Leben mit Gefühlen

Emotionen, Werte und ihre Kritik

von
Barbara Merker

1. Auflage

mentis 2009

Verlag C.H. Beck im Internet:
www.beck.de
ISBN 978 3 89785 676 9

Zu Inhaltsverzeichnis

schnell und portofrei erhältlich bei beck-shop.de DIE FACHBUCHHANDLUNG

Barbara Merker (Hrsg.)

Leben mit Gefühlen

Emotionen, Werte und ihre Kritik

mentis
PADERBORN

Einbandabbildung: Johann Caspar Lavater, Von der Physiognomik, Leipzig 1772

(Bildunterschrift: *12 Köpfe, allerley Affecten [nach Charles Lebrun].*
»Wir fassen zusammen: Was in der Seele vorgeht, hat seinen Ausdruck auf dem Angesichte.«)

Bibliografische Information Der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über http://dnb.d-nb.de abrufbar.

Gedruckt auf umweltfreundlichem, chlorfrei gebleichtem und alterungsbeständigem Papier ♾ ISO 9706

© 2009 mentis Verlag GmbH
Schulze-Delitzsch-Straße 19, D-33100 Paderborn
www.mentis.de

Alle Rechte vorbehalten. Dieses Werk sowie einzelne Teile desselben sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zulässigen Fällen ist ohne vorherige Zustimmung des Verlages nicht zulässig.

Printed in Germany
Einbandgestaltung: Anna Braungart, Tübingen
Satz und Druck: Druckhaus Plöger, Borchen
ISBN 978-3-89785-676-9

Barbara Merker

Einleitung

Der Schmerz ist der Stachel der Tätigkeit,
und in dieser fühlen wir allererst unser Leben;
ohne diesen würde Leblosigkeit eintreten.
Vergnügen ist das Gefühl der Beförderung
des Lebens: was ebenso mich antreibt,
meinen Zustand zu erhalten (in ihm zu bleiben).

Kant, Anthropologie

Von allem, was für mich so wichtig ist,
kann ich zugleich auch
die Belanglosigkeit empfinden

Imre Kertész

1. Hirnforschung, Psychologie und Philosophie – 2. Terminologie – 3. Zwei Aspekte und Perspektiven – 4. Elf Emotionstheorien – 5. Probleme und Kontroversen

1. Hirnforschung, Psychologie und Philosophie

Wir sind Lebewesen und zwar solche, die im Unterschied zu Veilchen und Viren, ein Leben mit Gefühlen leben. Anders als Papageien und Pandas sind wir allerdings Lebewesen, die das auf eine mehr oder weniger rationale Weise tun.[1] Dieses Faktum ist vermutlich keine Neuigkeit, relativ neu aber ist das große Interesse, das ihm seit einiger Zeit nicht nur in immer mehr wissenschaftlichen Disziplinen, sondern auch außerhalb der Wissenschaften entgegengebracht wird. Vor allem drei Autoren waren die Auslöser für das

1 »Rational« steht hier im Gegensatz zu »arational« und umfaßt sowohl Rationalität im engeren Sinne als auch Irrationalität und damit die Möglichkeit einer Kritik (von Gefühlen).

öffentliche Interesse an Gefühlen und Emotionen: Antonio R. Damasio[2], Joseph LeDoux[3] und Daniel Goleman[4]. Diese haben in (populär-)wissenschaftlichen und in viele Sprachen übersetzten Bestsellern ihre Forschungen einem breiten Publikum zugänglich gemacht und beansprucht, mit empirischen Mitteln gezeigt zu haben, daß unsere Emotionen nicht nur mal angenehme, mal ärgerliche Begleiterscheinungen unseres Lebens sind, ein Luxus oder eine Last, auf die wir partiell oder im ganzen auch ganz gut verzichten könnten, sondern vielmehr unverzichtbar für das Überleben und gute Leben von uns Menschen (aber auch vielen anderen Tieren). Eine Vielfalt von Untersuchungen am Gehirn deutet nach Auffassung des Neurowissenschaftlers Damasio darauf hin, daß in Fällen einer Schädigung bestimmter Hirnareale zwar bestimmte intellektuelle Fähigkeiten der Betroffenen intakt bleiben, sie also weiter wahrnehmen, sich erinnern, sprechen können, sie aber zugleich eine insgesamt veränderte Persönlichkeitsstruktur an den Tag legen: ihnen fehlen mit den emotionalen auch ethische, soziale und moralische Fähigkeiten. Sie reagieren nicht nur gefühlsarm auf brutale Ereignisse oder Bilder sowie ihre persönliche Lage, sie sind auch unfähig, klug zu entscheiden und Planungen konsequent durchzuführen; sie verbringen viel Zeit mit trivialen Aufgaben, führen Teilaufgaben zu perfektionistisch durch und verlieren den Gesamtzweck aus dem Auge; sie werden nicht durch Antizipationen und Evaluationen zukünftiger Zustände motiviert; sie gehen hohe Risiken ein, sind wankelmütig, mißachten ihre Mitmenschen und verletzen soziale und moralische Normen, ohne Peinlichkeit, Verlegenheit, Scham oder Schuldgefühle zu empfinden.

Aus solchen nicht unstrittigen Befunden sind eine Reihe von Schlußfolgerungen hinsichtlich der Funktion von Emotionen gezogen worden. Emotionen, so ein Fazit, verhelfen uns zu Entscheidungen, die unserem Gesamtwohl dienen: sie verhindern, daß durch unendliche praktische Überlegungen Entscheidungen zu lange aufgeschoben und hinausgezögert werden, und sie fördern kluge Entscheidungen. Sie verhelfen, wie ein ausgebildeter Charakter, zur Reduktion von Komplexität, indem sie dafür sorgen, daß wir nicht alles gleichermaßen wichtig finden, sondern zwischen für uns Bedeutsamem und Unbedeutsamem unterscheiden. Sie können, umgekehrt, aber auch fatale Konsequenzen haben und uns in die Irre führen. Daher ist es so wichtig, die »richtigen« Gefühle und Emotionen zu haben.

Zu den an hirngeschädigten Menschen gewonnenen psychopathologischen Befunden Damasios (und anderer) passen anscheinend gut die anhand der Emotion der Furcht von gesunden Ratten gewonnenen neurologischen

2 Damasio, Der *Spinoza-Effekt*; *Descartes' Irrtum*; *Ich fühle, also bin ich*.
3 LeDoux, *Das Netz der Gefühle.*
4 Goleman, *Emotionale Intelligenz*.

Befunde LeDoux' und die klinisch psychologischen Forschungen Golemans an Menschen, die zwar kein defektes Gehirn haben, aber ebenfalls unterschiedlich schlecht mit ihrem Leben zurechtkommen. Sie sind Belege für Golemans These, daß Erfolg, Glück, Zufriedenheit im Beruf und Privatleben nicht primär von intellektueller Intelligenz abhängig sind, sondern auf der Fähigkeit zu emotionaler Intelligenz basieren. Viele Defekte gegenwärtiger Gesellschaften – psychosomatische Beschwerden, die regional unterschiedliche Zunahme bestimmter Formen von Gewalt, sozialer Entfremdung und Isolierung und komplementär die Abnahme von Solidarität, Ausdauer, Kooperation, Fürsorge und sozialer Bindung – führt er auf einen Mangel an emotionaler Erziehung, unter anderem zur Empathie, zurück.

In der Danksagung am Ende seines Buches über emotionale Intelligenz schreibt Goleman, daß er das Konzept emotionaler Erziehung, das seine Neugier geweckt und seinen zukünftigen Forschungen die Richtung gewiesen habe, zum ersten Mal bei Eileen Rockefeller Growald hörte, der Gründerin des Institute for the Advancement of Health. Diese Bemerkung ist ein trauriger Beleg für die Gräben zwischen den Disziplinen, denn in der praktischen Philosophie haben Emotionen und die Rolle emotionaler Erziehung von Anbeginn, also seit mehr als zweitausend Jahren, im Zentrum gestanden: im Kontext der Ethik, der Politik, der Rhetorik und der Handlungstheorie.

Von Platon und Aristoteles über die hellenistischen Ethiken der Stoiker und Epikuräer bis hin zu Descartes, Spinoza, Hobbes, Hume und partiell noch Hegel sind die sogenannten »Affektenlehren« integraler Bestandteil der Ethik gewesen. Denn ein angemessener Umgang mit den Affekten – sei es als bloße Mäßigung, als partielle Reduktion oder gar als totale Eliminierung – galt als Bedingung eines glücklichen Lebens und die Frage nach dem glücklichen, guten Leben als die zentrale Frage der Ethik. Die Affektenlehren waren zugleich Anleitung zur ethischen und moralischen Erziehung. Dank dieser Erziehung nämlich, für die auch die Politik zuständig war, sollte gelernt werden, auf angemessene, rechte Weise Emotionen, Affekte, allgemein: Lust und Unlust zu haben. Entsprechend bestehen ethische Tugenden, die notwendig und konstitutiv für das menschliche Glück und gute Leben sind, zum Teil im richtigen Umgang mit den Affekten. In der Rhetoriktheorie seit Aristoteles hatten Affektenlehren vor allem die praktische Funktion, dem Rhetor durch genaue Kenntnis der Erzeugungsbedingungen und Wirkungen von Affekten zu einer Beeinflussung des Publikums, z. B. vor Gericht oder vor der Volksversammlung, zu verhelfen. Umgekehrt verhalfen sie freilich auch dazu, solche Beeinflussungen zu erkennen und ihnen nicht unbemerkt ausgeliefert zu sein.

Affekte bzw. Emotionen galten dabei nur als eine spezielle Art von Lust- und Unlustgefühlen. Nach der Auffassung von Platon, Aristoteles und ihren

Nachfolgern begleiten und bewerten Lust- oder Unlustgefühle – gemessen an dem, was für ein rationales Lebewesen wesentlich und förderlich oder hinderlich ist – die innere organische Verfassung des Lebewesens wie auch die Objekte, auf die es sich bezieht. Lust ist eine Art Indikator für das homöostatische und ökologische Gleichgewicht, in dem ein Lebewesen sich befindet. Prinzipiell alle menschlichen Widerfahrnisse und Aktivitäten: leibliche oder sinnliche Empfindungen, die durch organische Prozesse im Inneren unserer Körper oder durch äußere Gegenstände verursacht werden, ebenso wie unsere gegenständlichen Vorstellungen und vielfältigen Aktivitäten werden durch Gefühle der Lust und/oder Unlust kommentiert. Das Gefühl der Lust galt den psychologischen Hedonisten als das *einzige* Ziel, den ethischen Hedonisten als das *beste* und *höchste* Ziel des Strebens und Handelns, als höchstes Gut. In den Handlungstheorien von Aristoteles bis Hume, seinen empiristischen Nachfolgern oder Kant (auch mit seinem »vernunftgewirkten« Gefühl der Achtung) galt das Gefühl der Lust zwar nicht als Ziel, wohl aber als *bewegende Kraft*, als *movens* jeglichen Handelns. Für ein gutes Leben und Handeln hängt ihnen zufolge daher alles davon ab, was es ist, woran und worauf wir jeweils Lust haben. Das aber ist durch Erziehung mitbestimmbar.

Zusammengefaßt läßt sich also sagen, daß Emotionen, die Gefühle der Lust und Unlust allgemein, und ihre Erziehung und Formung in allen Gebieten der praktischen Philosophie, in der Ethik, der Politik, der Rhetorik und im Kontext der Handlungstheorie ein zentrales Thema sind. Von höchster Priorität war es, die Entstehungs- und Wirkweise der Gefühle zu kennen und durch Erziehung zu lernen, angemessene Gefühle der Lust und Unlust zu entwickeln. Die Grundlage für diese Einschätzung und Gewichtung, die den oft in Mischungen auftretenden Lust- und Unlustgefühlen und ihrer Erziehung in der praktischen Philosophie zugewiesen wird, bildet ein Teil der theoretischen Philosophie von Platon, Aristoteles und vielen ihrer Nachfolger, vor allem die Psychologie mit ihrer Lehre von den dreifachen Seelenfunktionen. Zu diesen gehören die *epithymia* (sinnliche Begierde) und der *thymos* (Aufwallung), die beide zu den mit Lust oder Unlust einhergehenden Affekten gezählt werden können. Tugendhaft, richtig, angemessen werden sie, wenn sie zunächst auf die Vernunft der Erziehenden und schließlich auf ihre eigene entsprechend gebildete Vernunft hören, die ihnen das rechte Maß vorstellt. Angenehme, lustvolle Gefühle, die falsche oder schlechte Überzeugungen begleiten, werden ebenso als »falsche« Gefühle kritisiert, wie solche, die ungesunde und unvernünftige, »wesenswidrige« Tätigkeiten begleiten.