

Empathie, ersehnt und überschätzt

Dem Mythos von der emotionalen Intelligenz folgt die Sage über das empathische Gehirn

Je weiter Spezialistenwissen unsere Welt in immer kleinere Teile auflöst, desto stärker wächst das Bedürfnis nach Vereinfachung. Der Wunsch nach Synthese führt uns zur Konzentration auf den Event, der alle Aufmerksamkeit bündelt und die Vielfalt ordnet. Er lässt uns nach psychologischen Begriffen suchen, die eine neue und gute Einheit unter den Menschen versprechen. Nach der "emotionalen Intelligenz" und dem "positiven Denken" - beides für den kritischen Forscher Widersprüche in sich - gerät gegenwärtig die Empathie in Mode.

Die Suche nach einem Verständnis dieser Faszination führt zurück in das 19. Jahrhundert. Sie fordert sich mit jenen Prozessen zu beschäftigen, die heute in der Soziologie unter "Individualisierung" der zugleich auch ein Prozess der Verstädterung ist. Wer in die eigene Familiengeschichte zurück blickt, entdeckt immer auch in ihr Spuren jenes Prozesses, der in den Jahren von 1850 bis 1950 in den meisten europäischen Ländern dazu führte, dass eine anfangs zu 80 Prozent in Dorfgemeinden lebende Bevölkerung mehrheitlich in die Städte zog. Sie erlernte neue Berufe, strebte nach Selbstverwirklichung.

Die Denker, welche diesen Prozess begleitet haben, haben seine Gefahren wie seine Chancen ins Grundsätzliche formuliert: Nietzsche sah das radikal nach Selbstverwirklichung strebende Individuum als Bestie, die unerschrocken über zertrümmerten Götterbildern ihren Weg sucht. Schopenhauer hat demgegenüber die Substanz der Kräfte, welche die Menschen verbinden, im Mitleid gesucht. Der einzige Grund, uneigennützig zu handeln, ist nach ihm die Erkenntnis des Eigenen im Anderen. Der vom blinden Lebenswillen getriebene Mensch erkennt, dass in allen anderen Lebewesen derselbe blinde Wille haust und sie ebenso leiden lässt wie ihn. Durch das Mitleid wird die Selbstsucht überwunden, der Mensch identifiziert sich mit dem Anderen durch die Einsicht in das Leiden der Welt. Verletze niemanden, vielmehr hilf allen, soweit du kannst. Ist für Schopenhauer das Prinzip aller Moral.

Nietzsche widerspricht Schopenhauer und konstruiert einen Gegensatz von Herren- und Sklavenmoral. Herrenmoral sei die Haltung jener, die zu sich selbst und ihrem Leben Ja sagen könnten. Sklavenmoral werte ihr Gegenüber, die Herrschenden, Glücklichen, Ja-Sagenden als böse und mache sich selbst zu deren gutem Gegensatz. Das Christentum habe die Sklavenmoral zum Teil hervorgerufen, in jedem Fall aber begünstigt und sie dadurch zur herrschenden Moral gemacht.

Nietzsche wendet Schopenhauers Empathie-These in ihr Gegenteil: Weil das Leben zu bejahen sei, vermehre das Mitleid das Leiden in der Welt und stehe dem schöpferischen Willen entgegen, der immer auch vernichten und überwinden müsse – andere oder auch sich selbst.

Jeremy Rifkin behauptet in seinem 2010 erschienenen Buch "Die empathische Zivilisation", es gebe etwas wie eine zwangsläufige Entwicklung zu einem globalen, von Einfühlung beherrschten Bewusstsein. Unser Einfühlungsvermögen habe sich über die Jahrhunderte hinweg entfaltet. Es wachse parallel zur kulturellen Entwicklung, werde immer vielfältiger und

genauer auf die Individuen bezogen.

Ganz falsch ist das nicht, aber Rifkin unterschätzt die Macht der Gegenkräfte und die Tatsache, dass Einfühlung nur unter günstigen Bedingungen überhaupt funktioniert. Und er erinnert sich zu wenig an die Möglichkeiten des Missbrauchs der Empathie, auf die Bloch hingewiesen hat: Nazis sprechen betrügend, aber zu Menschen, die Kommunisten völlig wahr, aber nur von Sachen.

Denn weder Schopenhauer noch Nietzsche ahnten, welche Macht die Massenmedien im nächsten Jahrhundert entfalten würden und welche makabren Amalgame aus Übermensch- und Mitleidszenarien gerade die faschistische Propaganda erfinden würde: Deutschland als arme, geplagte, vom rassistischen Untergang bedrohte Nation, die nach einem Retter schreit; das germanische Herrenvolk als Kulturträger und Sinnstifter.

Empathie ist die Fähigkeit, sich in andere Menschen einzufühlen, ihre Stimmungen und Bedürfnisse zu erkennen, sie zu führen und zu verführen. Sie muss, ganz im Schopenhauerschen Sinn, durch die Maxime gezügelt werden, niemandem zu schaden und anderen Menschen soviel als möglich zu helfen. Ohne diese Zügel, die nicht aus ihr selbst kommen, kann sie dem Banker so gut nützen wie dem Psychotherapeuten: der eine verkauft dem Kunden, der sich in seinen Ängsten und Wünschen gut verstanden fühlt, eine faule Geldanlage, der andere hilft ihm aus seiner Depression.

Zoologisch gesehen, ist der Mensch die erfolgreichste Art. Er hat sich über die ganze Erde ausgebreitet, die Lüfte erobert und in den Tiefen der Meere nach begehrten Rohstoffen gebohrt. Dieser Erfolg ist maßlos und beängstigend. Tschernobyl, schmelzende Gletscher, mehr Überschwemmungen und Wirbelstürme als je zuvor, dazu das Wissen, dass die fortgeschrittenen Zivilisationen bis zu sechsmal mehr Energie verbrauchen als sich regeneriert, - solche Bilanzen führen direkt zum Galgenhumor.

Venus trifft Erde. "Du siehst krank aus!" sagt sie.

"Ich habe Menschen", stöhnt Erde.

"Das vergeht!" sagt Venus.

In solchen Stimmungen suchen wir nach Halt und gehen mit Ergebnissen der Gehirnforschung um wie die Zeichendeuter der Antike mit den Eingeweiden der Opfertiere. Anders lässt sich die enorme Aufblähung einer banalen und vieldeutigen Entdeckung, die der italienische Neurobiologe Giacomo Rizzolatti vor gut zehn Jahren in Parma gemacht hat, nicht verstehen. Rhesusaffen-Gehirne und auch menschliche Gehirne reagieren auf die Wahrnehmung von Bewegungen und auf andere Eindrücke so, als ob diese Eindrücke bzw. Bewegungen sie selbst betreffen.

Das Wissen ist nicht neu; neu ist nur, dass es mit den heutigen Methoden des Gehirnscans sichtbar gemacht werden kann. Wer einmal Säuglinge beobachtet hat, der weiß auch, dass das menschliche Gehirn über eine angeborene Fähigkeit verfügt, Bewegungen der Mutter wahrzunehmen und diese nachzuvollziehen. Identifizierung und Idealisierung sind bei weitem die effektivsten Methoden, sich Neues anzueignen. Wer eine Fremdsprache erlernen will, tanzen oder golfspielen - er kann nichts Besseres tun, als sich in seinen Lehrer oder seine

Lehrerin zu verlieben und zu versuchen, möglichst zu werden wie diese.

Die Gehirnforscher sprechen von Spiegelneuronen. Da gegenwärtig nichts mehr als die Gehirnforschung lockt, eigenen Wertvorstellungen ein unantastbar solides Fundament zu verschaffen, werden gleich Bücher geschrieben über das "empathische Gehirn", als wüssten wir erst jetzt, dass Mitgefühl und Empathie eine biologische Grundlage haben wie andere emotionale Reaktionen auch. Die Begriffskombination von Empathie und Nervenzentren soll den Eindruck erwecken, Einfühlung sei nicht oberflächliches Produkt von Erziehung und Konvention, sondern tief im Gehirn verwurzelt, daher unantastbar, mächtig, ein Garant für eine gute Entwicklung der Menschheit.

Wenn etwas besonders hoch gelobt wird, liegt der Verdacht nahe, dass da etwas verborgen werden soll. In der Tat wird niemand, der die Entwicklungen in den globalisierten Staaten verfolgt hat, behaupten können, dass emotionale Intelligenz und Empathie prägende Kraft entfalten. Wir hätten nur so gerne, dass sie mächtiger wären. Aber insgesamt dominiert doch eher das Kalkül der Heuschrecke. In der politischen Rhetorik scheinen sich inzwischen alle Politiker einig darüber zu sein, dass es wichtig ist, sich in das Bedürfnis der Wähler einzufühlen, möglichst lange von unangenehmen Wahrheiten verschont zu bleiben. Eine Rede, die Mühe, Schweiß und Tränen verspricht, wie sie Churchill 1940 gehalten hat, würde heute am Einspruch der Medienberater scheitern. Ist das die Anwendung der Empathie ist, die wir uns wünschen?

Einfühlung setzt ein entspanntes Erlebnissfeld voraus. Wo Angst oder Wut dominieren, hat die Empathie keinen Platz mehr, so wünschenswert und hilfreich sie wäre. Konflikte in Familien oder am Arbeitsplatz entstehen immer dann, wenn die Gegner sich nicht mehr „verstehen“ d.h. sich nicht in den jeweils anderen versetzen können. Wer beispielsweise eifersüchtig reagiert, wird von der Verlustangst oft bewegt, den Partner zu verteufeln: er kann sich nicht in die Lage eines Gegenübers einfühlen, das andere Freiheiten und Freiräume braucht. Dadurch entsteht ein Teufelskreis: je weniger ich mich in den Partner einfühlen kann, desto weniger kann ich noch seine Bindung spüren. So jage ich ihn fort, weil ich in meiner Panik überzeugt bin, er hätte mich längst verlassen.

Angesichts der krassen Einfühlungsmängel, welche die jugendlichen Amoktäter in Erfurt und Winnenden aufzeichneten, rufen manche im Kontext des Empathiebooms nach Unterricht in dieser Kunst. Tun das die gleichen Bildungspolitiker tun, die seit Jahren die musischen Fächer zugunsten der mathematisch-technischen zurückfahren? Kindliche Empathie muss nicht aktiv gefördert werden; sie entfaltet sich, wenn angstfreie Räume zur Verfügung stehen. Wo Leistungsforderungen dominieren, schwindet Einfühlung. Alles was mit Spiel, mit Kreativität zu tun hat, stimuliert die Einfühlung. Solche Einsichten der psychologischen Forschung stecken schon in wohl bekannten Sprichwörtern. Dem deutschen Dichter Johann Gottfried Seume, der vor allem durch seinen „Spaziergang nach Syrakus“ bekannt geworden ist, wird eines davon zugeordnet. Es lautet:

*„Wo man singt, da laß' dich ruhig nieder,
böse Menschen haben keine Lieder.“*

Ein interkultureller Chor, eine aus unterschiedlichen Nationalitäten zusammen gesetzte

Fussballmannschaft oder einer der interkulturellen Gärten, welche von Jens Mittelsten Scheids Stiftung gefördert werden, sind Beispiele für soziale Orte, in denen Empathie gefördert wird. Wenn Schulen sich der Aufgabe stellen wollen, in den Klassen Einfühlung zu vermehren, wäre ein fachübergreifendes Projekt sicher sehr viel angebrachter als eine Unterrichtseinheit mit diesem Titel.

Die Durchmischung der modernen Lebenswelt lässt Empathiemängel viel schärfer hervortreten als das Leben in der Enge traditioneller Dörfer, in denen jeder jeden kennt. In einer arrangierten Ehe sorgen Eltern durch die Auswahl von Braut und Bräutigam dafür, dass dem Paar viele der Aufgaben erspart bleiben, welche die Liebenden der Moderne nur durch Einfühlung bewältigen können. Menschen, die sich professionell einfühlen müssen, etwa Schauspieler, Künstler, Unterhändler und Verkäufer, sind in der Regel scharfe Beobachter und geübt, ihrem Gegenüber zu signalisieren, dass sie sich für dessen Innenleben interessieren. Wer selbst Gefühle ausdrückt, ermutigt andere dazu, es ihm gleich zu tun.

Einfühlung ist ein spontanes Geschehen; wer sie erlernen will, muss nichts tun, sondern etwas geschehen lassen. Er muss starre Vorstellungen von richtig und falsch aufgeben und versuchen, in den Schuhen eines anderen zu gehen. Das ist nicht immer leicht, vor allem dann nicht, wenn dieser andere ein Feind ist. Vielleicht die verhängnisvollste Folge seelischer Traumatisierungen ist ein Verlust an Einfühlung. Beispiele dafür sind nicht nur die Kriegsheimkehrer, welche von ihren Kindern als unzugänglich, desinteressiert, verschlossen erlebt werden.

Je mühsamer es ist, sich eine soziale Rolle anzueignen und sie zu bewahren, desto weniger können alle, welche sie in Frage stellen, mit Einfühlung rechnen. Eltern, die sich anerkannt fühlen, können leicht auf den Nimbus ihrer Elternrolle verzichten, sich daran erinnern, wie es sich anfühlt, Kind zu sein, und dann ihre eigenen Kinder geschickter handeln, als es sie ein Dutzend Ratgeber lehren könnte.

Dieser Artikel erschien am 4.9.2010 in der Stuttgarter Zeitung