



## „Jeder Mensch hat Vorurteile“

Wann bringen wir Fremden Empathie entgegen – und wann nicht? Ein Gespräch mit der Neuropsychologin Grit Hein über Möglichkeiten und Grenzen unseres Einfühlungsvermögens.

*Frau Hein, sind Sie ein empathischer Mensch?*

Das ist eine komplexe Frage. Zunächst hält sich wohl jeder für empathisch, und im engen Kreis ist das auch so gut wie jeder. Ich denke, Menschen unterscheiden sich hauptsächlich darin, wie weit die Empathie reicht. Und das wiederum ist von vielen Faktoren abhängig. Ich bin immer wieder auf sehr hilfsbereite und inspirierende Menschen getroffen, gerade auch während meiner Arbeit in verschiedenen Ländern. Da ist es leicht, empathisch zu sein. Ich habe aber auch, wie die meisten Menschen, die Erfahrung gemacht, dass Empathie ein zartes Pflänzchen ist und ihre Grenzen hat.

*Sie waren an einer Studie beteiligt, bei der untersucht wurde, ob positive Erfahrungen die Empathie für Fremde steigert.*

Wir teilten die Probanden nach ihrer Herkunft in „Eigengruppe“ und „Fremdgruppe“ auf und fügten ihnen schmerzhafte Reize an der Hand zu. Die Probanden machten allerdings die Erfahrung, dass jemand aus der eigenen oder aus der Fremdgruppe Geld bezahlte, um ihnen den Schmerz zu ersparen. Zu Beginn der Studie zeigten die im Kernspintomographen liegenden Probanden schwächere Hirnaktivitäten, wenn einem Fremdgruppenmitglied Schmerzen zugefügt wurden. Empathischer reagierten sie bei den eigenen Leuten. Doch schon nach wenigen guten Erfahrungen mit einer Person der Fremdgruppe änderte sich das und die positiven Erfahrungen erhöhten auch neuronal die Empathie für die Fremdgruppe. Interessant ist, dass diese Empathie nicht allein der Person galt, die einem den Gefallen getan hat, sondern auch anderen Personen der gleichen Gruppe.

*Wie viele dieser positiven Erfahrungen waren dazu nötig?*

Es hat sich gezeigt, dass schon relativ wenige gute Erfahrungen reichen. Aber Empathie ist deshalb kein Allheilmittel. Mitgefühl auszulösen und zu verstärken ist sicher wichtig, und darüber wird viel diskutiert. Aber die stärkste empathische Reaktion, das beste Empathie-Training zerschellt, wenn es auf ein Klima des Misstrauens und der Unsicherheit trifft. Empathie braucht immer einen Nährboden aus Sicherheit und Vertrauen. Ein Mangel an Empathie in einer Gesellschaft sagt in erster Linie etwas über die Gesellschaft, und erst in zweiter Linie etwas über den Menschen aus. Menschen sind empathisch, wenn es vom sozialen und gesellschaftlichen Umfeld ermöglicht und gefördert wird.

*Passiert das hierzulande?*

Ich habe nicht den Eindruck, dass von politischer Seite viel getan wird, um das gesellschaftliche



Klima im Sinne der Empathie zu verbessern. Ergebnisse wie die der Zürcher Studie zeigen übrigens eindeutig, dass die Unterbringung von Flüchtlingen in Form von Gettoisierung falsch ist. Es müsste gezielt Kontakt aufgebaut werden, von beiden Seiten. Das Fremde muss in die eigene Realität eingebettet werden.

*Weil man sonst die Bevölkerung verängstigt?*

Es ist politisch nicht korrekt, Vorurteile zu zeigen, aber das ändert nichts an der Tatsache, dass jeder Mensch sie hat. Wir haben erst einmal Vorbehalte gegenüber allem Unbekannten – auch diejenigen, die von sich behaupten, sie seien weltläufig, liberal und tolerant. Diese Ängste sind ein basaler biologischer Mechanismus, den man bereits bei Kleinkindern beobachten kann. Aber wir sind unseren Ängsten nicht ausgeliefert, im Gegenteil. Wir können sie überlernen.

*Wie kommt es aber, dass die Angst vor dem Fremden dort besonders groß ist, wo es mit dem Fremden so gut wie keine Berührung gibt?*

Hier ist es schwer zu sagen, was Ursache und was Wirkung ist. Einerseits kann es sein, dass der Mangel an Berührung die Angst vor dem Fremden verstärkt. Wenn es keine Berührungspunkte gibt, können Vorbehalte nicht abgebaut werden. Andererseits können durch politische oder gesellschaftliche Umstände Inseln der Fremdenfeindlichkeit geschaffen werden, die per se Fremde abschrecken. Diese beiden Effekte verstärken sich wechselseitig.

*Es sind ja bekanntlich viele Fake News in Umlauf – insbesondere auch, was Flüchtlinge betrifft. Zum Beispiel sagte der Schriftsteller Uwe Tellkamp während einer Podiumsdiskussion in Dresden mit Durs Grünbein, über 95 Prozent kämen nach Deutschland, nicht um Krieg und Verfolgung zu entkommen, sondern um in unsere Sozialsysteme einzuwandern. Die Zahl ist aus der Luft gegriffen. Wie wirken sich solche Aussagen auf unsere Empathie für Menschen in Not aus?*

Der Fokus ändert sich. Es werden plötzlich nicht mehr Menschen in Not gesehen, sondern Menschen, die unser Sozialsystem ausnutzen. Empathie wird drastisch reduziert, wenn der Eindruck entsteht, dass die anderen sie nicht verdienen. Man spricht dann von „deservingness“. Aussagen wie diese stellen in Frage, dass Geflüchtete unsere Empathie verdienen. Wenn das so im Raum stehenbleibt, wird Empathie bei vielen abnehmen.

*Wie entsteht Empathie eigentlich? Von welchem Alter an sind Kinder zum Mitgefühl fähig – und auf welche Weise kann man sie fördern?*

Man geht davon aus, dass die Fähigkeit zur Empathie angeboren ist, sich allerdings erst zwischen dem ersten und zweiten Lebensjahr herausbildet. Das ist die Zeit, in der ein Kind in der Lage ist, zwischen sich selbst und anderen zu unterscheiden, das heißt zu begreifen, dass andere Personen anders fühlen können als es selbst. Wenn dieser Schritt vollzogen ist, beginnen Kinder zum Beispiel, andere zu trösten. In dieser frühen Phase werden die Grundlagen für die späteren empathischen Fähigkeiten gelegt. Zuträglich sind Bezugspersonen, die Empathie im Alltag leben, also die Bedürfnisse anderer Personen, inklusive die des Kindes, wahrnehmen. Die Empathiefähigkeit des Kindes wird sowohl durch mangelnde Fürsorge als auch durch Überbehütetsein beeinträchtigt, weil beides ein Ausdruck mangelnder Empathie gegenüber den Bedürfnissen des Kindes ist.

*Ist es möglich, eine Gesellschaft zu mehr Empathie zu erziehen?*

Empathie erhöht die Bereitschaft im Interesse anderer Personen, das heißt prosozial zu handeln. Es gibt aber auch andere Motivationen, aus denen heraus Menschen im Interesse anderer handeln. Beispielsweise kann ich helfen, weil es einer sozialen Norm entspricht, oder weil ich mir eine Belohnung erwarte. Letztlich ist die Frage interessant, welche Motivation für welchen Kontext bei welchen Personen mit der höchsten Wahrscheinlichkeit prosoziales Verhalten hervorruft. Empathie trägt weit, weil sie ohne den Druck einer Norm oder ohne externen Anreiz auskommt. Man muss aber akzeptieren, dass es Situationen gibt, in denen Empathie nicht greift und es sinnvoll sein kann, prosoziales Verhalten über andere Kanäle, zum Beispiel Normen oder Anreize zu motivieren.

*Wenn Sie von Anreizen sprechen, meinen Sie Geld? Wie kann man sich das konkret vorstellen?*

Ein Beispiel ist der Enkel, der Geld dafür bekommt, dass er die Großmutter besucht, das heißt, sich ihr gegenüber prosozial verhält. Das kann funktionieren, hat aber das Problem, dass das Interesse an der anderen Person erlischt, sobald es keine Belohnung mehr gibt. Studien zeigen sogar, dass monetäre Anreize das Gegenteil bewirken können, das heißt, Menschen dazu bringen können, sich weniger prosozial zu verhalten, als sie es von sich aus täten. Es scheint für viele einen Unterschied zu machen, ob man aus eigenem Antrieb heraus gutes für andere tut oder ob man das Gefühl hat, „gekauft“ zu werden.

*Wie hängen Empathie und Kultur zusammen? Sie waren gerade in China. Was ist Ihnen dort diesbezüglich aufgefallen?*

*Sieh mich an: Die Künstlerin Alma Haser erinnert mit ihren Puzzle-Porträts „Within 15 Minutes“ daran, dass auch jeder eineiige Zwilling einzigartig ist.*



Das Verständnis von Empathie ist kulturabhängig. Kollegen in China haben beispielsweise berichtet, dass dort der Unterschied zwischen Empathie und sozialen Normen schwer vermittelbar ist. Das Ausmaß an Empathie, was man in bestimmten Situationen oder gegenüber bestimmten Personen, zum Beispiel älteren Menschen, zu fühlen hat, wird in Gesellschaften wie China durch starke soziale Normen geregelt. In unserem Kulturkreis gilt Empathie als eigenständiges Konzept, obwohl auch hierzulande der Zusammenhang zwischen Empathie und sozialen beziehungsweise kulturellen Normen diskutiert wird.

*Erstaunlich ist, wie wir unser Mitgefühl verteilen. Vor ein paar Jahren fiel ein Kind im Zoo von Cincinnati in ein Gorilla-Gehege. Ein Gorilla näherte sich dem Kind und spielte mit ihm. Das Tier wurde schließlich erschossen. Der Junge kam mit leichten Verletzungen davon. Im Netz brach ein Shitstorm los. Das Mitleid mit dem Gorilla war gigantisch.*

Das lässt sich wieder durch „deservingness“, also „Verdientheit“ von Empathie erklären. Das Kind

ist der Verursacher der Situation, und am Ende ist ihm fast nichts passiert. Also hat es das Mitleid scheinbar nicht verdient. Das Opfer ist hier der Gorilla: Das Kind kam ja zu ihm, doch gestorben ist am Ende er. Hinzu kommt, dass der Gorilla ja nicht freiwillig im Zoo lebt, er wurde dorthin gebracht, gewissermaßen aus seinem natürlichen Lebensraum entführt. Das führt zu dem Effekt, dass er unser Mitleid zu „verdienen“ scheint. Viele Studien beschreiben diesen Mechanismus, der zuverlässig Empathie erhöht. Daher rührt die Solidarisierung mit dem Gorilla. Tiere, besonders Haustiere, sind in unserer Wahrnehmung erst einmal wehrlose Geschöpfe, die unser Mitgefühl verdienen. ■

Die Fragen stellte **Melanie Mühl**.



Grit Hein ist Professorin für Translationale Soziale Neurowissenschaften am Zentrum für Psychische Gesundheit des Uniklinikums Würzburg. Sie forscht über neuronale Mechanismen sozialer Motivation und sozialer Interaktion.