

THOMAS HANSTEIN / ANDREAS KEN LANIG

# Spirituelle Kompetenz in digitalen Lern- und Arbeitswelten



Thomas Hanstein | Andreas Ken Lanig

**Spirituelle Kompetenz in digitalen  
Lern- und Arbeitswelten**



Thomas Hanstein | Andreas Ken Lanig

# **Spirituelle Kompetenz in digitalen Lern- und Arbeitswelten**

Erfolgreich studieren und arbeiten mit  
Spirituellem Selbstmanagement 4.0

Tectum Verlag

Die vorliegende Arbeit beschränkt sich aus Gründen der besseren Lesbarkeit auf die männliche Form. An den entsprechenden Stellen sind selbstverständlich alle Geschlechter gemeint.

Thomas Hanstein / Andreas Ken Lanig

Spirituelle Kompetenz in digitalen Lern- und Arbeitswelten

Erfolgreich studieren und arbeiten mit Spirituellem Selbstmanagement 4.0

© Tectum – ein Verlag in der Nomos Verlagsgesellschaft, Baden-Baden 2020  
ePDF 978-3-8288-7298-1

(Dieser Titel ist zugleich als gedrucktes Werk unter der ISBN  
978-3-8288-4349-3 im Tectum Verlag erschienen.)

Umschlaggestaltung: Sylvia M. Ebner, Andreas K. Lanig

Wimmelbilder im Innenteil: Sylvia M. Ebner

Strichzeichnungen: Andreas K. Lanig

Korrekturat: Angelika Zink

Alle Rechte vorbehalten

Besuchen Sie uns im Internet

[www.tectum-verlag.de](http://www.tectum-verlag.de)

### **Bibliografische Informationen der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Angaben sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

# Inhalt

Aufbau .....	VII
Vorwort .....	IX
Einleitung .....	1
<b>DIE WURZELN.....</b>	<b>9</b>
Die Gesellschaft ist längst digital.....	20
Digitales Leben benötigt ein neues Nachdenken über Sinn.....	22
Lebenspraktischer Bezug des digitalen Lebens.....	24
Virtueller Jetlag.....	26
Kontemplation und die Rolle des Unbewussten.....	28
Reflexion und Transformation.....	32
Die Notwendigkeit fortschreitender Kompetenzentwicklung .....	35
Rituale in entgrenzten digitalen Räumen.....	40
Virtuelle Selbstsorge.....	44
Statt Religion: Spiritualität.....	47
Zwischenertrag.....	48
<b>DER STAMM.....</b>	<b>55</b>
Die Natur kennt keine Perfektion.....	55
Der Mensch: Geist-Leib-Seele-Wesen.....	60
Selbstmanagement: Handling Ihres inneren Dialogs.....	68
Murphy ist immer mit dabei.....	71
Schaffen heißt nicht machen.....	75
Reframing als kreatives Focusing.....	78
Dankbarkeit und Inspiration.....	81
Bei der Sache und im Moment sein.....	84

In die Stille gehen.....	87
Virtuelles Fasten.....	93
Gelassenheit heißt Dinge lassen.....	95
Virtuelle Melancholie.....	100
Warum heißt nicht wozu.....	104
Zwischenertrag.....	108

## **DIE KRONE..... 113**

Praktische Ausgangslage: Ergebnisse einer Umfrage zum Thema.....	115
Virtuelle Notwendigkeiten vs. Selbstwirksamkeit.....	119
Virtuelle Verbundenheit vs. subjektive Robustheit.....	122
Virtuelle Eigenartigkeit vs. Andersartigkeit.....	127
Virtuelle Abstraktion vs. Leiblichkeit.....	131
Virtuelle Sinnsuche vs. fokussierte Sinnfindung.....	136
Virtuelle Uniformität vs. subjektive Authentizität.....	140
Virtuelle Funktionalität vs. Ästhetik.....	144
Virtuelle Irritationen vs. Ausgespanntheit.....	149
Virtuelle Omnipotenz vs. Ethos.....	152
Virtuelle Gebundenheit vs. subjektive Freiheit.....	157
Zwischenertrag: virtuelle Gleichzeitigkeiten vs. Priorisierung.....	159

## **SÜSSE FRÜCHTE UND DUFTENDE BLÜTEN – 11 meditative Angebote zur spirituellen Kompetenz..... 161**

Virtuelle Resilienz durch spirituelle Kompetenz – (k)ein Schlusswort.....	177
Von der Notwendigkeit, über den eigenen Tellerrand (nicht nur) zu schauen.....	178
Die geistlichen Aspekte geistiger Arbeit.....	180
Anhang: Literaturverzeichnis.....	183
Anhang: Schlagwortregister.....	193
Anhang: Umfrage.....	197

## Aufbau den Buches



### **KRONE –**

die Spannungsfelder  
der Selbstsorge und  
transzendente Ausblicke  
in eine digitale Zukunft

**SEITE 113 –182**

### **STAMM –**

ein fester Stamm lebens-  
praktischer Angebote, mit denen wir  
der digitalen Lern- und Arbeitswelt  
begegnen können

**SEITE 55 – 112**

### **WURZELN –**

die theoretisch-analytische  
Vielfalt, in der die spirituelle  
Kompetenz wurzeln kann

**SEITE 9 – 53**



## Vorwort

Die Aussage, dass der Mensch ein biopsychosoziales Wesen sei, ist wissenschaftlich unbestritten. Doch der Mensch ist noch mehr, er ist darüber hinaus auch ein spirituelles Wesen. Erst wenn wir auch diese Dimension berücksichtigen, erfassen wir die Gesamtheit des Menschen. Doch zu seiner spirituellen Dimension vermag die Wissenschaft gegenwärtig noch wenig beizutragen. Die geringsten Erfolge hat die moderne Wissenschaft nämlich im Bereich der Bewusstseinsforschung zu verzeichnen. Studien zeigen uns zwar, dass sich eine spirituelle Praxis positiv auf die körperliche und seelische Gesundheit auswirkt; die Wiederentdeckung der Spiritualität, um mit einem Buchtitel von Rupert Sheldrake zu sprechen, befindet sich allerdings erst noch am Anfang.

Nachdem der Mensch in der Erforschung der äußeren Welt große Fortschritte gemacht hat, ist er nun aufgefordert, sich verstärkt seiner Innenweltekundung zuzuwenden. Ein Treiber für diese Entwicklung ist nicht zuletzt die Digitalisierung. Wir erleben heute eine grundlegende Veränderung der Art, wie Wissen generiert und dargestellt wird. Als Digitalität verstehen wir die von digitalen Technologien geprägte Bedingung, wie wir etwas über die Welt erfahren, wie wir unsere Arbeits- und Lernprozesse gestalten und wie wir dabei mit der Welt verbunden sind. Auf diese Weise sind wir in der Lage, andere Beziehungen zu knüpfen, neue Muster zu finden und mit ihnen zu exper-

rimentieren. Die zentrale Herausforderung der Kultur der Digitalität ist dabei die Komplexitätszunahme.

Um mit den Herausforderungen der Komplexität bei gleichzeitiger Beschleunigung von disruptiven Veränderungen in der VUKA-Welt umgehen zu können, benötigen wir auf individueller, Team- und Führungsebene real und metaphorisch Räume für neues Denken. Hierzu gehören Räume für Ruhe und Rückzug, für Konzentration, für Ideengenerierung, für selbstorganisiertes Lernen und vor allem für Reflexion. Insbesondere Lern- und Bildungsprozesse sind hierauf unabdingbar angewiesen. Damit wir uns sowohl in den realen als auch digitalen Räumen angemessen bewegen können, benötigen wir auch die entsprechenden Kompetenzen.

Nachdem wir in den vergangenen Jahrzehnten erkannt haben, dass es nicht ausreicht, lediglich die kognitiven Kompetenzen zu fördern, sondern dass es auch erforderlich ist, die emotionalen Kompetenzen zu entwickeln, steht nun ein weiterer Schritt an, nämlich die Entwicklung spiritueller Kompetenzen. Virtuelle Lebens- und Arbeitswelten sind bereits metaphysische Räume. Die Forderung nach spiritueller Kompetenz, wie sie hier im Buch vorgetragen wird, ist deshalb nur folgerichtig. Doch wie kann es praktisch gelingen, spirituelle Kompetenzen zu erproben, zu entfalten und weiter zu entwickeln? Die Antwort hierauf ist ganz einfach und zugleich auch schwierig umzusetzen. Die Herausforderung besteht darin, in jedem Moment ganz bei sich, unserem Gegenüber und zugleich auch bei der Sache zu sein, über die wir gerade verbunden sind. Die Verbundenheit als der Kern von Spiritualität hat dabei wie der Psychotherapeut Bill O’Hanlon feststellt, drei Aspekte: erstens die Connection, sich mit anderen oder etwas verbunden zu fühlen, zweitens die Compassion, mit anderen mitzufühlen, ohne Mitleid zu haben, und drittens die Contribution, etwas Gutes für andere und die Welt zu tun. Mit dieser Haltung können die Voraussetzungen und Bedingungen dafür geschaffen

werden, dass Kohärenz im Kontext pluraler Mehrdeutigkeiten entstehen kann. Die Übungen in diesem Buch sollen insbesondere den Fernstudierenden helfen, Sinnhaftigkeit in ihren Lernprozessen zu erfahren, um so u. a. ihre Resilienz bezüglich des Umgangs mit digital induzierten Stressoren zu fördern. Dies geschieht indem aufgezeigt wird, wie es gelingen kann, spirituelle Techniken in den professionellen Alltag zu integrieren.

Weitgehend selbstorganisierte Lernprozesse werden damit zugleich zu Transformationsprozessen. Es geht nicht nur um den Erwerb von Kompetenzen, sondern zugleich auch um die Arbeit am Selbst. Dies ist gemeint, wenn von „spirituellem Selbstmanagement 4.0“ die Rede ist. Damit ändert sich auch die Rolle eines akademischen Lehrers, dessen didaktisches Verständnis dem eines Lernbegleiters im Sinne der Ermöglichungsdidaktik entspricht und der sich stärker darauf fokussiert, Lehr-Lern-Arrangements für selbstgesteuerte Lernprozesse zur Verfügung zu stellen, so wie dies in dem hier vorgelegten Ratgeber geschieht. Es werden allerdings keine Ratschläge im Sinne von Verhaltens- und Handlungsempfehlungen gegeben. Im Vordergrund stehen die Impulse für eigene Reflexionsprozesse; denn die Verantwortung für ihre eigenen Lernprozesse bleibt stets bei den Subjekten der Lernprozesse.

Lern- und Bildungsprozesse im Sinne der beschriebenen Transformationsprozesse erfordern Zeit, Muße, Selbstbestimmung und Metakommunikation. Auf dieser Basis entsteht die Offenheit und Bereitschaft, den Blick zu weiten, Systemgrenzen zu sprengen und sich inspirieren zu lassen von multi-, trans- und interdisziplinären Zugängen. Das Überschreiten von Grenzen eröffnet neue Perspektiven. Am Beispiel theologischer Zugänge und denen aus der Designtheorie wird dies hier eindrücklich exemplarisch vorgeführt. Auf diese Weise können produktive Irritationen entstehen, die neue Sichtweisen ermöglichen.

Wissenschaftliche Lernprozesse sind Expeditionen in eine terra incognita und ständig auch ein Wagnis, in das der ganze Mensch involviert ist. Wie die Wissenschaftstheorie aufzeigt, gibt es dabei einen Unterschied zwischen dem Entdeckungs- und dem Darstellungszusammenhang. In den meisten der wissenschaftlichen Publikationen begegnet uns leider nur der letztere; deshalb bereitet die Lektüre ihrer Erkenntnisse häufig weniger Freude. Über den Entdeckungszusammenhang etwas zu erfahren, wäre vielfach unendlich spannender, vollziehen sich hier doch die kreativen Prozesse, die später rationalisiert werden. Bereits Einstein wusste, dass es ein Wissen jenseits der Rationalität gibt. Der intuitive Geist ist ein heiliges Geschenk und der rationale Geist sein treuer Diener. Das Bewusste ist klug, das Unbewusste weise. Ein spiritueller Zugang, wie hier vorgenommen, vermag beide Aspekte zusammen zu bringen. Nur so ist innovatives wissenschaftliches Denken und Handeln im Zeitalter einer Digitalität möglich, die gesellschaftliche Teilhabe und persönliches Wachstum befördert.

Jena, im Januar 2020

Prof. Dr. Erich Schäfer  
Ernst-Abbe-Hochschule Jena