

Kopfsachen

Mitgefühl und Grausamkeit

Die helle und die dunkle Seite der Empathie



Mitgefühl und Grausamkeit

Die helle und die dunkle Seite der Empathie

Holger Schulze

Empathie, die Fähigkeit, sich in einen anderen Menschen hineinzusetzen und Annahmen über dessen Gefühle, Absichten oder Meinungen zu generieren, ist eine der wesentlichen Voraussetzungen für das Funktionieren des Menschen als soziales Wesen. Wir erkennen unseren eigenen Geist, unser eigenes Ich, und vermuten, dass auch andere Individuen über einen solchen Geist, eine eigene Persönlichkeit verfügen: Wir haben eine „Theory of Mind“ über den anderen. Doch diese Fähigkeit zum Erkennen, zum Nachempfinden von Emotionen, Zielen oder Persönlichkeitsmerkmalen anderer bedingt noch nicht, wozu wir diese Erkenntnisse nutzen, denn das Gehirn bewertet diese Erkenntnisse in anderen Regionen als denen, in denen es sie generiert.

Der Mensch ist ein soziales Wesen. Wenngleich große Fortschritte in Kunst, Kultur oder Wissenschaft oft auf den Leistungen einzelner Individuen beruhen, so hängt der Erfolg einer Gesellschaft doch davon ab, dass solche Ererungenschaften Einzelner in der Gemeinschaft kommuniziert und tradiert werden. Diese Weitergabe von Wissen an andere, unsere Fähigkeit, Wissen unserer Vorfahren zu erlernen, ist eine der wesentlichen Grundvoraussetzungen für die Weiterentwicklung unserer Gesellschaft insgesamt.

Damit ein solches Zusammenwirken von Individuen in einer Gemeinschaft funktionieren kann, ist von entscheidender Bedeutung, wie gut der Einzelne die Gefühle, Absichten oder Meinungen eines anderen einschätzen kann. Diese Fähigkeit zur Empathie ermöglicht es uns, Vorhersagen über das zukünftige Verhalten anderer zu treffen¹, einzuschätzen, wie eigene Handlungen das

¹ Vergleiche Kopfsachen, UNIVERSITAS 01/2012

Gegenüber beeinflussen könnten, um so gleichsam das eigene Handeln auf den anderen abzustimmen. Wir schließen aus dem Erleben des eigenen Ichs, dass andere ebenfalls über ein solches Ich verfügen (das Konzept der „Theory of Mind“) und daher in vergleichbaren Situationen ähnliche Reaktionen zeigen müssten, wie wir selbst es täten. Diese Möglichkeit, sich in den anderen einzufühlen, erlaubt eine Einschätzung des Gegenübers, die ohne Empathie so nicht möglich wäre. Die Tradierung von Wissen in unserer Gesellschaft ist somit eng verknüpft mit unserer Empathiefähigkeit: Ein guter Lehrer ist einer, der sich gut in seine Schüler hineinversetzen kann, um sie „dort abzuholen, wo sie sind“, ebenso wie ein Schüler besonders gut lernen wird, wenn er sich gut auf seinen Lehrer einstellen kann. Es verwundert daher nicht, dass, wie wir gleich sehen werden, auch die Hirnmechanismen, die dem Erlernen von Fähigkeiten von anderen dienen, denen ähneln, die empathisches Mitfühlen erlauben.

Bevor wir uns jedoch der Neurobiologie der Empathie zuwenden, bedarf es noch einer begrifflichen Klarstellung: Mitfühlen und Mitgefühl sind keineswegs dasselbe! Vielmehr ermöglicht uns erst die Fähigkeit zum Mitfühlen die Entwicklung von Mitgefühl: Beobachten wir beispielsweise das Leiden eines anderen Menschen, so können wir dieses Leiden dank unseres Empathievermögens nachempfinden und uns vorstellen, wie wir selbst uns in dieser Situation fühlen würden, mit der Konsequenz, dass wir möglicherweise Mitleid empfinden. Gleichwohl können wir in analoger Weise auch die Freude teilen, die ein anderer empfindet. Mitfühlen ist demnach die Voraussetzung, damit Mitgefühl sich entwickeln kann. Es ist also die Einschätzung der Gefühle eines anderen, das Mitgefühl hingegen eine Bewertung des Mitgefühlten. Diese ist allerdings ergebnisoffen und muss keineswegs positiv sein: Wie bereits Kant bemerkte, lässt sich die Fähigkeit zur Empathie auch dazu missbrauchen, Menschen zu manipulieren oder ihnen zu schaden. Was wir mit dem Mitgefühlten anstellen, hängt also von unseren eigenen Intentionen, Emotionen und Charaktereigenschaften und vielleicht auch vom Kontext ab, in dem wir uns gerade befinden. Die moderne Neurobiologie versucht nun, all diese Eigenschaften und Leistungen des Ichs auf bestimmte Hirnzustände zurückzu-

führen. Eine Schlüsselrolle in diesen Modellen spielen dabei die sogenannten Spiegelneurone.

Spiegelneurone

Spiegelneurone wurden erstmals in den 1990er-Jahren vom italienischen Neurophysiologen G. Rizzolatti und Mitarbeitern im motorischen System von Makaken beschrieben: Die Forscher entdeckten in einem bestimmten Bereich des prämotorischen Cortex dieser Primaten Neurone, die nicht nur dann reagierten, wenn der Affe eine bestimmte Bewegung durchführte, sondern auch, wenn der Affe beobachtete, wie ein Artgenosse oder auch ein Mensch diese Bewegung ausführte. Das heißt, für diese Neurone schien es keinen Unterschied zu machen, ob eine bestimmte Handlung von einem selbst oder einem anderen Individuum ausgeführt wurde. Bereits früh kam die Interpretation dieses Befundes auf, dass derartige Zellen die Handlungen des anderen in einem selbst spiegeln und so ein Nachempfinden der beobachteten Handlung für die eigene Person ermöglichen. Die Theorie hierzu² besagt, dass die Aktivität dieser Spiegelneurone es einem selbst ermöglicht, sich vorzustellen, wie es sich anfühlte, würde man die Handlung selbst durchführen. Weiter wird argumentiert, dass ein solches System bestens geeignet wäre, um durch Nachahmen der Handlungen anderer zu lernen. Man könnte so etwas quasi mental „durchleben“, ehe man es tatsächlich tut. Eine Weitergabe von Fertigkeiten von Individuum zu Individuum wäre so möglich, und es liegt auf der Hand, dass Lernen durch Nachahmen eines Lehrers wesentlich effektiver ist als Lernen durch Versuch und Irrtum. Spiegelneurone könnten so zur Tradierung von Wissen und Fertigkeiten über Generationen hinweg und damit zur Entstehung von Kulturen beitragen.

Doch damit nicht genug: Mittlerweile wurden in einer ganzen Reihe weiterer Hirnareale Neurone mit „Spiegeleigenschaften“ entdeckt: In einem Bereich des Parietallappens etwa fanden sich Zellen, die nicht nur beim Beobachten

² welche freilich nicht unumstritten ist, siehe hierzu etwa J.M. Vivona, *Leaping From Brain To Mind: a Critique of Mirror Neuron Explanations of Countertransference*. *J Am Psychoanal Assoc*, 2009, 57: 525, DOI: 10.1177/0003065109336443. Eine gute Übersicht findet sich auch unter http://en.wikipedia.org/wiki/Mirror_neuron.

der Aktion aktiv waren, sondern scheinbar auch das Ziel der ausgeführten Bewegung mitkodierte. Auch im somatosensorischen Cortex, dem Bereich also, der für das (eigene) Fühlen von Berührungen zuständig ist, finden sich Spiegelneurone, die auch dann reagieren, wenn wir sehen, wie jemand anderes berührt wird. Hier kommen wir dem Mitfühlen also bereits ein deutliches Stück näher. Was nun noch fehlt für echte Empathie ist die Kodierung des emotionalen Kontextes, in dem eine Handlung, Bewegung oder Berührung stattfindet. Zuständig hierfür ist im Gehirn das limbische System, und tatsächlich finden sich auch in Teilen des limbischen Systems Spiegelneurone, nämlich im sogenannten Inselcortex und dem cingulären Cortex³. Beobachten wir jemanden, der beispielsweise Ekel oder Schmerz empfindet, so sind Neurone in diesen Bereichen ebenso aktiv als wenn wir selbst diese Empfindungen hätten. Vermutlich sind diese Neurone auch dafür verantwortlich, dass solche Emotionen „ansteckend“ sein können: Viele Menschen verspüren beispielsweise selbst ein Gefühl der Übelkeit, wenn sie beobachten, wie sich jemand erbricht. Im Extremfall kann die Beobachtung von Berührungen oder Schmerzen anderer bei bestimmten Synästheten gar zu echten eigenen Berührungs- oder Schmerzempfindungen führen. Vieles bei der Kodierung von Emotionen läuft dabei über die mimische Muskulatur: Wir schließen aus einem traurigen oder freudigen Gesicht auf den Zustand unseres Gegenübers und diese Erkenntnis hat – vermutlich über die Aktivierung von Spiegelneuronen im limbischen System – Einfluss auf die eigene Stimmungslage. Doch wie sich dieser Einfluss letztlich auswirkt, entsprechend der Stimmung beim Beobachteten oder anders, hängt davon ab, wie unser Gehirn diese Emotion des anderen bewertet, und für diese Bewertung ist nicht das limbische System alleine verantwortlich.

Die Bewertung des Mitgefühlten

Das Erkennen der Emotionen eines anderen und das Bewerten dieser Emotion sind zwei voneinander unabhängige Prozesse: Zwar ist das Erkennen nötig, bevor eine Bewertung vorgenommen werden kann, doch der Ausgang

³ Störungen in diesem Bereich werden als Ursache von autistischen Störungen diskutiert.

dieser Bewertung wird durch das Erkannte keineswegs determiniert: So empfinden wir vielleicht Mitleid mit einem Freund, der Schmerzen leidet. Unsere Bewertung der Schmerzen eines Fremden wird aber möglicherweise anders ausfallen, wenn es sich dabei um einen Feind oder Verbrecher handelt. Für diese Bewertungen sind verschiedene Bereiche unseres Stirnhirns, des Frontallappens (präfrontaler Cortex) zuständig. Hier erhält die Information über die Emotion des anderen einen moralisch-ethischen Kontext, wird „rational“ bewertet. Störungen in diesem Bereich der Hirnfunktionen können daher zum Beispiel auch zu extremen „Bewertungen“ führen, wie es etwa bei Sadisten der Fall ist. Aggressive Jugendliche etwa, die durch häufige Gewalt gegen andere aufgefallen sind, in denen sie ihren Opfern Schmerzen zufügten, zeigten in Untersuchungen deutlich schwächere Interaktionen zwischen diesen Bereichen des präfrontalen Cortex und limbischen Strukturen als eine gleichaltrige Kontrollgruppe⁴. Auf Grund solcher Befunde unterscheidet man inzwischen auch zwischen emotionaler und kognitiver Empathie.

Empathie ist also nichts per se Gutes, sie ist zunächst einmal eine Fähigkeit, die sich spät in der Evolution, vermutlich erst bei höheren Primaten, entwickelt hat und die es uns ermöglicht, andere besser zu verstehen und so sozial mit ihnen zu interagieren. Was wir aus dieser Fähigkeit machen, bleibt aber, wie so oft, in unserer eigenen Verantwortung.

Weiterführende Literatur:

- G. Rizzolatti und C. Sinigaglia. Empathie und Spiegelneurone. Die biologische Basis des Mitgefühls. Suhrkamp Verlag Frankfurt a.M., edition unseld 11, 4. Aufl. 2012
- M. Iacoboni und M. Dapretto. The mirror neuron system and the consequences of its dysfunction. *Nature reviews Neuroscience*, 2006, 7: 942-951
- C. Keysers et al. Somatosensation in social perception. *Nature reviews Neuroscience*, 2010, 11: 417-428

⁴ Vgl. Decety et al., Atypical empathic responses in adolescents with aggressive conduct disorder: A functional MRI investigation. *Biological Psychology*, 2009, 80: 203–211