

# 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 gruppenzugehörig 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 empathi-  
sche Reaktionen durch konkrete  
Erfahrungen mit anderen  
beeinflusst werden. Es zeigte  
sich, dass unerwartete positive  
Erfahrungen mit einem Fremd-  
gruppenmitglied Lernmecha-  
nismen initiieren, die zu einer  
Steigerung der neuronalen  
Empathie gegenüber der  
gesamten Fremdgruppe  
führten. Der Anstieg der  
neuronalen Empathie gegenüber  
der Fremdgruppe war schon  
nach wenigen positiven  
Erfahrungen zu verzeichnen.  
In der Zusammenschau  
legen die Befunde nahe,  
dass Empathie zwar fragil,  
aber widerstandsfähig ist.  
Fragil, weil es von einer

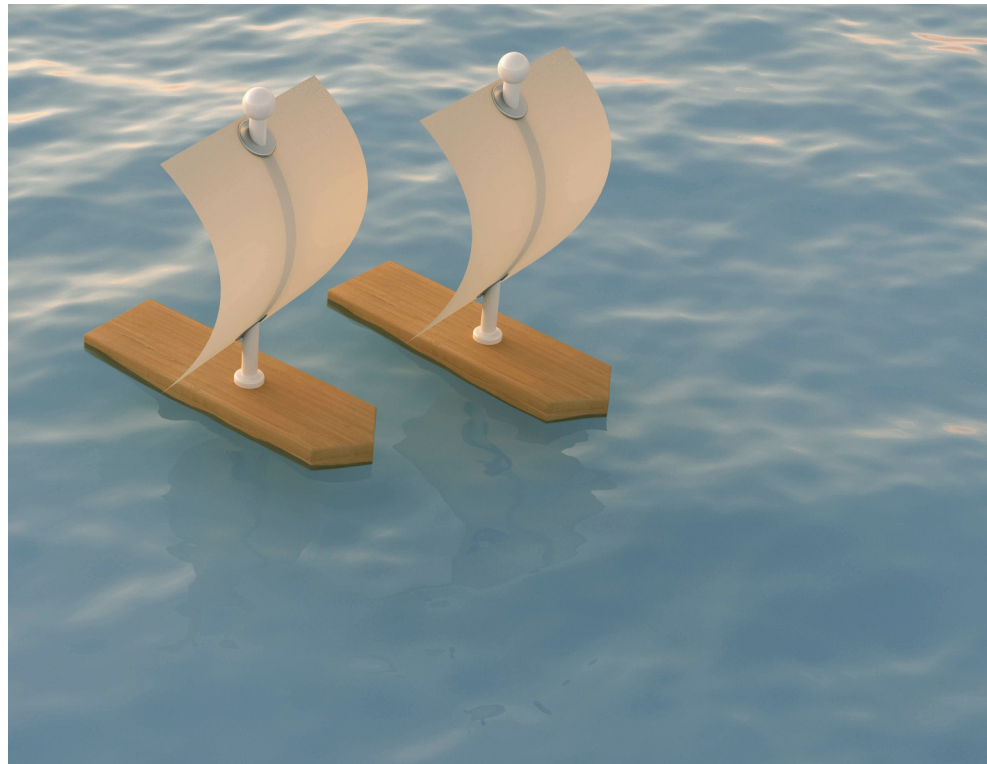


Foto: picture-alliance

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  
prosozialer und toleranter machen?  
Empathie gilt als eines der  
stärksten Motive für prosoziales  
Verhalten, d.h. eine Stärkung  
von Empathie sollte unsere  
Gesellschaft automatisch  
prosozialer machen. Hier ist  
jedoch Vorsicht geboten – aus  
drei Gründen: Erstens kann  
Empathie mit dem Leid anderer  
eine Stressreaktion auslösen,  
besonders, wenn man diesem  
Leid hilflos gegenüber steht.  
Diese Stressreaktion führt  
dann zum Rückzug, anstelle  
des erhofften prosozialen  
Handelns. Zweitens können  
die durch Empathie erzielten  
Einblicke in die „Innenwelt“  
einer anderen Person auch  
gegen diese Person verwendet  
werden, wie das bei dysfunk-  
tionalen Familienkonstellationen  
der Fall ist. Drittens wird  
Empathie durch eine Vielzahl  
von Faktoren abgeschwächt.  
Auch wenn Empathie durch  
positive Erfahrungen erneuert  
werden kann, kann sie allein  
noch kein stabiles kooperatives  
Miteinander garantieren.  
Hieraus ergibt sich, dass  
Empathie für viele Facetten  
des sozialen Verhaltens von  
großer 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 prosoziales  
Verhalten zu motivieren.  
Eine solche Norm ist gegenseitiger  
Respekt. Nur auf dem Fundament  
einer Kultur wechselseitigen  
Respekts kann Empathie  
gedeihen und unsere  
Gesellschaft empathischer  
werden.