

Empathie und Gesellschaft

Facetten des sozialen Verhaltens

Grit Hein

In unseren Zeiten sozialer und politischer Unruhe wird vielfach ein Mangel an Empathie beklagt und eine Zunahme an Empathie gefordert. Bevor man diese Forderung diskutieren bzw. ihr nachkommen kann, ist zunächst eine Begriffsbestimmung notwendig.

Der Begriff Empathie wird inzwischen in vielen verschiedenen Bereichen verwendet, mit teilweise voneinander abweichenden Bedeutungen. Innerhalb der Sozialpsychologie gibt es beispielsweise sehr weit gefasste Definitionen, in denen Empathie als affektive Reaktion auf die psychischen oder physischen Zustände einer anderen Person verstanden wird. Einige Ansätze gehen sogar noch weiter und sehen in einer empathischen Reaktion eine Simulation des momentanen Zustands einer anderen Person oder einer Gruppe von Personen. Obwohl teilweise davon ausgegangen wird, dass diese empathische Simulation mehr oder weniger automatisch geschieht, wird dabei hervorgehoben, dass Empathie die Unterscheidung zwischen den eigenen Emotionen und den Emotionen des Anderen voraussetzt. Wenn die Abgrenzung zwischen eigenen und fremden Empfindungen nicht erfolgt, spricht man von emotionaler Ansteckung. Formen emotionaler Ansteckung sind etwa bei Kindern unter 12 Monaten zu beobachten, die schreien, wenn andere Kinder schreien, oder bei Erwachsenen, die

gähnen, wenn das Gegenüber gähnt. Emotionale Ansteckung wird vielfach als Vorstufe von Empathie angesehen, über die wahrscheinlich auch die meisten sozialen Tierarten verfügen.

Bei Menschen entwickelt sich das Vermögen zur Empathie im Laufe des zweiten Lebensjahres. In dieser Zeit fangen Kleinkinder an, andere zu trösten und dabei von ihren eigenen momentanen Empfindungen zu abstrahieren. Etwa zeitgleich erkennt das Kind sich selbst im Spiegel, anstatt das Spiegelbild als Bild eines anderen Kindes wahrzunehmen, wie in früheren Entwicklungsphasen. Diese Selbsterkenntnis weist darauf hin, dass das Kind in der Lage ist, sich selbst von anderen und seine Zustände von den Zuständen anderer zu unterscheiden. Die meisten Menschen werden von Geburt an durch emotionale Ansteckung beeinflusst, und diese Prozesse reifen in den meisten Fällen zur Empathiefähigkeit heran. Empathiefähigkeit gehört demnach zur Grundausstattung des Menschen. Ebenso klar ist jedoch, dass die Fähigkeit zur Empathie nicht mit der tatsächlichen Ausprägung von Empathie gleichgesetzt werden kann. Eine Vielzahl von entwicklungspsychologischen Studien zeigt, dass die Ausbildung von Empathie im Kleinkindalter von der empathischen Kompetenz der Bezugspersonen abhängt. Dabei bezieht sich empathische Kompetenz auf das adäquate Wahrnehmen und Adressieren kindlicher Bedürfnisse, der eine Missachtung dieser Bedürfnisse (durch Vernachlässigung, aber auch durch überfordernde Dauerzuwendung) gegenüber steht.

Auch bei Erwachsenen ist Empathie ein zartes Pflänzchen. Die meisten Personen sind in der Lage, Empathie mit Anderen zu empfinden, doch kommt diese Fähigkeit oft nur einem eingeschränkten Personenkreis zugute, meist Personen aus dem engen Familienkreis oder Personen, die als ähnlich oder gruppzugehörig angesehen werden. Eigene oder über die Medien vermittelte negative Erfahrungen können die Empathie gegenüber Personen oder sogar ge-



Grit Hein ist Professorin für Translationale Soziale Neurowissenschaften an der Universität Würzburg.

genüber ganzen Personen-
gruppen reduzieren. Die
Plastizität von Empathie
lässt sich durch Befragun-
gen schwer abbilden, da
fehlende Empathie gesell-
schaftlich geächtet ist (oder
es zumindest sein sollte)
und Befragte ihre Antwort-
en oft an die gesellschaftli-
chen Erwartungen anpas-
sen. Neurowissenschaftli-
che Methoden können hier
helfen, da sie Prozesse rela-
tiv unabhängig von explizi-
ten Angaben der Person ab-
bilden können.

Es gibt eine Vielzahl neuro-
wissenschaftlicher Studien,
die die neuronale Reaktion
beim Beobachten des
Schmerzes einer anderen
Person untersucht haben.
Ein klassischer Befund ist,
dass Empathie für den

Schmerz einer anderen Person
Hirnregionen aktiviert, die
auch in die Verarbeitung des
eigenen Schmerzes involviert
sind. Zunächst wurden diese
Befunde als Beweis für Simu-
lationstheorien interpretiert,
d.h. der Annahme, dass Em-
pathie auf der Simulation der
Zustände einer anderen Per-
son beruht. Wenn dies der Fall
wäre, müsste die neuronale
empathische Reaktion einer
Person anhand der neuronalen
Reaktion bei Selbstschmerz
vorhersagbar sein. Studien,
die diese Annahme anhand von
Klassifikationsalgorithmen
testeten, haben sie jedoch
nicht bestätigt. Doch selbst
wenn neuronale Empathie
keine direkte Simulation der
eigenen Erfahrung darstellt,
bleibt sie eine robuste phy-
siologische Signatur, die
Plastizität von Empathie
zusätzlich zu Fragebögen
erfassen kann.

Mit Hilfe solcher neurowissenschaftlichen
Methoden wurden Faktoren
identifiziert, die die neuronale
Reaktion beim Beobachten
des Schmerzes einer anderen
Person abmildern. So wurde
beispielsweise gezeigt, dass
die neuronale Reaktion auf
den Schmerz eines Fremdgruppen-
mitglieds schwächer ist als
die Reaktion auf den Schmerz
eines Eigengruppenmitglieds.
Noch wichtiger als das Auf-
zeigen solcher Empathie-Defi-
zite ist jedoch die Frage, ob
und wie Empathie verstärkt
bzw. wiederhergestellt werden
kann. Um dieser Frage nach-
zugehen, wurde untersucht,
inwieweit neuronale em-
pathische Reaktionen durch
konkrete Erfahrungen mit
anderen beeinflusst werden.
Es zeigte sich, dass unerwar-
tete positive Erfahrungen mit
einem Fremdgruppenmitglied
Lernmechanismen initiieren,
die zu einer Steigerung der
neuralen Empathie gegenüber
der gesamten Fremdgruppe
führten. Der Anstieg der
neuralen Empathie gegenüber
der Fremdgruppe war schon
nach wenigen positiven Er-
fahrungen zu verzeichnen.
In der Zusammenschau legen
die Befunde nahe, dass Em-
pathie zwar fragil, aber wider-
standsfähig ist. Fragil, weil
es von einer

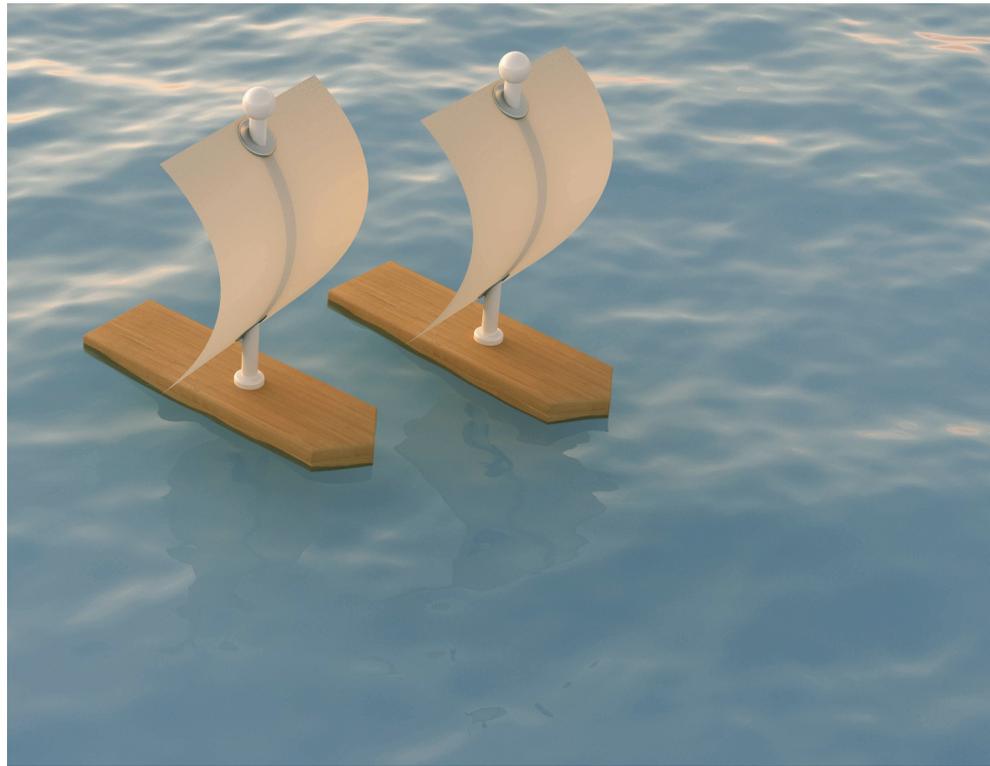


Foto: picture-alliance

Vielzahl von Faktoren abgeschwächt
werden kann; widerstandsfähig,
weil Empathie neu gelernt werden
kann, in positiven Interaktionen
mit anderen und von empathischen
Vorbildern.

Empathie, d.h. das Teilen der affektiven
Zustände Anderer, ist ohne Zweifel
von höchster Bedeutung, denn sie
schafft emotionale Verbindungen
zwischen Menschen und erleichtert
es, die Reaktionen anderer zu
verstehen. Aber kann Empathie
allein unsere Gesellschaft prosozia-
ler und toleranter machen? Em-
pathie gilt als eines der stärksten
Motive für prosoziales Verhalten,
d.h. eine Stärkung von Empathie
sollte unsere Gesellschaft automa-
tisch prosozialer machen. Hier ist
jedoch Vorsicht geboten – aus drei
Gründen: Erstens kann Empathie
mit dem Leid anderer eine Stress-
reaktion auslösen, besonders, wenn
man diesem Leid hilflos gegenüber
steht. Diese Stressreaktion führt
dann zum Rückzug, anstelle des
erhofften prosozialen Handelns.
Zweitens können die durch Em-
pathie erzielten Einblicke in die
„Innenwelt“ einer anderen Person
auch gegen diese Person verwendet
werden, wie das bei dysfunktionalen
Familienkonstellationen der Fall
ist. Drittens wird Empathie durch
eine Vielzahl von Faktoren ab-
geschwächt. Auch wenn Empathie
durch positive Erfahrungen erneuert
werden kann, kann sie allein noch
kein stabiles kooperatives Mitein-
ander garantieren. Hieraus ergibt
sich, dass Empathie für viele Facet-
ten des sozialen Verhaltens von
größter Bedeutung ist, aber zur
Lösung gesellschaftlicher Probleme
mit stabilen (pro)sozialen Normen
kombiniert werden muss, die auch
dort greifen, wo Empathie fehlt
oder nicht ausreicht, um prosozia-
les Verhalten zu motivieren. Eine
solche Norm ist gegenseitiger Res-
pekt. Nur auf dem Fundament einer
Kultur wechselseitigen Respekts
kann Empathie gedeihen und unsere
Gesellschaft empathischer werden.