

Pressezentrum

Sperrfrist:	26. Mai 2017 15.00 Uhr
Projekt:	Podienreihe Menschenbilder
Veranstaltung:	Von Mensch zu Mensch <i>Beziehung zwischen Lust und Last</i>
Zeit, Ort:	Fr. 15.00 – 17.30, Berliner Dom, Predigtkirche, Am Lustgarten, Mitte (160 b4)
Referent/in:	Prof. Dr. Joachim Bauer, Arzt und Neurobiologe, Freiburg/Breisgau - Berlin

Der Mensch – geschaffen für gelingende Beziehungen

Wofür sind Menschen gemacht? Vor über hundert Jahren, am Beginn des 20. Jahrhunderts, haben Biologen diese Frage – unter dem Eindruck der gewaltigen Entdeckungen Charles Darwins stehend – dahingehend beantwortet, dass die Ordnung menschlicher Gesellschaften den von Darwin formulierten Grundsatz der Selektion berücksichtigen solle. Die jüdisch-christliche Moral sei „Gefühlsduselei“, eine neue, biologisch begründete Moral müsse das Schicksal der Einzelnen der Gesunderhaltung der Rasse unterordnen¹. Der bereits 1905 gegründeten Gesellschaft für Rassenhygiene gehörten überaus namhafte Akademiker an, die in den 10er und 20er Jahren des letzten Jahrhunderts einflussreiche Bestseller-Bücher publizierten, darunter ein vom Freiburger Mediziner Hoche zusammen mit seinem Juristenkollegen Binding verfasstes, in den 20er Jahren erschienenes Buch über „lebensunwertes Leben“. Was akademische Eliten zwischen 1900 und 1933 unter dem Mantel einer angeblich naturwissenschaftlich begründeten neuen Ordnung verkündeten, war ein entscheidender Beitrag zum Erfolg dessen was 1933 seinen Lauf nahm. Die Spur dieser Denkweise wurde nach dem Zweiten Weltkrieg in den Naturwissenschaften durch die sogenannte Soziobiologie wieder aufgenommen. Bücher wie der von Richard Dawkins verfasste Weltbestseller „Das egoistische Gen“ wurden zur biologischen Legitimation eines weltweit herrschenden, zügellosen Kapitalismus. Dawkins hat nie selbst an Genen geforscht, seine Thesen sind, da Gene Kommunikatoren und Kooperatoren par excellence sind, aus Sicht des Autors dieser Zeilen, der jahrelang erfolgreich an Genen geforscht hat,barer Unsinn². Dass das Denken in den Kategorien des Rassismus uns heute auch außerhalb der Naturwissenschaften noch in den Knochen steckt, zeigen – Stichwort „Umvolkung“ etc. – die aktuellen Diskussion über den Umgang mit Menschen, die in diesen Jahren als Migranten bei uns Schutz und Hilfe suchen.

Die sogenannten „Sozialen Neurowissenschaften“ („Social Neurosciences“), die sich in den letzten zwanzig Jahren aus den Neurowissenschaften, nicht zuletzt im Gefolge der „Decade of the Brain“, entwickelt haben, verfolgen bei der Frage, wofür der Mensch geschaffen sei, einen anderen Ansatz. Sie untersuchen den einzelnen Menschen und versuchen, dabei einerseits herauszufinden, welche neuronalen Module aktiv werden, wenn Menschen sozial interagieren, und andererseits zu klären, wie soziale Erfahrungen umgekehrt auf das Gehirn – und das biologische System des Menschen insgesamt – zurückwirken. Eine wichtige Voraussetzung für die Klärung dieser beiden Fragen war die Entdeckung von neuronalen Systemen, welche die Grundlage für Vitalität, Lebensfreude und für das bilden, was als Motivation bezeichnet wird (wie sich herausstellen sollte, sind diese Systeme auch gesundheitsdienlich). Diese Systeme, die als Motivations- oder (synonym) auch Belohnungssystem bezeichnet werden, haben ihren Sitz im Mittelhirn und produzieren Botenstoffe, die für das Erleben von Vitalität, Lebensfreude und Motivation unersetzlich sind. Zu den bahnbrechenden Beobachtungen der letzten Jahre gehörte, dass diese Systeme keine biologischen Selbstläufer sind, sondern ihrerseits durch soziale Erfahrungen – durch Erfahrungen von Interesse, Zuwendung und Zugehörigkeit – aktiviert werden. Werden Menschen langfristig sozial isoliert, erlahmt nicht nur der Lebenswille und jeder Selbsterhaltungstrieb. Statistiken zeigen, dass sich dann auch die Lebenszeit verkürzt. Das biologisch begründete Bedürfnis nach sozialer Anerkennung ist derart mächtig ausgeprägt, dass renommierte Neurowissenschaftler wie Thomas Insel es mit einer Suchtkrankheit („Addictive Disorder“) verglichen haben. Die modernen Neurowissenschaften geben also Charles Darwin Recht, der – was im Furore des Rassismus vergessen wurde - die „sozialen Instinkte“ als die stärkste Triebfeder des Menschen erkannt hatte. Die Bedürftigkeit nach sozialer Zugehörigkeit ist der Grund, warum Menschen – vor allem dann, wenn ihnen soziale Akzeptanz versagt geblieben ist – bereit sind, auch Böses zu tun, nur um zugehörig zu sein: Zugehörigkeiten lassen sich durch solche sozialen Nettleider zum Beispiel dadurch erzeugen, dass Menschen Gruppen bilden, deren einziges Verbindungsmerkmal darin besteht, andere als nicht-zugehörig zu definieren und auszuschließen. Beispiele lassen sich bereits im Kindergarten, in der Schule oder am Arbeitsplatz finden. Auf der Makroebene sind Ingroup-Outgroup-Dynamiken dieser Art hoch wirksame Mittel des politischen Geschäfts, wie das Beispiel „Volksgemeinschaft“ der Nationalsozialisten oder aktuelle weltweite Trends zeigen.

Das biblische Narrativ der Schöpfungsgeschichte, die Geschichte der „Vertreibung aus dem Paradies“ und die Erzählung des Konfliktes zwischen Kain und Abel bringt einige wichtige Aspekte dessen, was uns bis heute umtreibt, auf den Punkt: Einer der grundlegendsten Einschnitte in der Geschichte des Menschen ist seine Sesshaftwerdung. Diese „Vertreibung aus dem (angeblichen) Paradies“ nahm – nach allem was wir heute wissen – etwa 10.000 Jahre vor Chr. im obermesopotamischen Hochland ihren Anfang. Ackerbau und Viehzucht bedeuteten nicht nur die „Erfindung der Arbeit“ (Arbeit in unserem heutigen Sinne)³, sondern auch die „Erfindung des Eigentums“ (nicht nur an Grund und Boden, auch an anderen Menschen). Nicht nur natürliche Ressourcen, auch die Ressource der sozialen Anerkennung und Verbundenheit wurde nun zu einem knappen Gut: Kain und Abel gerieten sich im Streit um die die Anerkennung ihrer Opfergaben in die Haare, der Brudermord markiert die sich aus verweigerter Anerkennung ergebende Aggression. Zwischenmenschliche Aggression hat uns bis heute begleitet, sie wird uns noch weiter begleiten und wird uns als Menschheit möglicherweise zerstören, da wir – bis heute – in einer Welt der knappen Ressourcen leben⁴. Knapp sind nicht nur die natürlichen Ressourcen (Wasser, Energie, fruchtbare Böden, saubere Luft), sondern auch die Ressource soziales Einvernehmen und Zugehörigkeit, die wir durch den Stress der uns auferlegten Arbeit, durch die Gier, durch suchthartige Abhängigkeiten und durch vieles Weitere ruinieren. Auf einen Aggressionstrieb, wie ihn sich Sigmund Freud und Konrad Lorenz vorgestellt haben, haben diemodernen Neurowissenschaften keine Hinweise gefunden, doch die Aggression lebt, und das mehr denn je.

Ungezügelter Konflikte und destruktive Aggression bedrohen uns nicht nur als Gesellschaften und als Menschheit insgesamt, sondern sind – dies lässt sich sowohl neurobiologisch als auch medizinisch darstellen – auch dem einzelnen Menschen nicht zuträglich. Eine starke und/oder dauerhafte Aktivierung der neurobiologischen Systeme, welche die Grundlage von Angst und Aggression bilden, hat biologische bzw. medizinische Prozesse zur Folge, die Entzündungen aktiv befeuern, das Immunsystem schwächen und das Leben verkürzen. Wir Menschen sind – ausweislich unseres biologischen Bauplans – für chronische soziale Konflikte definitiv nicht „gemacht“. Nicht nur offene Aggression ist uns biologisch nicht zuträglich. Bereits die Erfahrung sozialer Ausgrenzung und Demütigung reicht aus, um die Schmerzzentren des menschlichen Gehirns zu aktivieren und die Motivationszentren abstürzen zu lassen – eine Botschaft, aus der sich nicht zuletzt auch wichtige Einsichten für die Pädagogik, aber auch für die Führung von Menschen am Arbeitsplatz ergeben. Auch wenn völlig richtig ist, dass Menschen für Aggression nicht geschaffen sind, bleibt doch ein anderer wichtiger Aspekt zu beachten: Konflikte sind da, wo Menschen zusammen leben und arbeiten, unvermeidlich, sie sind nichts „Böses“ per se. Aus den unvermeidlichen Konflikten, die sich aus menschlichem Zusammenleben ergeben, entstehen ebenso unvermeidlich auch aggressive Potentiale, Emotionen des Ärgers, der Wut, manchmal auch des Hasses. Diese Emotionen müssen ihren kommunikativen Ausdruck finden dürfen, wir müssen sie uns gegenseitig mitteilen dürfen, denn wenn wir sie zurückhalten und „unterdrücken“, können sich auch daraus gesundheitsschädliche Folgen für Psyche und Körper ergeben. Es kann und darf also nicht darum gehen, die Aggression zu diskreditieren oder zu verteufeln, sondern ihr sozusagen die Zügel anzulegen, sie in Bahnen zu lenken, die das gute soziale Zusammenleben bewahren. Dieses Ansinnen ist kein sozusagen kontrabiologisches Konzept, zivilisiertes Verhalten ist kein „dünne Tünche“ über dem Monster Mensch, wie manchmal – vor allem von sozialpsychologischer Seite – zu hören ist. Unsere mächtigen Bottom-Up-Impulse, unter ihnen die Gier nach Lust und die sich aus Frustration ergebende Aggression, zu zügeln – auch dafür sind wir Menschen „gemacht“ bzw. „geschaffen“. Dies lässt sich an der Tatsache ablesen, dass unsere Gehirn für die Bewältigung dieser Aufgabe – der Selbststeuerung – mächtige Module zur Verfügung hat, die uns zur (derzeit noch) erfolgreichsten Spezies auf dieser Erde hat werden lassen. Diese Module sitzen im Stirnhirn des Menschen, im sog. Präfrontalen Cortex (PFC). Dies Module in Gebrauch zu nehmen ist kein sich in den Jahren des Heranwachsens von alleine ergebendes Geschehen. Der Präfrontale Cortex kann nur im Rahmen von sozialen Interaktionen in Betrieb genommen werden, die dafür notwendigen Interaktionen tragen den Namen „Erziehung“. „Erziehung“ ist kein kontrabiologisches Produkt, sie ist – ausweislich der Existenz unseres Stirnhirns – ein Teil der biologischen Bestimmung des Menschen. Erziehung findet sich auch bei Tieren, insbesondere bei unseren Säugetier-Geschwistern, sie ist dort allerdings weit weniger komplex, was mit den – im Vergleich zum Menschen – relativ kleineren Stirnhirnen im Tierreich korreliert.

Die Leistungen des Stirnhirns, die das evolutionäre Erfolgsrezept des Menschen waren, können uns einen weiteren Hinweis darauf geben, wofür der Mensch „geschaffen“ ist. Die „untere Etage“ des Stirnhirns (der sog. ventromediale PFC) beheimatet Nervenzell-Netzwerke, die das eigene Selbst und den signifikanten Anderen kodieren. Der Mensch besitzt also überlappende innere Repräsentanzen von „Selbst“ und signifikantem Anderen („Nichtselbst“)⁵. Diese „Ich-Du-Koppelung“ befähigt den Menschen zum Perspektivwechsel, d. h. sie ermöglicht es, unter Benützung unserer Selbst-Netzwerke zu dekodieren und bewusst darüber nachzudenken, was die potentiellen Motive und Beweggründe eines anderen Menschen sind. Bei der schwierigen Aufgabe, andere Menschen zu verstehen, hilft uns – zusätzlich zum Stirnhirn – ein weiteres, intuitiv arbeitendes System, welches tätig ist, ohne dass wir bewusst nachdenken müssen. Dieses intuitiv und sozusagen automatisch arbeitende System, das System der Spiegelneurone, beruht auf der Auswertung der Zeichen, die uns aus der Körpersprache anderer Menschen zufließen⁶. Die beiden bis hierher beschriebenen Systeme, Spiegelneurone und Stirnhirn, machen den Menschen zu einem einzigartig sozialen Wesen. Über diesen beiden Systemen „thront“ schließlich

noch das neuronale System der Selbst-Beobachtung, welches seinen Sitz in der „oberen Etage“ des Stirnhirns (im sog. dorsolateralen PFC) hat. Dieses System ermöglicht es uns, auf uns selbst zu schauen, vernünftig zu planen und selbstfürsorglich zu leben⁷. Es ist dieses oberste System, welches uns – wie wir es jetzt im Augenblick tun – in diese Lage versetzt, die *Conditio Humana* zu bedenken, einerseits auf unsere gierigen und potentiell aggressiven Bottom-Up-Impulse zu schauen, andererseits unsere sozialen Bedürfnisse zu bedenken und daraus vernünftige Schlüsse zu ziehen. Aus der Sicht des Glaubens gesprochen, könnte man von hier aus einen Bogen zu uralten Einsichten ziehen, die sich – ohne alle Neurobiologie – bereits in der Bibel finden: Dass Menschen, um glücklich zusammenleben zu können, Regeln („Gebote“) brauchen, vor allem aber, dass wir – ungeachtet des Zwangs, dass wir im Angesichts unseres Schweißes unser Brot verdienen müssen – ohne soziale Zuwendung, ohne Zugehörigkeit, ohne „gesehen“ zu werden (1 Mose 16,13), und das heißt: dass wir ohne Liebe nicht leben können.

¹ Eine detaillierte Übersicht über das Denken und maßgebliche Publikationen der damaligen Zeit findet sich in Joachim Bauer: *Prinzip Menschlichkeit – Warum wir von Natur aus kooperieren* (Heyne TB)

² Siehe dazu u. a. Joachim Bauer: *Das Gedächtnis des Körpers – Wie Beziehungen und Lebensstile unsere Gene steuern* (Piper TB)

³ Siehe Joachim Bauer: *Arbeit – Warum sie uns glücklich oder krank macht* (Heyne TB)

⁴ Siehe Joachim Bauer: *Schmerzgrenze – Vom Ursprung alltäglicher und globaler Gewalt* (Heyne TB)

⁵ Siehe Joachim Bauer: *Selbststeuerung* (Blessing Verlag)

⁶ Siehe Joachim Bauer: *Warum ich fühle was du fühlst – Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone* (Heyne TB)

⁷ Siehe nochmal Joachim Bauer: *Selbststeuerung* (Blessing Verlag)

Dieses Werk ist lizenziert unter einer Creative Commons Namensnennung – Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz, <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>