

**«Schläft ein Lied in allen Dingen»
Resonanz als psychisches, soziales und kulturelles Geschehen**



Zusammenfassung des Symposiums vom 5. Dezember 2019

Dr. Gabriella Hänggi

Programm

- 14.00–14.30** **Begrüßung und Einführung**
Prof. Dr. med. Katja Cattapan, stv. Ärztliche Direktorin, Chefärztin Psychotherapie und Privatstationen, Sanatorium Kilchberg AG; Tobias Ballweg (Dipl. Psych., M.A.), Leitender Psychologe und Philosoph, Sanatorium Kilchberg AG
- 14.30–15.20** **Resonanz und Interaffektivität:
Wie wir Gefühle teilen**
Prof. Dr. med. Thomas Fuchs, Karl-Jaspers-Proessur für Philosophische Grundlagen der Psychiatrie und Psychotherapie, Universität Heidelberg (D); Leiter der Sektion Phänomenologische Psychopathologie und Psychotherapie der Klinik für Allgemeine Psychiatrie am Universitätsklinikum Heidelberg (D)
- 15.20–16.00** **Kaffeepause**
- 16.00–16.50** **Physiologische Aspekte sozialer Verbundenheit und Resonanz**
PD Dr. med. Hans Jürgen Scheurle, Physiologe und Arzt, Autor und Dozent in Badenweiler (D)
- 16.50–17.40** **Kulturelle Muster als Grundlage für Resonanzeffekte**
Prof. em. Dr. Dr. hc. Aleida Assmann, Professorin i. R. für englische Literatur und Allgemeine Literaturwissenschaft, Universität Konstanz (D); Preisträgerin des Friedenspreises des deutschen Buchhandels 2018
- Ab 17.45** **Apéro und fachlicher Austausch**

Am 5. Dezember 2019 fand im Sanatorium Kilchberg ein interdisziplinäres Symposium statt, in welchem die Bedeutung eines resonanten Weltverhältnisses für die heutige moderne Gesellschaft beleuchtet wurde. Darüber hinaus wurde ein auf der zwischenleiblichen Resonanz beruhendes Konzept der verkörperten Interaktionen erläutert, während die physiologischen Aspekte von sozialer Verbundenheit und Resonanz anhand von neuen Erkenntnissen aus der Neurophysiologie diskutiert wurden.

Nach der Begrüssung der Referenten und Gäste durch *Prof. Dr. med. Katja Cattapan, stv. Ärztliche Direktorin, Chefärztin Psychotherapie und Privatstationen, Sanatorium Kilchberg AG*, bemerkte *M.A. Dipl.-Psych. Tobias Ballweg, Leitender Psychologe und Philosoph, Sanatorium Kilchberg AG* einleitend, dass das Phänomen «Resonanz» als etwas Unverfügbares zu betrachten ist, das zunächst nur eine erlebende und fühlende Annäherung zulässt.

Resonanz hat sich in den vergangenen Jahren von einem Randthema der Soziologie zu einem zentralen Forschungsgebiet der Sozialwissenschaften entwickelt, was vor allem auf die Analysen der modernen Gesellschaft durch den deutschen Soziologen Hartmut Rosa zurückzuführen ist. Gemäss Hartmut Rosa liegt das kulturelle Antriebsmoment jener Lebensform, die als modern bezeichnet wird, in der Vorstellung und dem Wunsch, Welt verfügbar zu machen, und dementsprechend erscheint die Wirklichkeit als Widerstand, der überwunden werden muss. Hartmut Rosa weist dabei auf einen gesellschaftlichen Wandel hin, der sich bis ins 18. Jahrhundert zurückverfolgen lässt und der im Wesentlichen darin besteht, dass sich die Strukturen der modernen Gesellschaft nur noch durch stetige Steigerung aufrechterhalten lassen. So wird eine Gesellschaft als modern bezeichnet, wenn sie sich nur noch dynamisch zu stabilisieren vermag, also zur Aufrechterhaltung ihres Status quo des stetigen ökonomischen Wachstums, der technischen Beschleunigung und der permanenten kulturellen Innovation bedarf. Was bis in die 1920-er Jahre noch als Verheissung für eine bessere Zukunft galt, wird unter Steigerungszwang zu einem unerbittlichen Imperativ, bei dessen Nichtbefolgung der Verlust all dessen droht, was bislang erreicht wurde. Wer behauptet, die Moderne werde von dem Verlangen nach Höher, Schneller und Weiter getrieben, verkennt laut Hartmut Rosa ihre strukturelle Realität: Es ist nicht die Gier nach Mehr, sondern die Angst vor dem Weniger, die das Steigerungsspiel aufrechterhält.

Aufgrund des Steigerungszwangs ist die moderne Gesellschaft dazu genötigt, sich immer mehr Welt verfügbar zu machen, sie technisch und ökonomisch in Reichweite zu bringen, Rohstoffe nutzbar zu

machen, Märkte zu erschliessen, technische Potentiale zu vergrössern, Kontrollmechanismen zu verbessern und nicht zuletzt die psychischen Ressourcen der Individuen auszuschöpfen. Dies kann nur gelingen, wenn die strukturelle Steigerungslogik auch das Selbstverständnis der Individuen einer Gesellschaft prägt – und dies scheint in zunehmendem Masse der Fall zu sein. Die gesellschaftlichen Leistungsnormen werden so sehr internalisiert, dass deren unzureichende Erfüllung als persönliches Versagen erlebt wird, was zum Phänomen des «schuldigen Subjekts» führt. Dessen Schuldkomplexe gleichen jenen, die bei Menschen mit einer strengen religiösen Erziehung zu beobachten sind – allerdings ohne die entlastende Aussicht auf Lossprechung und Sündenvergebung.

Nach dem Fazit von Hartmut Rosa sind die Menschen von aussen dazu gezwungen und werden von innen dazu angetrieben, die Welt zum Aggressionspunkt zu machen. Die Welt erscheint als das, was es zu wissen, zu erschliessen, anzueignen, zu beherrschen und zu kontrollieren gilt. Dabei geht es oft nicht mehr darum, Dinge überhaupt erreichbar zu machen, sondern sie schneller, leichter effizienter, billiger und widerstandsloser verfügbar zu haben.

In Fällen aber, wo Verfügbarkeit und Kontrolle nicht herstellbar sind, wie beispielsweise in beruflichen Tätigkeitsfeldern, die sich aufgrund ihrer essentiellen Merkmale der Beherrschbarkeit entziehen, entstehen Parallelwelten in Form von Prozesslandschaften, ausufernden Falldokumentationen und einem expandierenden Berichtswesen, in denen nicht etwa festgehalten wird, was tatsächlich geschieht, sondern was geschehen müsste oder hätte geschehen sollen – jedoch in Stil und Form eines Tatsachenberichts. Auf diese Weise wird der reale Kontrollverlust durch eine fiktive Beherrschbarkeit kompensiert, womit in den Worten von Hartmut Rosa eine Verfügbarkeitsimulation produziert wird.

Vor diesem gesellschaftlichen Hintergrund gewinnt das Thema Resonanz seine eigentliche Bedeutung. Denn eine wissenschaftlich, technisch und ökonomisch zunehmend verfügbar gemachte Welt scheint sich dem Menschen auf geheimnisvolle Weise zu entziehen und verliert im wachsenden Masse ihre Resonanzqualität. Für dieses Phänomen hat Max Weber, einer der Gründerväter der modernen Soziologie, bereits zu Anfang des 20. Jahrhunderts den Begriff der «Entzauberung» geprägt – als die Kehrseite des Prozesses der zunehmenden Rationalisierung. Die Philosophin Rahel Jaeggi spricht von einer «Beziehung der Beziehungslosigkeit», die sich bei Menschen zeigt, die zwar auf vielfältige Weise mit der Welt verknüpft sind, aber ohne sich dabei lebendig verbunden zu fühlen. Hartmut Rosa

bezeichnet dieses Weltverhältnis im Anschluss an Karl Marx – wenn auch mit einer deutlich anderen inhaltlichen Akzentuierung – als Entfremdung und meint damit eine Weltbeziehung, in der Subjekt und Welt einander indifferent oder feindlich – das heisst: innerlich unverbunden – gegenüberstehen. Demnach ist der moderne Mensch in Gefahr, die Welt nicht mehr zu hören und sich eben darum selbst nicht mehr zu spüren. Eine solche Entfremdung ist ein Zustand, in dem Resonanz misslingt, sodass die Welt kalt, starr und abweisend, also nicht-responsiv erscheint.

Wenn zutrifft, dass moderne Gesellschaften aufgrund ihrer strukturellen Merkmale Entfremdung und Depression hervorbringen, dann scheint damit das ihnen zugrundeliegende Weltverhältnis, das auf Verfügbarkeit und Beherrschbarkeit zielt, grundsätzlich in Frage zu stehen. Allerdings hat genau dieses Weltverhältnis auch die spektakulären Erfolge von Wissenschaft, Technik und Wohlstandsentwicklung ermöglicht. Hartmut Rosa gesteht zu, dass die Fähigkeit, Welt verfügbar und beherrschbar zu machen, für moderne Gesellschaften unverzichtbar ist, fügt aber hinzu, dass der Aggressionsmodus dieser Weltbeziehung dann und dort zum Problem werden kann, wo er zum Grundmodus jeglicher Lebensäußerung wird. Aus seiner Sicht ist das entgegengesetzte, resonante Weltverhältnis das primäre und grundlegende und geht deshalb dem Vermögen, Welt auf Distanz zu bringen und verfügbar zu machen, unauflösbar voraus. Resonanz ist konstitutiv für die Art und Weise, wie der Mensch mit der Welt stoffwechselnd und taktill, fühlend und denkend, in Austausch tritt.

Ein erstes Merkmal, welches ein resonantes Weltverhältnis bestimmt, ist das Moment der Berührung oder Affizierung: Mit einem Menschen, aber auch mit einer Landschaft, einer Melodie oder einer Idee in Resonanz zu treten, bedeutet, von ihm oder ihr gleichsam «inwendig» erreicht zu werden. Hartmut Rosa verwendet hierfür – ziemlich kühn – den theologischen Begriff der «Anrufung». Die Sache oder der Mensch, von denen her ein solcher Anruf erfahren wird, erscheint intrinsisch und nicht nur instrumentell bedeutsam oder wichtig zu sein.

Ein zweites Merkmal ist das Moment der Antwort oder der erlebten Selbstwirksamkeit, da sich von Resonanz erst dann sprechen lässt, wenn auf eine Berührung oder Anrufung eine eigene, aktive Antwort erfolgt. Diese Antwort äussert sich immer auch als eine leibliche Reaktion, die sich physiologisch – etwa in der Veränderung des Hautwiderstands, der Atemfrequenz oder von Herzschlag und Puls – messen lässt. Hartmut Rosa unterscheidet hier zwischen dem Affekt einerseits als einem passiven

Berührtwerden und der Emotion andererseits als einer nach aussen gerichteten, antwortenden Bewegung. Das Moment der Antwort könnte auch als eine erlebte Selbstwirksamkeit beschrieben werden, die exemplarisch bei einem Blickwechsel oder in einem Dialog, aber ausserhalb der zwischenmenschlichen Sphäre, wie etwa beim Spielen eines Musikinstruments, erkennbar wird.

Ein drittes Merkmal der Resonanz ist die Anverwandlung oder Transformation, welche auf der Tatsache beruht, dass sich der Mensch nach einer Resonanzerfahrung – wenn auch nicht immer im gleichen Masse – stets auch verändert. So gibt es Begegnungen, die einem anscheinend zu einem anderen Menschen gemacht haben und solche, die einen kaum merklichen Wandel der Stimmung bewirken. Da sich nicht nur der Mensch selbst, sondern auch die Dinge, denen er begegnet, verändern, vollzieht sich in Resonanzerfahrungen eine doppelseitige Wandlung und gerade das macht deren Lebendigkeit aus.

Das vierte kennzeichnende Merkmal der Resonanz ist ihre Unverfügbarkeit, was zunächst besagt, dass sich das Auftreten von Resonanz zwischen einem Menschen und anderen Menschen oder Dingen nicht gewährleisten lässt. Unverfügbar ist Resonanz aber auch deshalb, weil es nach einer Resonanzerfahrung zu einer Veränderung des Menschen kommt, wobei aber nicht vorhersagbar ist, in welche Richtung die Wandlung verläuft oder was das Ergebnis der Veränderung sein wird.

Die vier Merkmale der Resonanz – Affizierbarkeit, erlebte Selbstwirksamkeit, Transformation und Unverfügbarkeit – verdeutlichen, warum und in welcher Hinsicht Resonanz und Entfremdung gegensätzliche Weltverhältnisse kennzeichnen. Allerdings ist es keine simple Opposition, sondern diese beiden Möglichkeiten, mit der Welt in Beziehung zu treten, sind in einer modernen Gesellschaft unmittelbar miteinander verschränkt.

Ein Weltverhältnis, das auf Verfügbarkeit und Beherrschbarkeit ausgerichtet ist, bringt allerdings nicht nur Entfremdungserfahrungen hervor, sondern paradoxerweise auch das Entgegengesetzte, nämlich ein ausgeprägtes Bedürfnis nach Resonanz. Vor diesem Hintergrund zielen die heutigen Marketingstrategien darauf, das Resonanzbegehren in ein Objektbegehren zu transformieren und zwar dadurch, dass Resonanz, die ja eigentlich eine Beziehung zu den Dingen, ein Weltverhältnis, aus-

macht, zur Eigenschaft eines Objektes deklariert und damit als etwas vorgestellt wird, das sich erwerben und jederzeit verfügbar machen lässt. Die Folge davon ist nicht nur, dass das Resonanzbegehren nach einem Kauf regelmässig scheitert, sondern auch, dass nach diesem Scheitern das Begehren auf andere Objekte mit neuen Resonanzversprechen umgeleitet wird, für deren Erwerb die persönlichen Ressourcen noch mehr ausgebeutet und die Menschen in eine zunehmende Entfremdung geraten, und zwar gerade aus dem Bedürfnis nach Resonanz.

Als genuiner Beziehungsmodus lässt sich Resonanz in zwei Richtungen auflösen und damit missverstehen, nämlich als eine Eigenschaft des Objekts, aber auch als eine Eigenschaft des Subjekts, wodurch Resonanz zu einer erlernbaren Strategie im Interesse der Selbstoptimierung wird. Wegen des zunehmenden Begehrens nach Resonanz gibt es inzwischen unzählige Angebote zum Training von Resonanzerfahrung, wobei auch hier Resonanz als akkumulierbare Ressource aufgefasst wird, also als etwas, das sich aneignen und verfügbar machen lässt. Unter diesem Zugriff kann sie ebenfalls zu einem Element entfremdeter Weltbeziehung werden: zu etwas, das aussehen oder wirken soll wie Resonanz, aber tatsächlich nichts anderes ist als eine Resonanzsimulation.

Resonanz und Interaffektivität: Wie wir Gefühle teilen

Wie Prof. Dr. med. Thomas Fuchs, Karl-Jaspers-Professur für Philosophische Grundlagen der Psychiatrie und Psychotherapie, Universität Heidelberg und Leiter der Sektion Phänomenologische Psychopathologie und Psychotherapie der Klinik für Allgemeine Psychiatrie am Universitätsklinikum Heidelberg erläuterte, ist soziale Wahrnehmung nach dem gängigen kognitionswissenschaftlichen Modell eine durch die Sinnesorgane und das Gehirn vermittelte Repräsentation der objektiven Realität, wobei zur Beschreibung der zugrundeliegenden mentalen Prozesse verschiedene Konzepte herangezogen werden. So werden fremde Bewusstseinszustände nach der «Theory of Mind» aufgrund allgemeinen Wissens von Absichten, Wünschen und Überzeugungen erschlossen, während sie gemäss der Simulationstheorie aufgrund einer inneren Modellierung konstruiert werden. Die Gemeinsamkeit dieser beiden Konzepte besteht darin, dass soziales Verstehen auf der Basis interner Modelle, Annahmen und Repräsentationen beruht und Erleben und Gefühle als unzugänglicher Innenraum angesehen werden.

Eine Alternative zum klassischen, repräsentationalistischen Konzept der Kognition stellt der Ansatz der verkörperten sozialen Wahrnehmung dar, wonach die Intentionen und Gefühle von anderen Menschen unmittelbar in ihrem Ausdrucksverhalten und im Kontext der Situation wahrgenommen werden. Das soziale Verstehen beruht dabei primär auf einem interaktiven und zwischenleiblichen Prozess, in den beide Partner einbezogen sind.

Gemäss dem zur Beschreibung der verkörperten Interaktion herangezogenen Modell der «Embodied Social Cognition» besteht eine Koppelung und Koordination der Interaktionen zweier Partner, welche primär über die Verknüpfung von sensomotorischen Interaktionskreisen zustande kommt. Bei diesem multimodal verkörperten Denkprozess wird die unmittelbare Umwelt immer auch in Bezug auf ihre Möglichkeiten erfasst, sodass Wahrnehmen und Handeln stets zusammenfallen. Dabei lassen sich phasengleiches Verhalten, Imitation und Resonanz mit Koordination von Mikrobewegungen und Äusserungen beobachten, was in einer Eigendynamik des dyadischen Prozesses resultiert.

Zur Bedeutung der sozialen Interaktionen ergab eine Beobachtungsstudie, dass das gemeinsame Gehen in Dyaden mit positiver Beziehung höher synchronisiert ist, während Psychotherapiestudien eine Korrelation zwischen interaktiver Synchronie mit empathischem Verständnis und der Qualität der betreffenden Beziehung zeigen. Nach den Ergebnissen einer Bewegungsanalyse von Videodaten während Gesprächspsychotherapien bei 70 Patienten mit Angststörungen, affektiven Störungen, Anpassungsstörungen oder Persönlichkeitsstörungen war das Ausmass der Synchronie in Psychotherapie-Sitzungen ausgeprägter als in Zufallsinteraktionen, wobei die nonverbale Synchronie mit der Therapiebeziehung, der Bindung und dem Therapieergebnis bezüglich der Symptomreduktion und der Selbstwirksamkeit positiv korreliert war.

Ein weiterer Ansatz zur Beschreibung der verkörperten Interaktion ist die Leibphänomenologie, wonach zwischenleibliche Resonanz, Affektabstimmung und Interaffektivität übergreifende emotionale Zustände erzeugen. Ausgehend von der emotionalen Wahrnehmung einer Person baut sich eine Selbstresonanz oder eigenleibliche Resonanz auf, die auf die Person selbst zurückwirkt. Darüber hinaus wird eine interaktive oder zwischenleibliche Resonanz induziert, die durch die verkörperte Interaktion der beiden Partner entsteht. Diese zwischenleibliche Resonanz übersetzt sich nun in eine eigen-

leibliche Resonanz der zweiten Person, die einerseits auf diese zweite Person selbst wirkt und andererseits als zwischenleibliche Resonanz auf die andere Person übertragen wird. Dies bedeutet, dass in jeder sozialen Begegnung gewissermassen zwei Kreise von verkörperter Affektivität miteinander verknüpft werden, sodass die affektiven Valenzen und Resonanzen beider Partner einander kontinuierlich modifizieren.

Nach dem französischen Philosophen Maurice Merleau-Ponty entsteht die Kommunikation und das Verständnis von Gesten durch die Wechselseitigkeit zwischen den eigenen Intentionen und den Gesten des Gegenübers, aber auch zwischen den eigenen Gesten und den Intentionen, die im Verhalten des Gegenübers wahrnehmbar sind: «Es ist als ob die Intentionen des anderen meinen Leib bewohnen, und meine Intentionen seinen». Andere emotional zu verstehen heisst demnach primär mit ihnen in non-verbaler, zwischenleiblicher Kommunikation zu stehen.

Die zwischenleibliche Resonanz ist die Basis der verkörperten Empathie, die auf einer zirkulären Interaktion zwischen einer zentripetal-affektiven Komponente und einer zentrifugal-emotiven Komponente beruht. Die Einwirkung der von einer Person in ihrem Verhalten ausgedrückten Gefühle und Intentionen löst in einer zweiten Person eine spezifische leibliche Resonanz oder Affektion aus, die umgekehrt deren emotionale Wahrnehmung beeinflusst und eine entsprechende Handlungsbereitschaft oder Emotion einschliesst. Das Gefühl, beziehungsweise die affektive Intentionalität, besteht im gesamten interaktiven Kreisgeschehen, das durch die Resonanz des empfindenden Leibes vermittelt wird.

Die Entwicklung sozialer und kommunikativer Fähigkeiten beginnt bereits im ersten Lebensjahr mit non-verbale Formen von Kommunikation und Beziehung, die auch als primäre Intersubjektivität bezeichnet werden. In diesem Zusammenhang zeigen entwicklungspsychologische Studien, dass Neugeborene schon unmittelbar nach der Geburt die Fähigkeit besitzen, wiederholt angebotene Gesichtsausdrücke gezielt zu imitieren. Über diese Nachahmungs- und Ausdrucksformen kommt es nun auch zunehmend zu einer Protokommunikation, bei der die Mutter auf die Signale und Initiativen des Säuglings intuitiv mit adäquaten prototypischen Verhaltensformen antwortet. Dieser frühe Dialog, der von subtilen, gestisch-mimisch-vokalen Verhaltensmustern geprägt ist, hat eine zentrale Bedeutung für die wechselseitige Affektabstimmung und Interaktivität von Mutter und Kind. Im Verlauf der weiteren

Entwicklung erwerben die Kleinkinder aus den dyadischen Interaktionssequenzen mit der Mutter emotional-interaktive Schemata wie die «schemes of being-with» oder die «schemes of interacting-with», welche Bestandteile des prozeduralen oder impliziten Gedächtnisses sind. Daraus entsteht das implizite Beziehungswissen, das eine intuitive Wahrnehmung des emotionalen Zustandes der Mitmenschen ermöglicht. Als entscheidender Schritt in der anschliessenden Phase der sekundären Intersubjektivität bildet sich eine als «joint attention» bezeichnete geteilte Aufmerksamkeit aus, wobei sich das Kind ab dem 9. Lebensmonat zusammen mit der Mutter Gegenständen zuwendet und in der Folge die Aufmerksamkeit der Mutter mittels Zeigegesten auf Objekte zu lenken vermag. Diese Verständigung über einen gemeinsamen äusseren Bezugspunkt bildet die Voraussetzung für die Entwicklung des Verständnisses zur Perspektivenübernahme, Distanzierungsfähigkeit und Selbstreflexion sowie zum Erfassen des Anderen als Zentrum einer eigenen Intentionalität, was einer erweiterten Empathie mit der Fähigkeit, sich in den anderen hineinzusetzen zu können, entspricht.

Die Zwischenleiblichkeit spielt auch in der psychiatrischen Diagnostik und der Psychotherapie eine bedeutsame Rolle, da sie wertvolle Informationen über das emotionale Erleben der Patienten liefert und die therapeutische Beziehung entscheidend mitgestaltet. So vermittelt bereits das Erstgespräch auf non-verbalem Weg wesentliche Eindrücke über Stimmung, Gefühl, Spannung und Antrieb des Patienten sowie über die Art der Beziehungsaufnahme. Da diese Informationen weniger analytisch, sondern ganzheitlich und atmosphärisch erlebt werden, richtet sich der erfahrene Psychiater in der Diagnose nicht nur nach einzelnen Symptomen, Befunden und Verlaufsdaten, sondern nach dem Gesamteindruck, den er von einem Patienten und seiner Lebenssituation gewinnt. Dabei ergeben sich zahlreiche intuitive Diagnosen gerade aus einer Störung der sonst gewohnten leiblichen Kommunikation, wie beispielsweise aus dem spürbaren Resonanzverlust des gehemmt depressiven Patienten oder aus dem «Präcox-Gefühl» in der Begegnung mit einem schizophrenen Patienten.

Die diagnostische Aussagekraft der nonverbalen Kommunikation lässt sich aus einer Studie erkennen, in welcher bei 59 Patienten innerhalb von drei Tagen nach einem Suizidversuch während der psychiatrischen Explorationen eine auf Videoaufzeichnungen gestützte Mimik- und Gestik-Analyse von Patienten und Psychiaterin durchgeführt wurde. Nach einem Jahr hatten 10 Patienten einen zweiten, nicht-tödlichen Suizidversuch unternommen, wobei das Risiko für einen erneuten Suizidversuch signifikant mit den Körpersignalen korreliert war, und zwar interessanterweise mit denjenigen der Psychiaterin.

So konnten anhand der mimischen und motorischen Aktivität der Psychiaterin als Zeichen für ihre emotionale Involviertheit 81 Prozent der Suizidversuche richtig vorausgesagt werden, wogegen die nach dem Interview vorgenommene bewusste Einschätzung des Suizidrisikos lediglich auf dem Zufallsniveau von 17 Prozent lag.

Zur Bedeutung der nonverbalen Kommunikation bei der Psychotherapie zeigen die auf der Basis von Video-Analysen gewonnenen Ergebnisse der Prozess- und Verlaufsforschung, dass bereits in den ersten Stunden der Therapie unterschwellige Interaktionen ablaufen, welche die weitere Prognose entscheidend mitbestimmen. Wie überdies mehrere Untersuchungen der Körpersprache belegen, sind Patienten deutlich zufriedener mit der Behandlung, wenn der Therapeut den Ausdruck des Patienten sensibel wahrnimmt und seine Gefühle auf non-verbalem Weg authentisch zu vermitteln vermag. Da psychische Störungen in einem erheblichen Mass auf unbewussten Wahrnehmungs- und Reaktionsbereitschaften beruhen, ist die leibliche Kommunikation auch bei der prozessualen Aktivierung von impliziten Beziehungsmustern und deren Ersatz durch neue Reaktionsweisen bedeutsam, wobei der Patient die neuen Erfahrungen möglichst in der zwischenleiblichen, interaktiven Situation sammeln muss. Ein in diesem Zusammenhang entworfenes psychodynamisches Modell, das sich auf «Momente der Begegnung» stützt, kann ein nichtkongruentes, unerwartetes Verhalten des Therapeuten auf ein ungünstiges Beziehungsmuster dazu nutzen, eingeschliffene Reaktionsmuster zu durchbrechen. Demnach ist es mit Hilfe einer durch einen empathisch engagierten Therapeuten durchgeführten Psychotherapie möglich, mittels korrektiver emotionaler Erfahrungen das implizite Beziehungsgedächtnis des Patienten zu verändern.

Physiologische Aspekte sozialer Verbundenheit und Resonanz

Nach *PD Dr. med. Hans Jürgen Scheurle, Physiologe und Arzt, Autor und Dozent in Badenweiler*, ist der Mensch im Leben darauf angewiesen, dass die Umwelt auf sein Handeln, Empfinden und Denken antwortet und der Widerhall positiv empfunden wird. Ein vertieftes Erleben und gelingendes Handeln verdanken ihre Intensität stets auch einer günstigen Mitwirkung der Umgebung, wogegen das Fehlen oder Unterdrücken einer derartigen Resonanz die persönliche Performanz dämpft. Die Bedeutung der Resonanz wird für den Menschen, einschliesslich seiner Beziehung zur Umwelt, zu seinen Mitmenschen und zum eigenen Leib, zunächst durch den physikalischen Begriff der Verstärkung veranschaulicht. So antwortet der menschliche Leib auf die vielfältigen Anregungen der Umwelt mit Resonanz,

während umgekehrt jede Äusserung und jede Tätigkeit durch Resonanz aus der Umwelt potenziell intensiviert wird. Ein eindrückliches Beispiel für Resonanz zeigen die im Park der Sinne in Badenweiler aufgestellten Summsteine aus der frühen Megalith-Kultur, welche dank einer Aushöhlung die menschliche Stimme durch Resonanz verstärken und ihr damit eine grössere Klangfülle und Bedeutung zukommen lassen.

Resonanz tritt als rhythmisch-musikalische Verstärkung in vielfältigen leiblichen, seelischen und geistigen Facetten bei allen rhythmischen Vorgängen auf, wobei sie insbesondere im Kulturraum von Musik und Sprache und den darauf beruhenden Kunstformen von Literatur und Theater eine wesentliche Rolle spielt. So vermögen Worte durch Resonanz zu berühren, indem sie sich an Empfinden, Gefühl und innere Vorstellungswelt wenden, für das gefühlsmässige Erleben stehen und beim Hören vergleichbare Erfahrungen auslösen. Hartmut Rosa legt den Gedanken nahe, dass Resonanzverhältnisse eine Chance bieten, die Weltbeziehungen im Sinne eines gelingenden Lebens zu gestalten. Die durch den ziellosen Steigerungszwang der Moderne unablässig beschleunigte Welt erschwert jedoch die Ausbildung solcher Resonanzverhältnisse durch Zerstörung sozialer Rhythmen und droht, die Beziehungen der Menschen untereinander, aber auch zur Welt der Dinge und zum Umfeld zu entfremden.

Im 17. Jahrhundert stellte der französische Philosoph René Descartes die These des Dualismus von Körper und Geist als getrennte Entitäten, die jedoch miteinander wechselwirken, auf. Der kartesische Ansatz unterscheidet zwischen denkender Substanz oder Seele – dem «Subjekt» – und ausgedehnter Substanz oder Körper – dem «Objekt», wobei die Subjekte als für sich bestehende Wesenheiten ohne notwendigen Bezug zur Objektwelt angesehen werden, während umgekehrt die Objekte als unabhängig und ausserhalb vom menschlichen Erkennen existierend verstanden werden. Mit dieser Betrachtungsweise wurde die äussere Welt messbar gemacht, weshalb René Descartes heute allgemein als philosophischer Begründer des modernen naturwissenschaftlichen Denkens gilt. Nach dem auf die Anschauungen von Descartes zurückführbaren Konzept des Repräsentationalismus gelangen die Resultate der Verarbeitung im Gehirn nur als Repräsentationen der Aussenwelt in das Bewusstsein, sodass der Mensch in der Wahrnehmung lediglich Zugang zu den Repräsentaten, nicht zur Wirklichkeit hat.

Im Gegensatz zur Vorstellung eines dualistisch hirngesteuerten Mechanismus der Willkürorgane von Descartes formulierte der deutsche Universalgelehrte Gottfried Wilhelm Leibniz ein Konzept für das interaktive Verhältnis autonomer Leibesglieder, welche als selbständige und ganzheitliche Einheiten, den sogenannte «Monaden» vorliegen, die untereinander in einer klaren Hierarchie stehen. Da das System organischer Wechselwirkungen der Leibesglieder ohne zentrale Steuerung durch das Gehirn auskommt, bezeichnet Ernst Sandvoss die Monadenlehre von Leibniz als organologischen Ansatz, in dem die Spaltung von Körper und Geist einer Unterordnung der niederen unter die höheren Geistmonaden weicht. Im Einklang mit der Auffassung von Leibniz beschrieb der Neurologe und Autor Oliver Sacks einen Zustand der Desintegration beziehungsweise Anosognosie, bei dem sein linkes Bein während 17 Tagen wie ein gespenstischer, störender Fremdkörper am Leib hing. Des Weiteren schildert Sacks auch den Augenblick als der natürliche Rhythmus und die Melodie des Gehens zurückkommen und damit das Gefühl, dass sein Bein wieder lebendig und ein Teil von ihm war.

Gemäss neueren Erkenntnissen aus der Neurophysiologie werden die neuronalen Entladungsrhythmen im Gehirn synchronisiert und durch Resonanz verstärkt, wenn Organismus und Umwelt harmonisieren und in Kohärenz stehen, wodurch eine selektive Reizweiterleitung erreicht wird. Wie Wolf Singer und Matthieu Ricard zeigen konnten, führen Erkenntnisprozesse wie etwa das erfolgreiche Lesen und Verstehen von Worten zu einer erhöhten Synchronisation der Gamma-Oszillationen, während bei der Wahrnehmung von unverständlichen Wortelementen eine Desynchronisation mit einhergehender Unterdrückung der Weiterleitung eintritt. Ein ähnliches Phänomen wurde von Peter J. Uhlhaas und Mitarbeitern in einer Studie beschrieben, in der bei Probanden die Fähigkeit zum Erkennen von unvollständig erscheinenden «Mooney-Gesichtern» ermittelt wurde. Aus den erfassten EEG-Daten lässt sich bei Erwachsenen im Vergleich zu Jugendlichen eine erhöhte Amplitude der Schwingungen im Gamma-Band sowie eine ausgeprägtere Synchronisation in den tieferen Frequenzbändern erkennen, was auf eine bessere visuelle Integrationsfähigkeit hinweist.

Bei den Spiegelneuronen handelt es sich um ein Resonanzsystem im Gehirn, das als neuronale Grundlage der Empathie und des Mitgefühls angesehen wird. Aus verschiedenen Untersuchungen geht hervor, dass im Resonanzsystem der Spiegelneuronen allein schon durch das Beobachten von Gefühlen das gleiche Aktivitätsmuster ausgelöst wird wie durch das persönliche Erleben dieser Emo-

tionen. Eine den Spiegelneuronen verwandte Gruppe von Nervenzellen sind die sogenannten kanonischen Neuronen, die sowohl auf bestimmte Handlungen als auch auf Werkzeuge, Organe und Objekte mit und an denen sie vollzogen werden, reagieren. Die neuronalen Aktivitätsmuster beider Zelltypen widersprechen der früheren Vorstellung, dass Handlung und Wahrnehmung zwei komplett unabhängige Prozesse seien, die auf ihre jeweilige Sektion im Gehirn beschränkt sind. Wie Iacoboni prägnant ausdrückte «kann weder ein Affe noch ein Mensch jemand anderen beobachten, wie er einen Apfel in die Hand nimmt, ohne dass in ihrem Gehirn die motorischen Schaltpläne aktiviert werden, um den Apfel selbst in die Hand zu nehmen». Nachahmende Handlungen, die durch Spiegelneuronen und kanonische Neuronen angeregt sind, können normalerweise auch unterlassen werden. Im Falle gewisser Erkrankungen wie der Chorea Huntington und dem Tourette-Syndrom kann die Nachahmung jedoch nicht kontrolliert werden, sodass es zu Echolalie, Echopraxie, Tics und anderen unbeherrschbaren Reaktionen kommt.

Bei allen Lebewesen ist die Eigenbewegung des Leibes das Primäre, selbstverständlich Gegebene und Natürliche, wogegen der Ruhezustand das Sekundäre und Ungewöhnlichere ist. Eine Bewegung, die bereits initiiert wurde, kann noch bis zu einem gewissen Punkt angehalten beziehungsweise abgebrochen werden. So kann der Mensch beispielsweise eine Handbewegung, mit der er zum Schlag ausgeholt hat oder mit der er nach einem Apfel greifen will, noch rechtzeitig unterlassen, wenn ihm die Absicht dazu bewusst geworden ist. In diesem Zusammenhang zeigen Untersuchungen zur selbstaktiven Intention, dass dem bewussten Wunsch, eine Handlung auszuführen, im sensomotorischen Kortex ein Bereitschaftspotenzial um etwa 500 bis 1000 Millisekunden vorausgeht, das den Willensprozess unbewusst einleitet. Wie jedoch erstmals durch Benjamin Libet festgestellt wurde, verbleibt zwischen dem bewussten Wunsch, die Handlung auszuführen, und der Umsetzung dieses Wunsches ein Zeitraum von ungefähr 100 bis 250 Millisekunden für ein bewusstes Unterlassen der Handlung. Das im Gehirn gebildete Bereitschaftspotential klingt mit dem Entschluss zum Abbruch der Handlung folgenlos wieder ab, was auf eine neuronale Überordnung des Unterlassens über das Umsetzen hinweist. Mit Libets Versuchen ist erstmals bewiesen worden, dass individuelles Wollen und Entscheiden nicht notwendig von der Hirnfunktion ausgeht, sondern umgekehrt auf diese bestimmend einwirken kann – wenn auch nur in der negativen Form des Unterlassens. Demnach gründen Willenshandlungen auf unbewussten Initiativen, wobei der bewusste Wille eine Auswahl zwischen Initiativen trifft und entscheidet, welche Handlungsanregungen unterdrückt beziehungsweise zugelassen werden sollen.

Aus der Hirnforschung gibt es keinerlei Hinweise darauf, dass das bewusste Innehalten oder Nichtstun von einem bestimmten Ort im Gehirn veranlasst wird. Demnach muss das Unterlassen von der Peripherie des Körpers ausgehen, wobei sich als physiologische Grundlage dafür eine periphere Hemmung durch Polarisierung der Zellen aufdrängt. Durch den Aufbau eines Ruhepotentials an den Zellmembranen werden die Willkürorgane inaktiviert, sodass der Leib in den Ruhezustand versetzt wird. Dieser Ruhezustand wird durch die neuronale Aktivierung aufgehoben, sodass die Willkürorgane aus ihrem inaktivierten Zustand geweckt werden und ihre Wahrnehmung und Bewegung wieder aufnehmen und in Interaktion mit der Umwelt treten können. Neben Innehalten oder Nichtstun beruht auch die Fähigkeit zum bewussten Unterlassen und zur Negation auf der peripheren Hemmung, was letztlich den Schlüssel zur negativen Handlungsfreiheit darstellt.

Für weitere Auskünfte steht gerne zur Verfügung

Prof. Dr. med. Katja Cattapan
stv. Ärztliche Direktorin
Chefärztin Psychotherapie und Privatstationen

Telefon 044 716 42 42
Katja.Cattapan@sanatorium-kilchberg.ch