

## Workshop „Thinking at the Edge (TAE)“

Detlef Girke

Wie kann man TAE (Thinking at the Edge) in nur zwei Stunden vermitteln?

Wie auch nur den Hauch einer Ahnung davon? Und wo liegt der Unterschied zum klassischen Focusing? Was ist anders am TAE-Felt-Sense? Nun, im Focusing geht es rein um den Felt Sense und dessen Explikation. Focusing ist sozusagen das "Rahmenverfahren" für alles. TAE ist eine Spielart davon, in der es um kreative Prozesse geht. Ob Buch, Masterarbeit, Aufsatz, Bild, Musikstück oder Skulptur: TAE kann helfen, kreative Projekte voranzutragen. Während ich beim Schreiben eines Gedichts Focusing dafür nutzen kann, um an einer Stelle das genau richtige Wort zu finden, so kann ich Focusing auch dafür nutzen, dem Gespür für das ganze Gedicht, das mich möglicherweise schon seit Tagen oder Monaten beschäftigt, einen Ausdruck zu geben. Das kann mich tief in meine eigene Geschichte führen, auch in die Sorge, dass es nicht gelingen könnte, oder in Situationen, in denen dieses tragende Gespür, der Felt Sense zu meinem "Projekt", der gern auch Direkter Referent genannt werden kann, gar nicht mehr spürbar ist. Es bedarf vieler kleiner Focusing-Prozesse, um dem übergeordneten Bezugs-Felt-Sense zu einem Ausdruck zu verhelfen.

Hendricks und Gendlin hatten dafür ein Verfahren in 14 Schritten vorgeschlagen. Und wie bei allem, was mit Focusing zu tun hat, steckt in diesen 14 Schritten bereits die Aufforderung Gendlins, etwas eigenes daraus zu machen, die 14 Schritte nicht als streng vorgegeben zu sehen, sondern als Baukasten. Der Workshop konnte zeigen, dass es im Wesentlichen darum geht, frei von Erwartungen zu werden, alle gewohnten Kontexte, inneren Hindernisse etc. einmal sausen zu lassen um dem, was wir da spüren, die Freiheit zu geben, dort zum Ausdruck zu kommen, wo es am besten passt und nicht dort, wo es uns - vordergründig gesehen - am besten zu passen scheint. Ohne Unsicherheit und Zittern kommen wir im Focusing nicht weiter. Ohne uns in diese Leere, diese Ungewissheit zu begeben, können wir den Direkten Referenten nicht anreichern. Und ohne angereichert zu werden, kann er sich nicht ausdrücken. Der "Kniff" besteht darin, Bias-Control zweifach anzuwenden und dann mittels Kreuzen das Gefundene zu konkretisieren. Wie das genau gehen kann, das kann man z.B. nachlesen unter <https://zks-medien.de/produkt/erweitertes-tae-in-drei-schritten/>.

Bei Fragen könnt Ihr mir gern eine E-Mail schreiben ([mail@dgirke.de](mailto:mail@dgirke.de)).