prozess.

„Im geistigen Gewinn, der auf vielen Ebenen gleichermaßen aus der Dialektik zwischen dem schmerzhaften Anwachsen einer Spannung und ihrer Lösung zu ziehen ist, mag man deshalb, wenn man will, einen tiefsten Sinn von Unglück und Leid überhaupt erblicken.“ (Ciompi, 1997)

Menschen haben neben dem Bedürfnis, Unordnung zu beseitigen und so Probleme zu lösen - so lässt sich folgern - ein Bedürfnis nach Ästhetik in dem Sinn, dass dabei Stimmigkeit, d.h. lückenlose Wahrnehmung, erzeugt wird, die mit Lustgefühlen einhergeht und Gefühle der Unbestimmtheit reduziert.

Die hier dargestellten Künstler beschreiben in ihren Werken nicht nur das, was sie sehen, sie legen ihre Empfindungen hinein. Ihr Ziel ist mehr, als ein Abbild zu erzeugen. Sie malen eben nicht nur einen Baum, sondern einen Baum mit dem, was er für sie repräsentiert. Damit können sie darin ihre spannungsreichen Gefühle darstellen. Der Baum wird zum Symbol für das, was sie bewegt. Insofern kann der kreative Prozess auch als Strategie zur Stressbewältigung betrachtet werden.

Denn im besten Fall führt die innere Auseinandersetzung mit einer von Emotionen begleiteten Thematik zum Schließen einer Lücke, zum Lösen einer Spannung oder zur Idee.

6.1 Kritisches Hinterfragen der Ergebnisse, offene Fragen

Die vorliegende Studie ist subjektiv angelegt. Sie ist nicht repräsentativ, kann aber Anstoß zu weiteren Studien zum kreativen Prozess, zu Zusammenhängen mit der Persönlichkeit oder zu Untersuchungen anhand größerer Stichproben geben.

So könnte die These zur spezifischen Exploration als Abgleich noch stärker differenziert und in Bezug auf andere künstlerische Bereiche untersucht werden. Auch wäre interessant, ob es Unterschiede in der Verarbeitung gibt - etwa, ob bildende Künstler generell stärker visuelle Gedächtnisspeicher nutzen, als andere kreative Persönlichkeiten; oder ob Abgleich-Prozesse auch bei Künstlern anderer Sparten stattfinden, und wenn, wie sie stattfinden.

Weitere Untersuchungen zur Verbindung zwischen Persönlichkeitstests und der Evaluation der Werke stehen noch aus, da der Zusammenhang von Flow-Erleben, Befindlichkeit

und Leistung hier nicht durch von außen kommende Einschätzung der Werke objektiviert werden konnte.

Zum möglichen Zusammenhang von Flow-Erleben, kreativem Schaffen und Persönlichkeit wären weitere Erkenntnisse erfreulich. So stellt sich die Frage, ob es Persönlichkeiten gibt, die eher bereit sind, sich auf ein Flow-Erleben einzulassen, als andere.

Geschlechtsunterschiede zeigen sich in dieser Studie nicht, könnten sich aber durchaus in der Vorgehensweise oder dem Umgang mit Emotionen im kreativen Schaffensprozess ergeben.

Die Überlegungen zur Erregung durch intensive sensorische Erfahrungen könnten differenziert werden. So wäre interessant, ob sie bei bestimmten Persönlichkeitstypen, nur bei bildenden Künstlern, oder auch in anderen (Berufs)sparten vorkommen.

Wie sich aus der Studie ergibt, treten unmittelbare Zusammenhänge zwischen dem plötzlichen Einfall und sensorischen Reizen eher selten auf. Deutlich wird dagegen ein Zusammenhang mit künstlerischem Wollen. In Bezug auf Flow-Erleben könnte genauer geklärt werden, ob sensorische Reize im Flow tatsächlich die Bestimmtheit erhöhen, indem eine Vorstellung bezüglich der nächstmöglichen Handlung gebildet wird.

Die Befunde zu Assoziation und Analogie-Schluss beziehen nur auf 2 Prozesse, insofern wären weitere Untersuchungen hierzu wünschenswert.

Schließlich bleibt die Hypothese darüber, ob die Affiliation tatsächlich durch die Wirkung des Werkes gestützt, oder letztlich nur durch Kompetenz und Bestimmtheit beeinflusst wird, noch offen. Auch hier wären weitergehende Untersuchungen interessant.

6.2 Ausblick

Die vorliegenden Ergebnisse betreffen neben der Theoretischen Psychologie die Kreativitäts-Forschung, die Persönlichkeitspsychologie, die Innovation in Wirtschaft und Forschung sowie didaktische Konzepte innerhalb schulischer Bereiche und den therapeutischen Bereich in Kunst-, Gestalt-, Tanz- oder Musiktherapie.

Deutlich wird, dass Stressbewältigung durch kreatives Schaffen möglich und sinnvoll ist. Menschen, die sich in persönlichen Krisen befinden und Ausweglosigkeit empfinden, können über kreatives Arbeiten zum Finden persönlicher Lösungen angeregt und so stabilisiert werden.

Insofern kann diese Untersuchung als Beleg für den Sinn therapeutischer Settings (z.B. Gestalttherapie) herangezogen werden.

Deutlich wird auch, dass sich das Modell von Dörner als Diagnoseinstrument eignet.

Bisherige Überlegungen zum Flow-Erleben bekommen m. E. besonders für eine mögliche Integration in schulische Bereiche eine umfassendere Dimension mit der Darstellung von Flow-Erleben als wechselnde Bestimmtheit, und der Problemlösung im Abgleich.

In Lernkontexten könnte diese Studie u.U. als Beleg dafür herangezogen werden, dass Flow-Erleben durch klein-schrittige Lernbegleitung im Sinne Vigotzkys unterstützt wird. Wichtig scheint mir, dass in schulische Kontexte die Rolle von Emotionen, von Entspannung und Anspannung, aktiv einbezogen wird. Schule sollte demnach ein Ort sein, an dem man lernt, Fehler in einen emotional gesteuerten Lernkontext einzubinden, in dem Stressbewältigung gelernt wird.

Eine Schlüsselrolle kommt hier auch der Unterscheidung von Frust oder Ärger zu, der aus einem kreativen, sachbezogenen Kontext rührt, gegenüber Stress, der aus Angst oder Ohnmachtserfahrungen resultiert.

Auf jeden Fall sollten Menschen in kreativen Settings den plötzlichen Einfall einkalkulieren - könnte es doch sein, dass ihnen bei sinkender Selektionsschwelle über Nacht die rettende oder alles verändernde - Idee kommt!

Danksagung

Besonders bedanken möchte ich mich bei Herrn Dörner für die geduldige und angenehme Begleitung meiner Arbeit,
bei Frau Eggenhofer für ihre Unterstützung in künstlerischer und kunstgeschichtlicher Hinsicht

und bei Ulrike Starker für die Anregung zur Arbeit - von ihr stammen einige Gedanken, z.B. der, dass Flow-Erleben mit wechselnder Bestimmtheit zusammenhängt. Außerdem bei meinen befreundeten Künstlern, die mich in Gesprächen und mit ihren Selbstbeobachtungen unterstützt haben.

Sehr dankbar bin ich auch Jürgen Witt für die Unterstützung bei der Programmierung von LaTeX, und Birgit Engelhard-Schwaab für das ausdauernde Lesen und Berichtigen der Korrektur.

Auch bei meinem Mann und meinen Kindern, Maria, David und Anna, die tapfer zurückgesteckt und mich tatkräftig (mit Lesen, Systemadministration, Tipps...) unterstützt haben; sowie bei meinen Eltern für Kochen, Gespräche und Korrekturlesen der Arbeit. Und nicht zuletzt bei meinen Freunden für die seelische und praktische Unterstützung, z.B. in Form von fertigen (!) Mittagessen (Petra) oder ruhigen Zimmern, sowie bei meinem Schöpfer, der mir die passende Begabung, eine anregende Ehe, den Mut und die Kraft zu dieser Arbeit geschenkt hat.

Abbildungsverzeichnis

2.1	Das Phasenkonzept (Wallas, 1926)	8
2.2	Der Schaffensprozess apollinischer Künstler (Hertlein, 1990)	13
2.3	Der Schaffensprozess dionysischer Künstler (Hertlein, 1990)	14
2.4	Das Flow-Kanal-Modell (Csikszentmihalyi, 1975)	18
2.5	Das Flow-Quadranten-Modell (Csikszentmihalyi, 1991)	19
2.6	Der HyPercept-Prozess (Dörner, 2008)	28
3.1	Legende	32
4.1	Angenommener Verlauf (A2)	34
4.2	Kompetenzhygiene im kreativen Prozess (A2)	35
4.3	Die Reduktion von Unbestimmtheit erfordert Mut (A1)	38
4.4	Beginn mit Suche nach Unbestimmtheit (A3)	40
4.5	Idee nach Erfolgserlebnis (A8)	43
4.6	Plötzlicher Einfall nach Neuorientierung (A4)	45
4.7	Beginn mit diversiver Exploration (A11)	48
4.8	Die spezifische Exploration im künstlerischen Schaffensprozess	50
4.9	Fokussierung durch Vergleich (A14)	53
4.10	Probleme, Ärger, Nachdenken und Reflexion (A13)	54
4.11	Flow-Erlebnis nach sensorischem Reiz (A6)	57
4.12	Ständige Wechsel zwischen zwei Bildern bei wechselnder Konzentration (Ausschnitt aus A6/17-22)	59
4.13	Sensorischer Reiz und künstlerisches Wollen mit Flow-Erleben (A12)	61
4.14	Handwerklicher Prozess mit Flow-Erlebnis (A9)	65
4.15	Störung von Flow durch Kognition in Form von Selbstkritik (A5)	69
4.16	Niedriger Auflösungsgrad bei Assoziation (A10)	73
4.17	Assoziation/Bild spricht (B1)	76
5.1	Der kreative Prozess als Regulation zwischen Person und Umwelt	80
5.2	Abgleichen im künstlerischen Prozess	90
5.3	Abgleichen im künstlerischen Prozess	91
5.4	Hypothesenbildung während des kreativen Prozesses	93
5.5	Möglicher Verlauf der Bedürfnisregulation im Schaffensprozess	95
5.6	Von der spezifischen Exploration zum Flow-Erleben	98
5.7	Kreativer Prozess mit plötzlichem Einfall	105

Literaturverzeichnis

- Aron, E. N., *The Highly Sensitive Person. How to thrive When the World Overwhelms You*. New York: Broadway Books ³1996
- Ciampi, L., *Affektlogik. Über die Struktur der Psyche und ihre Entwicklung. ein Beitrag zur Schizophrenieforschung*. Stuttgart: Klett-Coda 1982
- Ciampi, L., *Die emotionalen Grundlagen des Denkens: Entwurf einer fraktalen Affektlogik*, Göttingen: Vandenhoeck u. Ruprecht 1997
- Csikszentmihalyi, M., *Das flow-Erlebnis. Jenseits von Angst und Langeweile: im Tun aufgehen*. Stuttgart: Klett-Cotta ³1991
- Csikszentmihalyi, M., *Flow. Das Geheimnis des Glücks*. New York: Klett Coda ²1997
- Dörner, D., *Problemlösen als Informationsverarbeitung*, Stuttgart, Berlin, Köln, Mainz: W. Kohlhammer 1976
- Dörner, D., *Bauplan für eine Seele*, Reinbeck bei Hamburg: Rowohlt ²2008
- Edelmann, W., *Lernpsychologie*, Weinheim, Basel: Beltz ⁶2000
- Eid, K./Langer, M./Rupprecht, H., *Grundlagen des Kunstunterrichts: Eine Einführung in die Kunstdidaktische Theorie und Praxis*, München: Schöningh ⁵2000
- Engeser et al., *Motivation, Flow- Erleben und Lernleistung in universitären Lernsettings*, in: Zeitschrift für Pädagogische Psychologie, 2005, Nr. 19, 159–172
- Engeser, S./Vollmeyer, R.; Vollmeyer, R./Brunstein, J. (Hrsg.), *Motivationspsychologie und ihre Anwendung*, Stuttgart: Kohlhammer 2006
- Etschmann, W./Hahne, R./Thusty, V., *Epochen der Kunst*, in: Kunst im Überblick. Stile-Künstler-Werke. München, Düsseldorf, Stuttgart: Oldenbourg-Schulbuch Verlag 2004
- Haseloff, O., *Fünf Stufen der Kreativität*, in: Manager-Magazin, 1971, Nr. 2, 83–90
- Heckhausen, J./Heckhausen, H., *Motivation und Handeln*, Heidelberg: Springer Medizin Verlag ³2006
- Hentsch, A., *Motivationale Aspekte des Malens. Eine Anreizanalyse*. Diplomarbeit, Psychologisches Institut der Universität Heidelberg 1992

- Hertlein, J., *Persönlichkeit, Motivation und der Schaffensprozess bildender Künstler*, Dissertation, Universität Bamberg, 1990
- Krapp, A./Weidemann, B., *Pädagogische Psychologie*, Weinheim, Basel: Beltz ⁵2006
- Laux, L.; Salisch, M./Selg, H./Ulich, D. (Hrsg.), *Grundriss der Psychologie*, Band 11, Grundriss der Psychologie, Stuttgart: Kohlhammer ²2008
- Oerter, R. u. Montada, L., *Entwicklungspsychologie*, Weinheim: Beltz ⁴1998
- Otto, J. H./Euler, H. A./Mandl, H., *Gegenstandsbeschreibung*, in: Otto, J. H./Euler, H. A./Mandl, H. (Hrsg.), *Emotionspsychologie. Ein Handbuch*. Weinheim: Beltz 2000
- Rheinberg, F., *Intrinsische Motivation und Flow-Erleben*, Universität Potsdam 2004 (URL: www.psych.uni-potsdam.de/people/rheinberg/files/Intrinsische-Motivation.pdf.)
- Rheinberg, F.; Salisch, M. v./Selg, H./Ulich, D. (Hrsg.), *Motivation*, Band 6, Grundriss der Psychologie, Stuttgart: Kohlhammer ⁷2008
- Rost, D. H., *Handwörterbuch Pädagogische Psychologie*, Weinheim, Basel, Berlin: Beltz ³2006
- Schiefele, H./Krapp, A., *Handlexikon zur Pädagogischen Psychologie*, München: Ehrenwirth 1981
- Schuler, H./Görlich, Y., *Kreativität*, Göttingen, Bern, Wien, Toronto, Seattle, Oxford, Prag: Hogrefe Verlag 2007
- Starker, U./Dörner, D., *Kognitive, emotionale und motivationale Determinanten des Handelns und die Prognose ihrer Wirksamkeit*, Heidelberg 1997
- Thomae, H., *Das Individuum und seine Welt*, Göttingen, Bern, Toronto, Seattle: Hogrefe Verlag ³1996
- Voigt, S., *Das Geheimnis des Schönen*, Münster: Waxmann 2005
- Wallas, G., *The Art of Thought*, Frome, London: Butler and Tanner LTD ²1927

A Tabellen

A1

abstrakt - 20 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
1 Tiefe Trauer, Gefühl des Eingeschlossen-seins.	depressive Verstimmung	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 1 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Unerfüllte Bedürfnisse, diffuses Gefühl, das noch nicht zu Aktivität führt, aber auf ein Arousal hinausläuft.
2 Gefühle, die sich nicht greifen lassen, nicht in Worte fassen lassen. Gefühl, eingeschlossen zu sein.	Unruhe, in sich gekehrt	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 2 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Arousal. Zunehmende Unruhe, wachsendes Bedürfnis, Gefühle zu ordnen. Steigende Aktiviertheit.
3 Angst, die Gefühle zu äußern.	Angst	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 3 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Aus der Überlegung, Gefühle in Bild zu fassen resultiert Angst. Selektionsschwelle steigt weiter an.
4 Zögern, bis ich die Tür öffne:	Zögern, Motivsuche	1 Kompetenz 2 Bestimmtheit 1 Affiliation 3 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Schwanken zwischen Angst und Bedürfnis, Gefühle auszudrücken und zu ordnen. Letzteres gewinnt die Oberhand.
5 s.u.: <i>als ich ein Motiv vor Augen habe.</i>	Motiv gefunden	1 Kompetenz 3 Bestimmtheit 1 Affiliation 4 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Bestimmtheit steigt, als A ein Motiv findet. Das Ziel wird deutlicher, die Selektionsschwelle steigt.
6 ich traue mich, einen Stift in die Hand zu nehmen, als ich ein Motiv vor Augen habe.	Mut	2 Kompetenz 4 Bestimmtheit 1 Affiliation 5 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Kompetenzgefühl nimmt zu und mit dem Entschluss steigt die Selektionsschwelle, die Bestimmtheit, der Auflösungsgrad und die Aktiviertheit an.

A1

abstrakt - 20 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
7 Beim Malen Explosion von Gefühlen in Striche, Farben und Formen gefasst.	Erregung, Ausdruck	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Spezifische Exploration. Stark wechselnde Bestimmtheit mit Unbestimmtheit bewirkt hohe Kompetenz, Glücksgefühle, Flowerlebnis.
8 Dann Frieden.	Frieden	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 5 Affiliation 3 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Durch Bildgeschehen entsteht zunehmende Klarheit, Ordnung und Bestätigung. Dadurch wachsende Kompetenz und Bestimmtheit lassen Affiliation ansteigen. In sich Ruhen, also niedrige Aktiviertheit.
9 Ergebnis interessiert zunächst nicht.	Abschluss, Desinteresse	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 5 Affiliation 1 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Bedürfnisse sind erfüllt, das Ergebnis spielt jetzt keine große Rolle mehr. Selektionsschwelle fällt.

A2

abstrakt - 2 Tage (Ausdruck 60 Minuten)

Tagebucheinträge	Emotion	Einordnung	Handlungstendenz
Idee, Farben, Inspiration in meiner Umgebung.	Eindrücke, Reize	4 Kompetenz 5 Bestimmtheit 3 Affiliation 5 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Trotz guter Laune sinkende Bedürfnisse. Langeweile bewirkt diversive Exploration . Verbundenheit mit Umgebung erzeugt L-Signale.
Ziehen im Bauch,	Unruhe	2 Kompetenz 3 Bestimmtheit 2 Affiliation 1 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Schwierigkeit, zwischen der Menge an komplexen Informationen Entscheidende (zum Malen) auszuwählen. Unbestimmtheits-Signale erzeugen Konkurrenz zwischen Wunsch zu Malen und Versagensangst.
Sehnsucht diese Gefühle (von Schönheit, Spannung, Harmonie) ausdrücken zu können; Bedürfnis, dieses Gefühl aufs Papier zu bringen.	Sehnsucht	1 Kompetenz 2 Bestimmtheit 1 Affiliation 4 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Wachsende Sehnsucht nach Ordnung. Arousal . Selektionsschwelle, Aktiviertheit und Auflösungsgrad steigen. Kompetenz und Bestimmtheit sinken.
Zufriedenheit beim Aufbringen der Farben, Freude.	Ausdruck, Freude, Frieden	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 5 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Spezifische Exploration . Bestimmtheit, Kompetenz und Affiliation steigen. Erfüllte Bedürfnisse.

A3

abstrakt - 45 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
1 Will seit Wochen die Herbstfarben malen,	Eindrücke, Reize	4 Kompetenz 5 Bestimmtheit 5 Affiliation 4 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	A geht es gut: Kompetenz und Bestimmtheit sind hoch. Gute Laune, vor allem hohe Bestimmtheit bewirkt Langeweile und diversive Exploration . Gefühl der Übereinstimmung mit Umgebung erzeugt Glücksgefühle, Verbundenheit mit Natur.
2 wenn es aber aktuell möglich ist, traue ich mich, wenn ich mal kurz Zeit habe, nicht, oft kommt auch etwas dazwischen, oder ich halte anderes für wichtiger (sinnvoller).	mangelnde Dringlichkeit	3 Kompetenz 3 Bestimmtheit 4 Affiliation 3 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 2 Aktiviertheit	Schwierigkeit, zwischen der Menge an komplexen Informationen die Entscheidenden zum Malen auszuwählen. Unbestimmtheits-Signale. Konkurrenz zwischen Wunsch zu malen und Versagensangst. Bedürfniskessel leeren sich.
3 Ich denke konstant über Möglichkeiten, die Farben und Gefühle adäquat darzustellen nach	Motivsuche, Umsetzungsproblem	2 Kompetenz 2 Bestimmtheit 3 Affiliation 2 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 2 Aktiviertheit	Steigender Unmut. Beginnendes Weiteres Entleeren der Kessel. Arousal. Motivsuche.
4 (Ursache: Angst, (mich) loszulassen.)	Angst	1 Kompetenz 2 Bestimmtheit 2 Affiliation 1 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Angst „mich loszulassen“ entspricht Angst, die Kontrolle (Bestimmtheit) zu verlieren, dies führt zu Arousal .

A3

abstrakt - 45 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
5 Der Leidensdruck ist so hoch, dass ich wie ein Tiger in der Wohnung auf und ab laufe, alles, was ich tun will, erscheint mir sinnlos.	starke Unruhe, Leiden	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 2 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Angst (grobe Wahrnehmung) bewirkt Motivflimmern, Flucht und wachsendes Bedürfnis, Gedanken, Bilder, Gefühle zu ordnen.
6 Schließlich gebe ich nach und gehe in mein Atelier.	dem Druck nachgeben	1 Kompetenz 2 Bestimmtheit 1 Affiliation 3 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Nachdenken führt zu reflektierter Entscheidung zum Malen, Aktiviertheit steigt.
7 Ich setze mich auf den Boden, vor mir ein farbiges Papier.	Vorbereitung	1 Kompetenz 3 Bestimmtheit 1 Affiliation 4 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Genauere Umsetzung wird bei steigendem Auflösungsgrad klarer. Spezifische Exploration. Wachsende Bestimmtheit.
8 Die vor mir liegenden Farben reizen mich.	Reiz	2 Kompetenz 4 Bestimmtheit 2 Affiliation 4 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Farben aktivieren sensorische Schemata. Bestimmtheit und Kompetenz steigen.
9 Ich weiß genau, mit welcher Farbe ich welchen Strich machen will, um mein aktuelles Gefühl ausdrücken zu können.	Ausdruck	3 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 2 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Aktivierte Schemata regen Vorstellung des Malprozesses an. Stark wechselnde Bestimmtheit mit Unbestimmtheit bewirkt hohe Kompetenz, Glücksgefühle, Flowerlebnis.

A3

abstrakt - 45 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
10 Dabei entsteht eine Art rauschähnlicher Zustand (Ekstase nicht, ich bin ja noch ansprechbar). Ich verliere manchmal durchaus die Kontrolle über mich, aber nicht über den Malprozess:	Erregung, Aufgehen in der Tätigkeit	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 3 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Malprozess bestätigt über Wirksamkeit hinaus in Gefühlen. Steigende Affiliation.
11 Male einfach, was ich fühle, nicht, was ich denke.	intuitiver Ausdruck	5 Kompetenz 2-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Der Grad der Unbestimmtheit nimmt im Verlauf des Flow-Zustands ab. Sich erfüllende Bedürfnisse.
12 Ich erlebe es als äußerst befriedigend und wohltuend, diese Striche und die damit verbundenen Gefühle ausdrücken zu können.	Glück, Befriedigung	5 Kompetenz 2-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Ausgeglichenheit hält an.
13 Dabei bin ich aber in äußerster Erregung. Ich verziehe mein Gesicht, beuge mich angespannt über das Papier. Es ist wie eine emphatische Verbindung zwischen auszudrückenden Gefühlen und Ausdruck auf Blatt.	körperliche Erregung	5 Kompetenz 3-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Insgesamt steigende Bestimmtheit. Weltvergessenheit, Verbindung zwischen Gefühlen und Ausdruck auf Blatt zeigt sich in hoher Affiliation.

A3

abstrakt - 45 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
14 Bis sich ein Gefühl des Friedens in mir ausbreitet.	Frieden	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 5 Affiliation 4 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Ausgewogenheit im Bild spiegelt wider: Schemata sind stimmig. Ziel erreicht. Selektionsschwelle sinkt. Niedrige Aktiviertheit wegen erfüllter Bedürfnisse.
15 Dann höre ich auf.	Weglegen	5 Kompetenz 4 Bestimmtheit 4 Affiliation 3 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Konsequenz: Aufhören. Bestimmtheit sinkt wieder ab.
16 Immer noch verspüre ich diesen Sog in mir, etwas ausdrücken/malen zu wollen.	Sehnsucht Unruhe	4 Kompetenz 3 Bestimmtheit 4 Affiliation 4 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	A spürt nach wie vor den Wunsch zu malen (differiert je nach Blickrichtung). Bedürfnisse leeren sich. Unbestimmtheits-Signale. Arousal . Selektionsschwelle steigt wieder.
17 Nehme eine neues Blatt und drücke etwas Neues aus. Das Ganze geht von vorne los.	Ausdruck	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Spezifische Exploration. Zunächst erhöhte Kompetenz durch Selbstwirksamkeit, dann Flow.
18	Flow	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 5 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	alles wie vorher - bei hoher Selektionsschwelle, Auflösungsgrad und Aktiviertheit. Stark wechselnde Bestimmtheit mit Unbestimmtheit bewirkt hohe Kompetenz, Glücksgefühle, Flowerlebnis.

A Tabellen

A3

abstrakt - 45 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
19 - Bis ich keine Unruhe mehr in mir verspüre.	Frieden	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 5 Affiliation 4 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Ausgeglichenheit. Erfüllte Bedürfnisse.

A4

abstrakt - 120 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
1 Ich muss etwas malen. In mir wächst das Verlangen, eine Kreide zur Hand zu nehmen und auf dem Papier zu zeichnen.	Malwunsch Unruhe	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 3 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 2 Aktiviertheit	Arousal. Leere Bedürfniskessel bewirken Unbestimmtheits-Signale/ Ordnungsbedarf. Suche nach Selbstwirksamkeit.
2 Ich fange an, innerlich Entwürfe zu kreieren. In diesem Stadium ist mir das Motiv egal. Mich verlangt nach einem Schaffensprozess, in den ich meine Gefühle hineinlegen kann. Meine Gefühle sind diffus, aber intensiv. Ich kann nicht in Worte fassen, was in mir vorgeht. (Hatte wenig Zeit für mich, von daher vielleicht das Bedürfnis, so wieder mehr Tuchfühlung zu mir selbst zu bekommen.)	starke Unruhe, Entwürfe, Motivsuche	1 Kompetenz 2 Bestimmtheit 1 Affiliation 2 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Bedürfniskessel entleeren sich weiter. Selektionsschwelle sinkt: Motivsuche. Diversive Exploration. Sinkender Auflösungsgrad.
3 Ich wache nachts auf. Bin frustriert.	Frust	1 Kompetenz 3 Bestimmtheit 1 Affiliation 1 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Unerfüllte Bedürfnisse Ordnung in Schlaf (REM-Phase) - immer noch Arousal.
4 Vor mir läuft ein Film ab, wie ich ein Bild male.	Idee, Vorstellung	1 Kompetenz 5 Bestimmtheit 1 Affiliation 1 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Und nach der Entspannung im Schlaf zur Idee.

A4

abstrakt - 120 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
5 Ich stehe auf und tue es.	Ausdruck	2 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 1 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Dies erzeugt spezifische Exploration . Die Vorstellung wird umgesetzt. Gefühl der Selbstwirksamkeit, wachsende Kompetenz bei stark wechselnder Bestimmtheit.
6 Das macht viel Spaß.	Freude	4 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 1 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Flow. Wachsende Kompetenz, Freude.
7 Da meine Farben fester sind, als in meinem inneren Film, muss ich es etwas anders umsetzen als vorher gedacht.	Problem	4 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 4 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Problem verringert Bestimmtheit. Die Selektionsschwelle sinkt, Nachdenken .
8 Neue Farben kommen hinzu. Es macht mich zufrieden, alles so zu malen. Mein Frust weicht.	Zufriedenheit Ausdruck	5 Kompetenz 2-5 Bestimmtheit 2 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Effizienz-Signale, es gelingt - wachsende Bestimmtheit. Bild, Kompetenz und Bestimmtheit wirken auf Affiliation.
9 Ich habe das Gefühl, dort dargestellt zu haben, weshalb ich so fühle. Es ist, als sei das Schwarze abgeschlossen, dargestellt in diesem Bild.	Abschluss	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 3 Affiliation 4 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Im Bild zeigt sich vorher Unausgesprochenes. Bewirkt wachsende Bestimmtheit, Gefühl loslassen zu können. Wirkt wie Stehenlassen der Beschreibung eines Gefühls durch ein Gegenüber. Diese Bestätigung führt zu Erhöhung der Affiliation.

A4

abstrakt - 120 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
10 Danach setze ich mich hin, schaue mir das Bild an, sehe mich um. Im Gegensatz zu meinem schwarzen Bildern sehe ich lauter schöne hübsche helle Bilder um mich her.	Neu-orientierung, Neugier	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 4 Affiliation 3 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Das alte Bild interessiert nicht mehr. Ziel erreicht, Selektionsschwelle sinkt. A interessiert sich wieder für andere Sachen. Diversive Exploration.
11 Das freut mich.	Freude	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 4 Affiliation 3 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Alle Bedürfniskessel sind gefüllt. Entspannung, sinkende Selektionsschwelle. Deswegen steigt Freude und Aktiviertheit.
12 Ich sehe ein Bild, das ich schon seit mehreren Jahren male und wo ich nicht weiterkam. Plötzlich weiß ich, wie ich es weiter malen muss.	Idee	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 4 Affiliation 1 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Die Idee entsteht nach Entspannung, bei sinkender Selektionsschwelle.
13 Ich setze es um - das ist es.	Ausdruck	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Spezifische Exploration. Stark wechselnde Bestimmtheit mit Unbestimmtheit bewirkt hohe Kompetenz, Glücksgefühle, Flowerlebnis.
14 Ein ausgesprochen befriedigendes Gefühl.	Frieden	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 4 Affiliation 3 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Ausgeglichenheit - alle Bedürfniskessel sind gefüllt, Aktiviertheit niedrig.

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
1 Anhäufung unglaublich vieler Eindrücke,	Eindrücke, Reize, Ambivalenzen	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Die bei hoher Kompetenz und Bestimmtheit gesammelten Eindrücke (diversive Exploration) lassen Bedürfnis entstehen, sich/sie zu ordnen.
2 die ich in der Intensität und Menge nicht mehr verarbeiten kann. Dadurch entsteht eine Art Gefühlsstau.	ungeordnete Gefühle	2 Kompetenz 2 Bestimmtheit 2 Affiliation 2 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Schwanken zwischen Erfolgs- und Misserfolgs-erwartung verhindert Umsetzung. Die Selektionsschwelle sinkt, es kommt zu Motivflimmern und Arousal .
3 Ich setze die Gefühle ständig innerlich in Bilder um, suche in dem, was ich sehe, Motive... ich kann in diese Motive meine Gefühle legen	ständige Motivsuche mit Momenten der Ruhe	2 Kompetenz 1-4 Bestimmtheit 2 Affiliation 1 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Suche nach ordnenden Kompositionen. Wachsende Unruhe. Die an gedachten Motive wirken als B-Signale. Aus Finden und Verwerfen ergibt sich ein Wechsel in der Bestimmtheit.
4 Ich werde total fertig, kann auch nicht mehr ruhig schlafen. Im Schlaf lässt sich nicht mehr ordnen, was ich fühle, dabei schlafe ich mit ständigen Träumen. Ich habe einfach keine Zeit alleine, um zu malen.	starke Unruhe	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 2 Affiliation 2 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Wegen fehlender Umsetzung leider sinkende Kompetenz, Bestimmtheit und Affiliation erhöhen die Aktiviertheit. Die Dringlichkeit, sich zu sortieren wächst. Die Selektions-Schwelle steigt stark an.

A 5

abstrakt - 5 Tage /120 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
5 Ich halte es kaum noch aus. Bin sehr leicht reizbar/wütend zur Zeit.	Reizbarkeit	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 4 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Mit wachsender Unruhe beginnende Aggression und steigende Aktiviertheit.
6 Ich male: Ich weiß genau, wie groß die Leinwand sein muss und dass ich mit einem roten Kreis in der Mitte anfangen muss.	Vorstellung	2 Kompetenz 4 Bestimmtheit 1 Affiliation 5 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Die Vorstellung hilft ein genaueres Ziel ins Auge zu fassen. Der Auflösungsgrad steigt.
7 Ich könnte heulen, bin total hektisch, meine Hände zittern, ich muss das jetzt aufs Papier bringen, mein Magen zieht sich zusammen und mir ist schlecht.	körperliche Erregung, Hektik	2 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 1 Affiliation 5 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Spezifische Exploration. Es wird unheimlich wichtig, die Vorstellung sofort und genau so umzusetzen.
8 Rot. Es muss genau dieses Rot sein.	Ausdruck, Klarheit	3 Kompetenz 3-5 Bestimmtheit 1 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Klarheit, was wo hin soll. Kompetenzgefühl steigt an.
9 Befriedigung bei dem Gefühl, dieses Rot jetzt genau da hin zu malen, wo ich es haben will.	Zufriedenheit	5 Kompetenz 4-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 4 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Die wachsende Bestimmtheit bewirkt Glück und Zufriedenheit. L-Signale - Bestätigung.
10 -kognitive Überformung geht nicht: albern, ich bin so albern (Selbstvorwürfe)	Selbstkritik	5 Kompetenz 2 Bestimmtheit 3 Affiliation 1 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Selektionsschwelle sinkt, Ziel gerät aus den Augen. Negative Gedanken. Die Aktiviertheit bleibt hoch. Arousal

A Tabellen

A 5

abstrakt - 5 Tage /120 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
11 Ich lasse mich jetzt nicht davon abbringen. - Das ist es! Das.	Ausdruck, Glück	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Nachdenken. Wegschieben. Gelingen, Zufriedenheit bezogen auf Bild.
12 Frieden. Ich setze mich hin, bin glücklich. So.	Frieden, Befriedigung	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 5 Affiliation 4 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Alle Bedürfnisse sind erfüllt. Ausgeglichenheit erreicht. Selektions-Schwelle und Auflösungsgrad sinken.
13 Und jetzt Gelb (Vielleicht hätte ich auch aufhören sollen zu malen. Das Bild wäre so vielleicht besser gewesen. Ich weiß es nicht.)	Vorstellung, Idee	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 5 Affiliation 3 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Vorstellung einer neuen Idee. bei sinkender Selektionsschwelle und Auflösungsgrad.
14	Wiederaufnahme Ausdruck	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 5 Affiliation 4 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Wechselnde Bestimmtheit.
15 Es klingelt. oh nein, ich bin nicht da. Ich kann jetzt nicht. Angst, dass ich jetzt gestört, unterbrochen werde. Gefühl, ich sterbe, wenn ich jetzt nicht malen kann. Gehe zur Tür und zurück.	Störung Verzweiflung	5 Kompetenz 2 Bestimmtheit 4 Affiliation 3 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	A will nicht unterbrochen werden. Verzweiflung führt zu Arousal . Hohe Aktiviertheit, geringe Bestimmtheit - Panik, Fluchtgefühle. Sinkender Auflösungsgrad. Entscheidung zur Tür zu gehen führt zu sinkender Selektionsschwelle (Konzentration).

A 5

abstrakt - 5 Tage /120 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
16 Ich male alles dunkel. In letzter Zeit lauter dunkle Bilder... (ich fange an, mich kritisch zu beäugen...)	Selbstkritik	2 Kompetenz 1 Bestimmtheit 2 Affiliation 2 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Selbstkritik setzt mit sinkender Selektionsschwelle ein. A hat das Bedürfnis weiter zu malen, bleibt also fokussiert und hoch aktiviert. Sinkende Kompetenz und Bestimmtheit.
17 weil ich weiß, dass das ein Bild zerstören kann, sage ich mir: egal, macht nichts... ich male weiter.	Reflexion	2 Kompetenz 3 Bestimmtheit 2 Affiliation 4 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	A verordnet sich selbst Entspannung (Nachdenken). Der Genuss, also die Wahrnehmung der durch Malen ausgelösten Reize, wird in den Vordergrund gerückt.
18 Setze die Farben nach dem Gefühl im Bauch..... (... = Zeitsprung, d.V.)	intuitiver Ausdruck	4 Kompetenz 2-5 Bestimmtheit 2 Affiliation 5 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 2 Aktiviertheit	Dies erhöht die Kompetenz. Wachsende Konzentration, bei wechselnder Bestimmtheit, spezifische Exploration .
19 Beim Farben setzen, Gefühl, genau, die Farbe muss genau da hin.	Klarheit	5 Kompetenz 3-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Zunehmende Bestimmtheit bewirkt Gefühl der Klarheit, was zu tun ist. Bildsprache bewirkt Affirmation. Affiliation erhöht sich.
20 Befriedigung.(Das Blatt ist für meine Begriffe voll.)	Zufriedenheit	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 4 Affiliation 4 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Kompetenz und Bestimmtheit sind erfüllt. Selektionsschwelle und Auflösungsgrad normalisieren sich. Aktiviertheit sinkt.

A Tabellen

A 5

abstrakt - 5 Tage /120 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
21 fertig? zufrieden bin ich aber nicht: Mist, nicht das, was ich wollte.	Überprüfung, Unzufriedenheit	2 Kompetenz 2 Bestimmtheit 3 Affiliation 4 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 2 Aktiviertheit	Überprüfung mit grober Wahrnehmung. Gesamtsituation einbezogen: A ist nicht zufrieden mit ihrem Bild.
22 Bedürfnis, alles zu zerstören.	Wut	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 5 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Kompetenz und Bestimmtheit sinken schlagartig ab, Wut macht sich breit. Arousal. Aggression und Zerstörung.
23 Kind wacht auf.	Störung	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 4 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 2 Aktiviertheit	Aktiviertheit sinkt. Konkurrierendes Ziel: Um Kind kümmern. Selektionsschwelle sinkt.
24 Kratze rechts unten mit dem Spachtel einiges weg.	Zerstörung	1 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 1 Affiliation 4 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Trotzdem wird Ziel nicht so schnell aufgegeben. Es kommt zu teilweiser Zerstörungsaktion (spezifische Exploration).
25 Zwingen mich zu gehen, weil x ja jetzt eh wach ist und weil ich weiß, es bringt nichts, weiterzumachen.	Unzufriedenheit Leere	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 3 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 2 Aktiviertheit	Nachdenken. Motiv, nicht alles kaputt zu machen, siegt. Unerfüllte Bedürfnisse führen zu Unzufriedenheit und der Empfindung von Leere.

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
1 In der Nacht wache ich auf, ich will ein rosa-tannenblaues Bild malen. Aber nicht in der Nacht. Ich brauche ein Motiv. Wer oder was könnte mein Motiv sein? Hanna, Paul, die Natur? Jetzt will ich schlafen, weil ich hier doch kein Modell oder Motiv habe.	Idee	2 Kompetenz 2 Bestimmtheit 1 Affiliation 3 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 2 Aktiviertheit	Farbidee nach Entspannung im Schlaf. Selektionsschwelle steigt. Es gibt aber noch keine Idee zur konkreten Umsetzung, deshalb Bestimmtheit und Selektionsschwelle wieder sinkend - insgesamt nicht ganz hoch. Diver-sive Exploration.
2 Wache morgens mit dem Gedanken an das neue Bild auf.	Idee für Motiv	2 Kompetenz 3 Bestimmtheit 1 Affiliation 4 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Selektionsschwelle steigt mit Idee für Motiv.
3 Warte nur drauf, es malen zu können.	Unruhe	2 Kompetenz 3 Bestimmtheit 1 Affiliation 4 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Idee im Kopf führt zu künstlerischem Wollen, wachsender Aktiviertheit.
4 Abend: Habe beschlossen, der Einfachheit halber eine Freundin, die mich interessiert (als Modell) anzurufen.	Vorbereitung	3 Kompetenz 4 Bestimmtheit 1 Affiliation 4 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Allein etwas in die vorgestellte Richtung zu unternehmen, hebt das Bestimmtheits- und Kompetenzgefühl.
5 Rosarot gefällt mir.	Ausdruck	3 Kompetenz 5 Bestimmtheit 1 Affiliation 4 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Spezifische Exploration.

A6

abbildhaft - 180 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
6 Mein Auge ist zu unkonzentriert; trotzdem gefällt mir das Nachfahren der ästhetischen Körperlinien. (Hübsch, die Frau da vor mir; dünn und lang aber hübsch).	mangelnde Konzentration	3 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 3 Affiliation 3 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Selektionsschwelle nur bei 3. Spezifische Exploration bringt aber ästhetischen Genuss, (wachsende Ordnung), obwohl es nicht zur Zufriedenheit gelingt. Empathie.
7 Ich werde unterbrochen	Störung	2 Kompetenz 1 Bestimmtheit 3 Affiliation 3 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 2 Aktiviertheit	Unterbrechung bewirkt Frust, Bestimmtheit und Kompetenz sinken; A hört auf. Auflösung wird grober.
8 Nächster Tag: Neuer Anlauf. Ich male ein neues Bild, gleiche Pose wie gestern, aber diesmal Bildausschnitt anders.	neuer Versuch	2 Kompetenz 1-4 Bestimmtheit 3 Affiliation 3 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Spezifische Exploration Steigende Selektionsschwelle und Aktiviertheit.
9 Wieder rosarot. Es ist Knochenarbeit, mir wird kalt, ich kann mich nicht mehr konzentrieren.	Anstrengung, mangelnde Konzentration	2 Kompetenz 1-4 Bestimmtheit 3 Affiliation 3 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Bestimmtheit wechselt bei noch unklarer Zielorientierung.
10 Trotzdem ästhetischer Genuss, diese Formen, Linien. Ich liebe diese Linien...	Freude, Liebe	3 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Ästhetischer Genuss führt zu Flow-Erleben. L- Signale - Bildwirkung.
11 Was mache ich jetzt? Ich probiere Blau. Da habe ich jetzt Lust drauf. Linien drumrum gut - ups - das war zu viel . Jetzt grün. Das Grün. Linien.	Versuch und Irrtum	3 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Unklarheit - Ausprobieren, spezifische Exploration mit Versuch und Irrtum.

A6

abbildhaft - 180 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
12 Fühlt sich gut an. Sehnsucht und Zufriedenheit.	Wohlgefühl, Sehnsucht und Zufriedenheit	4 Kompetenz 2-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Effizienz und Bestimmtheits-Signale. Sich füllende Kessel.
13 Ich beschließe, die Leerflächen grün auszumalen.	Entschluss	4 Kompetenz 3-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Entschluss bei wachsender Klarheit.
14 Da kommt etwas über mich. Ich male wie besessen. Hier, da, es macht Spaß, ich weiß, das ist richtig, muss so, mir wäre auch egal, wenn einer was anderes finden würde, Weltverbundenheit, Eindeutig richtig. Das mache ich weiter. dann rechts oben blau. Das ist gut ja, weiter mehr, grün rein (sind alles Lustgefühle im Bauch).	Reiz, Erregung, Ausdruck	5 Kompetenz 4-5 Bestimmtheit 5 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Auflösungsgrad ist ganz hoch. Flow: Weltverbundenheit bei gleichzeitiger Konzentration, Sicherheit: Die wechselnde Bestimmtheit liegt mit 4-5 sehr hoch. Dies bewirkt ein Gefühl von Klarheit.
15 Hier rot. Soll ich es wagen - ja. Ich wage es, aber bleibe vorsichtig.	Ausdruck, ängstlich	5 Kompetenz 1-4 Bestimmtheit 4 Affiliation 4 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Der Flow lässt nach, Malen nach Intuition aber nicht mehr sicher, Ziel ist nicht mehr so klar, deshalb sinkt die Aktiviertheit.
16 Gehe mal weg, mich wärmen... strecken, weggucken,	Unterbrechung	5 Kompetenz 3 Bestimmtheit 4 Affiliation 2 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Sinkendes Interesse, Selektionsschwelle und Aktiviertheit sinkt.

A Tabellen

A6

abbildhaft - 180 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
17 komme wieder, sehe das Bild neu, fange ein Neues an.	neue Idee	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 1 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Typisch für Ideenfindung. Die neue Idee führt zu steigender Selektionsschwelle und wird sofort umgesetzt. Dies führt zu stark wechselnder Bestimmtheit und wachsender Aktiviertheit.
18 Plötzlich lege ich wieder mit dem letzten los, male hier noch was , da noch was.	weitere Idee	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 2 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Spezifische Exploration im Wechsel zwischen beiden Bildern.
19 Lege es weg, wieder das Neue. Macht Spaß, bin jetzt besser in Übung, auch entspannt...	Ausdruck, Zufriedenheit	5 Kompetenz 2-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 3 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Steigende Sicherheit, steigende Bestimmtheit.
20 wieder rot, dann Pause, ächz.	Ausdruck, Anstrengung, Unterbrechung	5 Kompetenz 3-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 3 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Weiter steigende Sicherheit, steigende Bestimmtheit.
21 Mache weiter mit blau, grün drumherum, gefällt mir, dann rot drumrum. noch mal ..	Zufriedenheit	5 Kompetenz 2-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 3 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Aussendung von Effizienz- und Bestimmtheits-Signalen. Zufriedenheit.
22 verbessere noch mal das Letzte aus dem distanzierteren Blick	Korrektur	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 3 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Distanz zum Objekt. Letzte Verbesserung unter kritischem Blick führt wieder zu wachsender Unbestimmtheit.

A Tabellen

A6

abbildhaft - 180 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
23 Bin zufrieden. Hat Spaß gemacht. Gefällt. Ich bin gelassen. Gefühl, alles niedergelegt zu haben.	Frieden	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 5 Affiliation 2 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Ausgeglichenheit mit gefüllten Bedürfniskesseln. Ziel erreicht. Selektionsschwelle sinkt. Aktiviertheit ebenfalls.
24 Wache morgens auf, weiß, wie ich ein älteres Projekt machen will. (Grüble seit Monaten darüber nach, die letzten zwei Ideen vor einem Monat.)	Idee	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 5 Affiliation 1 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Konstellation für neue Ideenfindung nach Entspannung: Selektionsschwelle, Auflösungsgrad und Aktiviertheit sind niedrig.

A8

abbildhaft - 25 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
1 Nach einem malerischen	Ausdruck	4 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Wechselnde Bestimmtheit während des Ausdrucks. Konzentration auf figürlich-symbolhaftes Wahrnehmen/Denken. Spezifische Exploration.
2 Erfolgserlebnis	Erfolg, Glück	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 5 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Erfolg erfüllt Bedürfnisse.
3 wieder zu Hause	Distanz	4 Kompetenz 4 Bestimmtheit 4 Affiliation 3 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Kessel entleeren sich langsam. Arousal. Selektionsschwelle und Auflösungsgrad sinken, Aktiviertheit nimmt wegen erfüllter Aufgabe ab. Diversive Exploration.
4 gehe ich zum Bild, das ich seit längerem male und mache die entscheidende Änderung, nach der ich seit Wochen suche.	Idee	4 Kompetenz 4 Bestimmtheit 4 Affiliation 1 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Idee bei hoher Kompetenz, sinkender Selektionsschwelle und weitem Hof der Wahrnehmung (Auflösungsgrad).

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
1 Es ist, als ob die Gefühle in mir, die ich nicht benennen kann, übermächtig werden, bis dahin, dass ich ein Rauschen im Kopf und den Ohren empfinde (ähnlich der Anspannung vor einem Migräneanfall)...	ungeordnete Gefühle, starke Unruhe	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 1 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Arousal. Versuch, Reize einzuordnen, gelingt nicht. Destabilisierung, Anspannung. Diversive Exploration bei sinkendem Auflösungsgrad.
2 ich habe ein Modell im Kopf, weiß auch auf einmal, wie ich das Ganze einfädle (so dass eine Niederlage nicht so schlimm ist?)	Planung	1 Kompetenz 2 Bestimmtheit 1 Affiliation 2 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Steigende Selektionsschwelle, wachsende Dringlichkeit. Nachdenken. Plan und Entschluss zu handeln.
3 Ich spüre, wie ich das Papier mit den gefundenen Pigmenten einreibe, das ist es, das will ich.	Vorstellung, haptischer Reiz	2 Kompetenz 5 Bestimmtheit 2 Affiliation 2 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Spezifische Exploration: Vorstellung erhöht Bestimmtheit. Vorgestellte Handlung fühlbar; Sensitivität bewirkt Effizienz-Signale, Kompetenz steigt an. Haptische Reize bewirken Erinnerung an erlebte Prozesse, Aktivierung sensorischer Schemata.
4 Nachdem ich dies gestresst und in Hektik getan habe -	Ausdruck, Erregung	3 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 2 Affiliation 4 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Die wechselnde Bestimmtheit geht bei sich klärendem Ziel (steigender Selektionsschwelle) und Auflösungsgrad mit Arousal einher.

A 9

abbildhaft - 120 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
5 ich räume nicht noch auf, was eigentlich geboten wäre, ergreife die Flucht;	Angst, Flucht	2 Kompetenz 2 Bestimmtheit 2 Affiliation 1 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Motivflimmern. Versagensangst (Ineffizienz- u. Unbestimmtheits-signale) löst Schwanken zwischen „In Angriff nehmen“ und „ Flucht “ aus.
6 schläfrig denke ich nach und springe dann unruhig auf: Die Zeit drängt, nachmittags ist noch ein Einkauf geplant; ich gehe zu ihr und frage, ob ich sie malen kann. Sie ist eher dagegen, aber ich überrede sie ein bisschen.	starke Unruhe Vorbereitung	2 Kompetenz 2 Bestimmtheit 2 Affiliation 3 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Wachsende Dringlichkeit führt zu Nachdenken und in Angriff Nehmen der Sache. Selektionsschwelle und Auflösungsgrad steigen.
7 Da ich noch nicht sicher bin, ob ich auf diesen schönen Untergrund lieber in Kohle (nein, Röteln wäre gut) oder Farbe arbeiten will, frage ich sie, wie viel Zeit sie mir gibt: Solange wie es dauert.	Planung	3 Kompetenz 3 Bestimmtheit 2 Affiliation 4 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Genauer Plan durch Nachdenken und Fragen. Bestimmtheit nimmt zu.
8 Rot ist klar, ich fange wegen der Sonne, die die Konturen spiegelt, mit weiß an.	Beobachtung Analyse	3 Kompetenz 3 Bestimmtheit 2 Affiliation 4 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Beobachtung, Nachdenken und Angleichen von Motiv und Blatt führt zu steigender Bestimmtheit und Kompetenz.

A 9

abbildhaft - 120 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
9 Sicherheitshalber entscheide ich mich zunächst für das Profil, merke aber, dass ich das nicht will. Es interessiert mich nicht, stellt ihr Gesicht nur zu begrenzt dar. Ich wechsle zum Halbprofil. Ja, das ist besser. Am besten wäre von vorne, aber das ist zu schwierig, denke ich, deshalb schließe ich es aus.	Zielanalyse	3 Kompetenz 4 Bestimmtheit 2 Affiliation 5 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Stimmt der Bildausschnitt mit ursprünglicher, „gefühlter“ Vorstellung überein? Abwägen zwischen Sicherheit (Nachdenken!) und Intuition . Letzteres birgt mehr Übereinstimmung mit Vorstellung. Auflösungsgrad sinkt - Selektionsschwelle und Bestimmtheit steigen.
10 Während des Malens mache ich mir keine Gedanken. Ich male einfach, x ist recht angespannt.	Ausdruck, Entspannung	4 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 2 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Ausführung - spezifische Exploration . Bestimmtheit wechselnd, Effizienzsignale - Kompetenzgefühl steigt.
11 Ich wähle die Farben ihres Gesichtes, male sehr nah an der Wirklichkeit,	Ausdruck	4 Kompetenz 2-5 Bestimmtheit 2 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Ausdruck, der aus einem Abgleichen zwischen Blatt und Motiv besteht, bewirkt Effizienzsignale - Kompetenzgefühl steigt weiter.
12 denke, wie schön die Proportionen ihres Gesichtes sind.	Reize	4 Kompetenz 3-5 Bestimmtheit 3 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Freude am Modell, wachsende Bestimmtheit, ästhetischer Genuss: Legitimations-Signale. Affiliation steigt.

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
13 Ich hatte mir fest vorgenommen, mit der Einteilung der Proportionen anzufangen. Das kann ich aber nicht, es drängt mich, einfach die Farbflächen drauflos zu malen, mich gehen zu lassen, erst nach der groben Verteilung der Flächen (die Augen kurz skizziert, also nicht langsam herangetastet eingeschlossen), bei der ich die Gesamtkonstellation von innen her, also über die Verteilung der Farbflächen aus dem Bauch heraus umrissen habe, ohne zu kontrollieren, kann ich mich dazu bringen, nachzumessen. Es stimmt.	Erregung, intuitiver Ausdruck	5 Kompetenz 4-5 Bestimmtheit 5 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Flow-Erlebnis, Gefühl wird nachgegeben. Daraus entwickelt sich Flow-Erlebnis: Hohe Übereinstimmung zwischen intuitivem Handeln und angestrebtem Ergebnis. Die Bestimmtheit verringert sich auf ein so geringes Maß, dass Wollen und Tuen als Einheit beschrieben werden.
14 Die Zeit mit x, ihr Glück zu sehen, wenn sie die Kinder sieht, still zu sein mit ihr, tut mir gut. Ich liebe die Farben, die ich verwenden kann, die ich aber vor allem in ihrem sonnengebräunten Gesicht sehe. Ich mag sie, wenn sie so lacht. Orange und Lila sind die Farben, die ich gegen Ende verwende, die am Besten zu dieser Szene, zu diesem Licht passen.	Glück, Zuneigung, Empathie	5 Kompetenz 4-5 Bestimmtheit 5 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Hohe Übereinstimmung zwischen Farben/Blatt und Modell. Harmonie, Glück, Empathie vermitteln das Gefühl, Teil eines Ganzen und am richtigen Ort zu sein. L-Signale. Flow-Erlebnis.

A 9

abbildhaft - 120 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
15 Je mehr ich an das Ende des Bildes rücke, desto entspannter wird x, beobachtet die Kinder und lacht. Ich versuche vergeblich, dieses Lachen in das Bild nachträglich einzufügen.	Problem	4 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 5 Affiliation 5 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Neuer Aspekt, Versuch, ihn einzufügen misslingt. Auflösungsgrad sinkt, Kompetenz sinkt, Wechsel zwischen Bestimmtheit und Unbestimmtheit wieder sehr hoch.
16 Das ganze dauert etwa 1 1/2 Stunden, danach werde ich von allen hochgejagt, mit ein paar markanten Abschlussstrichen in Weiß beende ich das Bild. Aus dem Bauch heraus kann ich die Konzentration dazu verwenden, in das vorhandene Bild die Striche richtig einzufügen.	intuitiver Ausdruck	5 Kompetenz 3-5 Bestimmtheit 5 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Erneutes Flow-Erlebnis. Erinnerung an Stimmung vorher; Handeln aus Intuition, hohe Konzentration, richtige exakte Ausführung.
17 Ich bin unsicher, ob es ihr gefällt, aber ich fühle mich wieder gut. Ich bin glücklich,	Frieden	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 5 Affiliation 4 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Ziel erreicht. Bedürfnisse erfüllt. Zunächst unwichtig, was Modell denkt.
18 obwohl ich das Bild lieber nicht ansehen, lieber nicht diese Martyrien der Selbstkritik durchlaufen will, wie bei den Bildern der vergangenen Tage. Ich überlege kurz, ob ich es ihr gebe, damit ich es nicht noch mal ansehen kann.	Angst vor Selbstkritik	4 Kompetenz 4 Bestimmtheit 5 Affiliation 2 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Erinnerung an Schmerz, unsichere Zukunft, sinkende Bestimmtheit. Deshalb sinkende Aktiviertheit und Selektionsschwelle. Handlungstendenz: Nachdenken. Abwägen verschiedener Möglichkeiten.

A 9

abbildhaft - 120 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
19 Ich lege es in den Schrank.	Weglegen	4 Kompetenz 4 Bestimmtheit 5 Affiliation 1 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 2 Aktiviertheit	Entscheidung für Schrank.
20 Durch einen Zufall halte ich den Block doch wieder in der Hand. Ich kontrolliere nach einem kurzen Ringen mit mir selbst (ist das jetzt klug, oder wäre es besser, es wegzulegen?) noch mal, ob es stimmt.	Wieder Aufnahme, Überprüfung	4 Kompetenz 4 Bestimmtheit 4 Affiliation 1 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Überprüfung aus Distanz (grober Auflösungsgrad). Das Bedürfnis, dass das Bild gut ist, ist wichtiger, als die Angst. Ab jetzt wieder steigende Selektionsschwelle. Spezifische Exploration.
21 Die Augen waren vom Sonnenlicht zu zugekniffen, ich meine auch zu wissen, wie der Mund lächelt. Mache einen kleinen Strich. Ja es klappt.	Korrektur aus Erinnerung	4 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 3 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Korrektur aus Erinnerung. Der Auflösungsgrad steigt. A weiß intuitiv, wo der Strich hin soll.
22 Nehme den Block mit, korrigiere zum Leidwesen von X (smile) die Augen. Hatte die Brille zu tief gemalt.	Korrektur mit Modell	4 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 5 Affiliation 4 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Korrektur am Objekt. Erfolg: Kompetenzgefühl und Affiliation bleiben. Das Ganze ist nicht stimmig, Unsicherheit bleibt relativ groß.
23 Habe Angst, das Bild zu malen. Versuche, sehr vorsichtig und gezielt zu korrigieren. Habe Angst, zu zerstören, was da ist (Das kann mit einem kleinen Strich passieren).	Angst	3 Kompetenz 1-4 Bestimmtheit 2 Affiliation 2 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Führt zu Angst und stark sinkender Selektionsschwelle, sinkendem Auflösungsgrad.

A 9

abbildhaft - 120 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
24 Ich ärgere mich immer mehr, obwohl die Augenkorrektur gut ist. Kann nicht definieren, was falsch ist, rege mich wahnsinnig innerlich auf, kann an nichts anderes denken,	Ärger	2 Kompetenz 2 Bestimmtheit 1 Affiliation 3 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Unklarheit, was „falsch“ ist (großes Maß an Unbestimmtheit) löst Ärger aus. Versuch, Bestimmtheit zu erhöhen, gelingt nicht. Selektionsschwelle (es muss etwas getan werden) steigt.
25 zwingt mich, das Bild wegzulegen und schwimmen zu gehen, spiele Ball, bin aber die ganze Zeit nicht bei der Sache.	Unzufriedenheit	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 3 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Loslassen nicht möglich, da das innerlich angestrebte neue Ziel (mit Lachen) nicht erreicht wurde. Arousal bleibt, A sucht nach wie vor nach Lösung. Aktiviertheit hoch.

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
1 Ich will einfach nur sterben, sterben.	depressive Verstimmung	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 1 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	A fühlt sich in allen Bereichen inkompetent, Bedürfnisse sind nicht erfüllt. Depressive Verstimmung zeigt sich in wenig Aktiviertheit.
2 Finde meine Farben nicht, denke, ich werde wahnsinnig. Wo sind meine Farben? Da...	Unruhe, Hektik	1 Kompetenz 2 Bestimmtheit 1 Affiliation 2 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Arousal. A sucht Weg, um ihre Bedürfnisse zu füllen.
3 ich spüre in meiner Hand, wie ich einen Kohlestift über das Papier reiße...	Vorstellung, haptischer Reiz	2 Kompetenz 5 Bestimmtheit 1 Affiliation 3 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Haptische Reize lösen Erinnerungen an Zeichenprozesse aus. B-Signale. Konzentration auf zeichnerische Impulse steigt.
4 diesem Gefühl gebe ich nach, ich führe es aus, male aus dem Bauch heraus	Erregung, intuitiver Ausdruck	3 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 1 Affiliation 5 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Spezifische Exploration. Erzeugung von Effizienz-Signalen erhöht das Kompetenzgefühl.
5 meine Wut heraus, schwarze Striche nach unten, spitz zulaufend. Denke mir dabei: "Ich hasse...ich hasse..."	Ausdruck von Wut	4 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 2 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Wut: Arousal - hohe Selektionsschwelle geringer Auflösungsgrad. Durch Effizienzsignale wachsende Selbstbestätigung. Bestätigung durch Bildsprache: Steigende Affiliation.
6 Frieden im Bauch.	Frieden	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 2 Affiliation 3 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Erfüllte Bedürfnisse.

A10

abbildhaft - 45 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
7 Soll ich jetzt schon aufhören? (Ich habe etwa 60 Farben im Kasten neben mir) - ja.	Reflexion: Schluss?	5 Kompetenz 4 Bestimmtheit 2 Affiliation 2 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Ziel erfüllt. Sinkende Selektionsschwelle - mehr Umgebungsreize. Nachdenken sinkender Auflösungsgrad genauer.
8 Eigentlich zerreisst mich die Wut.	immer noch andauernde Wut	2 Kompetenz 5 Bestimmtheit 2 Affiliation 4 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Erkennen eigener Stimmung, (Wut bedeutet geringer Auflösungsgrad), wachsende Bestimmtheit. Wut führt zu Arousal .
9 Ich zerreiße das Blatt. Denke: Aber nicht bis oben - sonst zerreisst es ganz. Knicke es.	gelenkte Zerstörung, Ausdruck	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 2 Affiliation 5 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Spezifische Exploration . Aus ausgedrückter Wut folgt steigende Selektionsschwelle. Stark wechselnde Bestimmtheit.
10 Assoziation: Zwei Hosenbeine.	Assoziation	5 Kompetenz 2-5 Bestimmtheit 3 Affiliation 1 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Assoziation bewirkt, dass das Bild „spricht“. L-Signale: Affiliation steigt.
11 Ich will die Hosen anhaben.	Analogie-Schluss	5 Kompetenz 4-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 2 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Übertragung der Bildsprache auf die eigene Person: Affiliation steigt weiter. Bestimmtheit wächst.
12 Was fehlt jetzt noch? Stelle mir einen blauen und einen roten unförmigen Schuh daran vor.	Weiterspinnen	5 Kompetenz 3-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 3 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Wechselnde Bestimmtheit durch Nachdenken und weitere Vorstellung. Auflösungsgrad wird wieder genauer.

A10

abbildhaft - 45 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
13 Male den blauen unförmig, dann den roten, eckig, dran. Denke: Hacken dran wäre auch nicht schlecht, deute spitze Hacke an.	Ausdruck	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 5 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Umsetzung der Vorstellung. Genauere Ausdifferenzierung. Spitze Hacken als Symbol für weibliche Durchsetzungskraft.
14 Mir geht es gut. Ich lächle.	Frieden	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 5 Affiliation 3 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Dargestellte Gefühle befreien von Unklarheit. Ordnung wieder hergestellt. Hohe Bestimmtheit, gestärkte Kompetenz und Affiliation lösen Gefühl des Friedens aus.

A11

abstrakt - 35 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
1 Mein Sohn macht den Superstress wegen einer für ihn schwierigen Hausaufgabe. Er lässt seine Gefühle an mir ab. Ich kontere, kämpfe.	Störung, Stress, Ärger	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 4 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Arousal: Wut führt zu hoher Selektionsschwelle bei sinkendem Auflösungsgrad. Aggression.
2 Mittendrin gehe ich wegen irgendwas (Distanz?) in mein Atelier, sehe eines meiner letzten Portraits,	Ablenkung	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 2 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Flucht. Ablenkung. Diversive Exploration, sich ordnen und stabilisieren.
3 denke, grün, die Farbe des Waldes, das ist es.	Idee	1 Kompetenz 2 Bestimmtheit 1 Affiliation 1 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Ergibt wachsende Bestimmtheit. Typischer Moment für Idee.
4 Das würde auch die Farbe der Augen hervorheben.	kognitive Begründung	2 Kompetenz 3 Bestimmtheit 1 Affiliation 4 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Nachdenken im Sinne einer Verifikation. Kompetenz steigt, Ziel ist klar, auch Bestimmtheit steigt.
5 Überlege, runtergehen, wo meine Pastelle sind -nein- ich nehme Pigmente. Wie wild suche ich danach. Da, genau das Grün, das ich wollte... dazu Türkis wäre gut...aber ich fange erst mal an.	starke Unruhe, Vorbereitung	4 Kompetenz 5 Bestimmtheit 2 Affiliation 5 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Künstlerisches Wollen, Angst, Vorstellung vergessen zu können, bewirkt Hektik; das Motiv soll möglichst schnell (wie im Kopf) umgesetzt werden.

A11

abstrakt - 35 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
6 Hektisch, von innen heraus mit verkramptem Magen, als hinge mein Leben davon ab, schütte ich das Grün aufs Blatt. dann verschmiere ich es.	Erregung, Ausdruck	4 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 2 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Spezifische Exploration. Ausführung geht mit starkem Wechsel der Bestimmtheit einher. Unbestimmtheit verringert sich insgesamt.
7 es macht mich total zufrieden, glücklich,	Glück, Zufriedenheit	5 Kompetenz 4-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	es kommt zum Flowerlebnis.
8 auch wenn es noch nicht perfekt ist....	Überprüfung	4 Kompetenz 2 Bestimmtheit 3 Affiliation 2 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Kognition setzt ein. Betrachtung aus Distanz hält Anspruch nicht stand. Bestimmtheit sinkt. Kompetenzgefühl und Affiliation ebenfalls.
9 ich male zu weit über den Rand, weil ein Anruf kommt, der mich raus reisst...	Störung, Problem, Ärger	3 Kompetenz 1 Bestimmtheit 3 Affiliation 1 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Nach weiterer Unterbrechung reißt die Konzentration ab. Ärger macht sich breit, Auflösungsgrad sinkt.
10 trotzdem. Es passt.	Weglegen	4 Kompetenz 2 Bestimmtheit 3 Affiliation 4 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Anspruch wird gesenkt. Kompetenz steigt.
11 Ich bin aufgewühlt,	starke Unruhe	3 Kompetenz 2 Bestimmtheit 3 Affiliation 5 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Das Ziel (Ausgeglichenheit) ist aber doch nicht erreicht. Unerfüllte Bedürfnisse bewirken innere Unruhe. Arousal.

A11

abstrakt - 35 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
12 male ein abstraktes Bild mit Pastellen. Fange mit einer Farbe an, die mir gefällt. Dann orange. ich male, ohne nachzudenken, einfach weiter, weiter.	intuitiver Ausdruck	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Spezifische Exploration. Kompetenz wächst. Stark und schnell wechselnde Bestimmtheit im Malprozess. Flowerlebnis.
13 Da, plötzlich überkommt mich ein totaler Friede. Ich weiß, ich muss aufhören. Mitten im Bild. Sitze nur da. Von Frieden erfüllt.	Frieden	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 5 Affiliation 5 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Innere Ordnung ist erreicht, bewirkt Zustand der Befriedigung. Endet in hoher Bestimmtheit, Kompetenz und Affiliation.

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
1 Im Kindergarten. Aufforderung an Eltern zu malen. Ich bin entsetzt! Und das, wo ich gerade gar nicht in Übung bin! Nach den ganzen Pleiten! Das kann ja nur peinlich werden!	Angst	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 1 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Auftrag löst zunächst Gefühl der Unbestimmtheit und Inkompetenz aus - könnte peinlich werden. Versagensangst. Arousal. Aktiviertheit hoch, A würde am liebsten die Flucht ergreifen.
2 Na gut, dann suche ich mir wenigstens etwas Interessantes aus.	Reflexion: Motivsuche	2 Kompetenz 2 Bestimmtheit 1 Affiliation 2 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 2 Aktiviertheit	Nachdenken führt zu Entscheidung zur Umsetzung, also Modellsuche. Setzt sich Zwischenziel: Interessantes Motiv soll motivieren, (Ziel deutlicher) und Bestimmtheit erhöhen.
3 Die etwas stärkere Frau links, ein Mann mir gegenüber: Der ist gut, so ein Aussteigertyp, wenigstens eindeutig erkennbar mit seinen langen Haaren...	Motiv gefunden	3 Kompetenz 3 Bestimmtheit 2 Affiliation 4 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Spezifische Exploration. Begleitung durch Gedanken. Wachsende Sicherheit (Bestimmtheit) L-Signale durch Sympathie mit Modell (wachsende Affiliation) und Effizienzsignale.
4 Denke, dass ich ja eigentlich 'eh schon den ganzen Tag in Malstimmung bin, nur nicht dazu kam... spüre diese etwas melancholische Stimmung in mir,	Reflexion, Abruf depressive Verstimmung	3 Kompetenz 4 Bestimmtheit 2 Affiliation 4 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	A versucht, sich zu motivieren; spürt „Malstimmung“ - depressive Verstimmung - Auflösungsgrad sinkt. Bestimmtheits-Signale bewirken Erhöhung von Bestimmtheit.

A12

abbildhaft - 30 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
5 fange an mit einem Kreis aus Wasser, etwas Wasserfarbe, spüre, wie das Papier, die Form von mir Besitz ergreift, überlege, wo sind die Augen, Proportionen, Glatze... mit Wasserfarbe...	Herantasten an Motiv, Reiz	4 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 2 Affiliation 4 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Weitere spezifische Exploration . Herstellung von grober Ordnung auf Blatt. Sensorischer Reiz führt zu Erregung, sensorische Schemata, Erinnerung an andere Malsituationen. Erhöhung der Kompetenz.
6 die anderen wissen nicht, wie sie anfangen sollen, ich sage: Einfach einen Kreis und dann gucken, wo sind die Augen, Nase....	technische Hilfestellung	4 Kompetenz 2-5 Bestimmtheit 3 Affiliation 3 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Zurückfahren der eigenen Aktivität zwecks Hilfe erhöht Kompetenz, Legitimations-Signale (Affiliation steigt), senkt aber gleichzeitig Auflösungsgrad und Selektionsschwelle.
7 Er schaut mich konzentriert von unten her an (er soll mich auch malen). Ich male die Schatten der Augen, na ob das noch etwas wird? geschmiert, zu dunkel, wische rein, schon trocken, nichts zu machen... ach macht nichts, kommt ja nicht so drauf an....	Problem, Reflexion	4 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 4 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Trotzdem innerer Ärger - führt zu Fehler. Entschluss (d. Nachdenken) zur spielerischen Herangehensweise; die Gemeinschaft, das Spiel wird wichtiger gewertet als das Ergebnis. Affiliation steigt.

A12

abbildhaft - 30 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
8 Ich sehe seine Augenbrauen, wie er vom Blatt hochguckt, die Form, ästhetische Wirkung ist cool, trifft mich, das setze ich um, suche schnell nach einem Buntstift, zeichne damit. Die Linien in seinem Gesicht, die Schatten, das Papier, das Objekt vor mir fesseln mich, der Raum schrumpft zusammen auf ihn und mich.	Erregung, Reiz	4 Kompetenz 4-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Reiz führt zu Vorstellung/Idee für Umsetzung, künstlerischem Wollen, schlagartiger Konzentration (Selektionsschwelle) und Erhöhung des Auflösungsgrades. Flow: Raum schrumpft zusammen. Klare Linienführung, gleichzeitig genaue Wahrnehmung und Umsetzung.
9 Ich sehe nur noch Linien, die ich malen muss, Farben, male, warte wenn er runter guckt, genieße Farbe auf Papier, meine Hand, die tut, was ich will, der Strich sitzt, wo er muss, bin weg, langsam werden alle fertig, ein paar stehen hinter mir, bewundern das Bild... das interessiert mich nicht, nur das Objekt, die Linie und das Papier sind wichtig... es stimmt so, wie es ist und ich bin glücklich, obwohl es gleichzeitig nicht perfekt ist, aber der Anspruch ist auch nicht da...	intuitiver Ausdruck	5 Kompetenz 4-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Wichtige Details werden gleichzeitig und überdeutlich erkannt, unwichtige ausgeblendet. Aufgehen in der Tätigkeit, Raum schrumpft in der Konzentration darauf, alles gleichzeitig auf das Blatt zu bringen zusammen, alles andere erscheint unwichtig. Glück.

A12

abbildhaft - 30 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
10 ich will ihm noch seinen typischen Ausdruck verpassen, bitte ihn, noch einen Moment sitzen zu bleiben... stelle fest, das Bild ist schief, korrigiere das, so weit es geht, bitte ihn noch zweimal, zu warten... es ist wichtig für mich...	Korrektur	5 Kompetenz 4-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Aus dem Flow heraus Steigerung zum letzten Schliff, Konzentration. Abgleich mit Hintergrund-Emotion. Es scheint, als hinge ihre gesamte (Welt)ordnung (also Bestimmtheit und Affiliation) davon ab, dass das Bild gelingt.
11 Der letzte allerwichtigste Schritt, ihn selber einzufangen, Ziehen im Bauch; ein, zwei Linien noch, aus dem Gefühl heraus exakt gesetzt;	intuitiver Ausdruck	5 Kompetenz 4-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Intuitiver letzter Schliff ist A sehr wichtig, also hochkonzentriert. Abgleich mit Hintergrund-Emotion. Abruf aktivierter sensorischer Schemata für exakte Linienführung. Empathie mit Modell. L-Signale.
12 wir gehen, ich stehe torkelnd, geschafft auf. So kann ich es abgeben.	Zufriedenheit	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 5 Affiliation 5 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	A fühlt sich kompetent und weiß, sie hat es zur eigenen Zufriedenheit geschafft, hohe Bestimmtheit.

A13

abbildhaft - 75 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
1 Ich habe seid zwei Wochen eine Skulptur im Kopf, will etwas Gesehenes auf Weibliches abwandeln.	Idee	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 3 Affiliation 1 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Idee durch Abänderung eines Vorbildes. A fühlt sich kompetent und sicher, hält Idee vor inneren Auge über mehrere Wochen fest.
2 Ich nehme nach ausführlichen Vorbereitungen, wie Ton raussuchen, Klopfen... endlich den Klotz in die Hand.	Vorbereitung	5 Kompetenz 4 Bestimmtheit 3 Affiliation 5 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Für Arbeit mit Ton erforderliche Vorbereitungen werden in Angriff genommen.
3 Ich bin erkältet und kann das Motiv nicht vor meinem inneren Auge abrufen, habe Gliederschmerzen, das ganze ist mir zu anstrengend, breche ab.	keine Vorstellung, Abbruch	3 Kompetenz 1 Bestimmtheit 3 Affiliation 3 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 2 Aktiviertheit	Vorstellung zu ungenau, gesamte Verfassung zu schlecht und wichtiger als das Bedürfnis zu arbeiten.
4 Diesmal verinnerliche ich noch einmal, was ich eigentlich darstellen will. Ich schließe die Augen und stelle mir bildhaft vor, wie sie aussehen soll, was sie verkörpern soll.	Vorstellung	5 Kompetenz 4 Bestimmtheit 3 Affiliation 4 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Bevor A anfängt, bewusster Abruf der Vorstellung; nicht nur des Aussehens, sondern auch der emotions-geladenen Aussage. Sicherheit steigt, Ziel wird deutlicher. Spezifische Exploration.
5 Dann fange ich mit dem Klotz an, diesmal Kraft genug.	Ausdruck	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 3 Affiliation 4 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Der Formprozess beginnt.

A13

abbildhaft - 75 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
6 Ich finde aber, es fühlt sich nicht gut an, nicht so, wie es sein soll.	ästhetisches Ungleichgewicht	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 2 Affiliation 4 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Sensomotorische Wahrnehmung, Form in der Hand entspricht nicht ihrer Zielvorstellung. Affiliation sinkt.
7 Ich habe das Gefühl, mit Rollen, die ich aneinanderfüge, wäre es besser, fange damit an.	intuitiver Ausdruck	5 Kompetenz 1-4 Bestimmtheit 4 Affiliation 4 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	A versucht, die geeignete Strategie zur Annäherung an Ziel-Vorstellung zu finden.
8 Das ist mir zu klein, mikrig.	Unzufriedenheit, Ärger	3 Kompetenz 1-3 Bestimmtheit 2 Affiliation 4 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Ärger führt zu Arousal . Aktiviertheit steigt. Auflösungsgrad sinkt.
9 Ich kann mir jetzt besser vorstellen, wie ich das Ganze aus dem Klotz forme (der jetzt auch kleiner ist), das tue ich.	Vorstellung	4 Kompetenz 1-4 Bestimmtheit 3 Affiliation 4 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Erneuter Versuch, diesmal über genauere Vorstellung. Bestimmtheit steigt.
10 Beine, Gesicht Hände, immer wieder kläre ich ab, ob es mit dem inneren Bild übereinstimmt, das ich im Kopf habe.	Ausdruck, Vergleich mit Vorstellung	4 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 3 Affiliation 5 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Abgleich zwischen Werk und Vorstellung. A arbeitet zunehmend genauer, beschäftigt sich mit Details. Auflösungsgrad steigt.
11 Mir ist die Figur immer noch zu klein, das Gesicht ist im Zentrum meiner Vorstellung, wie soll ich das so genau in der Größe darstellen?	Problem, Ärger	3 Kompetenz 2 Bestimmtheit 2 Affiliation 4 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Nachdenken , wie Feinwahrnehmung des Gesichtes und Grobwahrnehmung des harmonischen Ganzen in Übereinstimmung zu bringen sind.

A13

abbildhaft - 75 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
12 ich beruhige mich damit, dass es ja erst mal dieses Modell sein kann, ich kann ja eine Serie machen.	Reflexion	4 Kompetenz 1-4 Bestimmtheit 2 Affiliation 5 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Nachdenken: Lösung könnte in Ergänzung durch neue Figuren bestehen. Abschied von Perfektionismus.
13 Im Rücken-Bereich finde ich eine Stelle, die ich als schönen Po Ansatz empfinde, die lasse ich, forme den Rest um diese Assoziation drumherum.	Reiz	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 3 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Aktivierung zusammenhängender Schemata: Vorstellung entsteht, wird ausgebaut. Assoziation.
14 Ich denke an die Figur, wie ich im Museum davor stand und sie toll fand.	Erinnerung an Vorbild	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 4 Affiliation 4 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Verknüpfen mit anderer Situation. Vorbild gibt L-Signale. „Da wollte einer etwas ähnliches darstellen, wie ich“.
15 So etwas wollte ich eigentlich immer machen. Warum habe ich es nicht getan?	Frust, Selbstkritik	2 Kompetenz 1 Bestimmtheit 3 Affiliation 2 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Vorbild ist zu groß, Vergleich mit sich selbst führt zu sinkender Kompetenz und Bestimmtheit. Arousal. Auto-Aggression, Selbstzerstörung.
16 Ich könnte x (Bildhauer) mal fragen, ob er mir etwas raten kann.	Reflexion	3 Kompetenz 3 Bestimmtheit 4 Affiliation 3 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Lösungssuche durch Nachdenken , wenden an Freund. Legitimations-Signale. Affiliation steigt. Selbstbewusstsein wächst wieder.
17 Nur von der zweiten Hand habe ich keine klare Vorstellung.	Überprüfung	3 Kompetenz 2 Bestimmtheit 4 Affiliation 3 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Leider immer noch keine Vorstellung von zweiter Hand. Bestimmtheit sinkt.

A13

abbildhaft - 75 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
18 Es gibt zwei stimmige Möglichkeiten: Sie seitlich oder über das Knie hängen zu lassen.	Reflexion	4 Kompetenz 3 Bestimmtheit 4 Affiliation 4 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Durch Nachdenken kommt A zu einer spezifischeren Betrachtungsweise: Zwei Lösungs-Ansätze. Bestimmtheit und Kompetenz wachsen.
19 Ich entscheide mich für die zweite.	Entschluss	4 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Entscheidung fördert Bestimmtheit und genaueres Hinsehen (Auflösungsgrad). Umsetzung beginnt wieder.
19 Dann Friede. Das Ergebnis gefällt mir	Zufriedenheit	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 2 Aktiviertheit	Sinkende Aktiviertheit bei Zufriedenheit.
20 - nur die Hand selber. Die muss ich ausbessern.	Überprüfung	5 Kompetenz 1 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Phase der Überprüfung reduziert Sicherheit. Kritik an Hand. Unzufriedenheit erhöht Aktiviertheit.
21 Ich schaue auf meine Hand, ich vergleiche, ich schaue mir das Ergebnis wieder kritisch an, arbeite die Knochen stärker heraus....	Korrektur	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Vergleich mit Realität. A sieht, was sie noch ändern möchte. Bestimmtheit wächst wieder, wechselt im Arbeiten.
22 bis ich zufrieden bin. Ich lehne mich zufrieden zurück.	Zufriedenheit	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 4 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Sinkende Aktiviertheit bei Zufriedenheit.

A13

abbildhaft - 75 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
23 Es ist nicht unbedingt genau das, was ich im Kopf hatte, es ist mehr, anders. sagt viel mehr, als was ich dachte - sie ist wie eine weibliche Interpretation unserer Zeit, heute;	Überprüfung, Beobachtung, Bild spricht	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 5 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	A empfindet eine Bildaussage, die über ihre ursprünglich tendierte hinaus geht. Insofern empfindet sie eine unbeabsichtigte Bildaussage und persönliche Bestätigung - Affirmation.
24 ich empfinde: Sie repräsentiert all das, was ich die ganze Zeit sagen wollte.	Zufriedenheit	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 5 Affiliation 5 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 2 Aktiviertheit	Sinkende Aktiviertheit bei Zufriedenheit.

A14

abstrakt - 30 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
1 Erlebe eine Situation als spannungsgeladen.	Reize, Ambivalenzen, ungeordnete Gefühle	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 1 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Kann Situation nicht einordnen, empfindet Spannung, Dissonanz, Ordnungsbedarf in Komplexität. Arousal.
2 Überlege, wie ich diese Situation darstellen kann,	Motivsuche	1 Kompetenz 2 Bestimmtheit 1 Affiliation 2 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Nachdenken als Strategie: Hoher Auflösungsgrad, Selektionsschwelle noch gering, Verhalten noch unklar. Diversive Exploration.
3 habe eine Idee. Diese Idee fällt mir abends wieder ein, als ich über Degas und verschiedene andere Impressionisten lese.	Idee	2 Kompetenz 3 Bestimmtheit 1 Affiliation 3 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Idee kommt aus Assoziation heraus.
4 Ich beschließe, es noch zu malen, bevor ich schlafen gehe (dann habe ich es erledigt, kann die Idee wieder loslassen oder weiterentwickeln). Ich bin schon recht müde.	Entschluss	2 Kompetenz 3 Bestimmtheit 1 Affiliation 4 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Entscheidung. Selektionsschwelle und Auflösungsgrad steigen.
5 Welches Material? Stelle mir vor, wie ich es in Pastell male. Das ist eigentlich nicht das, was mir vorschwebt, aber was dann? ... zumindest eine Skizze wäre gut. Ich krame in meiner Schublade, Aquarellpapier in der vorgestellten Größe, Buntstifte, das müsste auch gehen, Aquarellfarbe.... warum eigentlich nicht?	Materialsuche	2 Kompetenz 1-4 Bestimmtheit 1 Affiliation 4 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Spezifische Exploration. Herantasten an Übereinstimmung zwischen Vorstellung und vorhandenem Material. Bestimmtheit steigt.

A14

abstrakt - 30 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
6 Das könnte so aussehen, wie ich mir das Bild vorgestellt habe.	Vergleich Plan- Vorstellung: Zufriedenheit	2 Kompetenz 1-4 Bestimmtheit 1 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Vergleich Plan mit Vorstellung: Der Auflösungsgrad sinkt, die Selektionsschwelle steigt.
7 Ich setze mich an den Küchentisch, fange mit Buntstift als Kohle an. erst unkonzentriert, mache ich die geraden Striche am Rand in die Mitte.	Ausdruck	2 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 1 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	zunächst zögernd, vorsichtig, unsicher unkonzentrierte Striche dann zunehmende Klarheit, die Bestimmtheit steigt und sinkt im Wechsel.
8 Dann arbeite ich konzentrierter: geschwungene Linien in die Mitte...	intuitiver Ausdruck	3 Kompetenz 2-5 Bestimmtheit 1 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Deutlicher, wie weiter zu malen ist. Dadurch wächst Kompetenzgefühl.
9 ich versuche mich an die Situation zu erinnern, an das, was ich in der Situation vor Augen hatte.	Abruf Situation	4 Kompetenz 3-5 Bestimmtheit 1 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Abruf der Situation verstärkt Vorstellung, Unbestimmtheit wird dadurch reduziert, Kompetenzgefühl steigt.
10 Und an das, was ich empfunden habe. So das reicht.	Abruf Emotion Hintergrund	4 Kompetenz 4-5 Bestimmtheit 1 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Bestimmtheit steigt, wechselt weiter. Es wird klarer, was zu tun ist. Kompetenz steigt.
11 Jetzt Farbe. Erst die dynamischen, warmen, Gelb, orange, rot. Dann die festen. blau, grün, gelb.	Ausdruck	5 Kompetenz 4-5 Bestimmtheit 2 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Farbwirkungen stellen verschiedene Befindlichkeiten dar.

A14

abstrakt - 30 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
12 Es klopft, x . Wir unterhalten uns, ich male hier und da noch einen Strich nach , wenn mir in der Unterhaltung etwas auffällt.	Störung	5 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 2 Affiliation 4 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 3 Aktiviertheit	Unterbrechung führt zu schlagartiger Verringerung der Bestimmtheit, und Konzentration - Selektionsschwelle sinkt. Verunsichert trotzdem noch einzelne Striche, Aktiviertheit sinkt.
13 Merke, ich muss aufpassen, dass ich nicht zu viel darauf male.	Nachdenken, ängstlich	4 Kompetenz 1-3 Bestimmtheit 2 Affiliation 3 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 2 Aktiviertheit	Nachdenken - weiteres Sinken des Auflösungsgrades. Kompetenz sinkt, vorsichtiges Ausprobieren ist die Folge. Selektionsschwelle sinkt, nicht mehr so zielorientiert, unkonzentriert.
14 es kommt kein Frieden. Ich finde es nicht schlecht, habe aber nicht das Gefühl, die ganze Dynamik der Situation dargestellt zu haben.	Unzufriedenheit	3 Kompetenz 3 Bestimmtheit 2 Affiliation 2 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 2 Aktiviertheit	Ziel nicht erreicht, die Bestimmtheit sinkt. Mangelnde Zielorientierung. Selektionsschwelle sinkt.
15 halte mich zurück und lege es dann weg.	Weglegen	3 Kompetenz 3 Bestimmtheit 2 Affiliation 1 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Problem lässt sich vorerst nicht lösen: Reflexion. Weglegen, Ziel losgelassen.
16 Sage mir, dass ich es lieber an einem anderen Bild noch einmal probieren kann.	Reflexion	3 Kompetenz 3 Bestimmtheit 2 Affiliation 1 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 1 Aktiviertheit	Nachdenken , Trost: neues Bild, Blick auf das Ganze, weg vom einen Bild. Auflösungsgrad, niedrige Aktiviertheit.

A Tabellen

B1

abstrakt - 30 Minuten

Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
1... <i>ich will arbeiten!</i> <i>Schon aus dem Grund, weil ich längere Zeit nichts tat, ich komme einfach nicht dazu ... Was aber?</i>	Unruhe, Ärger	2 Kompetenz 3 Bestimmtheit 2 Affiliation 3 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Empfindet Dringlichkeit. Infolge von Ärger sinkender Auflösungsgrad, steigende Selektionsschwelle. Arousal.
2 ... so greife ich in das Regal, hole ein Buch: Modigliani. Blättere durch ... gut und schön, aber jetzt, heute ... : <i>Nicht meine momentane „Wellenlänge“</i>	Motivsuche Frustr	3 Kompetenz 3 Bestimmtheit 2 Affiliation 2 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Kriterium bei der Motivsuche ist die persönliche Befindlichkeit; diversive Exploration.
3... <i>da fällt mir ein</i> (eigentlich müsste ich es wissen!! – denn zu diesem Zweck ist er eigentlich da: Mein „Einstieg“ in den Arbeitsprozess): <i>mein „Zahlenblock“! ... der Arme. Auch ihn habe ich gänzlich vergessen!</i>	Idee	3 Kompetenz 5 Bestimmtheit 2 Affiliation 1 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Begonnene Arbeit fällt wieder ein. Selektionsschwelle und Auflösungsgrad steigen. Mitleid mit Arbeitsblock. Spezifische Exploration
4... so fange ich an (eigentlich setze ich den Ablauf fort bei der Zahl 30)	Ausdruck	4 Kompetenz 1-5 Bestimmtheit 2 Affiliation 5 Selektionsschwelle 4 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Das Ziel ist klar (Selektionsschwelle hoch), Beginn der Arbeit.

B1

abstrakt - 30 Minuten

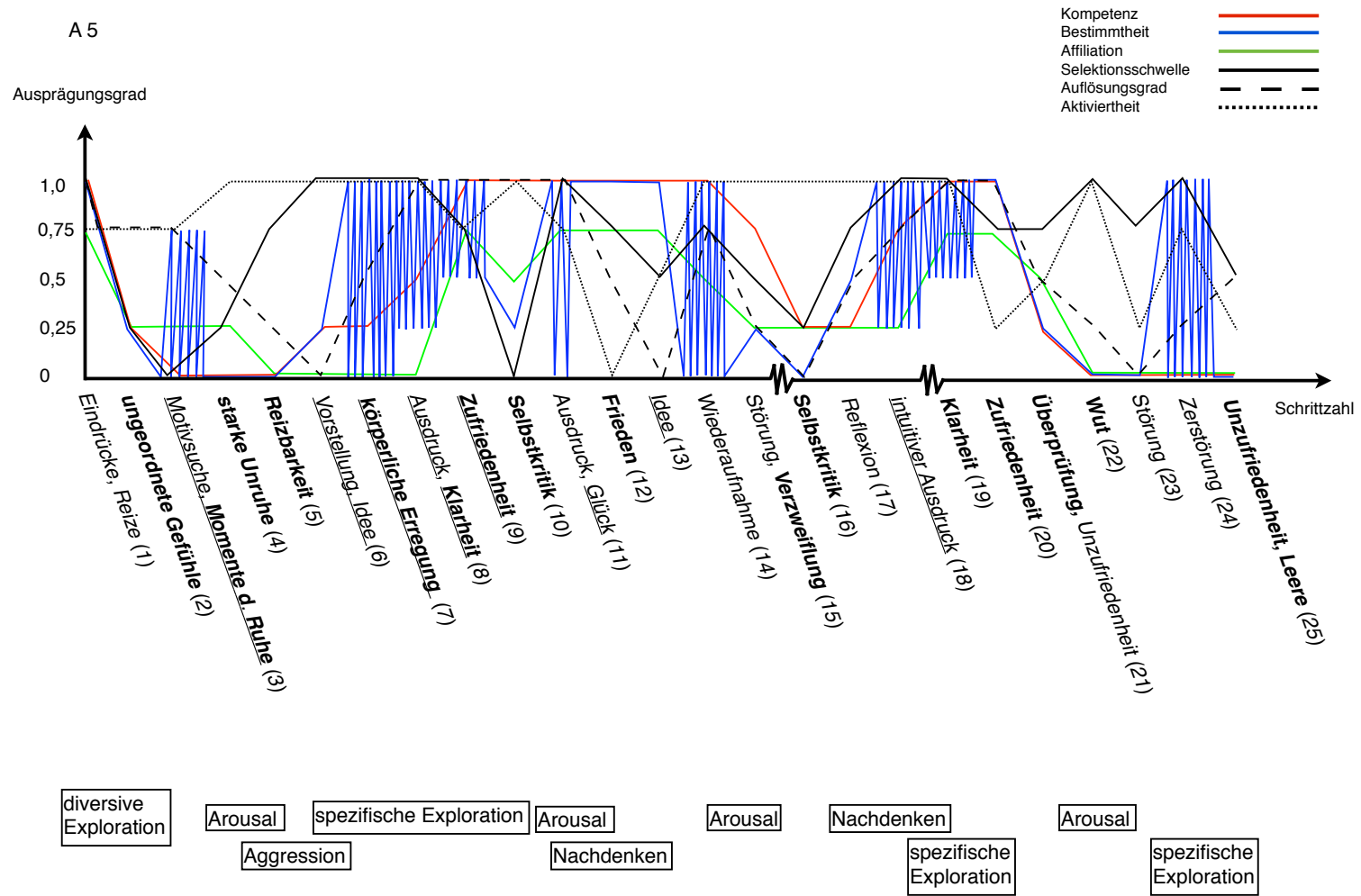
Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
5...gedankenlos wie ratlos, fragend: - was soll dieser Quatsch?! HERR, du alleine weißt alles,... nimm es als ein Gebet an ... bloß nicht als Zeitverschwendung! Denn dann stehe ich lieber auf und geh in 'n Garten, da ist noch Haufen an Arbeit ... und das Wetter stimmt auch noch ...	Selbstkritik	3 Kompetenz 1-3 Bestimmtheit 2 Affiliation 3 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Zweifel an der aufgenommenen Tätigkeit. Nachdenken. Infolge von Unsicherheit sinkt Konzentration.
6 /ich werde unterbrochen, unsere Kleinste kommt früher von der Schule nach Hause /	Störung, Unterbrechung	2 Kompetenz 1-3 Bestimmtheit 2 Affiliation 2 Selektionsschwelle 3 Auflösungsgrad 4 Aktiviertheit	Ablenkung durch Störung: Konzentration sinkt weiter.
	Fehler, Problem	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 2 Affiliation 1 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Deshalb Fehler. Kompetenzgefühl sinkt.
8 (Misst! – denn nicht nur weil das Konzept so angelegt ist - eben OHNE FEHLER zu arbeiten, sondern die Möglichkeit das Blatt einfach herausreißen, ist auch nicht vorgesehen, „erlaubt“, denn der Block soll im Ursprungszustand, unverändert bleiben!)	Ärger	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 3 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Auflösungsgrad sinkt. Affiliation sinkt. Arousal , hohe Aktiviertheit: Ärger.

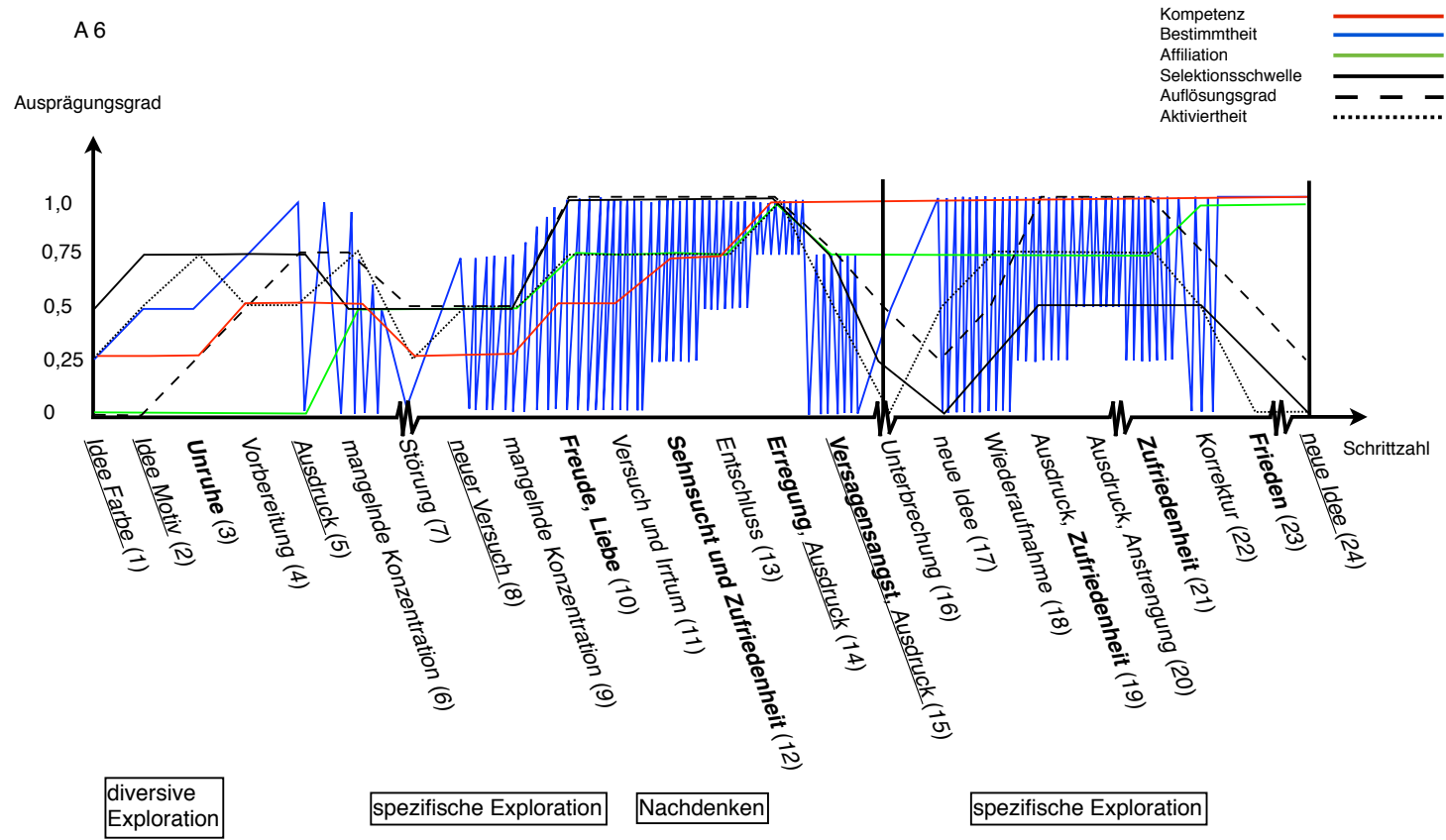
B1

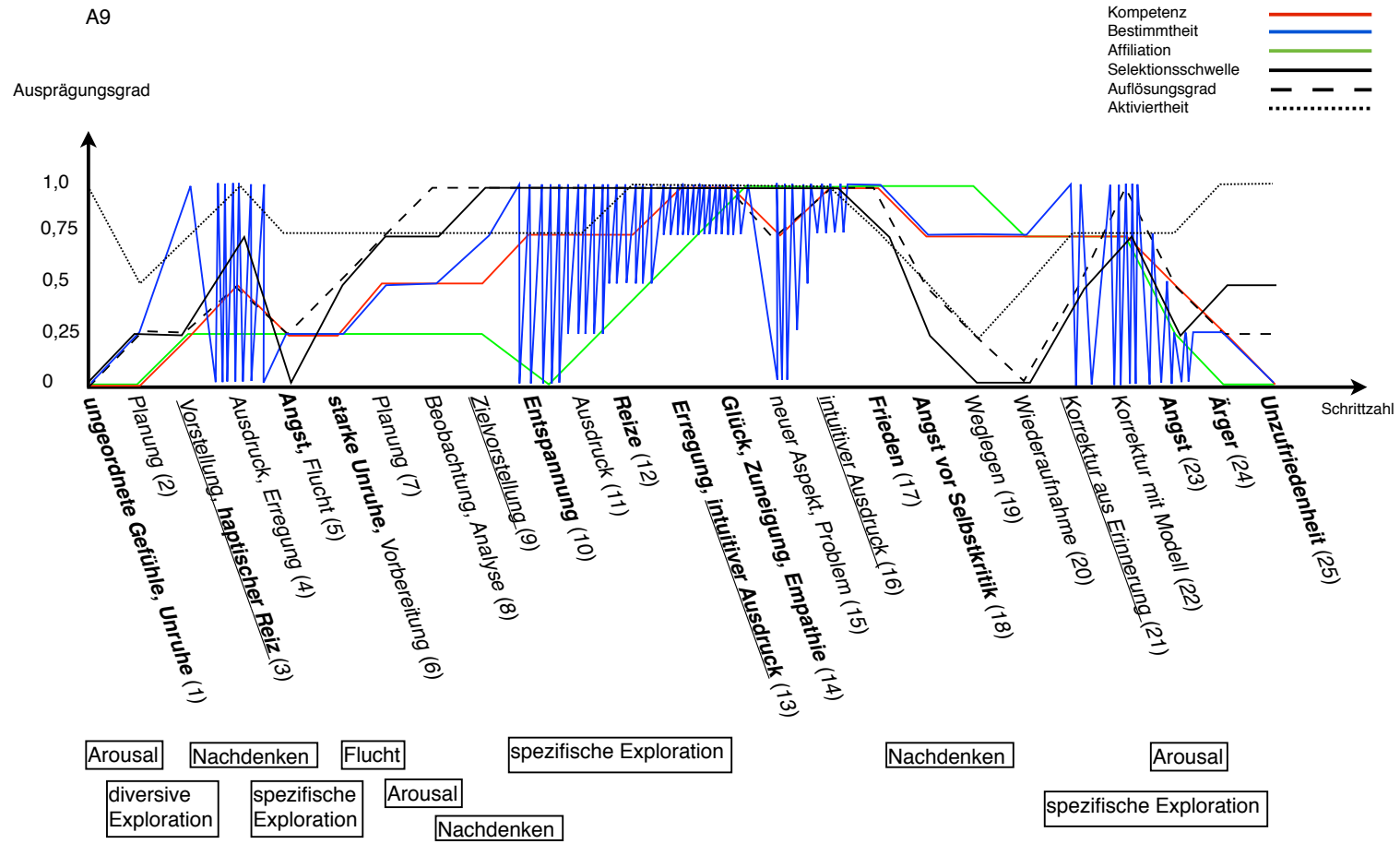
abstrakt - 30 Minuten

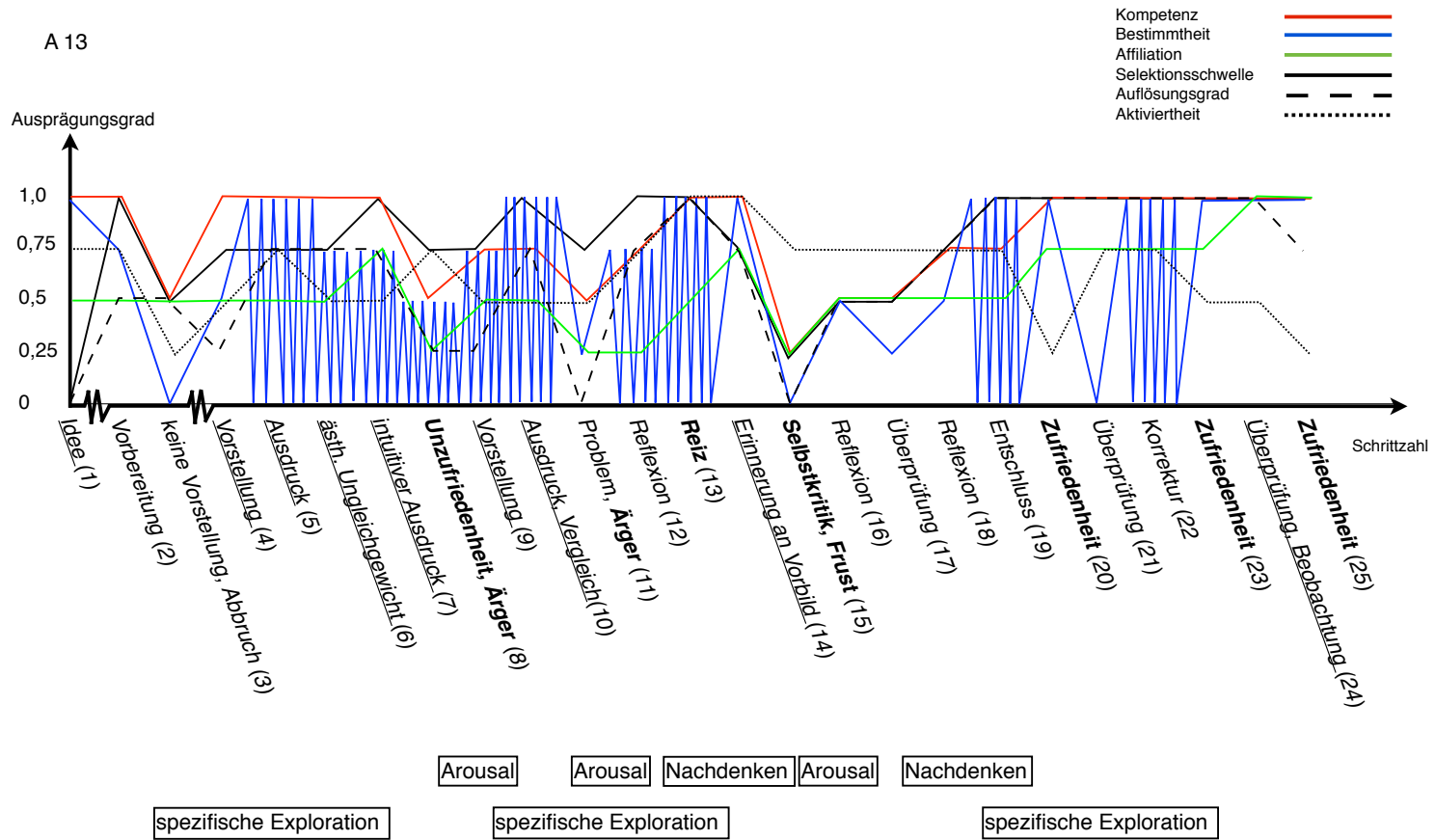
Tagebucheinträge	Oberbegriff	Einordnung	Handlungstendenz
9 Was jetzt? Da radieren nicht möglich, weil Faserstifte benutzt werden, greife ich, ziemlich verärgert, zum TIPPEX - Band und mache ein Strich „weg“ /eigentlich einen weißen Tippex - Strich/.	Korrektur	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 5 Selektionsschwelle 2 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	B handelt im Ärger zielorientiert (Selektionsschwelle hoch), deshalb Beseitigung bei niedrigem Auflösungsgrad und ungenauer Ausführung.
10 Nun ist alles versaut!!! Eigentlich kann ich den Block jetzt wegwerfen ...und vom Neuen anfangen ...geht aber auch nicht, weil ich 60 bin und die Zeit „läuft mir davon“ ... ein ewiger Anfänger! ... was jetzt?!	Problem	1 Kompetenz 1 Bestimmtheit 1 Affiliation 3 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Noch größeres Problem, Ausweglosigkeit, Ärger, Wut. Hoher Auflösungsgrad, hohe Aktiviertheit (Arousal). Selbstzweifel. Selektionsschwelle sinkt. Mündet in diversive Exploration .
11 Da kommt die rettende Idee: Jesu Gefangennahme!	Assoziation, Idee	4 Kompetenz 5 Bestimmtheit 4 Affiliation 2 Selektionsschwelle 1 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Nach dem Frust kommt die Idee . Bei geringer Selektionsschwelle kommt es zur Assoziation.
12 Ich deklariere das Blatt um: Nr. 33 = Jesu Gefangennahme /... prophetisch/	Korrektur, Zufriedenheit	5 Kompetenz 5 Bestimmtheit 5 Affiliation 5 Selektionsschwelle 5 Auflösungsgrad 5 Aktiviertheit	Umsetzung der Idee. Erfüllung, völlige Zufriedenheit setzt ein.

B Einzelne Diagramme









Ich erkläre hiermit gemäß § 17 Abs. 2 MagPO, dass ich die vorstehende Magisterarbeit selbständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel benutzt habe. Entlehnungen sind unter Angabe der Quelle kenntlich gemacht.

Bamberg, den 15. April 2010