



*Kleines Einmaleins  
der Bewusstseinsforschung*

## DEFINITIONEN VON BEWUSSTSEIN

Bewusstseinsdefinitionen fallen grob in drei Kategorien:

Die erste ist Bewusstsein als eine Beschreibung von Wachheit und in der Lage, auf sinnliche Eindrücke zu reagieren. Unbewusst ist in diesem Kontext wer schläft, unter Narkose steht, im Koma ist o.ä. Diese Form von Bewusstsein wird oftmals als Lebewesen oder  **kreatürliches Bewusstsein**  definiert, da sie bei allen Lebewesen vorkommt.

Die zweite Form von Bewusstsein ist, uns Dingen bewusst zu sein, sei es, weil wir sie mit den Sinnen wahrnehmen oder sie gedanklich in unserer Umgebung platzieren können. Diese Wahrnehmungsfähigkeit entspricht dem  **transitiven Bewusstsein** .

Die dritte Form des Bewusstseins ist das bewusste Miterleben unserer inneren Prozesse, unseres Denkens und Fühlens, unserer Bewusstseinszustände. Dieses wird oftmals  **Zustandsbewusstsein**  genannt. Unbewusste Zustände sind demnach, wenn wir nicht miterleben, dass wir denken oder fühlen.


**In Theorien erster Ordnung**  steht Bewusstsein dafür, dass wir uns in einem Zustand befinden, in dem es uns möglich ist, uns etwas bewusst zu machen. Bewusstseinszustände unterscheiden sich in diesen Theorien kaum von mentalen Zuständen.

**In globalen Arbeitsbereichstheorien**  gilt all das als Bewusstsein, das uns zur weiteren mentalen Verarbeitung zur Verfügung steht. Alles das, was uns bewusst ist, kann in einem größeren Bild zusammengesetzt werden.

**Innere Sinne Theorien**  erfassen Bewusstsein als die Fähigkeit, über innere Sinne wahrzunehmen. Hierbei steht die qualitative, sensorische Erfahrung im Vordergrund, das Erleben. Diese qualitative Dimension lässt sich beschreiben. Es gibt etwas, „wie es ist, in diesem Zustand zu sein“ (Thomas Nagel), was bei reinen mentalen Prozessen nicht der Fall ist.

Zuletzt gibt es Theorien über  **Gedanken höherer Ordnung** , in denen Bewusstsein als unsere Gedanken über unseren momentanen Bewusstseinszustand definiert wird. Wir befinden uns daher nicht nur in einem Bewusstseinszustand mit gewissen Qualitäten, sondern wissen es auch und können es ausdrücken. Hierbei spielen Wahrnehmungstraining und Sprachentwicklung eine übergeordnete Rolle, um Bewusstseinszustände immer besser beschreiben zu können.

Menschen, deren innere Sinne gut ausgebildet sind und die ihre Wahrnehmung in Gedanken höherer Ordnung ausdrücken können, werden für die Bewusstseinsforschung immer relevanter, da sie Zugang zu Bewusstseinsqualitäten ermöglichen und nicht nur zu physikalischen Messgrößen.

  **Buchempfehlung:**  „Consciousness“ von Josh Weisberg, David Rosenthal und Steven M. Kahn. Das Buch beinhaltet eine sehr weite Sammlung von Essays aus der Bewusstseinsforschung und führt klassische philosophische Ansätze mit aktuellen Forscher:innen zusammen. Das Buch ist erst 2022 erschienen und spiegelt daher den aktuellen Stand gut wider.



online lesen?!



[bewusstseinsstiftung.eu/1x1/definition](https://bewusstseinsstiftung.eu/1x1/definition)