

ARBEITSPAPIER 03

ANPASSUNGSINTELLIGENZ

Über die Bedingungen innerer Orientierung

Ina Möhler

Version 3.0

Berlin 2026

Ausgangspunkt

Die bisherigen Arbeitspapiere gingen von der Annahme aus, dass Gesellschaften bestimmte Formen sozialer Wahrnehmung belohnen und verstärken.

Anpassungsintelligenz beschreibt die Fähigkeit, Erwartungen, Bedürfnisse und Dynamiken anderer Menschen präzise wahrzunehmen und das eigene Verhalten daran auszurichten.

Offen blieb jedoch eine entscheidende Frage:

Warum entwickeln manche Menschen trotz hoher Anpassungsintelligenz keine ausgeprägten Identitätskonflikte, während andere über Erschöpfung, Orientierungslosigkeit oder das Gefühl berichten, sich selbst verloren zu haben?

Wenn Anpassungsintelligenz allein für diese Entwicklungen verantwortlich wäre, müssten ähnliche Folgen bei allen Menschen auftreten.

Dies ist offensichtlich nicht der Fall.

Die Gegenfrage

Möglicherweise entsteht die entscheidende Frage nicht dort, wo Aufmerksamkeit nach außen gerichtet wird.

Möglicherweise entsteht sie dort, wo Aufmerksamkeit nicht mehr nach innen zurückkehrt.

Das Problem wäre dann nicht die Fähigkeit, andere Menschen wahrzunehmen.

Das Problem wäre der Verlust von Bedingungen, unter denen die eigene Erfahrung wahrnehmbar bleibt.

Innere Orientierung

Menschen leben nicht ausschließlich in sozialen Systemen.

Sie leben zugleich in einer inneren Wirklichkeit.

Diese besteht aus Bedürfnissen, Wünschen, Grenzen, Interessen, Konflikten, Fantasien, Erinnerungen und körperlichen Erfahrungen.

Keine dieser Erfahrungen besitzt von selbst Vorrang.

Sie muss wahrgenommen werden.

Die Frage lautet daher:

Unter welchen Bedingungen bleibt die Wahrnehmung der eigenen Erfahrung erhalten?

Die Hypothese

Anpassungsintelligenz führt nicht zwangsläufig zu einem Verlust innerer Orientierung.

Möglicherweise entsteht dieser Verlust erst dann, wenn soziale Wahrnehmung dauerhaft stärker trainiert wird als die Wahrnehmung eigener Erfahrung.

Die entscheidende Variable wäre dann nicht Anpassungsintelligenz, sondern das Verhältnis beider Wahrnehmungsrichtungen.

Orte innerer Orientierung

Wenn diese Annahme zutrifft, stellt sich eine weitere Frage.

Wo entsteht innere Orientierung?

Möglicherweise weniger in Momenten sozialer Funktion als in Räumen, in denen Menschen vorübergehend von ihrer Funktion entlastet werden.

Solche Räume können sehr unterschiedlich aussehen.

Kunst.

Musik.

Schreiben.

Natur.

Körperliche Erfahrung.

Stille.

Freundschaft.

Krankheit.

Verlust.

Verliebtheit.

Reisen.

Nicht weil diese Erfahrungen an sich heilsam wären.

Sondern weil sie Aufmerksamkeit zeitweise aus ihrer gewohnten Richtung lösen können.

Entwicklungsräume

Unter dieser Perspektive erscheinen bestimmte Lebensereignisse in einem anderen Licht.

Trennungen.

Berufliche Krisen.

Intensive Beziehungen.

Künstlerische Prozesse.

Spirituelle Erfahrungen.

Sie könnten als Entwicklungsräume verstanden werden.

Nicht weil sie Menschen verändern.

Sondern weil sie Bereiche der eigenen Erfahrung sichtbar machen, die zuvor wenig Aufmerksamkeit erhalten haben.

Die zentrale Frage lautet daher nicht:

Warum verändern Menschen ihr Leben?

Sondern:

Was wird in bestimmten Lebensphasen plötzlich wahrnehmbar?

Die offene Forschungsfrage

Wenn Gesellschaften bestimmte Formen sozialer Wahrnehmung belohnen, stellt sich zwangsläufig die Gegenfrage:

Welche Bedingungen schützen die Wahrnehmung der eigenen Erfahrung?

Welche sozialen, kulturellen und biografischen Räume ermöglichen es Menschen, ihre Aufmerksamkeit nicht ausschließlich nach außen zu richten?

Und welche Folgen entstehen, wenn solche Räume fehlen?

Status des Modells

Anpassungsintelligenz wird weiterhin nicht als Defizit verstanden, sondern als Ressource.

Die offene Frage lautet nicht, wie Anpassungsintelligenz reduziert werden kann.

Die offene Frage lautet vielmehr, welche Bedingungen notwendig sind, damit soziale Wahrnehmung und innere Orientierung langfristig im Gleichgewicht bleiben.

Damit verschiebt sich der Fokus der Untersuchung.

Nicht die Anpassung steht im Zentrum.

Sondern die Bedingungen, unter denen Menschen den Kontakt zu ihrer eigenen Erfahrung bewahren.