

NR *Stichwort*

Empathie

Empathie ist das Vermögen, sich in die Stimmungen, Antriebe und Emotionen anderer Menschen einzufühlen. Die eigene Stimmung und die eigenen Antriebe können dabei andere als die des Gegenübers sein. Empathiefähige Individuen können zwischen dem emotionalen Innenleben von sich und anderen unterscheiden und die Fähigkeit sowohl prosozial als auch antisozial nutzen.

Der Begriff Empathie hat griechische Wurzeln, ist aber ein erst im 19. Jhd. geschaffenes Kunstwort, das analog zum altgriechischen Wort *sympátheia* (Mitgefühl, -leiden) gebildet wurde. Er wurde von dem Philosophen Rudolf Hermann Lotze (1817-1882) und dem Psychologen Theodor Lipps (1851-1914) mit geringfügig verschiedenen Bedeutungen eingeführt.

Eine stammesgeschichtliche Vorbedingung für Empathie ist die *Stimmungsübertragung*. Diese Fähigkeit erleichtert die Synchronisation von Artgenossen etwa in Schwärmen und Herden. In Menschengruppen zeigt sich die Stimmungsübertragung sowohl bei ausgelassener Heiterkeit als auch bei Trauer: Hier knüpft sie ein gemeinsames Band. Sie kann sich freilich auch negativ auswirken, etwa wenn sich Anspannung, Leistungsdruck und Unsicherheit bei einer Wöchnerin auf das Neugeborene übertragen und bei ihm eine Stressreaktion auslösen. Das Risiko für Stillprobleme oder/und exzessives Schreien ist dann höher als bei einer entspannten Mutter, die ihr Baby genießt. Rasch und vorübergehend ist hingegen die jedem bekannte Stimmungsübertragung im Falle von Übelkeit und Erbrechen, der man sich schwer entziehen kann.

Im Kontext von Stimmungsübertragung und Empathie werden immer wieder *Spiegelneurone* erwähnt. Sie waren zweifellos eine neuronale Vorbedingung der Empathie und spielen bei Säugetieren eine Rolle, wenn im Rahmen der Stimmungsübertragung bestimmte Erbkoordinationen (angeborene Bewegungsmuster) nachvollzogen werden.

Empathie ist nach Doris Bischof-Köhler [1] und Norbert Bischof [2] mit ganz be-

stimmten kognitiven Leistungen verbunden. Empathiefähig sind Menschenaffen sowie Kinder etwa ab dem 18. Monat; beide erkennen sich im Spiegel [3]. Wenn sie sich zum ersten Mal im Spiegel entdecken und die erste Aufregung um den „Fremden“ hinter der „Scheibe“ abgeklingen ist, spielen sie mit der *synchronen Identität* der optischen Wahrnehmung des Spiegelbildes und ihrer propriozeptiven Wahrnehmung der Bewegungen und Stellungen der Glieder im Raum. Sie können also zwischen dem körperlich wahrgenommenen (propriozeptiven) „I“ und dem über das Auge vermittelte „Me“ als Objekt im Spiegel unterscheiden. Testpsychologisch wird beim Spiegelversuch der Rouge-Test eingesetzt: Dem untersuchten Individuum wird mit einer beiläufigen Berührung ein Farbfleck ins Gesicht gestrichen. Wenn es sich bereits im Spiegel erkennen kann, reagiert es auf den Fleck mit Überraschung, untersucht ihn und versucht ihn zu entfernen. Der evolutionsbiologische Entstehungsgrund der Fähigkeit, das eigene Spiegelbild zu erkennen, ist möglicherweise diese synchrone Identität [2]. Sie ist Voraussetzung und Teil von Planhandlungen: Wenn ein Schimpanse Bananen an der Käfigdecke durch Springen nicht greifen kann, dann wird er versuchen, Utensilien aus dem Käfig einzusetzen, um die Banane zu erreichen. Wolfgang Köhler hat vor etwa 100 Jahren beobachtet, wie einzelne Schimpansen mehrmals zu den „unerreichbaren“ Bananen geblickt haben, dann auf den Platz darunter, dann zu Kisten, die sich im Käfig befanden [4]. Die Blicke der Schimpansen ließen auf Planhandlungen rückschließen, und in der Tat haben sie anschließend Kisten unter die Bananen geschoben und übereinander gestellt, um an die begehrten Früchte zu gelangen. Manche Käfiggenossen haben den wackeligen Turm abgestützt, um das Hinaufklettern zu erleichtern. Dies setzt Empathie in die Antriebslage des anderen voraus und in diesem Kontext das Nachvollziehen und Miterfinden der intelligenten Appetenzhandlung. Allerdings scheinen Schimpansen nicht zur *geteilten Intention* fähig zu sein, sie können nicht gemeinsam an einem Strang ziehen [5]. Nach Norbert Bischof ist die Fähigkeit des Schimpansen, sich die reale Kiste vorzustellen und simultan dazu planend den Turm zu bauen, Ausdruck der synchro-

nen Identität von gedachten und realen Objekten sowie des beim Planen vorgestellten und des ausführenden Individuums [2]. Vorbedingung der synchronen Identität dürfte die Fähigkeit gewesen sein, sich auf Grund von Vorerfahrungen unterschiedliche Verhaltensoptionen vergegenwärtigen zu können.

Empathie kann sowohl zum Guten (altruistisch) als auch zum Schlechten (verletzend, destruktiv und aggressiv), also pro- und antisozial, eingesetzt werden. Beide Tendenzen konnten von Jane Goodall [6] bei Schimpansen dokumentiert werden (vgl. [7]): Sie beobachtete, wie einer schwer verletzten Schimpansenfrau von der erwachsenen Tochter Futter gebracht wurde; diese Handlung beruht eindeutig auf Empathie. Hätte hingegen die Mutter ihr verletztes Schimpansenjunges gefüttert, dann wäre das im Rahmen ihres instinktiven Verhaltens deutbar.

Zwischen adulten Schimpansen kommt Empathie auch antisozial in Konkurrenzsituationen zum Tragen. Jane Goodall beobachtete, wie unliebsame Gruppenfremde absichtlich und vermutlich auch lustvoll aufs Übelste gequält und zuge richtet wurden, so dass sie an den Verletzungsfolgen starben. Man kann davon ausgehen, dass die Tiere wahrgenommen haben, welche Pein sie verursachen. Derart schwere und intendierte Verletzungen zwischen rivalisierenden Artgenossen gibt es unter natürlichen Bedingungen wohl nur bei den Hominoiden (Menschenaffen und Menschen).

Es gibt neben den erwähnten kognitiven Voraussetzungen von Empathie auch emotionale Voraussetzungen, deren evolutionäre Entstehungsgeschichte sich rekonstruieren lässt: *Wohltuende* prosoziale Bereitschaften [8] haben ihre Wurzeln zum Teil im Brutpflegeverhalten (z.B. Liebe, Freundlichkeit [9, 10]). Aus ethologischer Sicht handelt es sich dabei um Verhaltensweisen wie Kuschneln (bei den meisten Säugetiere zu beobachten), sich Versöhnen (bei vielen sozialen Affen dokumentiert), Trösten (ab den Menschenaffen zu beobachten) und sich Entschuldigen/Verzeihen. Letztere Fähigkeit gibt es nur beim Mensch, wofür ein erweiterter Zeithorizont eine Voraussetzung ist. In der Kindheit werden diese wohltuenden Verhaltensweisen eingeübt. Neben der begrifflichen Abgrenzung von Empathie zur Stimmungsübertragung gilt

Service

es auch, Empathie gegenüber *Emphronesis* (auch als *Theory of Mind* bezeichnet), abzugrenzen [1, 2]. Hierunter versteht man die Fähigkeit, sich vorstellen zu können, was andere wissen können und was nicht. *Emphronesis* ist dem Menschen vorbehalten, und sie zeigt sich ab dem vierten Lebensjahr (untersucht wird diese Fähigkeit beim Kind z. B. durch das Maxi-Paradigma oder den False Belief-Test; das sind Tests, die nur Menschen bewältigen). Zugleich entwickelt das vierjährige Kind einen erweiterten Zeithorizont. Von der Fähigkeit, sich die eigene Zukunft (Tage bis Monate) mit all ihren wechselnden und wiederkehrenden Bedürfnissen „ausmalen“ zu können (möglicherweise ab *Homo erectus*), ist es nur ein kleiner Schritt, sich Denkinhalte anderer Menschen vorstellen zu können. Die Unterscheidung zwischen den motivationalen Aspekten von „I“, „Me“ und „Du“ war eine Vorbedingung dafür. Die Tatsache, dass Schimpansen, die eine Zeichensprache durch Dressur erlernt haben, nicht in der Lage sind, sie im Ernstfall zu nutzen, lässt darauf schließen, dass sie nicht zur *Emphronesis* fähig sind.

Die Empathiefähigkeit des Menschen ist kontextabhängig und basiert wie alle komplexen Verhaltensweisen auf (1) stammesgeschichtlichen, allgemein vorhandenen Anpassungen (Verhaltensdispositionen), (2) lebensgeschichtlichen Erfahrungen sowie (3) kultureller Förderung oder Hemmung. Natürlich gibt es Überlappungen und Verschränkungen: Lebensgeschichte und kulturelle Einflüsse lassen sich nicht strikt voneinander trennen, und evolutionsbiologisch gegebene Neigungen, die das prosoziale Einfühlungsvermögen hemmen, können beispielsweise durch Einsicht, Erziehung und Kultur ausgeglichen werden.

(1) Das stammesgeschichtliche Erbe zeigt sich daran, dass Menschen aller Altersgruppen, sobald sie dem Kleinkindalter entwachsen sind, gut auf Kleinkinder eingehen können und geneigt sind, für sie empathisch „Partei“ zu ergreifen. Im Falle von Eifersucht ist die Empathiefähigkeit dagegen zumeist gehemmt, was evolutionsbiologisch gesehen – in Grenzen – sinnvoll ist: Ehe- und Lebensabschnittspartner können und wollen sich bei Untreue wohl kaum in den untreuen Partner einfühlen. Dass wir geneigt sind, uns Angehörigen gegenüber empathisch

zu verhalten, ist ebenfalls biologisch angelegt, kann aber fatal werden, wenn sich die eigene Stimmung durch Gefühlsansteckung einem leidenden Familienmitglied gegenüber annähert. (Ein wichtiger Grund für Zurückhaltung bei der medizinischen Behandlung Angehöriger!)

Prosoziale Empathie scheint für Individuen der eigenen Familie und Gruppe leichter möglich zu sein als für Angehörige fremder Gruppen. Auch Empathie zwischen Individuen, die sich auf verschiedenen Hierarchieebenen bewegen, ist weniger ausgeprägt als zwischen Individuen derselben Hierarchieebene. Beim Mobbing sind die Empathie- und Kritikfähigkeit der Mobbenden reduziert, weil Mobbing oft mit Befriedigung und berauscher Lust (z. B. „Erfolgs-“ und Triumphgefühlen) verbunden ist – ganz im Sinne einer Affekthandlung.

(2) Die Befähigung zur Empathie ist individuell verschieden ausgeprägt: Es gibt Menschen, die spontan hilfsbereit sind und sich gut auf ihre Interaktionspartner einstellen können; manche vernachlässigen sich dabei selbst. Und, es gibt andere, die prosozial mehr oder minder empathielos zu sein scheinen. Selbst im Rahmen eines Empathietrainings gelingt es kaum, bei ihnen prosoziale Achtsamkeit zu wecken und zu verbessern. Bemerkenswerterweise sind sie im rivalisierenden Kontext und hinsichtlich Schadenfreude oft sehr wohl empathiefähig.

Die Plastizität empathischen Verhaltens durch Sozialisation ist vielfach belegt: Die Fähigkeit zu prosozialer Empathie kann bei Personen, die verwahrlost aufgewachsen sind oder infolge von unsicheren Bindungen und Bindungstraumen in der Kindheit keine oder zu wenig verlässliche und *wohltuende* Erfahrungen mit gleichbleibenden Hauptbezugspersonen sammeln konnten, beeinträchtigt sein oder gänzlich fehlen. Sie können als Erwachsene keine langwährenden Beziehungen und sozialen Verpflichtungen eingehen und zeigen manchmal nicht einmal dann Mitgefühl für das Leid anderer, wenn sie es selbst verursacht haben.

(3) Beispiele für kulturelle Förderungen von Empathie und Hilfsbereitschaft sind die Goldenen Regeln, nach denen man niemandem etwas zuleide zu tun soll, was man selbst nicht zugefügt haben will. In vermutlich allen Schriftkulturen gibt es Belege dafür. Auch das Gleichnis vom

barmherzigen Samariter und der ebenso Jesus zugeschriebene Satz „*Wer von euch ohne Sünde ist, werfe als Erster einen Stein*“, fallen in diese Kategorie.

Ein Beispiel für die Hemmung der prosozialen Empathie ist das propagandistische Dehumanisieren von weltanschaulich und politisch Andersdenkenden sowie fremden Ethnien.

Im Spannungsfeld zwischen prosozialer und egoistisch orientierter Empathie sind Reflexion und pädagogische Maßnahmen nützlich und notwendig. Der Hinweis darauf, dass wir alle inzwischen von sehr vielen Mitmenschen in einer globalen Dimension abhängig sind, führt uns von den Ebenen des Individuums, der Familie und überschaubarer Gruppen auf die Ebenen der Politik, der Außenpolitik und des Völkerrechts.

In einer Zeit, in der Empathie als Begriff noch nicht etabliert war, drückte Darwin [10] seine Hoffnungen in Bezug auf die Globalisierungstendenzen seiner Epoche folgendermaßen aus: „*Wenn der Mensch in der Kultur fortschreitet und kleinere Stämme zu größeren Gemeinschaften vereinigt werden, so wird das einfachste Nachdenken jedem Individuum sagen, dass es seine sozialen Instincte und Sympathien auf alle Glieder der Nation auszudehnen hat, selbst wenn sie ihm persönlich unbekannt sind. Ist dieser Punkt einmal erreicht, so besteht dann nur noch eine künstliche Grenze, welche ihn abhält, seine Sympathie auf alle Menschen aller Nationen und Rassen auszudehnen.*“

[1] D. Bischof-Köhler: Soziale Entwicklung in Kindheit und Jugend. Kohlhammer. Stuttgart 2011. – [2] N. Bischof: Moral, ihre Natur, ihre Dynamik und ihr Schatten. Böhlau. Köln 2012. – [3] P. Gallup, *Science* **167**, 86 (1970). – [4] W. Köhler: Intelligenzprüfungen an Menschenaffen. Julius Springer. Berlin 1921. – [5] M. Tomasello: Die Ursprünge der menschlichen Kommunikation. Suhrkamp. Frankfurt a.M. 2009. – [6] J. Goodall: The chimpanzees of Gombe. Harvard University Press. Cambridge MA 1986. – [7] F. de Waal: Das Prinzip Empathie. Carl Hanser. München 2011. – [8] G. Medicus: Being Human. VWB. Berlin 2017. – [9] I. Eibl-Eibesfeldt: Die Biologie des menschlichen Verhaltens. Piper. München 1995. – [10] C. Darwin: The descent of man and selection in relation to sex. Murray. London 1871. – Die Abstammung des Menschen und die geschlechtliche Zuchtwahl. Übers. J. V. Carus. 1. Band. 3. Aufl. E. Schweizerbart'sche Verlagshandlung. Stuttgart 1875 (S. 158).

Dr. med. Gerhard Medicus, Innsbruck