

Uta Wagener

Fühlen-Tasten-Begreifen

Berührung als Wahrnehmung und Kommunikation



Bibliotheks- und Informationssystem der Universität Oldenburg

2000

Verlag/Druck/
Vertrieb:

Bibliotheks- und Informationssystem
der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg
(BIS) – Verlag -
Postfach 25 41, 26015 Oldenburg
Tel.: 0441/798 2261, Telefax: 0441/798 4040
e-mail: verlag@bis.uni-oldenburg.de

ISBN 3-8142-0752-1

Inhalt

Wissen um Berührung – Vorwort	7
1 Einleitung	13
2 Berührung	17
2.1 Konventionen und Kontexte	19
2.2 Rahmen und Räume	23
2.3 Sprachliche Aspekte	25
2.3.1 Berührungsworte	25
2.3.2 Mit Haut und Händen	29
2.4 Psychologische Untersuchungen über Berührung	32
3 Methodisches Vorgehen zur Erforschung von Berührung und Reflexionen zum Forschungsprozeß	35
3.1 Erkenntnisse über Berührung	35
3.1.1 Vorgehensweise	35
3.1.2 Zur Methodik der Berührungsgeschichten – Reflexionen zum Forschungsprozeß	39
3.1.3 Berührung als empirischer Forschungsgegenstand der Psychologie – Schwierigkeiten und Möglichkeiten	44
3.2 Erkenntnisse durch Berührung	47
3.2.1 Wissenschaft und Körper	48
3.2.2 Frauenkörper	53
3.2.3 Leib und Körper	54
3.2.4 Erkennende Berührung	57

4	Wahrnehmung und Verarbeitung von Berührung	63
4.1	Die Haut	64
4.1.1	Aufbau der Haut	64
4.1.2	Funktionen der Haut	66
4.2	Das haptisch-somatische System	67
4.2.1	Propriozeption (Wahrnehmungen aus dem Bewegungssystem)	69
4.2.2	Somatosensorische Wahrnehmung (Wahrnehmungen über die Haut)	70
4.2.3	Zentrale Verarbeitung	76
4.3	Eigenschaften von Berührungswahrnehmung	81
4.3.1	Leibliche Nähe	82
4.3.2	Aktives und passives Berühren	82
4.3.3	Berührungswahrnehmung als ganzheitlicher Vorgang	84
4.3.4	Selbstwahrnehmung und Bipolarität	87
4.4	Zusammenfassung und Bedeutung für mein Thema	89
5	Kommunikationstheorien im Spiegel der Berührung	93
5.1	Nonverbale Kommunikation	94
5.2	Kommunikationsmodelle	97
5.3	Das Modell von WATZLAWICK, BEAVIN und JACKSON	101
5.3.1	Das Modell von Watzlawick und Berührung	105
5.3.2	Inhalts- und Beziehungsaspekt von Kommunikation (Axiom 2)	106
5.3.3	Analoge und digitale Modalitäten (Axiom 4)	109
5.3.4	Zur Digitalität von Sprache	110
5.3.5	Zum Zusammenhang von Inhalts- und Beziehungsaspekt	112
5.3.6	Sprache und Berührung – Zum Problem der Übersetzung	113
5.4	Resümee	117
6	Eigenschaften und Inhalte von Berührungskommunikation	121
6.1	Eigenschaften von Berührungskommunikation	121
6.1.1	Zur Frage der Authentizität und Eindeutigkeit von nonverbaler Kommunikation	122

6.1.2	Berührung ein Grundbedürfnis?	125
6.1.3	Wahrnehmung der Existenz und der Realität in der Berührung	129
6.1.4	Vergängliche Begegnungen und dauerhafte Verbindungen	133
6.2	Inhalte und Themen von Berührungskommunikation	135
6.2.1	Macht und Gewalt	135
6.2.2	Grenzen	139
6.2.3	Ruhe und Geborgenheit – Festhalten und Enge	144
6.2.4	Wärme und Zärtlichkeit	146
6.2.5	Körperliche und emotionale Nähe	147
6.2.6	Sexualität und Intimität	150
6.3	Alleine – mit und ohne Berührung	153
6.4	Resümee	157
7	Berührung in Heilungsprozessen	159
7.1	Medizinische Behandlung	159
7.2	Psychotherapeutische Behandlung	161
7.3	Heilende Aspekte von Berührung	163
7.3.1	Berührung und die therapeutische Beziehung	164
7.3.2	Selbst- und Realitätswahrnehmung durch Berührung	167
7.3.3	Berührung als Zugang zu vorsprachlichen Geschehnissen	168
7.3.4	Beruhigende und haltende Berührungen	169
7.4	Zur Ethik des Berührens in Medizin und Psychotherapie	170
7.5	Resümee	173
8	Abschließende Überlegungen und Ausblick	175
	Literatur	183

Wissen um Berührung – Vorwort

„‘Ich weiß, wo ich den Schmerz empfinde’, ‘Ich weiß, dass ich ihn *da* empfinde’ ist so falsch wie: ‘Ich weiß, dass ich Schmerzen habe.’ Richtig aber: ‘Ich weiß, wo du meinen Arm berührt hast’”
(WITTGENSTEIN 1969/90, *Über Gewißheit*, 20).

Ludwig WITTGENSTEIN hat sich in seiner Schrift „Über Gewißheit“ gefragt, *wie* wir etwas über die Welt um uns herum wissen können und wie sich dieses Wissen z.B. von dem Wissen um die Lösung einer Rechenaufgabe oder um körperliche Empfindungen unterscheidet. Er kommt dabei u.a. zu dem überraschenden Schluß, dass jemand zu wissen behaupten kann, wo er/sie berührt worden ist. Im Unterschied zur Schmerzempfindung, die gleichsam *in einem Subjekt* stattfindet, ist in der Berührung eine Verbindung zwischen zwei Subjekten (oder einem Subjekt und der Welt) gegeben. Um eine Berührung am Arm kann man wissen, die ist verortbar und erinnerbar.

Was wissen wir von Berührungen? Wie steht es mit dem Wissen, das wir – im doppelten Sinne – über Berührungen erlangen? Wie ist zu bewerten, was wir wissen, weil wir berührt wurden, weil wir etwas angefaßt haben? Was weiß die Wissenschaft, was weiß die Psychologie von Berührungen? Dazu ein kleines Detail aus der Geschichte der Psychologie:

Josef BREUER (1895/1991), einer der Wegbereiter der Psychoanalyse, beschreibt in einer der klassischen und berühmt gewordenen Fallanalysen aus der Geschichte der Psychoanalyse, dass Anna O. immer erst dann mit ihm sprach, „nachdem sie sich durch sorgfältige Betastung meiner Hände von meiner Identität überzeugt hatte“ (S.51). Das Betasten der Hände scheint für die Patientin Anna O., die u.a. durch unterschiedliche Seh- und Hörstörungen verunsichert war, etwas Verlässliches zu sein, das ihr trotz ihrer Erkrankung Gewißheit über die Identität ihres Gegenübers zu vermitteln vermochte. Erst nach dieser körperlichen Berührung war sie bereit, ihm von sich, ihren Ängsten und Gedanken zu erzählen, sich also ihm anzuvertrauen. Anna O. prägte für die Psychoanalyse den Begriff der *Redekur* („talking-

cure”) und trug damit entscheidend dazu bei, dass Breuer und Freud die Bedeutung des Aussprechens für die Heilung psychischer Erkrankungen erkannten. Keine Beachtung fand hingegen das oben zitierte Detail aus Breuers Falldarstellung: Die vielleicht theorie-historische Bedeutung der „Betastung“ für die Entwicklung der Psychoanalyse wurde außer acht gelassen.

Die Vernachlässigung von Berührung in der gesamten psychologischen Literatur ist einer der Ausgangspunkte der vorliegenden Arbeit. In einem umfassenden Versuch, die Vielschichtigkeit und Bedeutsamkeit des gewählten Themas „*Berührung als Wahrnehmung und Kommunikation*“ vor Augen zu führen, eröffnet die Autorin einen weiten Horizont für ihr Forschungsthema, der – Kontext und Focus zugleich – Berührung als Wahrnehmungs- und Kommunikationsform gleichermaßen aufscheinen läßt. Dies gelingt u.a. durch eine fundierte semantisch-etymologische Analyse, die Berührung als körpergebundene Erkenntnisform entfaltet und in philosophische Diskussionen einwebt. Methodische Reflexionen zum eigenen empirischen Forschungsprozeß schließen sich an und werden in erkenntnistheoretischen Überlegungen so gespiegelt, dass Berührung gleichzeitig als Gegenstand und Methode wissenschaftlichen Forschens thematisiert wird. Dies führt zu einer Problematisierung der wissenschaftshistorisch gewachsenen strikten Trennung zwischen Körper und Geist im Erkenntnisprozeß. Die Autorin stellt dem eine integrative Position gegenüber: *Erkennen ist im Körper verwurzelt* und bleibt auf ihn bezogen, weil Wahrnehmungsprozesse und kognitive Entwicklungsprozesse physiologische und kognitive Aspekte gleichermaßen voraussetzen.

Das Thema „Berührung“ wird konsequent im Spannungsfeld von Wahrnehmung und Kommunikation gehalten und gewinnt dadurch seine Struktur. Es werden verschiedene, auch konträre Perspektiven erörtert und dadurch vereinfachende Lesarten erfolgreich verhindert. So werden die psychologischen Wahrnehmungs- und Kommunikationsmodelle im Bereich der Berührung um einen wertvollen Beitrag ergänzt. Die eher stiefkindliche Behandlung dieses Wahrnehmungs- und Kommunikationssinnes durch die Mainstream-Psychologie wird aufgedeckt, ergründet und – erfolgreich – auszugleichen versucht. Das unterstreicht die Bedeutsamkeit dieser Forschungsarbeit.

Ausblick

Daraus ergeben sich weitere überraschende und schwierige Anfragen an Wissenschafts- und Erkenntnistheorie allgemein, aber auch Forschungsfragen der Psychologie im besonderen, die über die Erforschung der Berührung als einer isolierten Wahrnehmungs- und Kommunikationsmodalität weit hinausgehen. In den Blick kommen nun Aspekte der psychologischen Bedeutsamkeit von Berührungen, z.B. in der Gedächtnis- und Traumaforschung, aber auch in der Lern-, Therapie- und kulturpsychologischen Forschung. Dazu zwei Ansatzpunkte:

- (a) Traumaforschung: Jan Philipp REEMTSMA berichtet in seinen Reflexionen über die Erfahrung seiner Entführung davon, dass er sich irgendwann wünschte, „der Entführer solle ihn trösten, ihn berühren, die Hand auf seine Schulter legen“ (REEMTSMA 1998, 178).

„Noch einige Wochen nach seiner¹ Freilassung hatte ich des öfteren das Gefühl, plötzlich wieder verlorenzugehen, den Kontakt mit der mich umgebenden Welt zu verlieren. Und manchmal war das Gefühl rein physisch, nur auf die Körperoberfläche bezogen. Ich meinte, den Verstand verlieren zu müssen, wenn sein/mein Körper nicht berührt, in den Arm genommen, festgehalten würde, als brauchte es eine Kraft von außen, um mich vor dem Verlorengehen zu schützen, und diese Kraft mußte ich an und auf meinem Körper spüren“ (REEMTSMA 1998, 203).

REEMTSMAS Erinnerungen unterstreichen einmal mehr die existentielle Bedeutung von Berührungen – dies muß für die Gestaltung von Heilungsprozessen genauer erforscht werden, damit dieser Aspekt therapeutisch genutzt werden kann.

- (b) Kulturpsychologische Forschung: Richard SENNET fordert zu einer kritischen Reflexion des Tastsinns und seiner Bedeutung für unseren Alltag auf; er sieht Gefahren darin, dass in neueren technischen und kulturellen Entwicklungen der Verlust des Kontaktes mit den Dingen und Räumen um uns herum fraglos hingenommen oder gar als Fortschritt gelobt wird.

1 Reemtsma verwendet in seinen Aufzeichnungen über weite Passagen bewußt die dritte Person Singular anstelle eines Ichs, weil sich so Peinliches leichter sagen ließe (vgl. REEMTSMA 1998, 46).

Er hat u.a. angefangen darüber nachzudenken, ob wir dadurch das Gefühl für unsere Umwelt verlieren und manipulierbarer und phantasieloser werden.

„Eine Methode des [Cello-]Unterrichts für Anfänger besteht darin, ihnen Klebeband auf das Griffbrett zu kleben, damit die Kinder genau wissen, wohin sie ihre Finger setzen sollen. Das ist die Grundlage der sogenannten Suzuki-Methode, und alles spricht dafür, dass sie das Erlernen der Griffe erleichtert. Sobald jedoch das Klebeband entfernt wird, sind die Kinder überrascht und ratlos. Sie stellen fest, dass sie gar nicht richtig gelernt haben, einen wirklichen Kontakt zwischen Fingerspitze, Saite und Holz herzustellen. Das Klebeband hat den sicheren Kontakt an dieser entscheidenden Stelle abgeschwächt. In diesem Sinne, möchte ich behaupten, wird unsere alltägliche Welt mehr und mehr 'zugeklebt'; die Erleichterung der Handhabung schwächt das Gefühl für die Berührung mit der Materie“ (SENNETT 1998, 484).

In der Spiegelung der Suzuki-Methode wird evident, dass der Tastsinn nicht ohne weiteres substituierbar ist. Mit SENNETT muß weiter darüber nachgedacht werden, was das zunehmende Verschwinden von Kontakten langfristig für unsere Wahrnehmungs- und Erkenntnisprozesse bedeutet und welche psychischen und sozialen Implikationen damit verbunden sind.

Die existentielle Bedeutung von körperlichen Berührungen einerseits und die Bedeutung des Tastsinns für den Kontakt mit der Realität andererseits werden evident und müssen eingehender erforscht werden. Diese Diskussion mit neuen Ideen anzustoßen und weiter zu beleben – nicht zuletzt darin liegt die Aktualität der Arbeit im Zeitalter von zunehmend „körperunabhängigen Kommunikationsformen“.

Literatur

- BREUER, Josef (1895/1991): *Krankengeschichte. Beobachtung I: Frl. Anna O.* In: FREUD, Sigmund (1895/1991): *Studien über Hysterie.* Frankfurt/M.: Fischer; S. 42-65;
- REEMTSMA, Jan Philipp (1998): *Im Keller.* Reinbek: Rowohlt;
- SENNETT, Richard (1998): *Der Tastsinn.* In: *Der Sinn der Sinne.* Hg.: Kunst- und Ausstellungshalle der BRD GmbH. Göttingen: Steidl; S. 479-495;
- WITTGENSTEIN, Ludwig (1969/90): *Über Gewißheit.* Hg. von G.E.M. ANSCOMBE & G.H. von WRIGHT. Frankfurt/M.: Suhrkamp (Original 1969: *Über Gewißheit. On Certainty.*)

„Vielleicht fing ich bereits damals an, das Eis verstehen zu wollen. Verstehen wollen heißt, dass wir etwas zurückzuerobern versuchen, was wir verloren haben“ (HØEG 1996 „Fräulein Smillas Gespür für Schnee“, 42).

1 Einleitung

Fühlen, Tasten und Begreifen sind drei Worte, die Berührung und die Wahrnehmung von Berührung beschreiben und unterschiedliche Aspekte deutlich werden lassen. ‘Fühlen’ wird verwendet für das eher passive Empfinden einer Berührung, die wir empfangen, so *fühle* ich beispielsweise den sanften Druck einer Hand auf meinem Rücken. Es wird genutzt für das aktive ‘*Be-Fühlen*’ beispielsweise eines weichen Stoffes und auch für emotionales Fühlen, wie in dem Wort ‘*wohl fühlen*’. ‘Tasten’ beinhaltet das aktive *Be-Tasten* und sinnliche Erkunden unserer Umwelt. Manche Gegenstände haben ‘*Tasten*’, die wir betätigen, indem wir sie mit unseren Fingern berühren. Das Wort ‘*Begreifen*’ stellt eine Verbindung her zum geistigen ‘*Be-Greifen*’, dem das gegenständliche Greifen oft vorausgeht.

In diesem Buch betrachte (und befühle) ich das Thema Berührung aus verschiedenen Perspektiven und konzentriere mich dabei auf zwischenmenschliche Berührung und kommunikative Aspekte von Berührung. Mein Interesse galt am Anfang körperlicher Berührung im Kontext von Psychotherapie und Medizin. Mir erschien (und erscheint) dies ein ausgesprochen interessantes und wichtiges Thema. Jedoch hat sich mein eigener Schwerpunkt im Laufe der Arbeit verändert, so dass es jetzt nur noch ein Kapitel zum Thema ‘Berührung und Heilung’ gibt, obwohl sich sicher diverse Bücher dazu schreiben ließen. Auf der zeitweise sehr schwierigen Suche nach Literatur zu Berührung allgemein und in unterschiedlichen Kontexten, wurden meine Fragen immer grundsätzlicher und allgemeiner: Welche Bedeutungen haben Berührungen? Wie kommunizieren wir über Berührung? Welche Wirkungen haben Berührungen? Was macht sie so schön, so schwierig, so wichtig, so banal, so bedrohlich, so sehnsuchtsvoll herbeigesehnt, so wirkungsvoll und

wirkungslos? Welche Rolle spielt Berührung in unserem Alltag, und in welcher Weise ist dies von unserer Gesellschaft geprägt? Antworten auf diese Fragen erschienen mir notwendig vor einer Fokussierung auf das Thema 'Heilung'. Empirisch habe ich mich dem Thema durch ein exploratives Interview genähert und habe mir danach von verschiedenen Personen Berührungsgeschichten aufschreiben lassen. Aus beidem werde ich in dieser Arbeit häufig zitieren.

Das Thema Berührung ist in vielen Kontexten von Bedeutung, und es wäre möglich, einen solchen Kontext in den Mittelpunkt zu stellen. So hätte ich beispielsweise Berührung in der Beziehung zwischen Eltern und Kindern fokussieren können oder Berührung in Liebesbeziehungen. Ich habe mich jedoch dagegen entschieden, da mich vorrangig interessiert und fasziniert hat, welche übergeordneten Eigenschaften, Dimensionen und Inhalte Berührung hat.

Zunächst werde ich in das Thema einführen und deutlich machen, welche Bedingungen, Kontexte und Werte Berührung beeinflussen und prägen. Ich betrachte sprachliche Aspekte, Redewendungen und den Ursprung von Berührungsworten und stelle kurz die Spannbreite psychologischer Fragestellungen zum Thema Berührung dar.

Das dritte Kapitel dient zum einen der Darstellung und Reflexion meiner methodischen Vorgehensweise bei der Erforschung von Berührung und betrachtet gleichzeitig Berührung als Methode der Erkenntnisgewinnung. Diese beiden Perspektiven machen ein Spannungsfeld berührender Erkenntnisse deutlich.

Die Wahrnehmung von Berührung steht im Zentrum des vierten Kapitels. Hier werden sowohl physiologische Vorgänge betrachtet, als auch spezifische Eigenschaften von Berührungswahrnehmung, in denen diese sich von anderen Wahrnehmungsweisen unterscheidet.

Das fünfte Kapitel fokussiert Berührung als einen Aspekt nonverbaler Kommunikation und dient der Darstellung verschiedener Kommunikationstheorien. Diese werden kritisch reflektiert aus Perspektive der Berührung.

Spezifische Eigenschaften und Inhalte von Berührungskommunikation betrachte ich im sechsten Kapitel. Dort wird eine existentielle Dimension von Berührung herausgearbeitet und es werden Aspekte wie 'Nähe und Distanz', 'Macht', 'Sexualität' thematisiert.

Berührung in Heilungsprozessen greife ich als einen spezifischen Kontext von Berührung im siebten Kapitel heraus und stelle dabei Aspekte, die in meiner Arbeit bis dahin deutlich wurden, unter diesem Blickwinkel dar.

In meinen Schlußworten beschäftige ich mich mit der Frage der gesellschaftlichen Bedingungen von Berührung. Einige in den vorangegangenen Kapiteln heraus gearbeitete Besonderheiten von Berührung werden aufgegriffen und in einen gesellschaftlichen und kulturellen Kontext gestellt.

Berührung ist ein Thema, das uns Menschen betrifft, berührt, das uns verbindet und trennt, in der Liebe zusammenführt und ebenso bei einer Rauferei, ein sehr psychologisches Thema. Mir erschien es mitunter seltsam, ein Buch zum Thema Berührung zu schreiben, denn es ist befremdlich, Stunde um Stunde, Tag für Tag, und letztlich wochen- und monatelang alleine an einem Schreibtisch und vor einem Computer zu sitzen und währenddessen über Berührung zu lesen, zu denken und zu schreiben. Eine weitgehend unberührte Herangehensweise an ein berührendes Thema. Vielleicht habe auch ich, wie in obigem Zitat, versucht, etwas zurückzuerobern, was ich verloren habe, was aber, wie ich denke, ebenfalls große Teile der Wissenschaft und insbesondere der Psychologie verloren haben.

DANKE!

An erster Stelle möchte ich mich bei denen bedanken, die meine Arbeit durch ihr Interesse und Engagement ermöglicht haben, bei den Autorinnen und dem Autor der „Berührungsgeschichten“¹ und bei meiner Interviewpartnerin.

Ich danke meiner Arbeitsgruppe, Ramona Emmrich und Renate Duin, die mir als Diskussions- ebenso wie als Jammerforum von großer Bedeutung war. Danke für Korrekturen, Ermutigung, für Kekse und Tee und für den Humor, der auch in Krisenzeiten nicht unterzukriegen war.

Meinen Eltern danke ich für emotionale und finanzielle Unterstützung und für alles andere.

Mein Dank gilt ganz besonders Frau Dr. Petra Muckel, die durch ihre hervorragende Begleitung zur Entstehung dieser Arbeit entscheidend beigetra-

1 Ich werde der Einfachheit halber im weiteren Verlauf meiner Arbeit nur die weibliche Sprachform benutzen.

gen hat. Dank vor allem dafür, dass ich durch ihre Unterstützung und in den vielen gemeinsamen Gesprächen Vertrauen in meine eigenen Fähigkeiten gewinnen konnte.

„Es ist klar, dass die entscheidende Form im Umgang mit den Dingen nichts anderes als die Berührung sein kann. Und da es so ist, sind Berührung und Kontakt die unbedingt wichtigsten Faktoren in der Struktur unserer Welt“ (ORTEGA Y GASSET)¹.

2 Berührung

Berührungen und Körperkontakt sind Aspekte unseres Lebens, die ebenso alltäglich wie außergewöhnlich sind. Wir berühren täglich. ‘Hände schütteln’ zur Begrüßung, ein versehentliches Streifen in der überfüllten U-Bahn und Berührungen beim Sport. Oder wir berühren uns selber, zum Beispiel beim Waschen und wenn wir nachdenklich den Kopf in die Hand stützen; wir fahren uns über die Augen, wenn wir müde sind und wärmen die kalten Hände in unseren Hosentaschen.

Andere Berührungen sind weniger alltäglich. Die 1001ste Berührung bei der es ‘Zoom macht’ und eine Verliebtheit entsteht oder erstmals deutlich wird, wie in dem Lied von Klaus Lage; die segnende Berührung bei einer Taufe; die erste Berührung des neugeborenen Kindes; die zum Trost gereichte Hand bei einer Beileidsbekundung.

„Menschliche Berührungen sind so alt wie die Menschen und so neu wie Encounter-Gruppen; ihre Vielfalt reicht vom Fäden-vom-Kleid-Ablese unserer Mütter über den kumpelhaften Schlag auf den Rücken bis zur gynäkologischen Untersuchung“ (HENLEY 1988, 141).

Berührungen können als angenehm oder unangenehm empfunden werden. Eine Berührung kann Trost, Nähe, Lust, Freude und Verbundenheit vermitteln, sie kann Muskeln entspannen, Gelenke mobilisieren, erregend und beruhigend sein. Eine Berührung kann jedoch ebenso Macht und Gewalt

1 J. ORTEGA Y GASSET (1957), nach WILKE und LEUNER 1990, 214.

bedeuten, sie kann ängstigen und bedrohen, sie kann 'nerven', aber sie kann uns auch unbemerkt streifen.

Ob uns eine Berührung bewußt wird, ob wir darüber nachdenken, uns an sie erinnern, dies hängt von vielen Faktoren ab. Wie gewöhnlich oder ungewöhnlich war die Berührung, war sie eher beiläufig oder ganz bewußt? Wenn wir berührt wurden, welche Gründe für diese Berührung vermuten wir? Erlebten wir die Berührung als besonders angenehm oder unangenehm, wie war die Situation, was sonst hat uns beschäftigt und vielleicht abgelenkt? Manche Berührungen nehmen wir wahr und vergessen sie gleich wieder, andere erinnern wir lange und vielleicht erträumen oder fürchten wir eine Wiederholung.

Berührungen üben eine Faszination aus. Viele Rituale und Konventionen sind berührend. So berühren wir einander üblicherweise zur Begrüßung und zum Abschied. MORRIS (1972) führt auch die nicht berührende Begrüßungsform des Winkens und ebenso das begeistert Beifall-Klatschen auf Berührungen zurück. In seiner Darstellung analysiert er diese Gesten als Überbleibsel einer Umarmung, bei der eine Hand aufmunternd oder lobend auf den Rücken klopft (MORRIS 1972, 99-107). Es gibt viele Beispiele bedeutungsvoller Berührungen: eine Heirat wird mehr noch als durch das 'Ja-Wort' durch den anschließenden Kuß vollzogen, in der christlichen Religion gibt es segnende und heilende Berührungen und der Kuß der Muse verleiht der Dichterin Inspiration. In Michelangelos eindrücklicher Darstellung des biblischen Geschehens berührt Gott Adam, um ihn zum Leben zu erwecken. HENLEY zu diesem sehr bekannten Bild:

„Die Magie einer Berührung teilt sich uns so selbstverständlich mit, dass man meint, den Lebensfunken förmlich die Kluft zwischen zwei ausgestreckten Händen überspringen zu sehen“ (HENLEY 1988, 141).

Manche Berührungen versprechen große Folgen zu haben. Die Berührung des Jesus von Nazareth heilte in der biblischen Geschichte viele Krankheiten, und sei es auch nur der Saum seines Kleides, der berührt wurde. Für manche Menschen mag eine segnende Berührung des Papstes eine ähnlich große Bedeutung haben, wie für andere die Berührung von Mick Jagers T-Shirt. Solche spirituell oder religiös bedeutsamen Berührungen können emotional weitreichende Konsequenzen haben. Sie können segnen, heilen, sie können aber auch verunreinigen und von Übel sein, so oder so haben sie

eine langfristige Wirkung. Auch ein Kuß ist eine Berührung und kann sehr unterschiedliche Funktionen erfüllen:

„Natürlich gibt es nicht nur romantische Küsse; wir küssen auch die Würfel bevor wir sie über den Tisch rollen, unseren verletzten Finger oder den des geliebten Menschen, ein religiöses Symbol oder eine Statue, die Nationalflagge oder den Heimatboden, einen Glücksbringer, ein Bild, den Ring des Königs oder Bischofs, unsere eigenen Finger, wenn wir uns von jemandem verabschieden“ (ACKERMAN 1991, 146).

2.1 Konventionen und Kontexte

Viele Aspekte von Berührung sind durch Konventionen geregelt. Durch die Anwendung gelernter Regeln erkennen wir, welche Bedeutung eine Berührung hat, welche 'Aussage' sie macht. Wir empfinden eine Berührung als angemessen, als 'komisch', vielleicht unangenehm oder bedrohlich. Es gibt Regeln für verschiedene Kontexte von Berührung, für verschiedene Beziehungen, in denen es zu Berührung kommt. In manchen Situationen sind Berührungen erlaubt, geboten, vorgeschrieben, in anderen unerwünscht, verboten, Tabu.

„Berührungen sind – anders als andere Formen der Kommunikation – die Sprache physischer Nähe. Deshalb ist die körperliche Berührung auch der wichtigste aller Kommunikationskanäle – der ausdrucksstärkste, aber auch der reglementierteste und kontrollierteste“ (THAYER 1988, 21).

Im allgemeinen gilt in unserer Gesellschaft Sprache als *das* Mittel der Kommunikation. Die Aussage von THAYER, Berührung sei der wichtigste aller Kommunikationskanäle dürfte insofern umstritten sein. Sicher ist, dass Berührung überlebensnotwendig ist und damit zentral. Es gelten bestimmte Normen für die Berührung zwischen Eltern und Kindern, und diese verändern sich, wenn die Kinder älter werden. Es gibt Konventionen für freundschaftliche Berührungen und für solche unter Kolleginnen oder gegenüber Vorgesetzten. Diese Berührungsregeln sind nur in Ausnahmefällen schriftlich fixiert und dennoch haben die meisten Menschen ein feines Gespür dafür, was angemessen ist, was 'sich gehört'. Konventionen sind in verschiedenen Kulturen, Subkulturen und Gruppen unterschiedlich und lassen außerdem einen gewissen individuellen Handlungs- oder 'Berührungsspielraum'.

Es gibt verschiedene Verhaltensweisen, die als der Konvention entsprechend akzeptiert werden. Dennoch werden die meisten von uns sich an Situationen erinnern, in denen andere diese ungeschriebenen 'Gesetze' nicht akzeptiert haben und uns zu nahe gekommen sind. Jemand 'rückte uns auf die Pelle' oder hat uns gar 'angetatscht'. Eine Person kann sich auch unangenehm distanziert verhalten, dann zweifeln wir vielleicht an der Beziehung und dem Vertrauensverhältnis zu dieser Person.

Es muß nicht zwangsläufig unangenehm sein, wenn die Berührung näher ist, als die Konvention erwarten läßt. Vielleicht ist es auch ein Anzeichen dafür oder ein Appell daran, die Beziehung zu verändern. Aus einem freundschaftlichen Streicheln wird so eine intime Berührung. Es kann aber sehr verunsichernd sein, eine Berührung nicht einordnen zu können. Wir rätseln unter Umständen über die Bedeutung und fragen uns, was die Person 'sagen', mitteilen wollte.

Die geltenden Konventionen sind nicht nur abhängig von der Beziehung der Berührenden, sondern auch von der Situation, in der die Berührung stattfindet. Die gleiche Berührung kann in der einen Situation freundlich und aufmunternd sein, zum Beispiel beim Sport, und in einer anderen Situation wäre sie sehr intim, zum Beispiel bei einem Essen zu zweit. Gerade der Sport macht Verhaltensweisen möglich, die sonst tabuisiert sind. In welchem anderen Kontext dürfen Männer sich umarmen und küssen, ohne in unserer homophoben Gesellschaft den 'Verdacht' zu erregen, schwul zu sein? dass solche Berührungen unter oberflächlicher Betrachtung erstmal eine andere Funktion erfüllen, gewissermaßen unter einem Vorwand geschehen, heißt nicht, dass nicht auch diese Berührungen wichtig sind für die Verbindung und Zusammengehörigkeit, ähnlich wie in anderen Situationen ein Streicheln oder ein Kuß. So schreibt Bruce FLEMING über Berührungen zwischen Männern an einer Militärakademie:

„Straight men need to feel each others' bodies; of course they do so by crashing into each other rather than caressing, and they compete with each other rather than shoot adoring glances, as a means of showing their affection. Straight men even mingle body fluids – as a way of bonding – through blood and sweat rather than semen, or through tears, in situations of great stress or happiness. ... Such bonding is uncomfortably close to the all-male homosexual world the military says it rejects. The male bond is created through exclusion,

if not of women in particular, then of the female in the abstract“ (FLEMING 1998, B5)².

Der Zoologe Desmond MORRIS (1972) hat das menschliche Sozial- und Intimverhalten untersucht. Er führt die zunehmenden Tabus und Reglementierungen im zwischenmenschlichen Berührungsverhalten unter anderem auf die Überbevölkerung in heutigen Großstädten zurück. Da es in städtischen Alltagssituationen unmöglich sei, mit allen Menschen, die uns begegnen in Kontakt zu treten, hätten wir gelernt, diesen Kontakt zu vermeiden. MORRIS geht davon aus, dass es in unserem Jahrhundert noch schwieriger ist als früher, andere erwachsene Menschen zu berühren, ohne dass sexuelle Motive unterstellt werden. Dieser Tendenz begegneten wir laut MORRIS durch eine verstärkte Formalisierung von Berührungskontakten.

„Je älter wir werden, desto mehr verkümmert das ungehemmte Intimverhalten der Kindheit. Was davon noch erhalten bleibt, verfestigt sich zu stilisierten, unzweideutigen Ausdruckshaltungen“ (MORRIS 1972, 95).

Diese Regeln und Formalisierungen werden so MORRIS in extremen und stark emotionalen Situationen aufgehoben und das ursprüngliche Ausdrucksverhalten tritt zu Tage. Bei starker Angst und Bedrohung, bei Freude und Triumph, bei Trauer, Schmerz und Krankheit werden einige Berührungsregeln und -tabus unwichtig und impulsive, intime Berührungen sind möglich und erlaubt. Im Kontext extremer Gefühle werden diese dann nicht auf sexuelle Motive zurückgeführt.

Der Psychologe Richard HESLIN unterteilt Berührungen in fünf Gruppen (nach THAYER 1988, 21):

1. Funktionale professionelle Berührungen
2. Soziale höfliche Berührungen

2 „Heterosexuelle Männer brauchen es, gegenseitig ihre Körper zu spüren. Natürlich tun sie das eher, indem sie einander anrennen, als indem sie sich streicheln, und um sich ihre Gefühle zu zeigen konkurrieren sie eher miteinander, als sich bewundernde Blicke zuzuwenden. Heterosexuelle Männer tauschen sogar Körperflüssigkeiten aus – als ein Weg eine Verbindung herzustellen – sie tun das eher über Blut und Schweiß als durch Sperma, oder durch Tränen in Situationen von starkem Streß oder großer Freude. ... Diese Art der Verbindungen und Zusammenschlüsse ist unangenehm nah an der ganz und gar männlichen homosexuellen Welt, von der das Militär sagt, dass es sie ablehnt. Die männliche Verbindung entsteht durch Ausschluß, wenn nicht von Frauen im einzelnen, so doch vom Weiblichen im allgemeinen.“

3. Freundschaftliche Berührungen
4. Liebes- und Intimitätsberührungen
5. Sexuelle und erregende Berührungen

Das Schema von HESLIN erscheint zunächst sehr einleuchtend, und viele Berührungen, an die wir denken mögen, lassen sich sofort in eine der Gruppen einordnen. Die tastende Berührung einer Ärztin bei der Untersuchung des schmerzenden Bauches in der ersten Kategorie; Gesten der Begrüßung oder Verabschiedung in Gruppe zwei; eine Berührung am Oberarm bei einem angeregten Gespräch als Beispiel für die dritte Kategorie; ein sanftes Streicheln der Wange oder ein zarter Kuß als Liebesberührung; Streicheln der Brüste und leidenschaftliche Küsse in der fünften Gruppe. Natürlich gibt es zwischen diesen Kategorien fließende Übergänge, und ihre Inhalte sind in verschiedenen Kulturen unterschiedlich, Berührungen haben verschiedene Bedeutungen. Ein Kuß auf die Wange beispielsweise ist in Frankreich ein übliches Begrüßungsritual, in Deutschland jedoch eine mindestens freundschaftliche Berührung.

Dennoch erscheint mir diese Einteilung zu einfach. Die Vielfältigkeit von Berührungen und den damit verbundenen ausgelösten Empfindungen wird meiner Ansicht nach zu wenig berücksichtigt. Zum einen vernachlässigt HESLIN gewalttätige Berührungen und Berührungen in hierarchischen Kontexten. Dies ist jedoch von großer Bedeutung, um die Spannbreite von Berührung und die möglichen ausgelösten Gefühle und Reaktionen verständlich zu machen.

„Aber die meisten Autoren ... konzentrierten sich fast ausschließlich auf Berührungen in intimer Kommunikation (vor allem sexueller); einen wichtigen Aspekt in unserer hierarchiebesessenen Gesellschaft übersahen sie: Berührungen, die (besonders zwischen den Geschlechtern) dazu dienen, die soziale Hierarchie aufrechtzuerhalten“ (HENLEY 1988, 142).

Ist eine etwas zu lange gehaltene Hand eine freundschaftliche Berührung? Bei einer gleichberechtigten Beziehung kann eine solche Berührung am Übergang stehen zwischen höflicher und freundschaftlicher Berührung. In einer hierarchischen Situation jedoch ist sie Ausdruck von Macht.

Bedingung für eine angenehme Berührung ist die beiderseitige Bereitschaft dazu. Wird die Berührung deutlich nur von einer Seite initiiert und gewollt,

ist dies ein Ausdruck von Macht über eine andere Person und damit auch ein Ausdruck potentieller Gewalt. Dies gilt sowohl für private, tatsächlich oder vermeintlich freundschaftliche oder intime Kontakte, wie auch für Kontakte im Arbeitsleben und ebenso für die von HESLIN erwähnten professionellen Berührungen.

Darüberhinaus gibt es innerhalb der Kategorien von HESLIN eine Vielfalt, die in dieser klaren Kategorisierung zwar nicht völlig negiert wird, aber doch in den Hintergrund gerät. So sind beispielsweise funktionale Berührungen nicht einfach nur professionell und damit ganz und gar klar und geregelt. Jede Frau weiß, wie unterschiedlich eine gynäkologische Untersuchung sein kann und wie unterschiedlich die Haltung ist, die damit kommuniziert wird. Auch eine soziale und höfliche Berührung kann sehr verschiedene Botschaften kommunizieren, und die Berührung eines kleinen Kindes bei der Pflege ist funktional und vermittelt oft gleichzeitig die empfundene Liebe.

2.2 Rahmen und Räume

Die konkrete Berührung steht in einem größeren Kontext, einem Rahmen oder Raum³, in dem sich die Kommunikation, der (Körper-)Kontakt ereignen. Viele Faktoren auf verschiedenen Ebenen beeinflussen das Geschehen und bilden die *Kontextbedingungen*. Diese Bedingungen habe ich systematisiert in verschiedenen, miteinander verschachtelten Gefügen⁴.

Bei dem äußersten Raum handelt es sich um allgemeine, menschliche Konstanten, eine Art *anthropologischer Raum*. Was macht die Natur des Menschen, die Natur des Lebens, die Natur des Kontaktes aus? Es ist recht schwierig, diesen Raum konkret inhaltlich zu füllen. Die Frage nach der Natur des Menschen ist schon oft gestellt, schon oft und sehr unterschiedlich und kontrovers beantwortet worden. Ich möchte jetzt nicht auf diese Diskussionen eingehen, wenn ich an dieser Stelle von der Natur des Menschen spreche. Dennoch denke ich, dass es bestimmte Bedingungen gibt, die uns

3 Ich habe zunächst den Begriff Rahmen und Rahmenbedingungen gewählt, dieser suggeriert jedoch eine Zweidimensionalität. Deshalb erscheint es mir angemessener von einem 'Raum' zu sprechen, denn der ist immerhin dreidimensional. Allerdings ist der Begriff 'Raumbedingungen' ungewöhnlich und etwas befremdlich, außerdem läßt 'Raum' eine Geschlossenheit vermuten, die mir fraglich erscheint. So benutze ich beide Begriffe synonym, mit dem Wissen um ihre jeweiligen Vor- und Nachteile.

4 Vgl. hierzu die von STRAUSS & CORBIN (1996, 132-147) verwendete Struktur der 'Bedingungsmatrix'.

vorgegeben sind. Wir haben eine physiologische Grundausstattung zur Wahrnehmung; Sinnesorgane, Nervenbahnen und Gehirnstrukturen, und mit deren Hilfe orientieren wir uns in der Welt. Mithilfe unserer motorischen Ausstattung bewegen wir uns, können uns zu- oder abwenden. Unser Körper liefert uns die Möglichkeiten, uns als von der Welt und von anderen Menschen getrennte Individuen wahrzunehmen, andererseits auch mit ihnen in Kontakt zu treten und unter Umständen zu verschmelzen. Welche unserer Fähigkeiten wir nutzen und wie wir sie weiterentwickeln und verändern, ist von kulturellen und natürlichen Umgebungsbedingungen abhängig. Es ist davon auszugehen, dass sehr viele mögliche Variationen menschlichen Lebens und Erlebens uns unbekannt und nicht vorstellbar sind und dass wir aus diesem Grund dazu neigen, etwas als 'natürlich', 'normal' und 'selbstverständlich' anzusehen, was durch unsere kulturelle und natürliche Umwelt geprägt ist. Wir sind als Menschen jedoch in jedem Fall darauf angewiesen mit anderen in Kontakt zu treten und zu kommunizieren. Dies ist mindestens notwendig zur Fortpflanzung und zur Versorgung der Kinder.

Der nächste, weiter innen gelegene Raum, ist der *gesellschaftliche und kulturelle Raum* in dem wir leben. Hier steuern Normen und Regeln, kulturelle Gepflogenheiten, Traditionen, Rituale und Tabus viele Aspekte von Kontakt, Kommunikation und Berührung. Wie bereits erwähnt, ist die Grenze zwischen anthropologischem und gesellschaftlichem Raum nicht eindeutig zu ziehen. Unsere Perspektive und unsere Vorstellungen sind immer von gesellschaftlichen Bedingungen geprägt, die den Blick auf das, was vielleicht als allgemein menschliche Konstante dahintersteht, weitgehend verstellen. Selbst im Bereich der Wahrnehmung, der auf den ersten Blick durch unsere Anatomie und Physiologie festgelegt zu sein scheint, sind erstaunliche Veränderungen und Unterschiede möglich, die deutlich machen, dass ein Großteil dessen, was und wie wir wahrnehmen, kulturell geprägt ist (vgl. Kapitel 4). Neben den allgemeinen Regeln und Gepflogenheiten der Gesellschaft gibt es auch solche, die in verschiedenen Subkulturen und Gruppen entwickelt und umgesetzt werden. Im Rahmen gesellschaftlicher Normen und Konventionen gibt es einen nicht unerheblichen Handlungsspielraum.

Der *persönliche Raum* einer Person ist geprägt durch Erfahrungen, Eigenschaften, Grundhaltungen, Wünsche und Sehnsüchte, Ängste und Hoffnungen. Darunter gibt es viele Aspekte, die gesellschaftlich bestimmt oder überformt sind, und der Übergang ist auch hier fließend. Vielfältige Auseinandersetzungen und Diskussionen schließen sich an: Wieviel persönliche Freiheit

haben wir Menschen tatsächlich? Ist eine freie Entscheidung möglich oder sind wir als Produkt von Erziehung und Sozialisation weitgehend festgelegt? Oder die zweite große Frage: Welche Bedeutung spielt die genetische Ausstattung bei unserem Verhalten und Empfinden? Menschen verhalten sich sehr unterschiedlich, und auch das Erleben bestimmter Situationen scheint sich stark zu unterscheiden. Unabhängig davon, wer oder was uns also geprägt hat und für wie veränderbar wir oder andere unsere Eigenschaften halten, erleben wir eine konkrete Berührung mit einem Hintergrund aus uns eigenen Erfahrungen und Eigenschaften.

Bisher dargestellt wurde der Rahmen des konkreten Geschehens aus der Perspektive einer einzelnen Person betrachtet. Bei einer zwischenmenschlichen Berührung gibt es darüberhinaus einen *Beziehungsraum*, der im Kontakt entsteht und in der konkreten Situation aktualisiert wird. Dabei spielt zum einen die allgemeine Art der Beziehung eine Rolle, also beispielsweise Mutter-Kind, Freundinnen, Liebespartnerinnen oder Chefin-Angestellte, für die wir sowohl gesellschaftlich geprägte Normen, als auch individuelle Erfahrungsmuster haben. Zum anderen geht es um den konkreten Kontakt und die Erfahrungen dieser beiden Personen miteinander. Im Beziehungsraum sind die gesamten Erfahrungen, die Geschichte und die Geschichten, die die beteiligten Personen miteinander teilen, versammelt. Darunter finden sich Gespräche, Berührungen, Auseinandersetzungen und Gefühle.

Die Berührung findet statt in einer *konkreten persönlichen und sozialen Situation*. Die aufgezeigten Rahmen und Räume prägen diese Episode und das Verhalten der beteiligten Personen. Die äußere Situation, öffentlich oder privat, die jeweils aktuelle persönliche Situation und Stimmung, die aktuelle Situation in der Beziehung, beeinflussen darüberhinaus die Kommunikation und die Berührung.

2.3 Sprachliche Aspekte

2.3.1 Berührungsworte

Viele Begriffe beschreiben und charakterisieren eine körperliche Berührung. Anfassen, streifen, antatschen, begripschen, streicheln, greifen, massieren, halten, umarmen und küssen sind nur einige davon. Wenn wir im etymologischen Duden (Herkunftswörterbuch) unter ‘berühren’ nachsehen werden wir auf das verwandte Wort ‘rühren’ verwiesen.

„Das altgermanische Verb *mhd. rüeren, ruoren* ..., gehört ... zu der ... Wurzel ... ‘mischen, mengen, rühren’. In den alten Sprachzuständen wurde ‘rühren’ vorwiegend im allgemeinen Sinne von ‘in Bewegung setzen, bewegen’ gebraucht. Aus der Bedeutung ‘in Bewegung setzen, den Anstoß geben’ entwickelte sich im deutschen bereits in althochdeutscher Zeit die Bedeutung ‘anstoßen, anfassen, betasten’, beachte dazu anrühren, berühren. Ferner wird ‘rühren’ im Sinne von ‘in innere Bewegung, in Erregung versetzen’ gebraucht, beachte dazu ... rührend ‘zu Herzen gehend’ und gerührt ‘innerlich bewegt, voller Mitgefühl’., (Duden 1989, 603).

Der sechsbändige „Duden. Das große Wörterbuch der deutschen Sprache“ (1981) unterscheidet drei verschiedene Aspekte des Wortes ‘berühren’:

„1. [mit der Hand] einen Kontakt herstellen; anrühren, ohne fest zuzufassen; streifen: jemanden aus Versehen berühren; ... 2. kurz erwähnen: ein Thema berühren; 3. in bestimmter Weise auf jemanden wirken: jemanden beeindrucken: ‘die Nachricht hat mich tief, im Innersten berührt’., (ebd. 358).

Und unter ‘Berührung’:

„1. ... das Berühren, Anrühren ...; 2. gesellschaftlicher, kultureller, menschlicher Kontakt: Berührung mit der Umwelt haben ...; 3. ... Erwähnung, die Berührung dieses Themas“ (ebd. 358).

Zwei Aspekte dieser sprachlichen Hintergründe finde ich besonders interessant. Dies ist zum einen der Zusammenhang zwischen Berührung und Bewegung, der im sprachlichen Ursprung des Wortes deutlich wird und der sich auch alltäglich nachvollziehen läßt. Um eine Berührung, einen Körperkontakt zu initiieren ist eine Bewegung notwendig. Ich neige mich einer Person zu, ich nähere mich an, um eine Berührung möglich zu machen. Auch die Berührung selbst ist eine Bewegung, ein Streicheln, ein Schlag, ein Kuß. Eine Berührung ist eine Bewegung.

Unser gesamtes Wahrnehmungssystem, auch für akustische und visuelle Wahrnehmungen, ist auf die Wahrnehmung von Veränderungen spezialisiert. Im visuellen System führt die Wahrnehmung einer Bewegung, einer Veränderung im Gesichtsfeld sofort zu einer Orientierungsreaktion. Unser Körper, der Kopf oder auch nur die Augen wenden sich dem neuen, veränderten Reiz zu, und das Gehirn analysiert seine Bedeutung. Ähnliches geschieht bei einer

veränderten Geräuschsituation oder einem neuem Geruch. Berührungen nehmen wir im Alltag ständig wahr; die Kleidung auf unserer Haut, die Lehne des Stuhls im Rücken, die Brille auf der Nase. Unveränderte, immer konstante Reize sind auch bei Berührungswahrnehmung schnell uninteressant. Wir nehmen sie noch wahr, und sie sind auch prinzipiell bewußtseinsfähig, aber wir gewöhnen uns an sie und unsere Aufmerksamkeit wendet sich anderem zu. Erst eine Veränderung bewirkt eine erneute Hinwendung zu der wahrgenommenen Berührung.

„Unsere Sinne sind außerdem begierig auf Neues. Jede Veränderung alarmiert sie, und sie geben ein Signal ans Gehirn weiter. Wenn keine Veränderung eintritt, dösen sie vor sich hin und registrieren nichts, oder wenig. Das größte Vergnügen verliert seinen Reiz, wenn es zu lange währt“ (ACKERMANN 1991, 371).

Meistens werden wir also bei der Berührung einer anderen Person intuitiv ein rhythmisches Streicheln wählen oder nach einer Weile den Druck unserer Hand, oder ihre Position verändern. Eine Besonderheit bei zwischenmenschlicher Berührung ist jedoch, dass bei einem konstanten Kontakt dennoch zunächst eine Veränderung geschieht, denn es entwickelt sich eine zunehmende Wärme an der berührten Haut.

Als zweiten Aspekt möchte ich hervorheben, dass das Wort Berührung nicht nur im wörtlichen Sinne für körperlichen, leiblichen Kontakt genutzt wird, sondern auch als Metapher für eine emotionale Berührung, für einen geistigen oder emotionalen Kontakt, der hergestellt wurde. Diese metaphorische Bedeutung von 'Berührungswörtern' gibt es auch in anderen Sprachen. Sowohl das englische 'to touch', als auch das französische 'toucher' lassen sich für die Beschreibung emotionalen Berührtseins verwenden. Wir lassen uns (*be-*) *rühren* von einer schönen Musik, bewegende Momente können uns sehr *tief berühren* und einen 'Eindruck' und 'Spuren' hinterlassen. Berührung ist Ausdruck von Nähe und von Kontakt, dies auf körperlicher Ebene und / oder auf emotionaler Ebene.

„In lebhafter Diskussion berührten sich unsere Augen, in ihnen blitzte vertraute und vermißte Energie, der Schalk, wieder auf“ (G4)⁵.

5 Die Zitate aus den Berührungsgeschichten und aus dem Interview setze ich in meiner Arbeit *kursiv*. Die Geschichten haben eine Numerierung erhalten in der Reihenfolge, in der ich sie erhalten habe, so bedeutet G4, dass dies die vierte Person war, die mir ihre Texte

Wenn wir mit einer Person viele *Berührungspunkte* haben, so sind dies viele Möglichkeiten des Kontaktes, auch wenn wir dabei *aneinander geraten*.

Wir benutzen berührende Begriffe außerdem in Zusammenhängen, die nichts mit zwischenmenschlichem Kontakt zu tun haben: Wir treten mit den Dingen und mit Menschen in Kontakt, ohne diesen zwangsläufig auch körperlich zu suchen, unsere Wortwahl jedoch macht den Zusammenhang zur Berührung deutlich. Kinder lernen ihre Umwelt zu *begreifen*. Sie tun dies zunächst, indem sie tatsächlich *anfassen*, um ihre Umwelt damit *erfassen* zu lernen. Wenn wir als Erwachsene davon sprechen, dass wir 'begreifen' oder 'erfassen', so bedeutet dies selten einen leiblichen Kontakt. Wir haben gelernt etwas geistig nachzuvollziehen, zu verstehen, ohne zu berühren. Trotz einer guten *Auffassungsgabe* jedoch, die im Laufe des Lebens und Lernens entwickelt wurde, sind manche Dinge einfach *unfaßbar*, dennoch versuchen wir, *gefaßt* zu bleiben, manchmal *haut* es uns aber so um, dass wir aus der *Fassung* geraten. Ein Vorhaben richtig *anzufassen* oder *anzupacken*, ist wichtig für den späteren Erfolg, manchmal *streifen* unsere Gedanken aber lediglich eine Idee und wir *lassen* sie wieder *fallen*.

Erlebnisse und Begegnungen, die *beeindruckend* sind, wurden wahrgenommen, und es ist zu vermuten, dass der *Eindruck* noch lange bestehen bleibt, wie eine Spur in feuchtem Sand, die sichtbar, tastbar, spürbar ist. Was ist der Unterschied zwischen einem *Eindruck*, einem *Einblick* und einer *Einsicht*? In unserem alltäglichen Sprachgebrauch werden diese Begriffe für ähnliche Vorgänge benutzt. Was aber unterscheidet sie bei genauerer Betrachtung? Ein *Einblick* ist von der Wortbedeutung her auf visuelle Wahrnehmung beschränkt. Wir nutzen das Wort *Einblick*, wenn wir die Gelegenheit haben, von außen einen Blick auf das Geschehen zu werfen. Wir haben aber nicht wirklich Teil an dem, was geschieht. Der Begriff 'Einsicht' wird häufig verwendet, um eine nicht nur visuell veränderte Sicht deutlich zu machen: *einsichtig* ändern wir ein gerühtes Verhalten oder gelangen zu einer kognitiven *Einsicht*. Eine *Einsicht* eröffnet uns etwas, eine neue Sicht der Dinge. Auch bei diesem Begriff ist unser Mittel der Erkenntnisgewinnung vor allem die visuelle Wahrnehmung. Beim *Eindruck* hingegen ist die Quelle unserer Erkenntnisse unbestimmt. Der *Eindruck* entsteht im Zusammenspiel verschiedener Informationen und Wahrnehmungssysteme, und auch unsere

zur Verfügung stellte. Bei Zitaten aus dem Interview habe ich nach dem 'I' die Seitenzahl notiert. Aus Gründen der Anonymität habe ich weder Geschichten noch Interview beigefügt.

emotionale Reaktion ist oft integriert, wenn wir von einem Eindruck sprechen. Er läßt uns nicht unberührt, er verändert uns, die ‘Spur’ ist noch fühlbar.

Wenn wir ein feines *Gespür* für etwas haben, so ist das sinnesübergreifend, denn wir nutzen alle Sinne und vielleicht auch noch den sechsten oder siebten Sinn, um die Situation einzuschätzen. Die Worte ‘fühlen’ (Gefühl) und ‘spüren’ benutzen wir sowohl für Tastwahrnehmungen als auch für emotionale Empfindungen. Wir fühlen uns wohl.

Der Begriff des ‘Haltes’ erzählt auch von einer Berührung. Ich halte ein Kind im Arm und gebe ihm Halt, und wir halten uns an den Händen bei einem Spaziergang. In manchen Situationen gilt es *Haltung* zu bewahren, wenn uns *haltlose* Bemerkungen an den Kopf geworfen werden. Und wenn wir nichts haben, woran wir uns *festhalten* könnten, so werden wir vielleicht *ungehalten*, wenn wir es nicht mehr *aushalten* können.

„Halten / dich / mich zurück – den Atem an – mich an dich / dich fest / aber nicht / dir etwas vorenthalten // Halten / dich in den Armen / in Gedanken – im Traum – im Wachen / Dich hochhalten / gegen das Dunkel / des Abends – der Zeit – der Angst“ (FRIED 1979, 13).

Manche Eigenschaften von Gegenständen können wir nicht ohne unseren Tastsinn herausfinden. Härte, Gewicht, Rauhigkeit, Feuchtigkeit, Weichheit, Elastizität, Klebrigkeit, all dies sind Merkmale, die wir nicht sehen, hören, riechen oder schmecken können, wir müssen sie fühlen. So hat es auch etwas mit einer Berührungswahrnehmung zu tun, wenn wir ein Ereignis *schwer* nehmen, denn wir haben uns zuviel *aufgeladen*, um es noch auf die *leichte* Schulter zu nehmen. Manchmal werden Menschen *hart* rangenommen, ohne dass sie tatsächlich jemand berührt.

2.3.2 Mit Haut und Händen

Wenn wir einander berühren, so findet diese Berührung an unserer Haut statt und wir nehmen sie auch über die Sinne der Haut wahr (vgl. Kapitel 4). Die Haut ist die äußere Grenze unseres Körpers, an ihr findet ein großer Teil des Kontaktes zur Umwelt und zu anderen Menschen statt. Wenn wir aktiv berühren, so tun wir dies in der Regel mit der Hand. Sie ist der geschickteste

Körperteil, wenn es darum geht, Eigenschaften eines Objektes zu ertasten oder einem anderen Menschen Gutes zu tun durch eine Massage oder ein Streicheln. Wir berühren zwar auch mit dem Mund beim Küssen oder mit dem ganzen Körper bei einer engen Umarmung oder einer sexuellen Begegnung, aber eine Vielzahl von Berührungen läßt sich unter dem Titel 'Mit Haut und Händen' zusammenfassen.

Die Hände und die Haut haben neben ihrer physiologischen und praktischen Bedeutung auch eine symbolische Aussagekraft. Dies spiegelt sich in zahlreichen Redewendungen und Sprichworten, in Mythen und Geschichten und in Konventionen wider. Im Grimmschen Wörterbuch der deutschen Sprache finden wir zehn Spalten zum Thema Haut und vierzig (!) zum Stichwort 'Hand'. Sprache und Literatur nehmen also offensichtlich häufig Bezug auf diese beiden Körperteile.

Die Hand wird vorgestreckt, gehalten, umfaßt, geschüttelt, winkend hin und her bewegt, sie wird geöffnet nach vorne gehalten, zur Faust geballt oder sie fährt nervös an der eigenen Kleidung entlang. Die Hand ist ein Zeichen und darin wichtig für zwischenmenschliche Kommunikation. In der Gebärdensprache werden die Hände zusammen mit Körperausdruck, Mimik und Mundbild zum zentralen Mittel der Kommunikation und Sprache. Die Hand ist aber auch für Hörende wichtig für den Kontakt nach außen. Sie stellt eine Verbindung her und demonstriert sie, wie dies auch die vor laufenden Kameras geschüttelten Hände zweier Politikerinnen tun.

Die Hand steht in unserem Sprachgebrauch in Verbindung mit Wahrheit, Ehrlichkeit, Aufrichtigkeit. Ich gebe dir die Hand drauf, Hand aufs Herz, die Hand für etwas ins Feuer legen. Kann die Hand lügen? Hände können vielleicht etwas verbergen, aber wenn etwas auf der Hand liegt, dann ist es klar und für alle ersichtlich. Vielleicht habe ich aber auch noch einen Trumpf in der Hinterhand. Eine Person, mit der ich Streit hatte, reicht mir die Hand zur Versöhnung. Wenn ich meine ehrlichen Absichten deutlich machen will, so werde ich mit offenen Händen auf die anderen zugehen, und hoffen, dass sie mich mit offenen Armen aufnehmen. Die beim Eid geöffnete, erhobene oder auf das Herz gelegte Hand macht diesen Aspekt anschaulich.

Die Hand wird in Zusammenhang gebracht mit Sicherheit, Zusicherung, Versicherung. Wenn mir eine Person die Hand darauf gibt, so ist dies eine Zusicherung, dass sie es so und nicht anders meint, dass sie ehrlich ist. Verträge werden unter Umständen nur mit einem Handschlag besiegelt, und ich kann mir ihrer dennoch sicher sein. Hier also auch die Verbindung zu Ehr-

lichkeit und Aufrichtigkeit. Was ich sicher in Händen halte, kann mir so leicht nicht genommen werden, deshalb ist manchen Menschen der Spatz in der Hand auch lieber, als die Taube auf dem Dach.

Die Hand, die wir stützend einer anderen Person reichen, vermittelt Hilfe und Stärke, ebenso wie die Hand, die wir schützend über jemanden halten.

Aktion und Tatkraft hängen mit der Hand zusammen. Das Wort Handlung allein stellt schon diese Verbindung her, ebenso be-Hand-eln und Formulierungen wie 'etwas in die Hand nehmen', 'an etwas Hand anlegen' und einer anderen Person 'zur Hand gehen'. Wenn mir die Hände gebunden sind, kann ich nichts mehr tun, ich bin meiner Handlungsfähigkeit beraubt, habe keinen Handlungsspielraum. Oder ich lege aus einer eigenen Entscheidung heraus die Hände in den Schoß, um zu ruhen.

Es gibt auch eine Verbindung zu den Themen Besitz, Kontrolle und Macht. Ich habe etwas in der Hand, oder es gleitet mir aus der Hand. Ein Betrieb, ein Land, eine Regierung wird von starker Hand geführt. Wenn ich eine Situation oder gar eine Person in der Hand habe, so steht mir die Handhabung frei, ich habe die Macht so zu handeln, wie ich es will. Ist eine Person in festen Händen so drückt dies Gebundenheit und Besitz aus. Auf Händen getragen zu werden mag eine erhebende Erfahrung sein, aber gefährlich kann es sein, die (Eigen-) Macht aus der Hand zu geben.

Diese Redewendungen und Formulierungen machen deutlich, wie die Hand symbolisch einen Menschen in seiner Gesamtheit nach außen repräsentiert. Wenn eine Person sich die Hände schmutzig macht, ihre Hände in Unschuld wäscht, oder um eine Hand anhält, so geht es um die Menschen in ihrer Ganzheit, physisch wie psychisch.

Mit der Haut nehmen wir Reize von außen auf, gleichzeitig schützt sie uns. Je nachdem, wie dünnhäutig oder dickhäutig wir sind, geht uns dennoch etwas unter die Haut und verletzt uns so. Die Haut hat also etwas zu tun mit unserer Empfindsamkeit und im ungünstigen Fall unserer Schutzlosigkeit. Wir bemühen uns, mit heiler Haut davonzukommen, die eigene Haut zu retten, um unsere nicht nur körperliche Unversehrtheit zu wahren. Die Haut ist eine Grenze, wenn mir eine Person auf die Pelle rückt, so respektiert sie diese Grenze nicht.

Die Haut verkörpert unsere Gebundenheit, wir können nicht aus unserer Haut, zumal, wenn wir eine ehrliche Haut sind, obwohl doch manches im Leben zum aus der Haut fahren ist. Die Haut steht auch für eine Überwin-

ding dieser Gebundenheit an die eigene Identität. Der Wunsch in eine andere Haut zu schlüpfen, sich so zu verwandeln ist Thema einiger Märchen und Mythen. Die Schlange, die sich häutet, ihre alte Haut abstreift, gilt vielfach als ein Symbol der Unendlichkeit und des ewigen Lebens (WALKER 1993, 969-976). Im Märchen reicht oft ein Kleidungsstück, ein Mantel, ein wunderschönes Kleid, um diese Verwandlung zu vollziehen, die Kleidung wird zur neuen Haut, und die Person ist danach gänzlich verändert und nicht wiederzuerkennen. Fühle ich mich wohl in meiner Haut, so ist auch die Haut Repräsentantin für die ganze Person, aber mehr für das eigene Selbst, für die eigene Körperlichkeit, das Körperempfinden, *in* meiner Haut fühle ich mich wohl. Sie ist die Grenze zwischen innen und außen und gleichzeitig Sinnes- und Kontaktorgan.

Die Hand ist eher nach außen gerichtet, kann auch nach vorne gestreckt werden und bewahrt damit eine Distanz. Die Haut ist dichter dran, von der Haut können wir uns nicht distanzieren, wir können eben nicht aus unserer Haut.

2.4 Psychologische Untersuchungen über Berührung

Verschiedene psychologische und medizinische Untersuchungen beschäftigen sich mit der Rolle von Berührung und Körperkontakt in unserem Leben, mit den Auswirkungen von Berührungen, mit ihren Bedeutungen. Fragestellungen und Untersuchungen, die Berührung betreffen, sind in verschiedenen Bereichen, mit verschiedenen Themenschwerpunkten zu finden:

- (1) Sozialpsychologie: Berührungen im Alltag, Berührung in unterschiedlichen Kulturen, geschlechtsspezifische Unterschiede, Arten und Wirkungen von Berührungen in (Liebes-) Beziehungen u.v.m. (HENLEY 1988, HEROLD 1992, THAYER 1988, JOURARD 1966, MORRIS 1972).
- (2) Persönlichkeitspsychologie: Wie unterscheiden sich Menschen in ihrem Körperkontaktverhalten, welche anderen Eigenschaften zeigen Menschen, die (nicht) gerne berühren und / oder berührt werden? Geschlechtsspezifische Unterschiede im Berührungsverhalten und im Erleben von Berührung (THAYER 1988, MONTAGU 1974).
- (3) Entwicklungspsychologie: Welche Bedeutungen haben Berührungen für Eltern und Kinder und ihre Beziehung zueinander, welche Auswirkungen hat (mangelnder) Körperkontakt auf die (emotionale, geistige, kör-

perliche) Entwicklung eines Kindes (BOWLBY 1975, HARLOW 1958, MONTAGU 1974, HEROLD 1992, THAYER 1988)?

- (4) Klinische Psychologie und Medizin: Auswirkungen von Berührungen, zum Beispiel Massagen, auf körperliches Wohlbefinden, auf bestimmte Krankheiten, auf Schmerzen, auf Hormone. Welche Bedeutungen kann Berührung in Behandlung und Therapie haben (CRENSHAW 1997, DEGEN 1997, HEROLD 1992, MONTAGU 1974)?
- (5) Wahrnehmungspsychologie / Kognitionspsychologie: Wie nehmen wir Berührungen wahr und wie verarbeiten wir sie, welche Bedeutung haben sie für die Entwicklung von Denk-, Gedächtnis- und Erkenntnisfunktionen (JOHNSON 1987, PIAGET & INHELDER 1986)?

Diese verschiedenen Bereiche und Disziplinen gehen natürlich ineinander über, und eine klare Zuordnung ist oft nicht möglich. Außerdem gibt es diverse andere Fachgebiete, die damit in Zusammenhang stehen, wie beispielsweise die Pädagogik, Ethnologie und Geschichte. Dennoch macht die Auflistung deutlich, in wievielen Bereichen der Psychologie das Thema Berührung eine Rolle spielt und welche verschiedenen Aspekte es hat.

3 Methodisches Vorgehen zur Erforschung von Berührung und Reflexionen zum Forschungsprozeß

In dieser Darstellung meines empirischen Vorgehens bei der Annäherung an das Thema 'Berührung' möchte ich zwei verschiedene Perspektiven wählen. Es geht zum einen, wie in einem klassischen Methodenkapitel üblich, um die Forschungsmethode und mein methodisches Vorgehen bei der Erforschung von Berührung. Zum zweiten geht es darum, wie wir 'Berührung' als Methode nutzen, um dadurch, dass wir berühren oder berührt werden, Erkenntnisse über andere, über die Situation und über uns selbst gewinnen. Wie und warum nutzen wir Berührung als Mittel zur Erkenntnisgewinnung, und warum tun wir das manchmal auch nicht? Dies berührt Überlegungen zum Verständnis von Körper allgemein und damit auch wissenschaftstheoretische Kontroversen. 'Berührung' betrachte ich also gleichzeitig als Forschungsgegenstand und als Methode der Forschung, der Erkenntnis.

3.1 Erkenntnisse über Berührung

3.1.1 Vorgehensweise

Meine methodische Vorgehensweise bei Themenwahl und -eingrenzung, Datenerhebung und Datenanalyse ist angelehnt an die Grounded Theory (STRAUSS & CORBIN 1996, STRAUSS & CORBIN 1994, STRAUSS 1991) und an den Ansatz von BREUER (1996), der Verfahren der Grounded Theory für die qualitative Psychologie weiterentwickelt hat. Auf eine detaillierte Darstellung dieses Ansatzes möchte ich verzichten und auf die angegebene Literatur verweisen. Ich werde mich auf die Darstellung und Reflexion derjenigen Aspekte beschränken, die bei meiner Forschung von besonderer Relevanz waren.

Theoretische Überlegungen zur Formulierung eines Arbeitsthemas

Am Beginn meiner Arbeit standen Überlegungen zur Einbeziehung von Körper und insbesondere von Berührung in Prozesse der Heilung, vor allem psychotherapeutischer Heilung. In meiner parallel zum Studium der Psychologie

durchlaufenen Ausbildung zur Shiatsu -Therapeutin¹ habe ich gelernt, berührend zu arbeiten und habe dabei einige Wirkungen von Berührung an mir selbst und meinen Klientinnen kennengelernt. Dies schien mir jedoch sehr weit entfernt von der Art der Arbeit, die ich im Rahmen eines Praktikums in einer psychologischen Beratungsstelle leistete. So stellte sich mir aus meiner eigenen Erfahrung heraus die Frage, wie die unterschiedlichen Herangehensweisen in diesen beiden Arbeitsfeldern begründet sind, wie und ob sie möglicherweise integriert werden können. Mein Blick richtete sich zunächst auf die klassischen psychotherapeutischen Verfahren (Verhaltenstherapie, Psychoanalyse, Gesprächspsychotherapie) und die Frage, ob und wie sie sich mit Körper und Berührung auseinandersetzen, ob und wie sie 'Nicht-Berührung' begründen. Darüberhinaus begann ich mich mit körperorientierten Verfahren der Therapie zu beschäftigen.

In meiner theoretischen Auseinandersetzung erweiterte sich das Thema, und neben psychotherapeutischer Literatur rückten Werke der Entwicklungspsychologie, Sozialpsychologie und der Wahrnehmungspsychologie in den Mittelpunkt. Auch in anderen Disziplinen fand ich interessante Anregungen, so in der Kunst, in religiösen Texten, in der (Sonder-) Pädagogik, in der Physiologie, Philosophie und ebenso in der Belletristik.

Expertinneninterview

In dem Versuch, einen stärkeren praktischen Bezug zum Thema 'Berührung' herzustellen, führte ich ein 2½ stündiges Expertinneninterview mit einer Physiotherapeutin (Krankengymnastin) und Shiatsu-Therapeutin². Nach diesem Interview kamen mir Zweifel an meinem Thema. Schon bei der Literatursuche stand ich häufig vor dem Problem, dass körperliche Berührung sel-

1 Shiatsu wird mehrfach erwähnt, zumal auch meine Interviewpartnerin Shiatsutherapeutin ist und bleibt dennoch Randthema. Hier also nur eine kurze Erläuterung: Shiatsu ist ein Behandlungsmethode, die im vergangenen Jahrhundert in Japan entstand und ihre Wurzeln in der traditionellen chinesischen Medizin hat. Im Shiatsu wird davon ausgegangen, dass die Energie des Ki (im Chinesischen Ch'i) sich im ständigen Fluß durch die Energiebahnen (Meridiane) bewegt. Bei einem gesunden Menschen besteht ein harmonisches Gleichgewicht der verschiedenen Arten von Energien. Wenn dieses Fließen durch sogenannte Staus und Blockaden, durch ein Zuviel oder Zuwenig einzelner Energien behindert wird, können Beschwerden entstehen, die sich sowohl als physische, wie psychische Symptome manifestieren können. Es wird davon ausgegangen, dass der Energiefluß in den Meridianen durch Berührung, durch Druck, durch Dehnung, durch Handauflegen und verschiedene weitere Techniken harmonisiert und ausgeglichen werden kann.

2 Zur Interview-Methodik vgl. BREUER 1996a, v.a. 127-135.

ten als Thema in den Mittelpunkt gestellt wird. Wenn sie überhaupt thematisiert wird, so eher am Rande. Und auch in diesem Interview war es schwierig, Berührung als solches in den Mittelpunkt zu stellen. Viele Aspekte des Themas schienen sich der sprachlichen Darstellung in unserem Gespräch zu entziehen.

Dennoch war ich mir sicher, dass Berührung ein wichtiges und bedeutsames Thema ist, sowohl im Kontext von Heilungsprozessen als auch im Alltag. Um diesen Bedeutungen näher zu kommen, habe ich verschiedene Themenbereiche, in denen Berührung als Unterthema vorkommt, zu differenzieren versucht. Dies sind Themen wie Selbst- und Fremdwahrnehmung, Kontakt, Beziehung und Kommunikation, Körper, Körperbild und Körpererleben, gesellschaftliche Konventionen, Regeln und Rituale. Neben einer theoretisch orientierten Beschäftigung mit den physiologischen Grundbedingungen der Wahrnehmung von Berührungen, habe ich mich zu einer Fokussierung des Aspektes der Kommunikation entschieden.

Berührungsgeschichten

Um der Vielfältigkeit von Berührung im Alltag näher zu kommen, habe ich verschiedene Menschen gebeten, mir Geschichten, Episoden, Assoziationen aufzuschreiben zum Thema Berührung und Kommunikation (Anschreiben im Wortlaut im Anhang). In der Folge habe ich von 17 verschiedenen Personen solche Geschichten, Gedichte und Überlegungen erhalten, die sehr unterschiedlich sind in Inhalt, Länge und in der Art der Darstellung.

Unter den 17 Personen, von denen ich Geschichten erhielt, sind 16 Frauen und ein Mann, im Alter zwischen 26 und 61. dass Männer eindeutig unterrepräsentiert sind, mag zum einen daran liegen, dass ich mehr Anfragen an Frauen verteilt habe. Es waren jedoch auch häufiger Frauen, die spontanes Interesse bekundet haben, so dass sich nun darüber spekulieren läßt, inwiefern das Thema eher ein 'Frauenthema' ist oder zumindest lieber von Frauen bearbeitet wird.

Es fiel mir nicht immer leicht, die Bitte um eine 'Berührungsgeschichte' zu äußern. Die Reaktionen auf mein Thema (s.u.) und meine eigene Unsicherheit diesbezüglich führten dazu, dass ich sehr oft viel erklärt habe, um mein Anliegen zu spezifizieren. 'Berührung' scheint sich als Thema nicht von selbst zu erklären, sondern bedarf der genaueren Erläuterung, vor allem, wenn es Thema einer wissenschaftlichen Arbeit sein soll. Desweiteren ist Berührung ein Thema, das *auch* sehr intim ist, so dass schnell Gedanken an

Sexualität und Intimität entstehen. dass dies nur ein möglicher Aspekt des Themas ist, habe ich in meiner schriftlichen Anfrage und gegebenenfalls im persönlichen Kontakt versucht deutlich werden zu lassen (vgl. Wortlaut der Anfrage im Anhang).

Ich habe verschiedene Personen aus unterschiedlichen Gründen um Geschichten gebeten, beispielsweise, weil sie beruflich mit Berührung zu tun haben, weil sie vor kurzem ein Kind bekommen haben, weil sie durch Tanz und Sport viel mit ihrem Körper arbeiten. Dies entspricht dem Ansatz des Theoretical Sampling nach STRAUSS (STRAUSS & CORBIN 1996, 148-165; BREUER 1996a). Es hat sich aber gezeigt, dass die Geschichten oft aus ganz anderen Bereichen kamen, und dass der Anknüpfungspunkt für meine Anfrage häufig unwichtig wurde. Auf ihre jeweils eigene Art sind alle Menschen Experten für Berührung, wir haben alle angenehme und unangenehme Berührungen erlebt, jede ist die Expertin ihrer eigenen Berührungsbioografie, ihres Körpers und auch ihrer Sehnsüchte und Wünsche. Der Vorgang des Theoretical Sampling ist nach STRAUSS abgeschlossen, wenn theoretische Sättigung vorliegt, das heißt, dass eine neue Erhebung in einem anderen Personenkreis keine neuen Erkenntnisse mehr bringen würde. Dieser Anspruch ist für meine Arbeit nicht realisierbar. Die Zahl möglicher Variationen des Samples ist zu groß, die Zahl der Orte, Kontexte, Kulturen und Personenkreise, in denen Berührung erforscht werden könnte enorm. Dennoch gehe ich davon aus, dass es auch mit diesem begrenzten Sample möglich ist, einige konstituierende Elemente in der Dynamik des Phänomens 'Berührung' zu analysieren und zu differenzieren. Zusätzlich zu diesen Geschichten habe ich auch Berührungsepisoden aus belletristischer Literatur integriert und zur Illustration genutzt (vgl. STRAUSS & CORBIN 1996, 25-38).

Integration von Theorie und Empirie

In der Folge habe ich die Geschichten analysiert, und gleichzeitig habe ich meine theoretische Arbeit vor allem zum Thema Kommunikation vertieft. Dies diente der Erweiterung meiner *theoretischen Sensibilität*. Das Konzept der theoretischen Sensibilität ist ein zentraler Begriff der Grounded Theory.

„Theoretische Sensibilität bezieht sich auf die Fähigkeit, Einsichten zu haben, den Daten Bedeutung zu verleihen, die Fähigkeit zu verstehen und das Wichtige vom Unwichtigen zu trennen“ (STRAUSS & CORBIN 1996, 25).

STRAUSS und CORBIN (1996) benennen vier verschiedene Quellen von theoretischer Sensibilität. Zum einen ist dies die Literatur, zum anderen persönliche und berufliche Erfahrung und außerdem dient auch der Forschungsprozeß selbst der Entwicklung von zunehmender Sensibilität für Zusammenhänge in den Daten. Diese Quellen können nutzbar gemacht werden bei der Entwicklung einer gegenstandsnahen Theorie, wenn gleichzeitig eine skeptische Haltung gegenüber den entwickelten Konzepten beibehalten wird (vgl. STRAUSS & CORBIN 1996, 25-30). Ich habe versucht, all diese Quellen zu nutzen, und mit der aus den Geschichten entwickelten Perspektive habe ich Theorien der Wahrnehmung, Kommunikation und Entwicklung betrachtet und teilweise in Frage gestellt. Umgekehrt waren die Theorien hilfreich beim Entdecken von interessanten Aspekten in den Daten. Ich habe Themen aus den Geschichten herausgearbeitet und diese in einen größeren Kontext gestellt. Eine Berührung ist eine Handlung, die Verbindungen zwischen Menschen herstellt, und auch das Thema Berührung hat die Eigenschaft vieles zu verbinden. So geht es also nicht nur um die Einzelteile, sondern vielfach um diese Verbindungen.

3.1.2 Zur Methodik der Berührungsgeschichten – Reflexionen zum Forschungsprozeß

Es ist in gewissem Sinne paradox, mir Geschichten über Berührungen erzählen zu lassen. So greife ich auf Worte, auf Sprache zurück, um mir von einer Kommunikation ohne Worte berichten zu lassen; ich versuche, über dieses sprachliche Medium zu erfahren, was sich jenseits der Worte befindet. Und am Ende, um daraus ein Buch zu machen, greife ich wiederum auf sprachliche Erklärungen zurück. Wir leben in einer Schriftkultur. Zwar meint Dale SPENDER (1996, 9): „Wir sind die letzte Generation, die in einer Kultur aufgewachsen ist, in der das gedruckte Wort das primäre Informationsmedium war“, aber heute ist die sprachliche Darstellung noch unabdingbare Grundlage einer wissenschaftlichen Arbeit. In zehn oder zwanzig Jahren könnte aus den Ergebnissen und Erkenntnissen meiner Forschung vielleicht ein interaktives Computergeschehen werden, ein multimediales Erlebnis. Andere vorstellbare Darstellungsweisen wären eine Choreographie, ein Tanz zum Thema Berührung, auch ein Film oder Videoclip wären möglich, und vielleicht, wenn wir den Umgang mit diesen Medien in ähnlicher Weise an Schule und Universität lernen und üben würden, wie die Arbeit mit Worten und Texten, so könnte aus diesen nicht-sprachlichen Darstellungsweisen eine

präzisere, anschaulichere Darstellung der Ergebnisse werden³. So jedoch werde ich Worte und Texte benutzen, um sprachlich ein nicht-sprachliches Geschehen zu erfassen. Vielleicht bleiben beim Lesen meiner Arbeit nicht nur Worte, sondern es entstehen Bilder, Gefühle und sogar Berührungen, vielleicht also besitzt bereits die Schriftsprache eine körperliche, eine Berührungsdimension.

Eine Geschichte ist eine Textform, die üblicherweise bestimmte Eigenschaften erfüllt. Eine klassische Geschichte hat einen sequentiellen, oft chronologischen Aufbau, und sie erzählt von Situationen und Handlungen, die die Erzählerin für bedeutsam hält. Häufig werden ungewöhnliche, in besonderer Weise interessante Aspekte einer Handlung hervorgehoben. Notwendige Kategorien einer Geschichte sind nach DIJK (1980) *Komplikation* und *Auflösung*, die er als *Ereignis* zusammenfaßt. Erzählte und damit für erzählenswert gehaltenen Geschichten sind also häufig originell, lustig, informativ oder versuchen, es zu sein. Sie erfüllen unter Umständen Funktionen der Selbstdarstellung, sozialer Kontrolle, der Beeinflussung anderer, der Sinngebung und emotionaler Entlastung (vgl. SCHMITT 1996, 55-67). Eine Geschichte ist somit eine komplexe Mitteilungsform und stellt hohe Anforderungen an die Erzählerin. Die Hürde, eine solche Geschichte aufzuschreiben, ist hoch, und dies gilt insbesondere für die von mir gewünschten Berührungsgeschichten.

Die Wahl, ob und welche Episode erzählt werden soll, steht also für die Erzählerin unter der Frage 'was ist erzählenswert?'. Den Druck, etwas Außergewöhnliches und Originelles berichten zu müssen, habe ich versucht zu mindern, indem ich darauf hinwies, dass mich *jede* Form von Berührungsgeschichten interessiert. „Es geht mir um Geschichten aus ihrem Leben, die nicht spektakulär und großartig sein müssen.“ Außerdem machte ich deutlich, dass auch die für uns üblichen Merkmale einer Geschichte nicht erfüllt sein müssen, denn: „Auch Assoziationen, Episoden und Gedanken zu dem Thema sind willkommen“.

3 Der Tanz ist eine Form körperlich zu kommunizieren und sich auszudrücken. Die Tänzerin und Choreographin Pina BAUSCH dazu: „Ich glaube, wir sind uns mit unserem Körper am nächsten, und jeder Mensch drückt sich dauernd aus, einfach indem er ist. Es ist ja alles auch sehr sichtbar. Wenn man es liest, kann man alles sehen, die Gemütsverfassung, die Gefühle. Vielleicht ist es der Respekt vor einem Menschen, eine Form dafür zu finden, die vielleicht nicht ein Gedicht ist, sondern eben die Körperform“ (BAUSCH, FR Interview, 17.10.98).

Meine Aufforderung, eine 'Berührungsgeschichte' zu schreiben, bleibt trotz der Fokussierung auf das Thema 'Berührung und Kommunikation' sehr offen. Das Geschehen 'Berührung' ist ausgesprochen alltäglich, und so ist es schwierig, eine Auswahl zu treffen, welches Erlebnis nun berichtet werden soll. In meiner Anfrage habe ich verschiedene Bereiche aufgelistet, in denen eine Berührung stattgefunden haben kann: „Mich interessiert dabei die Art, wie wir im Alltag, im Beruf, in Liebesbeziehungen, bei einer medizinischen Behandlung, im Umgang mit Kindern usw. körperlich berühren und berührt werden und wie wir damit kommunizieren“. Dies sollte der Anregung dienen und deutlich machen, dass mich Berührungen aus den verschiedensten Bereichen interessieren. Dennoch äußerten verschiedene Autorinnen Unsicherheit, ob ihre Erzählungen so 'richtig' und für mich fruchtbar sind.

„Ich schicke dir schon mal meine 'Berührungsgeschichten', die keine Geschichten sind. Vielleicht kannst du ja trotzdem was damit anfangen?“ (G6).

„Es ist wahrlich nichts besonderes und ich weiß auch nicht, ob es genau auf die Fragestellung eingeht“ (G13).

„Du mußt dann sehen, was du damit anfängst“ (G1).

Wenn eine Berührung thematisiert wird, ist dies in den meisten Fällen eine persönliche Geschichte, die Erzählerin ist häufig mehr als nur körperlich berührt. Somit muß die Bereitschaft da sein, dieses persönliche Erlebnis mir und meiner Analyse anzuvertrauen.

„Dieses Thema berührt mich unangenehm. Zuerst meine ich nichts hierzu zu finden – keine Erinnerungen zu haben. Aber allmählich rühren sich Bilder von Berührungen, Begegnungen in mir und ich will sie näher kommen lassen“ (G3).

Es läßt sich also feststellen, dass die von mir gewählte Methode der aufgeschriebenen Geschichten erhebliche Anforderungen an die Autorinnen stellt. Sie müssen trotz der sehr offenen Themenstellung eine oder mehrere Episoden auswählen, diese Wahl vor sich selbst begründen, sie müssen bereit sein, sich selbst an eine unter Umständen sehr persönliche Erinnerung anzunähern und diese mir zu offenbaren. Nicht zuletzt muß diese Geschichte dann auch noch aufgeschrieben werden, und etwas schriftlich zu fixieren und damit 'schwarz auf weiß' zu haben und weiterzugeben, ist nicht einfach. Außerdem erfordert all dies Zeit und Muße, für viele Menschen ein knappes Gut.

Die Berührungsgeschichten, die mir erzählt, aufgeschrieben, zugeschickt wurden, haben mich oft 'berührt', gerührt. Ich empfand sie als ein Geschenk und sah darin Vertrauen in mich und meine Arbeit. Ich hoffe, diesem Vertrauen gerecht zu werden und bemühe mich, mit den Texten angemessen und respektvoll umzugehen. Die Geschichten erzählen von der Ganzheit des (Er-) Lebens. Sie sind voller Wahrnehmungen, Empfindungen, Gefühle, in ihnen sind Erinnerungen, Träume, Wünsche, Hoffnungen, es ist von Schmerz und Verletzungen zu lesen, auch von Liebe und Glück und von Sehnsucht. Bei meiner Auseinandersetzung mit Berührung und mit diesen Geschichten greife ich einzelne Aspekte heraus, fokussiere spezielle Themen, die in den Geschichten deutlich werden und von Bedeutung sind. Dies tue ich in dem Wissen, dass jede Geschichte viele verschiedene Seiten hat, von vielen Themen erzählt. Der Begriff 'Analyse' wird übersetzt mit Zergliederung oder „Zerlegung ...in die Elemente oder Einzelteile“ (DORSCH 1994, 31). Wenn ich hier eine Analyse durchführe, so versuche ich dabei so vorzugehen, dass die Einzelteile, Einzelaspekte immer Teil des Ganzen bleiben. Ich betrachte die Ganzheit von verschiedenen Seiten, nehme verschiedene Perspektiven ein. Allerdings hat das Thema Berührung viele Facetten, so dass ich eine Auswahl treffe und mich beschränke.

Ich hoffe, dass diejenigen, die mir ihre Geschichten zur Verfügung gestellt haben, sich in meiner Arbeit 'entdecken' und mit dem zufrieden sind, was aus ihren Texten geworden ist. Jede Geschichte erzählt sicherlich noch mehr und anderes, als das, worauf ich mich in meiner Arbeit beziehe.

Mein Vorgehen ist explorativ, es geht um eine Zusammenstellung möglicher, relevanter Aspekte im Kontext von Berührung als Kommunikation. Die klassischen Gütekriterien der Reliabilität, Validität und Objektivität können auf qualitative Untersuchungen nicht in gleicher Weise angewendet werden wie auf quantitative. Es gibt einige Überlegungen zu den Besonderheiten der Gütekriterien qualitativer Studien, die ich hier nicht im einzelnen wiedergeben möchte (BREUER 1996, STRAUSS & CORBIN 1996, CORBIN & STRAUSS 1990). Folgende methodische Aspekte sind im Zusammenhang meiner Arbeit und Forschung wichtig:

(a) Strukturiert versus Offen

Für die Erforschung von Berührung ist es meines Erachtens sinnvoll, ein Verfahren zu wählen, das eine große Offenheit ermöglicht. Ein strukturierter Fragebogen hätte andere Ergebnisse zur Folge, als die von mir gewählten

Geschichten. Im Rahmen einer offenen Methode können die jeweils subjektiv wichtigen Aspekte genannt und erzählt werden, und die Komplexität des Erlebens wird aus der Sicht der betroffenen Personen deutlich. Dies ist auch deshalb wichtig, weil es bisher nur wenig Forschung zum Erleben von Berührung gibt und von daher wenig über beeinflussende Faktoren, Bedingungen und Konsequenzen bekannt ist.

(b) Schriftlichkeit versus Mündlichkeit

Ich habe nach dem ersten Interview mit den Berührungsgeschichten ein schriftliches Verfahren gewählt. Im Nachhinein habe ich mich gefragt, ob es ein günstigeres Vorgehen gewesen wäre, mir Geschichten erzählen zu lassen, die Erzählungen mit Tonbandaufzeichnungen festzuhalten und diese zu transkribieren. Dies hätte die Hürde des Aufschreibens gemindert und einige Geschichten wären sicher ausführlicher geschildert worden. Die schriftliche Form der Anfrage hatte jedoch den Vorteil, dass die Autorinnen die Erzählung in Ruhe in der Form gestalten konnten, die ihnen angemessen erschien. Sie konnten über verschiedene Erlebnisse, Erinnerungen und Gefühle nachsinnen, dabei eigene Schwerpunkte setzen, Formulierungen abwägen und die Poesie einer Berührung in der gewählten schriftlichen Darstellung zum Ausdruck bringen.

Ich gehe davon aus, dass manche Erlebnisse sich leichter schriftlich mitteilen lassen, als im direkten persönlichen Kontakt. Ein unangenehmes persönliches Erlebnis ist unter Umständen im Interview schwieriger anzusprechen. Dies mag nicht für alle Menschen gleichermaßen gelten, die erhaltenen Geschichten zeigen jedoch eine große Offenheit.

Bei der Wahl meiner Methode war die größere Anonymität einer schriftlichen Anfrage ein weiteres Kriterium, dies wurde jedoch von den Autorinnen kaum genutzt, die meisten unterschrieben ihre Geschichten mit Namen und verfaßten ein persönliches Anschreiben.

(c) Kontextualisiert versus Dekontextualisiert

Wie bereits erwähnt prägen die Kontextbedingungen sehr stark die Wahl einer Berührung, ihre Bedeutung, ihr Erleben und die Reaktion der beteiligten Personen. Deshalb halte ich es für wichtig, jede Berührung in ihrem Kontext zu betrachten und zu analysieren. Bei meiner Methode haben die Erzählerinnen die Möglichkeit individuelle Bedeutungszuschreibungen vorzunehmen. Sie beschreiben eine Berührung, wählen aus, welche Kontextaspekte

sie für bedeutsam halten und erläutern die persönliche Bedeutung dieser Situation, in der für sie angemessenen Weise und Ausführlichkeit.

Wichtiges Kriterium bei der Wahl der Methode ist ihre Gegenstandsangemessenheit. Eine Berührung ist eine hochkomplexe Begegnung, die sich nicht hinreichend durch äußere Parameter beschreiben läßt. Druckstärke, Ort der Berührung und Häufigkeit sagen nicht viel darüber aus, wie diese Berührung erlebt wurde. Deshalb ist es notwendig, Berührung in ihrem Kontext zu betrachten, und dabei zu beachten, wie diese Berührung subjektiv erlebt wurde.

„Insgesamt, wenn ich mein Verhalten in unterschiedlichen Alltagssituationen ... überblicke, dann ist mir deutlich, dass das Erleben von Anfassen und Angefaßtwerden in dyadischen Interaktionssituationen nicht in erster Linie von objektiven Variablen der konkreten Einzelsituation, sondern sehr weitgehend von übergreifenden, von Person zu Person bei gleicher objektiver Situation höchst unterschiedlichen Einflüssen bestimmt wird. Schon um die relative Bedeutung einzelner Einflußgrößen abschätzen zu können, wäre daher ein Forschungsansatz sehr erwünscht, der die Variablen des zu einer Zeit wirkenden Gesamtfeldes erfaßt und sich nicht auf eine vorgegebene abhängige Variable beschränkt“ (SADER 1993, 47).

Meine Vorgehensweise führte dazu, dass ich subjektiv relevante Aspekte von Berührung und Kommunikation in den Blick bekam. Dies ist dem Forschungsgegenstand 'Berührung' angemessen, da eine Berührung vor allem in der subjektiven Wahrnehmung und Empfindung ihre Bedeutung erhält.

3.1.3 Berührung als empirischer Forschungsgegenstand der Psychologie – Schwierigkeiten und Möglichkeiten

Berührung gehört zu den Grundlagen unseres Lebens und insofern sind alle Menschen Expertinnen für dieses Thema. Dennoch gibt es nicht allzu viel Literatur dazu, was mir anfangs Schwierigkeiten bereitete, letztlich aber sicherlich eine größere Freiheit in der Strukturierung und Eingrenzung des Themas zur Folge hatte.

Berührung ist vielschichtig und in vielen Kontexten relevant. Liebe, Nähe, Freundschaft, Macht und Gewalt, teilen sich auch berührend mit. Berührung ist nicht einfach nur 'schön' und angenehm, Berührung verbindet uns mit anderen Menschen, aber wir sind nicht nur glücklich darüber, sondern auch

verstrickt, gebunden, festgehalten. Berührung ist eine Herangehensweise an die Welt, ein Mittel der Kommunikation und der Erkenntnis.

Reaktionen auf das Thema Berührung

Die Reaktionen auf die Erwähnung meines Themas oder auf die Frage nach einer Berührungsgeschichte waren sehr unterschiedlich und eher zweigeteilt. Manche reagierten sofort mit spontanem Interesse 'das ist aber ein spannendes Thema', 'das finde ich toll', 'das ist so wichtig'. Andere reagierten eher gleichgültig oder mit leichtem Unverständnis und dann verfolgten wir das Thema meist nicht weiter. Diejenigen, die spontan fasziniert waren, erzählten manchmal auch Beispiele und Geschichten, ohne dass ich danach gefragt hatte, und oft habe ich mir in solchen Situationen ein Tonbandgerät gewünscht. Dieser spontane Zuspruch und das Interesse waren Bestätigung für mich.

Die Begleitschreiben der mir zugesandten Geschichten enthielten Äußerungen, die zum Teil das Thema positiv bewerten, in anderen wurde eine große Ambivalenz deutlich:

„Ich habe jetzt erstmal aufgehört mit den Geschichten, aber mir sind noch mehr eingefallen. Sehr schön übrigens, sich daran zu erinnern, da kann einer schon manchmal warm ums Herz werden“ (G10).

„Dieses schöne und schwere Thema“ (G3).

„Ich habe mich darüber gefreut, dass du ein solch wichtiges und schaurig-schönes Thema bearbeitest und möchte gern dazu beitragen“ (G11).

Die Nicht – Thematisierung von Berührung

Vor allem am Beginn meiner Arbeit stellte es sich als sehr schwierig dar, Berührung als Thema in den Fokus meiner Aufmerksamkeit zu stellen. Ich fand zunächst wenig Literatur und wenn, dann war Berührung häufig nur ein Thema am Rande. Zum Teil war ich sehr erstaunt darüber, Berührung nicht explizit thematisiert zu finden, so suchte ich zum Beispiel in einigen Standardlehrbüchern der Entwicklungspsychologie umsonst nach einem entsprechenden Stichwort (vgl. MILLER 1993, OERTER & MONTADA 1995, MUSSEN, CONGER & KAGAN, HUSTON 1993, TRAUTNER 1992 & 1997). Ich fragte mich, ob es gerechtfertigt sein könnte, Berührung als ein Tabuthema zu bezeichnen.

„Ein Tabu ist etwas, worüber öffentlich nicht gesprochen wird und was dennoch eine eindringliche Wirklichkeit für fast jeden ist“ (STOPCZYK 1996, 198).

In unserer Gesellschaft ist Berührung kein völliges Tabu. Verabschiedungen und Begrüßungen werden häufig durch Händedruck oder Umarmung bekräftigt, Paare (zumindest heterosexuelle Paare) können sich öffentlich küssen, ohne Anstoß zu erregen, und auch im Sport sind Berührungen öffentlich erlaubt. Dennoch erscheint es mir fraglich, ob die Bedeutung von Berührung und die Art und Häufigkeit, in der sie thematisiert wird, einander entsprechen. Mit STOPCZYK ließe sich sagen: über Berührung wird wesentlich weniger öffentlich gesprochen und geschrieben, als es der Eindringlichkeit, in der Berührung Wirklichkeit für viele ist, entspricht. Dies mag teilweise ein Problem von Sprache sein, der sich Berührung mitunter entzieht, aber es ist auch Spiegel einer Gesellschaft, in der Individualität und Unabhängigkeit Priorität haben. Der unabhängige und freie Geist hat bei uns Priorität vor dem von vielen Abhängigkeiten und Gebundenheiten geprägten Körper.

Mehrere Erzählerinnen äußerten zunächst Schwierigkeiten, sich dem Thema anzunähern:

„Warum fällt es mir schwer, über Berührungen zu schreiben? Ich kann mich so wenig an Berührungen erinnern“ (G2).

„Wir haben eine Berührungskultur. Darum fällt mir nur wenig dazu ein. Und wenn mir was einfällt, hat es auch mit Sexualität und einem Mann zu tun“ (G1).

Berührung wird oft auch dann nicht explizit angesprochen, wenn sie eigentlich Thema ist. Wenn Sehnsucht nach Berührung besteht oder wenn eine bestimmte Berührung als unangenehm erlebt wird, so wird dies wahrscheinlich viel zu selten geäußert. Massagen werden wegen Verspannungen und Schmerzen verschrieben und verabreicht, aber manchmal ist die Sehnsucht, berührt zu werden, vielleicht wichtiger. Ähnliches kann für manche Behandlungen gelten, die der Körperpflege und Schönheit dienen sollen (vgl. HEROLD 1992, MORRIS 1972). Haustiere können eine Quelle von Berührungen sein und auch deshalb gehalten werden (vgl. MORRIS 1972, ACKERMAN 1991).

Manche Berührungen sind alltäglich und selbstverständlich, wie etwa die gereichte Hand zur Begrüßung. Wenn diese Hand aber besonders warm und weich, oder unangenehm schlaff ist oder vom Gegenüber zu lange gehalten

wird, dann ist die Berührung nicht mehr ganz so selbstverständlich, dennoch wird dies nur selten sprachlich thematisiert. Es ist oft schwierig, über entsprechende Bedürfnisse und Sehnsüchte, über Grenzen und Verbote zu kommunizieren.

Ziel der Arbeit

Das Ziel meiner Arbeit ist es, wie bereits erwähnt, Berührung zum Thema zu machen und dabei einige Aspekte in verschiedenen Perspektiven deutlich werden zu lassen. Durch eine andere Auswahl der Stichprobe, durch eine breitere Streuung, würden andere Erkenntnisse möglich. Mir geht es darum, mich dem Thema in verschiedenen Sichtweisen zu nähern und außerdem deutlich werden zu lassen, wie sich bestimmte Themen darstellen, wenn sie aus berührender und berührter Perspektive betrachtet werden. Dies entspricht dem Konzept der Multiperspektivität von BREUER (1996a+b) und dem der konzeptuellen Dichte von STRAUSS (1991). Nach diesen Ansätzen ist es Voraussetzung für die Entwicklung einer guten Theorie, das Thema aus den unterschiedlichen Perspektiven der jeweils Beteiligten zu betrachten und nachzuvollziehen. Konzeptuell dicht wird eine Theorie, wenn aufgezeigt wird, wie verschiedene Aspekte des Themas miteinander interagieren, sich beeinflussen, bedingen oder ausschließen. Mein Ansatz ist vor allem explorativ, das heißt, ich weise auf Konzepte und Strukturen hin, die bei der Erforschung von Berührung von besonderer Relevanz sind.

Mein Erkenntnisinteresse geht immer in zwei Richtungen, ähnlich, wie es sich in diesem Kapitel darstellt. Einerseits habe ich versucht, etwas über Berührung zu erfahren und andererseits habe ich mit Hilfe von Berührung, aus berührender und berührter Perspektive, Kommunikation, Wahrnehmung, Heilung und unsere Gesellschaft betrachtet.

3.2 Erkenntnisse durch Berührung

„Die meisten Menschen erfahren sich als selbstverständlich festkörperlich lebend auf der Erde, aber der eigene Körper wird nicht als Erkenntnismedium wahrgenommen. Diese Wahrnehmungsschwäche ist eine kulturell herrschende und philosophisch fundierte Festlegung und nicht selbstverständlich“ (STOPCZYK 1998, 30).

Berührung ist etwas, worüber wir Eigenschaften von Menschen und Dingen wahrnehmen. Insofern ist sie ein Mittel zur Erkenntnisgewinnung. Wir erken-

nen Härte, Weichheit, Wärme und Struktur eines Pullovers, einer Wange oder einer Hand. Wir nehmen diese Aspekte wahr und ziehen unsere Schlüsse daraus. Insoweit unterscheidet Berührung sich nicht von anderen Sinneswahrnehmungen, denn ebenso erkennen wir durch unser Gehör, unsere Augen, unseren Geruchs und Geschmackssinn. Diese Wahrnehmungen liefern die Grundlagen *jeder* Erkenntnis und die Grundlagen des Denkens. Diese zunächst vielleicht banal erscheinende Aussage ist wissenschaftstheoretisch und -historisch betrachtet höchst kontrovers. Im folgenden wende ich mich dem Verständnis von Körper zu und fokussiere Berührung erst im letzten Abschnitt. Ich gehe davon aus, dass das, was wir über unseren Leib / Körper denken, starken Einfluß auf die Berührung hat. Berührung ist an die körperliche Existenz gebunden und deshalb unter Umständen sogar Kristallisationspunkt der Vorstellungen vom Körper.

3.2.1 Wissenschaft und Körper

Das Verhältnis von Wissenschaft und Körper stellt sich sehr unterschiedlich dar und hat sich mehrfach gewandelt. Der Körper wurde in der Antike vielfach als Hindernis und Störung für den Erkenntnisprozeß angesehen, in der Folge diskriminiert und als Störfaktor bewußt und aktiv zu überwinden versucht. ARISTOTELES und PLATON können als Vertreter dieser Denkrichtung gesehen werden, beide unterscheiden sich aber stark darin, welche Rolle sie der Wahrnehmung im Erkenntnisprozeß zuschreiben.

ARISTOTELES ging in seiner Vorstellung von Beobachtung und Erkenntnis davon aus, dass Wahrnehmung Grundbedingung für Erkenntnis ist. Er fokussierte visuelle Wahrnehmung als Mittel der Erkenntnisgewinnung, wobei er folgende Bedingungen dafür beschrieb: „ein unbewaffnetes Augen, gute Sicht, Sonnenschein und keine Trübung des Mediums“ (ARISTOTELES nach KUTSCHMANN 1986, 150). PLATON hingegen gilt als Vertreter des sogenannten ‘reinen Denkens’ und sah sinnliche Wahrnehmung und leibliche Existenz als Hindernis auf dem Weg zur Erkenntnis.

„Und der kann doch jenes am reinsten ausrichten, der am meisten mit dem Gedanken allein zu jenem geht, ohne weder das Gesicht mit anzuwenden beim Denken, noch irgendeinen anderen Sinn ..., soviel wie möglich geschieden von Augen und Ohren und, um es kurz zu sagen, von dem ganzen Leibe, der nur verwirrt und die Seele nicht Wahrheit und Einsicht erlangen läßt, wenn er mit dabei ist“ (PLATON 1987, 387-367 v.Chr., 15-16).

Der Leib ist laut dieser Darstellung etwas, was uns hindert, was verwirrt und 'reines' Denken stört (vgl. BREUER 2000). Vorausgesetzt wird dabei, dass Denken etwas Unkörperliches, Unsinnliches ist. Außerdem ist impliziert, dass die Möglichkeit zur Trennung von Körper und Geist, bzw. Körper und Seele besteht, denn nur wenn von einer solchen Trennung ausgegangen wird, macht die Aussage von PLATON Sinn. Schon ARISTOTELES nimmt eine solche Unterscheidung vor.

„Aristoteles unterscheidet jedes Lebewesen in Körper und Seele, aber der Mensch könne mit seiner seelischen Vernunftkraft das Körperliche an sich selber beherrschen, und das erst mache den Menschen zum Menschen ... nur der Mensch sei frei vermöge seiner Vernunftfähigkeit, die sich am besten im Dienste der Polis (des Staates) entfalten könne, denn Vernunft müsse herrschen“ (STOPCZYK 1998, 24).

Verbunden mit dieser Trennung ist eine Bewertung. Unsere Vernunft ist das, was uns vom Tier unterscheidet, wohingegen der Körper uns mit dem Tierischen verbindet und nichts spezifisch Menschliches ist. Die Vernunft aber (und damit der Mensch) muß herrschen. Alles tierische, körperliche und leibliche wird abgewertet und als einengend und hinderlich angesehen.

„Auffällig ist die Tendenz der damaligen Philosophen, alles Materielle abzuwerten und etwas zu suchen, was unmateriell sein sollte, seien es Ideen, Gesetze oder jenseitige Reiche. So ist ihnen das Un-Endliche mehr Wert als das Endliche, das Un-Sichtbare mehr Wert als das Sichtbare, das Un-Sterbliche rangiert höher als alles Sterbliche, ebenso das Un-Körperliche gegen das Körperliche, die Un-Abhängigkeit gegen jegliche Art von Abhängigkeit“ (STOPCZYK 1996, 254).

Diese Trennung ist immer noch Grundlage unserer Kultur. Unsere Sprache unterscheidet zwischen Denken und Fühlen, zwischen Überlegen und Spüren. Wenn wir fragen, an welchem Ort in unserem Körper wir diese Tätigkeiten ansiedeln, so wird kaum jemand zögern, den Kopf, das Gehirn als Ort des Denkens und Überlegens zu bezeichnen. Spüren und fühlen haben ihren Sitz alltagssprachlich woanders, Herz, Bauch und Seele werden vielleicht genannt, aber der körperliche Ort ist nicht eindeutig umgrenzt, der Sitz der Seele noch nicht entschlüsselt.

Was ist der Unterschied zwischen Denken und Fühlen? Wir denken *über* etwas nach, wir *überlegen*. In dieser Worten liegt eine Distanzierung, es wird

ein Abstand eingenommen zu dem Objekt des Nachdenkens, um aus dieser Entfernung *über* es nachdenken zu können. Es scheint sich um eine Vogelperspektive zu handeln. Aus erhöhter Position bedenken wir das unter uns sich befindende Objekt. Beim Fühlen und Spüren fehlt solche Distanz und Erhöhung, ein Kontakt ist meist notwendig und selbst wenn wir aus der Ferne etwas er-spüren oder er-ahnen, so findet dies auf der gleichen Ebene statt. Diese Trennung zwischen Denken und Fühlen ist uns geläufig. Etwas ist 'nur so ein Gefühl' oder 'nur ein Gedanke'. Aber ist es wirklich möglich zwischen denken und fühlen zu unterscheiden, kann ich denken, ohne zu fühlen, oder fühlen, ohne zu denken? Unsere Sprache kennt kein Wort für die Gleichzeitigkeit von Denken und Fühlen, und auch darin wird die in unserer Kultur traditionell verankerte Trennung von Körper und Geist deutlich.

Als zweite Haltung der Wissenschaft gegenüber dem Körper kann die des Ignorierens und Verleugnens differenziert werden, eine heute in großen Teilen der Wissenschaft dominierende Strategie. Der Körper wird nicht mehr aktiv bekämpft, sondern ist als Körper der Wissenschaftlerin kein Thema, er gilt als „irrelevant, beinahe programmatisch als Non-Problem“ (BREUER 2000).

Franz BREUER beschreibt, dass Erfahrung und Wahrnehmung als Quellen von Erkenntnis in der Wissenschaft heute wieder zunehmend hinterfragt werden und suspekt bleiben, da körperlich.

„Es macht sich ein Mißtrauen gegen 'alltagsweltliche' Perzeption breit, sie wird als Hindernis des Blicks auf tatsächliche Zusammenhänge angesehen. ... Das Mißtrauen gegen die natürliche Sinneswahrnehmung kommt u.a. durch den vermehrten Einsatz von Instrumenten bzw. methodischen Prozeduren zum Ausdruck, die menschliche Wahrnehmungsleistungen 'verbessern', erweitern oder gar ersetzen“ (BREUER 2000).

„Das leibliche Spüren und Empfinden, die aktive Sinnlichkeit des 'Wahr-Nehmens' werden eingefroren und stillgelegt zugunsten einer gesteigerten Aktivität des Verstandes; und invers werden das Mitleiden der Seele und die Empathie oder Synharmonie des Verstandes ausgeschaltet oder zumindest diskriminiert. Die Gewährleistung der Forderung, die Natur 'so wie sie ist', unverstellt in Erfahrung zu bringen, verlangt den in-aktiven Körper und den a-pathischen Geist: beide Momente zusammen bestimmen die leibliche Daseinsweise des neuzeitlichen Wissenschaftlers“ (KUTSCHMANN 1986, 134).

Doch auch der in-aktive Körper ist ein Körper, auf den die Wissenschaftlerin angewiesen bleibt, und eine 'leibfreie' Erkenntnis ist nicht möglich (vgl. BREUER 2000).

„Nur über das Radarnetz unserer Sinne kann man die Welt verstehen. Wir können unsere Sinne mit Mikroskopen, Stethoskopen, Robotern, Satelliten oder auch mit Hörgeräten und Brillen verbessern, doch was jenseits unserer Sinne liegt, bleibt uns verborgen. Unsere Sinne definieren die Grenzen unseres Bewußtseins“ (ACKERMAN 1991, 9).

So nimmt die dritte Perspektive den Körper im wissenschaftlichen Prozeß wahr und reflektiert seine Bedeutung für Erkenntnis. Denn selbst wenn wir uns distanzieren und das Objekt unserer Erkenntnisbemühungen mit Hilfe von Instrumenten zu erfassen, zu erkennen versuchen, sind wir auf unseren Körper angewiesen. Petra MUCKEL (1996) skizziert im Rekurs auf KNORR-CETINA diese körperliche Gebundenheit des Erkenntnisprozesses.

„Die Forschungsarbeit innerhalb der Laboratorien und die Garantie der Objektivität der erzielten Resultate sind – so KNORR-CETINA – gebunden an den Körper des Wissenschaftlers, und zwar in zweifacher Hinsicht: „(1) die Verwendung des Körpers als Meßinstrument und Datenverarbeitungsmittel; und (2) der Einsatz des Körpers als Archiv und Depot von Erfahrung. In beiden Fällen ist der Körper ein stummes Instrument“ (KNORR-CETINA 1988, 97) ... Durch diese These der „Sinnesmethode körperlicher Meßverfahren“ (a.a.O., 98) hat die Wissenschaftlerin einen empirischen Beweis dafür gebracht, dass erstens das subjektiv-rationale Element (hier festgemacht an der Körperlichkeit des Wissenschaftlers) durch die und in der Wissenschaft nicht als überwunden zu betrachten ist, und dass zweitens diesem Moment in seiner Bedeutung als 'Garant von Wahrheit' bislang keine Aufmerksamkeit geschenkt wurde, eine theoretisch aufarbeitende Reflexion noch aussteht“ (MUCKEL 1996, 62).

Nachdem hier also festgestellt wurde, dass körperlose, rein geistige Forschung und Erkenntnis nicht möglich ist, geht es im nächsten Schritt nicht darum, Leibgebundenheit und damit Subjektivität lediglich als unvermeidbares Übel anzuerkennen und dennoch weitgehend zu minimieren versuchen. Ziel dieser vierten Position ist die Nutzung und Fruchtbarmachung körperlicher und subjektiver Aspekte für die Erkenntnisgewinnung (vgl. MUCKEL 1996).

„Philosophieren wird so nicht als Distanzierungsübung verstanden, sondern als Identifikationsprozeß mit dem, wonach gesucht wird. Der philosophische Weg zur Weisheit liegt in der Leidenschaft unseres Leibes verborgen, die auf Welterkenntnis aus ist“ (STOPCZYK 1998, 266).

„Eine selbstreflexive Betrachtung der epistemologischen Position und Rolle des Erkenntnissubjekts legt in meinen Augen für die Human- und Sozialwissenschaften ... gerade nicht eine Maximierung 'distaler' Empiriemethodik, sondern die einer 'proximalen' Richtung nahe – die Fokussierung und Kultivierung einer selbstreflexiven und leib-/körpernahen Konzeption und Methodik der Erfahrungsgewinnung“ (BREUER 2000).

Dies beinhaltet meiner Ansicht nach auch, dass die Trennung von Körper und Geist in Frage gestellt wird. Denken ist auch ein körperlicher Prozeß und wahrnehmen auch ein geistiger, dies sind Tatsachen, die physiologisch betrachtet niemand in Frage stellen wird. Eine eindeutige Trennung dieser Prozesse und eine Trennung von Körper und Geist ist nicht möglich und bleibt ein Konstrukt, das unsere Gesellschaft jedoch prägt und das sicherlich nur allmählich verändert werden kann.

Deshalb erscheint es mir bedenklich, wenn heute in einer Gegenbewegung davon ausgegangen wird, dass im Körper Weisheit und Wahrheit verborgen sind, dass der Körper in besonderer Weise Authentizität und Natürlichkeit vermittelt, dass der Geist und das Denken das sind, was das Erleben von Wahrheit 'stört'. Denn auch dies impliziert die Spaltung von Körper und Geist, von Vernunft und Gefühl. So auch bei NIETZSCHE:

„Es ist mehr Vernunft in deinem Leibe, als in deiner besten Weisheit“ (NIETZSCHE 1950, 35).

Vernunft, Leib und Weisheit lassen sich wiederum voneinander trennen, sie sind nicht ein Leib. Zwei gegenläufige Bewegungen werden deutlich – zum einen gibt es die Tendenz, davon auszugehen, dass der Körper von Übel sei und wahre Erkenntnis behindere. Körperlichkeit wird so als Mangel und Hindernis wahrgenommen. Zum anderen wird der Körper auch in einigen therapeutischen Ansätzen (vgl. DOHMEN 1994, 193; JAEGGI 1995, 153) als Ort von Wahrheit und Authentizität gesehen. Beiden Thesen jedoch liegt eine prinzipielle Trennung von Körper und Geist zugrunde.

Das, was wir als unseren Körper, unseren Leib, unser Ich begreifen, wie und was wir wahrnehmen und erleben und wie wir dies thematisieren, sind Aspekte unserer Persönlichkeit, die in ihrer historischen Gebundenheit betrachtet werden müssen. Unser Verständnis von Körper und Leib ist nicht selbstverständlich und natürlich.

„Die Gestalt dessen, was je nach Status, Geschlecht, Alter oder Tugend als Körper gilt, wurzelt in der epochalen *expérience*, in der Befindlichkeit. Diese ist historisch vermittelt“ (DUDEN 1991, 106).

Der Körper wird damit auch zu einem Ort, an dem sich Geschichte manifestiert, er ist „Gegenstand und Gedächtnis historischer Einschreibungen“ (SEITZ 1998, 286). Die Definition des Körpers ist abhängig von vielen gesellschaftlichen Vorstellungen. Dabei spielen Geschlechterverhältnis, Verständnis der Vorgänge von Geburt und Tod, Rolle der Sexualität, viele Normen und religiös-spirituelle Hintergründe eine Rolle.

„So bietet der Körper nicht nur die Projektionsfläche für Einheits- und Geborgenheitsphantasien. Er fungiert auch als Medium für die Aushandlung und den Fortbestand kultureller Vorschriften und Verbote und wird somit auch zu dem Ort, an dem die Kultur bevorzugt ihre Selbstvorstellung und ihre ideologischen Werte immer neu festlegt“ (BRONFEN 1998, 18).

Es ist also immer Skepsis geboten, wenn mit der Naturhaftigkeit und der Selbstverständlichkeit des Körpers und des körperlichen Erlebens argumentiert wird, und dies gilt auch für Berührung. Wenig bleibt unbehelligt von äußerem Einfluß, und die Veränderungen, die gesellschaftliche Entwicklungen bewirken, machen nicht vor unserem Körper und nicht vor Berührungen halt (vgl. Abschließende Überlegungen).

3.2.2 Frauenkörper

Insbesondere der Frauenkörper ist als Objekt zahlreicher Normen, Fantasien und Ideale engen Beschränkungen unterworfen. Die Frau, die in unserer Kultur ganz besonders mit Körperlichkeit und Naturhaftigkeit in Verbindung gebracht wird (vgl. HOPPE 1991), hat schön, sauber, schlank, beweglich, gesund, weich und duftend, am besten makellos zu sein. dass diesem Ideal niemals entsprochen werden kann und dass insofern diese Konstruktion des idealen Frauenkörpers nicht als reales Vorbild dienen kann, sollte klar sein.

Dennoch ist es genau dieser Anspruch, dem wir Frauen nacheifern und das selbst, wenn uns seine Unerreichbarkeit und seine patriarchale Konstruiertheit deutlich vor Augen stehen. So sind Frauen seit vielen Jahren damit beschäftigt zu hungern, zu kotzen, zu cremen, zu zupfen, zu rubbeln, zu trainieren und sich dennoch oder gerade deshalb als unzulänglich und niemals schön genug zu empfinden. Die Ideal-Frau, von OLBRICHT (1994) als Kunstfrau bezeichnet, ist nicht sehr leiblich. Sie riecht nicht, sie altert nicht, ihr Gesicht ist ebenso symmetrisch wie ihre Brüste, und es ist fraglich, ob sie wirklich menstruiert.

„Die Kunstfrau ist die Überwindung der realen Frau, deren Bild als Kunstwerk produziert wird. Das Verhängnisvolle daran ist, dass das Bild dann als Identitätsentwurf für die Frau dient, denn es sieht ja so aus, als ob es sich bei diesem Bild, bei dieser Darstellung um Formen weiblicher Wirklichkeit handele. ... Frauen werden praktisch überwiegend mit diesen Kunstprodukten konfrontiert, denn es gibt nicht sehr viele andere Darstellungen mit weiblichen Gegenentwürfen“ (OLBRICHT 1994, 24-25).

Die Frau versucht dieser Kunstfrau ähnlich zu werden, um in der Perspektive des Mannes und der patriarchalen Gesellschaft attraktiv und wertvoll zu sein. Sie ist erotisch ohne aufreizend zu sein, jugendlich, ohne kindlich zu sein, sportlich, ohne damit in Konkurrenz zum stärkeren Mann zu treten. Und wenn diese Idealfrau auch noch fruchtbar ist, so strahlt sie in ihrem Mutterglück, allerdings ohne Schwangerschaftsstreifen, morgendliche Übelkeit und Hängebrüste.

Die Kunstfrau wird unberührbar. Sie ist diejenige, die uns von Hochglanzmagazinen entgegenlächelt und in Filmen und Fernsehserien morgens mit perfekter Frisur aus dem Bett steigt, aber wir können sie nicht wirklich berühren. Die Berührung offenbart das von Spray und Gel völlig steife Haar, sie verwischt das mühsam aufgetragene Make Up und erkennt die Weichheit der älter werdenden Haut. Das Auge lässt sich in diesem Fall besser täuschen als die Haut, und die Nähe in der Berührung lässt wenig Raum für Illusionen.

3.2.3 Leib und Körper

Die Trennung von Körper und Geist und die geschichtlich geprägte Bedeutung des Körpers wird auch in der Gegenüberstellung der Begriffe 'Leib' und 'Körper' deutlich. Der Begriff des Leibes, der schon fast aus unserem

Wortschatz verschwunden war, wird heute in philosophischen sowie in psychologischen Schriften wieder häufig verwendet. Die Begriffe Leib und Körper werden dort in ihrer Bedeutung differenziert. Es wird davon ausgegangen, dass der Begriff 'Körper' eher eine 'Haben'-Relation impliziert (einen Körper haben), während der Begriff 'Leib' eher eine 'Seins'-Relation beinhaltet (ein Leib sein). Dies bedeutet, dass der Begriff Körper bereits eine Trennung zwischen Körper und Geist nahelegt (vgl. STOPCZYK 1996, GEISLER 1996, PETZOLD 1985, BÖHME 1985). STOPCZYK (1996) und GEISLER (1996) weisen daraufhin, dass 'Leib' im mittelhochdeutschen eine ähnliche Bedeutung hatte, wie das heutige Wort 'ich' und zur Illustration der Unterscheidung zwischen Leib und Körper fügt STOPCZYK hinzu:

„Leib ist ein Wort, das all das bezeichnet, was ist, wenn wir unsere Augen schließen und dann innen wahrnehmen, während Körper alles das ist, was wir sehen, wenn wir die Augen aufmachen, oder was wir mit den Händen tasten können. ... Und das Komplizierte ist, dass wir beides zugleich sind“ (STOPCZYK 1996, 290).

Zum Körper wird dieser Leib in der Perspektive der modernen Wissenschaft, vor allem der Medizin. Ein Körper wird von außen betrachtet, analysiert und in seine Einzelteile zerlegt. Erkenntnisse *über* den Körper werden am Körper der *anderen* gewonnen, werden nicht eigenleiblich erfahren, sondern gesehen, untersucht, nachvollzogen an einem fremden Objekt 'Körper'. Damit ist auch die Beziehung zum eigenen Leib / Körper gestört, eine Entfremdung hat stattgefunden, die dazu führt, dass das Wissen über diesen Leib anderen zugeschrieben wird. Wir sind nicht mehr selbst die Expertinnen für unseren Leib, sondern dieses Wissen erwarten wir bei anderen Fachleuten, beispielsweise bei Ärztinnen zu finden. Der eigene Leib wird wie der Körper einer anderen von außen gesehen und behandelt und dabei als unheimlich und fremd erlebt, so BÖHME:

„So erfahren hatte der Leib stets etwas Dunkles, schwer Zugängliches, war in seinen Reaktionsweisen wie in seiner Konstitution als Gegenpol der Seele das Irrationale. Diese Verfinsterung, dieses Unverständlichwerden des Leibes ist historisch betrachtet sicherlich als ein Produkt seiner Verdrängung zu sehen“ (BÖHME 1985, 113-114).

In der Berührung erfahren wir unseren Leib, nehmen ihn von innen wahr und das bewußte Erleben von Berührung kann eine Möglichkeit sein, den eigenleiblichen Regungen mehr Aufmerksamkeit zu schenken. Berührungen kön-

nen sehr unterschiedlich sein, können sich eher auf den Körper, auf das eine oder andere Körperteil beziehen und in ihrer Wirkung auf diesen Ort beschränkt bleiben. Meine Interviewpartnerin grenzt verschiedene Arten der Berührung voneinander ab:

„Diesen Unterschied, dass du anpacken kannst, weil ich halt das Knie jetzt irgendwie festhalten muß, den Unterschenkel und Oberschenkel, um das Knie zu bewegen ... oder ich fasse mit einer anderen Intention an“ (I 8).

Bei anderen Berührungen wird der ganze Leib berührt, die ganze Person. Bei einem solchen wahrlich berührenden Hautkontakt geht die Wirkung über ein umgrenztes Gebiet unseres Körpers hinaus. Unser ganzer Leib ist durch eine solche Berührung verändert, entspannter oder erregter, mit einer emotionalen Reaktion und neuen Gedanken beschäftigt.

„Und ich glaub, dass sich Berührung verändert, durch das, wie du berührst, mit was für einem Gefühl du berührst, mit was für einer Absicht“ (I 21).

Die Differenzierung zwischen Leib und Körper ist wichtig bei der Betrachtung heutiger, sich dem Körper zuwendenden gesellschaftlichen Strömungen. Nicht immer ist der ganzheitliche Leib im Zentrum der Aufmerksamkeit. Fitneß, gesunde Ernährung, Schlankheit und Schönheit sind heute ausgesprochen 'in'. Damit ist jedoch nicht eine Hinwendung zum Leib mit all seinen Regungen und Empfindungen vollzogen, sondern der Körper wird zum Objekt der Manipulation zugunsten von Gesundheit und Schönheit. Herrschaft über den Körper wird so erneut konstituiert.

„Je deutlicher die Materialität als die Makellosigkeit des Körpers betont wird, desto mehr wird ... sein Gegenteil mit hervorgehoben, dass nämlich das Makellose nur aufgrund einer Beschneidung des Körpers möglich ist“ (BRONFEN 1998, 19).

In dem, was heute unter 'Körperkult' durch die Medien geistert, wird nicht der Leib in seiner Ganzheit, Gebundenheit, Vergänglichkeit und Endlichkeit anerkannt und gefeiert. Es ist der junge, sportliche, gesunde, der makellose Körper dem dieser Kult gilt⁴.

4 Da wir Alltagssprachlich diese Begriffe nicht so klar voneinander trennen und insofern auch in den Berührungsgeschichten keine solche Unterscheidung vorgenommen wird, ver-

3.2.4 Erkennende Berührung

Von den verschiedenen Wahrnehmungsweisen, die uns zur Verfügung stehen, ist Berührung die 'leiblichste'. Das, was wir sehen und hören können wir versuchen 'uns vom Leib zu halten', nicht aber das, was wir berühren oder was uns berührt. Annegret STOPCZYK (1998) beschreibt eine Übung, die sie im Rahmen eines philosophischen Seminars durchführte. Sie stellte die Aufgabe, einen kleinen Kieselstein *rein als Körper wahrzunehmen*. Die Seminarteilnehmenden fanden verschiedene Lösungen für das vorliegende Problem, sie haben den Stein genau vermessen, sie zeichneten ihn ab und versuchten die Farbschattierungen exakt wiederzugeben. Sie taten nur eins nicht, sie berührten ihn nicht. STOPCZYKS' Überlegungen in diesem Zusammenhang:

„Sie vermeiden die Berührung, denn in dem Moment, wenn die Finger den Stein berühren, ereignet sich etwas im 'Inneren' der Person, was mit dem härteren 'Äußeren' des Objekts zu tun hat. Es ist eine Empfindung entstanden. Unsere Haut empfindet rau, glatt, porös oder schwer und leicht. Was aber in der Haut macht es, dass diese Art von Wahrnehmung da ist? Ist es der Stein? Ist man es selber? Diese Empfindung ist den Objektforschenden suspekt und soll darum möglichst vermieden werden. Das Äußere soll rein als Äußeres zu erkennen sein. Es soll als 'Objekt' erkannt werden, als etwas was jenseits von unseren inneren leiblichen Formen existiert. Hier setzt die sogenannte 'Objekt-Subjekt-Trennung' ein“ (STOPCZYK 1998, 36).

Wir scheinen also im Laufe unserer Sozialisation und im Laufe der wissenschaftlichen Sozialisation gelernt zu haben, dass Berührung zu vermeiden ist. Dies dient nach STOPCZYK dazu, eine klare Trennung zwischen Subjekt und Objekt zu konstituieren und aufrechtzuerhalten. Den Versuch eine Distanz zum 'Objekt' der Forschung zu bewahren beschreibt für die Psychologie auch MUCKEL (1996):

„Nach meiner Einschätzung könnte ein Teil der Wissenschaftsgeschichtsschreibung der (Mainstream-)Psychologie als Geschichte der Entwicklung von immer mehr und immer anderen Distanzierungsinstrumenten konzipiert werden“ (MUCKEL 1996, 67).

wende ich im folgenden beide Begriffe (und auch 'körperlich' und 'leiblich'), ohne ihre Bedeutung immer eindeutig zu trennen.

Berührung eignet sich nicht als Distanzierungsinstrument und es wird häufig versucht, sie als 'Störungsmoment' zu eliminieren. Zur Illustration möchte ich einen Aspekt aus der Physik darstellen. Dort gibt es den Begriff der 'berührungslosen Schwingungsmessung'. Dabei wird die Schwingung einer Membran durch einen auf sie gerichteten Laserstrahl gemessen. Ältere Verfahren waren berührend, es wird jedoch verallgemeinernd davon ausgegangen, dass die Berührung das Meßergebnis beeinflusst und damit verfälscht. In den Geisteswissenschaften gibt es ähnliche Vermutungen. Wenn wir daran denken, dass der Begriff 'Berührung' auch metaphorisch verwendet wird, dann wird deutlich, dass Wissenschaft sich oft darum bemüht, nicht zu berühren und nicht berührt zu sein. Das Subjekt der Forschung, die Forscherin versucht, so unsichtbar wie möglich zu sein, um die eigene Existenz als Störungsfaktor zu minimieren. Laut DEVEREUX ist dies ein sinnloses Unterfangen, da eine Beeinflussung der Situation durch die Beobachterin nie ausgeschlossen werden kann. Er geht davon aus, dass eine Einbeziehung dieser Beeinflussungsfaktoren, die er mit Hilfe der psychoanalytischen Begriffe Übertragung und vor allem Gegenübertragung analysiert, außerordentlich fruchtbar wäre (vgl. DEVEREUX 1984/1967, MUCKEL 1996).

„Da die Existenz des Beobachters, seine Beobachtungstätigkeit und seine Ängste (sogar im Fall der Selbstbeobachtung) Verzerrungen hervorbringen, die sich sowohl technisch als auch logisch unmöglich ausschließen lassen,...muß jede taugliche verhaltenswissenschaftliche Methodologie diese Störungen als die signifikantesten und charakteristischsten Daten der Verhaltenswissenschaft behandeln und ... sich die aller Beobachtung inhärente Subjektivität als Königsweg zu einer eher authentischen als fiktiven Objektivität dienstbar machen“ (DEVEREUX 1984, 17-18).

Die Humanwissenschaften zeichnen sich aus durch die *unabdingbare Interaktivität* des Geschehens zwischen Subjekt und Objekt der Forschung, durch die Verbindung zu *alltagsweltlichen Zusammenhängen* der Beteiligten und durch die *prinzipielle Subjekt-Objekt-Strukturgleichheit* (vgl. BREUER 2000, 16-17). Das Objekt der Forschung ist also immer auch Subjekt. Nach BREUER legen diese Forschungsbedingungen eine Methodik nahe, die selbstreflexive und leib-/ körpernahe Konzeptionen der Erfahrungsgewinnung fokussiert und kultiviert (vgl. BREUER 2000, 17).

Berührt-Sein und persönliche Betroffenheit beeinträchtigen in der herkömmlichen Vorstellung die Objektivität der reinen Erkenntnis. Der Begriff der

Reinheit wird in diesem Zusammenhang oft verwendet. Was meint diese Reinheit, was könnte verunreinigen, welche 'Unreinheiten' versucht sich die Erkenntnis so vom Leib zu halten? Durch eine leibliche Berührung kann etwas übertragen werden; eine Bakterie, ein Schmutzpartikel, eine abgestorbene Hautschuppe finden ihren Weg zum Gegenüber. Auch dies ist Teil unserer Existenz. Wir sind Materie. Fraglich ist, ob das in irgendeiner Form unseren Wert, unsere Beziehung zur Welt und unsere Erkenntnis mindert. Menschen sind Menschen, weil sie denken und kreativ sind und unglaubliche Dinge erfinden, aber ebenso, weil sie schwitzen und stinken, weil sie krank sind und wieder gesund werden und letztlich sterben. Das mag der Grund sein, warum wir so sehr hoffen, dass die Erkenntnis und unsere Vernunft 'rein' und damit ewig, unverletzt und ganz sind, unbehelligt von dieser Gebundenheit und Endlichkeit.

Untersuchungen aus der Kognitionswissenschaft und der Entwicklungstheorie weisen darauf hin, dass Berührung tatsächlich eine der Grundbedingungen für geistige Erkenntnis ist, da sich auf der Basis dieses Sinnes weitere Strukturen bilden.

„Andererseits ist die visuelle Wahrnehmungs-Kausalität gekennzeichnet durch Stoß-, Widerstands-, Gewichtseindrücke u.s.w. (wenn sich das Quadrat B langsamer als A bewegt, erscheint es 'schwerer' und widerstrebender als bei gleicher Geschwindigkeit), die nichts eigentlich Visuelles an sich haben. In diesem Falle handelt es sich wie in vielen anderen um Eindrücke taktilo-kinästhetischer Wahrnehmungskausalität, ...[Diese] hängt vom ganzen Tun ab, denn die einzigen, durch das Gefühl erfahrenen Ursachen sind die Tätigkeiten des Stoßens u.s.w., die vom eigenen Körper ausgehen“ (PIAGET 1986, 44, Fußnote 4).

Auch JOHNSON (1987) geht davon aus, dass wir durch unseren Körper und durch körperliche Erfahrungen, die wir im Laufe unserer Entwicklung sammeln, Strukturen bilden, die Grundlage für weitere Erkenntnisse sind. Aus diesen Erfahrungen so JOHNSON, bilden wir sogenannte 'image schemata', die in der Folge auch abstrakten Lern- und Denkleistungen zugrunde liegen. MUCKEL (2000) erläutert dies am Beispiel der Vertikalität, die wir in vielen Tätigkeiten des Alltags als Struktur erfahren. Wir sehen sie an Bäumen, erleben sie beim eigenen Gehen oder wenn wir etwas fallen lassen. Diese Vertikalität wird bildhaft zum Symbol für die abstrakte Größe einer Menge. Preise gehen nach 'oben', ebenso wie die Anzahl der Arbeitslosen und die

gemessene Temperatur. So wird in diesem Beispiel die leibhaft erfahrene Struktur zu einer Grundlage für das Erkennen abstrakter Beziehungen und Zusammenhänge.

HEROLD (1992) beschreibt Entwicklungsschritte, die auf der Basis der Hautwahrnehmungen durchlaufen werden. Sie kritisiert, dass in diesem Zusammenhang häufig ausschließlich die kognitive Entwicklung fokussiert wird und der emotionale Aspekt vernachlässigt wird.

„Rhythmus, Bewegung, aber auch Ausdehnung und Abgrenzung, Fühlen von Druck und Räumlichkeit, Temperatur und Konsistenz der Umgebung gehören dabei zu den grundsätzlichen Erfahrungen, die in Entwicklungsschritten verinnerlicht werden. Piaget z.B. zieht, vom Anfassen, Greifen ausgehend Schlüsse hinsichtlich des (geistigen) Begreifens; bezeichnenderweise verfolgt er jedoch die mindestens ebenso wichtige Komponente dieser taktilen Entwicklung nicht gleichermaßen intensiv, nämlich vom Befühlen hin zum (emotionalen) Fühlen“ (HEROLD 1992, 243).

Die leiblichen Aspekte unserer Erkenntnis finden nur allzu selten unsere Aufmerksamkeit. Wir haben gelernt, dass unser Körper etwas ist, was das Denken stört. In unserer Kultur wurden Bilder geprägt, in denen wahrhaft große Denker asketisch in ihrem Kämmerlein sitzen und sich durch die Regungen ihres Leibes nicht von ihrer als rein geistig verstandenen Erkenntnis ablenken lassen. Wir müssen vielleicht wieder neu lernen, dass eben diese Regungen unseres Leibes ganz neue Erkenntnisse ermöglichen und dass auch die Berührung, uns selbst berühren, andere berühren, berührt werden und berührt sein, in diesen Prozeß einbezogen werden sollte.

„Ich weiß nicht, ob diese Welt einen Sinn hat, der über mich hinausgeht. Aber ich weiß, dass ich diesen Sinn nicht kenne und dass ich ihn zunächst unmöglich erkennen kann. Was bedeutet mir ein Sinn, der außerhalb meiner Situation liegt? Ich kann nur innerhalb menschlicher Grenzen etwas begreifen. Was ich berühre, was mir Widerstand leistet – das begreife ich“ (CAMUS 1959, 47).

Wie auch im Zusammenhang mit der Wahrnehmung deutlich wird, ermöglichen Nähe und Distanz unterschiedliche Erkenntnisse, die einander zu ergänzen in der Lage sind. Ich vermute, dass wir weder auf die Nähe, noch auf die Distanz verzichten können, wenn wir erkennen wollen. So sollte auch die Wissenschaft und vor allem die Psychologie Erkenntnisse in ihre Wis-

sensstrukturen einbeziehen, die auf Berührung und allgemein auf Körper rückführbar sind. (Psychologische) Forschungsmethoden müssen vermehrt reflektiert werden, um auch das zu erkennen, was mit ihrer Hilfe bisher ausgeblendet wurde (vgl. DEVEREUX 1984).

„Wahrnehmung findet also immer im Jetzt statt; Wahrnehmung ist synonym für die Existenz der Dinge oder das Sein“ (EISLER 1991, 92).

4 Wahrnehmung und Verarbeitung von Berührung

Was geschieht, wenn wir berühren oder berührt werden? Wir spüren etwas, wir reagieren, Gefühle und Stimmungen entstehen, verändern oder bestätigen sich, die Einschätzung einer Person oder einer Situation wird beeinflusst. Dies erfolgt unter Umständen, ohne dass die Berührung in unser Bewußtsein vordringt, und dennoch hat sie Spuren hinterlassen. Wir haben den Kontakt wahrgenommen, unser Gehirn registriert Struktur, Temperatur und Beschaffenheit dessen, was wir berührt haben oder was uns berührt hat. Es entsteht ein hochdifferenzierter ‘Ein-druck’, den wir mehr oder weniger bewußt und lange erinnern. Je nachdem, an welchem Körperteil die taktile Wahrnehmung stattfindet, wird diese Analyse genaue oder weniger genaue Informationen ermitteln.

Die Wahrnehmung sinnlicher Eindrücke und deren zentrale Verarbeitung ist in ihrer Komplexität und Vernetztheit nach wie vor nur teilweise durch wissenschaftliche Erkenntnisse erschlossen. Die zunehmende Entdeckung kognitiver und physiologischer Zusammenhänge kann bisher nur bruchstückhaft das wundervolle und alltägliche Funktionieren unserer Wahrnehmung erhellten.

Wahrnehmung ermöglicht uns eine Orientierung und ein Handeln in unserer Umwelt. Dazu ist es notwendig, verschiedene auf uns einströmende Reize aufzunehmen, zu verarbeiten und zu bewerten. Untersuchungen und Theorien im Bereich der Wahrnehmungspsychologie konzentrieren sich zumeist auf visuelle und akustische Wahrnehmung. Dennoch lassen sich einige dieser allgemeinen Erkenntnisse auch auf Berührungswahrnehmung beziehen. So läßt sich der Prozeß der sinnlichen Erkenntnis aufteilen in drei Aspekte. Diese drei verschiedenen Schritte lassen sich nicht exakt trennen, denn die Übergänge sind oftmals fließend.

- (1) An erster Stelle steht die sensorische Empfindung. Reize, die ihrerseits physikalische Energie sind, werden von den entsprechenden Sinnesorganen und Rezeptoren aufgenommen und in neurale Energie umgewandelt. Der mechanische Druck, den eine Hand auf die Haut unseres Armes ausübt, bewirkt elektrische Impulse der Nervenzellen, die an das Gehirn weitergeleitet werden. Dabei findet eine erste Unterscheidung nach einfachen Reizmerkmalen und bereits eine Auswahl statt.
- (2) Der zweite Prozeß ist der der Organisation. Die Reize werden klassifiziert und strukturiert, und so entsteht eine innere Repräsentation des Wahrgenommenen. Ziel dieses Prozesses ist die Prägnanzbildung, bestimmte bedeutsame Eigenschaften eines Objektes werden betont, wie zum Beispiel seine Kontur oder seine Zusammengehörigkeit zu anderen Objekten. Stärke und Ausbreitung des Druckes auf der Haut werden gemeinsam analysiert mit der gleichzeitig wahrgenommenen Wärme und dem Druck, den die Nerven im darunterliegenden Muskel registrieren.
- (3) Der dritte Schritt ist der der Klassifikation oder Interpretation. Eigenschaften, Bedeutung und Funktion des Wahrgenommenen werden analysiert und mit bisherigen Erfahrungen und aktuellen Bedürfnissen verglichen. Wir erkennen die Berührung einer Hand und verstehen die Art der Berührung als eine freundschaftliche, die als ein 'Aufmerksam-Machen' und als eine Begrüßung zu verstehen ist. Hierbei werden natürlich auch Informationen anderer Sinnessysteme integriert.

4.1 Die Haut

Die Haut ist ein lebenswichtiges Organ unseres Körpers. Mit ihr berühren wir und an ihr werden wir berührt, sie umhüllt uns, sie grenzt uns nach außen ab, sie ist fest und elastisch, weich und hart, feucht und trocken, und sie erneuert sich ständig.

„Sie ist das schwerste Organ des menschlichen Körpers, und wenn auch nicht das größte Organ (die Oberfläche des Verdauungstraktes oder der Lungenalveolen ist größer als die der Haut), so doch mit Sicherheit das auffälligste“ (GOLDSTEIN 1997, 432).

4.1.1 Aufbau der Haut

Die Haut (Cutis, Dermis) hat beim erwachsenen Menschen eine Fläche von etwa 2m², wiegt 3 kg und ist je nach Körperregion zwischen 1,5 und 4 mm

dick (FRITSCH 1994). Sie läßt sich grob aufteilen in Oberhaut (Epidermis) und Lederhaut (Dermis). Darunter liegt das Unterhautgewebe (Hypodermis, Subcutis), das im engeren Sinne nicht mehr als zur Haut gehörend betrachtet wird. Sogenannte Anhangsorgane der Haut sind: Haare, Finger- und Fußnägel, Schweiß- und Talgdrüsen.

In der Oberhaut befinden sich keine Blutgefäße, sie wird durch Diffusion¹ von der Lederhaut ernährt. Die Oberhaut entsteht dadurch, dass ständig Zellen in ihrer Keimschicht gebildet werden, die durch nachfolgend entstehende Zellen langsam zur Hautoberfläche transportiert werden. Dabei wandeln sie sich in Horn um, sterben ab, und werden schließlich als feine Schuppen abgestoßen. Dieser Erneuerungsprozeß findet ständig statt, und der Zeitraum von der Neubildung einer Zelle bis zu ihrem Abstoßen an der Hautoberfläche beträgt etwa drei bis vier Wochen. An stark beanspruchten Hautstellen (z.B. Händen und Füßen) bildet sich die Hornschicht verstärkt aus.

Die Lederhaut hat gewöhnlich eine Dicke von ein bis zwei Millimetern, sie besteht aus Bindegewebe und enthält außerdem Nerven, Blut- und Lymphgefäße. Zwei Schichten lassen sich unterteilen. Zum einen die Papillarkörper, sie sind mit der darüberliegenden Oberhaut durch Bindegewebszapfen verzahnt. Die Papillen erscheinen auf der Hautoberfläche als feine Rillen, die besonders an Handflächen und Fußsohlen ausgeprägt sind und die typischen Fingerabdrücke bilden. Die darunterliegende Netzschicht ist eine Bindegewebsschicht, die größere Nerven, Blut- und Lymphgefäße, Haarfollikel und Talgdrüsen enthält.

Das Unterhautgewebe besteht aus Fettzellen, die der Wärmeisolierung, der Nahrungsreserve und der Polsterung dienen und enthält darüberhinaus viele Blutgefäße und Nerven. Der Übergang zwischen Lederhaut und Unterhaut ist fließend; an das Unterhautgewebe anschließend finden sich Muskeln, Knochen, Knorpel oder ein sonstiges Organ.

An dieser unserer Oberfläche passiert die Berührung. Zwei Oberflächen berühren sich und treten so in Kontakt und Austausch.

1 Diffusion ist ein Prozeß, bei dem sich ein oder mehrere Stoffe durch ein Konzentrationsgefälle ausbreiten, so lange, bis ein Konzentrationsausgleich erreicht ist. Dies geschieht beispielsweise bei der Durchmischung zweier Flüssigkeiten, aber auch an vielen Orten im menschlichen Körper, zum Beispiel beim Gasaustausch in den Lungenalveolen (Lungenbläschen).

4.1.2 Funktionen der Haut

Die Haut erfüllt verschiedene Funktionen. Sie bietet Schutz vor äußeren Reizen, seien sie thermisch (Wärme und Kälte), mechanisch oder chemisch, sie schützt vor Sonneneinstrahlung und verhindert das Eindringen von körperfremden Erregern und Krankheitskeimen. Die Haut hat auch eine Transportfunktion. Sie transportiert Hormone, Gifte, Stoffwechselprodukte, Zellen, Abwehrstoffe, Enzyme², in den Körper hinein oder aus ihm heraus. Außerdem ist sie beteiligt an der Regulation des Wärmehaushaltes (durch Haare, Fettschicht, Kühlungs-system des Blutkreislaufes und Schweißdrüsen), an der Regulation des Wasser- und Elektrolythaushaltes³, und sie verhindert ein Austrocknen des Körpers. Sie spielt eine wichtige Rolle im Kontakt mit anderen Menschen und bei der Sexualität. Die Haut ist ein Sinnesorgan. Über sie nehmen wir Berührungen, Wärme, Kälte, Schmerz, Druck und die verschiedensten Variationen dieser Empfindungen wahr, und auch in dieser Funktion ist die Haut unersetzlich für uns Menschen.

„Zahlreiche Eigenschaften von Gegenständen können nur über die Hautsinne, nicht aber über Hören und Sehen erkundet werden; dies gilt besonders für Eigenschaften wie Gewicht, Temperatur, Härte, Rauigkeit, Feuchtigkeit, Klebrigkeit und Elastizität“ (FRUHSTORFER 1996, 546).

Die Haut ist in der menschlichen Entwicklung das erste funktionierende Sinnesorgan. Taktile Reize nimmt ein menschlicher Embryo ab dem zweiten Monat wahr⁴. So spürt das ungeborene Kind den ständigen Druck der sich immer stärker weitenden Gebärmutter, und Berührungen des Bauches der Mutter von außen werden ebenso mitempfunden wie viele Bewegungen der Mutter. Das Kind ist in ständigem Kontakt. Im Verlaufe der Geburt werden diese Berührungswahrnehmungen extrem verstärkt und der beim Menschen vergleichsweise lang andauernde Geburtsvorgang ist ein sehr intensives Berührungserlebnis. MONTAGU (1974) geht davon aus, dass die lange Dauer des Geburtsvorgangs beim Menschen eine wichtige Funktion hat. Ebenso

-
- 2 Enzyme sind Eiweiße (Proteine), die jeweils spezifische chemische Reaktionen im Organismus beschleunigen.
 - 3 Elektrolyte sind chemische Verbindungen, Säuren, Basen und Salze, die in wässriger Lösung in Ionen (elektrisch geladene Teilchen) zerfallen; der Begriff Elektrolythaushalt bezeichnet die Regulation von Bestand und Verteilung der Elektrolyte im Körper.
 - 4 Geschmackswahrnehmung ab dem dritten Monat, Geruch ab dem fünften, Hören ab dem sechsten und Sehen ab dem neunten Monat (vgl. HEROLD 1992, 245).

wie der bei Säugetieren vorhandene Instinkt des Ableckens von Neugeborenen diene der Geburstvorgang dazu, lebenswichtige Funktionen in Gang zu bringen, darunter das gastrointestinale und urogenitale System (Verdauung und Ausscheidung) und teilweise das respiratorische (Atmung). Diese Stimulationen der Haut sind nach MONTAGU damit unerlässlich für das Überleben des Neugeborenen und sind beim Menschen durch die langen Geburtswehen und die Kontraktionen des Uterus gesichert. Auch nach der Geburt sind Berührungswahrnehmungen eine wichtige Informationsquelle für das neugeborene Kind.

„Die Haut mit ihrer sensorischen Innervation erlangt bereits während der Embryonalzeit als unser erstes Sinnesorgan seine Funktionsfähigkeit. Das Sensorium der Mundregion läßt das Neugeborene die mütterliche Brust finden und löst den Saugreflex aus. Die postnatale Erkundung der Umwelt mit Hand und Mund erzeugt die ersten Eindrücke der begreifbaren Umwelt in unserem Gehirn“ (ZIMMERMANN 1995, 216).

4.2 Das haptisch-somatische System

Das haptisch-somatische Sinnessystem umfaßt die Wahrnehmungsfunktionen der Hautsinne und der Haltungssinne.

EXKURS: Reizaufnahme und Erregungsleitung, einige Grundprinzipien und zentrale Begriffe

In den verschiedenen Sinnessystemen, mit denen wir unsere Umwelt wahrnehmen, gibt es *Rezeptoren* unterschiedlicher Art und Struktur, die darauf spezialisiert sind, bestimmte Reize wahrzunehmen. Ein *adäquater Reiz* ist ein Reiz, auf den der Rezeptor optimal reagiert, auf den er schon bei leichter Reizung anspricht. Dies kann zum Beispiel bei einem Rezeptor in der Netzhaut (Retina) des Auges Licht einer bestimmten Wellenlänge sein oder bei einem Thermorezeptor der Haut Wärme. Der Rezeptor wird reagieren, wenn der Reiz stark genug ist und die *Wahrnehmungsschwelle* überschreitet. Dann bildet der Rezeptor ein *Aktionspotential*, dies ist ein elektrischer Impuls, der über eine Nervenzelle, ein *Neuron* weitergeleitet wird. Lange wurde davon ausgegangen, dass für ein Aktionspotential die 'Alles-oder-Nichts-Regel' gilt. Das heißt, es wurde vermutet, dass ein Reiz, der die Wahrnehmungsschwelle überschreitet, ein Aktionspotential auslöst, das immer in genau gleicher Weise abläuft, mit genau der gleichen Höhe und Dauer des elektrischen Impulses. Das wird von heutigen Forschungsergebnissen zunehmend

in Frage gestellt. Dennoch wird die *Intensität* einer Reizung vor allem durch die *Frequenz* der Aktionspotentiale vermittelt. Die Verbindungen zwischen zwei Neuronen oder zwischen einem Neuron und einer anderen Zelle heißen *Synapsen*. Die verschiedenen Rezeptoren und Nervenzellen sind auf verschiedene Weisen miteinander vernetzt und verbunden. Einige Neuronen hemmen bei einer Aktivierung andere, benachbarte Neurone, manche verstärken sich gegenseitig. Im visuellen System beispielsweise führen Prozesse der Hemmung und gegenseitigen Verstärkung zu einer sogenannten *Konturverstärkung*. Diese dient dazu, dass wir die Konturen und Ränder der Gegenstände und Personen unserer Umwelt besonders deutlich sehen, was ein Erkennen der Strukturen erleichtert. Es gibt einige Wechselwirkungen solcher und anderer Art, die in ihrer Funktion für die Wahrnehmung noch ungeklärt sind.

Mit den verschiedenen Rezeptoren sind Nervenfasern verbunden, die ebenfalls unterschiedlich sind in ihrer Art und Struktur. Eine wichtige Eigenschaft der Neuronen ist ihre Art zu adaptieren. *Adaptation* ist zu übersetzen mit Anpassung oder Gewöhnung. Der Geruchssinn beispielsweise ist dafür bekannt, dass er relativ schnell adaptiert. Dies führt dazu, dass, wenn wir uns länger in einem Raum aufhalten, wir den Geruch, der uns beim Betreten des Raumes auffiel, nach einiger Zeit nicht mehr bemerken. Wir können ihn auch dann nicht mehr wahrnehmen, wenn wir bewußt versuchen, unsere Aufmerksamkeit darauf zu lenken. Auch die Thermosensoren unserer Haut 'gewöhnen' sich an eine Temperaturänderung, wenn sie in einem bestimmten Rahmen stattfindet. Nachdem Warmrezeptoren bei einer leichten Erwärmung der Haut anfänglich reagieren und diese Information an das Gehirn weitergeben, werden sie ihre Aktivität einstellen, wenn die Erwärmung gering ist und die Temperatur nicht so hoch ist, dass sie schädigend sein könnte.

Neuronen haben *rezeptive Felder* unterschiedlicher Größe. Neuronen haben die Aufgabe die Informationen (elektrische Erregung) aus den Rezeptoren weiterzuleiten. Sie erhalten ihre Informationen aus einem unterschiedlich großen Bereich des Sinnesorgans, dies wird rezeptives Feld genannt. Bei den Neuronen der Haut, die Druckreize weiterleiten, gibt es solche, die ein kleines rezeptives Feld haben und somit punktuelle Druckreize optimal weiterleiten, während Neuronen mit großen rezeptiven Feldern besser auf eine Dehnung der Haut ansprechen (s.u.).

4.2.1 Propriozeption (Wahrnehmungen aus dem Bewegungssystem)

Wahrnehmungen aus dem Bewegungssystem werden auch als Tiefensensibilität oder Propriozeption bezeichnet (zum Teil auch kinästhetische Wahrnehmung – Wahrnehmung der Bewegung). Es lassen sich unterscheiden: Stellungssinn (Stellung der Körperteile zueinander), Bewegungssinn (Wahrnehmung von Bewegungen) und Kraftsinn (Wahrnehmung der Kraft, die für eine Bewegung notwendig ist). Der Stellungssinn ist sehr genau und adaptiert fast nicht, so können wir uns die Position unseres Körpers fast immer bewußt machen. Schnelle, reflektorische Bewegungen, wie zum Beispiel das Schlagen nach einer Mücke auf unserem Körper, machen deutlich, wie präzise Stellung- und Bewegungssinn zusammenarbeiten, denn auch ohne visuelle Kontrolle können solche Bewegungen sehr genau ausgeführt werden.

Die Stellung der Gelenke wird durch Mechanorezeptoren (auf Druck reagierende Rezeptoren) in der Gelenkkapsel und in der Haut, durch Längen- und Spannungsdetektoren der Muskeln und durch das Gleichgewichtsorgan (Vestibularorgan im Innenohr) übermittelt. Die verschiedenen Rezeptoren in den Gelenken haben unterschiedliche Funktionen. Es gibt schnell adaptierende Neurone, die auf eine Bewegung in eine bestimmte Richtung ansprechen, je größer die Geschwindigkeit der Bewegung, desto stärker die Reaktion. Eine zweite Gruppe von Rezeptoren adaptiert langsam und reagiert bei Bewegung und Haltung in einer bestimmten Position, je extremer die Beugung beziehungsweise Streckung des Gelenkes, umso stärker die Reaktion dieser Rezeptoren. Die letzte Gruppe wird als Stellungsneurone bezeichnet, weil sie nicht bei einer Bewegung, sondern bei einer eingenommenen Stellung Impulse sendet. Die einzelnen Mechanorezeptoren eines Gelenkes sind nur in einem kleinen Bereich der gesamten Bewegungsmöglichkeiten aktiv, und die Information über die Stellung des Gelenkes ergibt sich aus den Aktivitätsmustern aller Rezeptoren in der Gelenkkapsel. Außerdem vermitteln auch die langsam adaptierenden Mechanorezeptoren der Haut (s.u.) Informationen über die Stellung eines Gelenkes. Rezeptoren in den Muskelspindeln registrieren die Dehnung eines Muskels und liefern so Informationen über dessen Länge und damit über die Körperstellung. Das Vestibularorgan (Gleichgewichtsorgan) informiert über die Stellung des Körpers im Raum, im Verhältnis zur Schwerkraft. Zur Propriozeption werden somit alle verfügbaren neuronalen Informationen genutzt und integriert.

Auch Berührungen werden zum Teil über das propriozeptive System wahrgenommen. Festere Berührungen – wie bei manchen Massagetechniken oder

Druck, wie beim Shiatsu oder in der Akupressur – regen auch die Propriozeption an. Außerdem spielt Propriozeption eine wichtige Rolle bei aktivem Berühren und Ertasten (s.u.). Informationen aus verschiedenen Quellen werden bei der Propriozeption zusammengefügt und gemeinsam analysiert.⁵

Die Propriozeption spielt eine zentrale Rolle bei der Wahrnehmung des eigenen Körpers, bei der Entwicklung eines Körperbildes oder Körperschemas. Sie vermittelt uns unsere Stellung im Raum und ist insofern zentral für die Beziehung zur Außenwelt. Welch eine einschneidende Bedeutung Störung oder gar Ausfall propriozeptiver Wahrnehmung für einen Menschen haben, wird sehr eindrücklich von SACKS (1985, 69-83) beschrieben.

„Sie [die Patientin] hat mit ihrer Eigenwahrnehmung auch die grundlegende, organische Verankerung der Identität verloren – jedenfalls die der körperlichen Identität“ (SACKS 1985, 80).

4.2.2 Somatosensorische Wahrnehmung (Wahrnehmungen über die Haut)

Die Wahrnehmungen über die Haut sind in verschiedene Gruppen zu unterteilen: Tastsinn (taktile Wahrnehmung), Temperatursinn und Schmerz. Diese drei Sinne sind unabhängig voneinander. Viele Rezeptoren haben eine auf eine Reizform begrenzte Empfindlichkeit (adäquater Reiz), andere sind für verschiedene Arten von Reizen sensibel (polymodale Rezeptoren). Niederschwellige und hochschwellige Rezeptoren unterscheiden sich in dem Grad ihrer Empfindlichkeit. Hochschwellige Rezeptoren, die nur auf schädigende Reize ansprechen, werden auch als Nozizeptoren (Schmerzrezeptoren) bezeichnet. Die Reizstärke wird nicht nur durch die Aktivität eines Rezeptors übermittelt, sondern auch durch die Anzahl der aktivierten Rezeptoren, denn ein starker Reiz breitet sich weiter im Gewebe aus und läßt so eine größere Anzahl Rezeptoren aktiv werden.

4.2.2.1 Der Temperatursinn (Thermorezeption)

Temperaturempfindlichkeit ist nicht gleichmäßig über die Haut verteilt. Es lassen sich voneinander getrennte Warm- und Kaltpunkte unterscheiden, die

5 Unerwähnt bleibt hier der im Bewegungssystem wahrgenommene Tiefenschmerz, mit unterschiedlichen Ursachen und Schmerzqualitäten, über dessen Rezeptorstrukturen bisher recht wenig bekannt ist (FRUHSTORFER 1996, 554).

umgeben sind von relativ unempfindlichen Zonen. Die größte Dichte von Thermorezeptoren befindet sich in der Gesichtsregion. Änderungen der Hauttemperatur werden dem Gehirn über diese Warm- und Kaltrezeptoren mitgeteilt. Bei normalen Hauttemperaturen sind Kaltrezeptoren langsam spontanaktiv, bei einer Kühlung nimmt die Impulsfrequenz zu, aber im Verlauf weniger Minuten adaptiert der Rezeptor wieder. Die Stärke der Reaktion hängt auch von der Schnelligkeit der Temperaturänderung ab.

Die Kaltrezeptoren sind am empfindlichsten bei normalen Hauttemperaturen um 30°C. Sie vermitteln weniger Informationen über absolute Temperaturen, sondern vor allem über Geschwindigkeit und Ausmaß einer Abkühlung. Einige Kaltrezeptoren sind bei schneller Erhitzung der Haut bei über 45°C erneut aktiv. Dies ist wahrscheinlich der Grund für paradoxe Kaltempfindungen. Warmrezeptoren sind im Bereich von 30°-45°C spontan aktiv und reagieren bei Erwärmung mit Frequenzzunahme, bei Abkühlung erzeugen sie keine Impulse. Auch sie adaptieren sehr schnell. Bei ungefähr 45°C kommt es zu einer schmerzhaften Hitzeempfindung, Kälteschmerz beginnt bei etwa 17°C.

Unterschieden werden dynamische und statische Temperaturempfindungen. Statische Temperaturempfindung: Im Bereich der normalen Hauttemperatur findet bei länger andauernder, mittel- bis großflächiger Reizung eine Adaptation statt, und es besteht weder eine Warm- noch eine Kaltempfindung (Zone der Indifferenztemperatur, etwa 31°C – 36°C bei einer Hautfläche von 15 cm²). Außerhalb dieser Indifferenztemperatur kommt es zu fortdauernden Warm- bzw. Kaltempfindungen.

Dynamische Temperaturempfindung: Die Temperaturempfindung ist abhängig von der Geschwindigkeit der Temperaturänderung und der Größe der gereizten Fläche. Je schneller und je großflächiger die Veränderung, desto geringer muß die Temperaturänderung sein, um die Wahrnehmungsschwelle zu überschreiten. Die Temperaturempfindung hängt auch ab von der Ausgangstemperatur. Ist die Hauttemperatur zu Beginn niedrig, so ist die Schwelle für eine Warmempfindung hoch, die für eine Kaltempfindung wesentlich niedriger. Bei steigender Hauttemperatur nehmen die Warm-schwellen ab und die Kaltschwellen zu. Das heißt also, dass bei großer Hitze eine weitere Erwärmung schneller wahrgenommen wird.

Neben der bewußten Wahrnehmung spielt die Thermorezeption auch eine Rolle bei der Regulation der Körpertemperatur, die in der Regel unbemerkt abläuft.

‘Wärme’ und ‘Kälte’ sind sowohl als Empfindungen und auch als metaphorisch benutzte Begriffe von großer emotionaler Bedeutung. Menschen können warmherzig oder kaltschnäuzig sein. Emotionale Wärme vermitteln uns Menschen, bei denen wir uns geborgen, sicher und aufgehoben fühlen. Wärme kann auch zu Hitze werden und sich zum Feuer der Leidenschaft entzünden, Kälte hingegen erscheint leblos, emotionslos (gefühlskalt) und unter Umständen gefährlich.

„Das Abhorchen mit einem kalten Stethoskop sagt mir etwas über die Behandlungsart des Arztes oder der Ärztin. Es gibt ÄrztInnen, die das Stethoskop anwärmen, genau wie die Spekula beim Gynäkologen. Zwischen diesen Ärztinnen, die das taten und mir entstand sozusagen eine Wärmebrücke“ (G14).

„Ihre Hand zwischen meinen Händen war jetzt so kalt wie Eis. Ich fing sie zu reiben an, wie man im Winter die Hände von Kindern reibt. Doch meine eigenen Hände waren zu kalt um die ihren zu wärmen“ (SEGHERS 1963, 149).

4.2.2.2 Die Schmerz Wahrnehmung (Nozizeption)

Die Haut als unsere Schutzhülle ist sehr schmerzempfindlich, was uns hilft, eine Schädigung frühzeitig zu bemerken und so lebenswichtig ist. Schmerzrezeptoren sind etwa genau so häufig, wie alle anderen Rezeptoren der Haut zusammen, auch das zeigt ihre große Bedeutung (FRUHSTORFER 1996, 548). Die vergleichsweise hohe Schmerzempfindlichkeit ist auf Epidermis (Oberhaut) und Dermis (Lederhaut) beschränkt, wohingegen das subkutane Fettgewebe eher unempfindlich ist. Nozizeptoren reagieren auf eine drohende oder bereits eingetretene Schädigung der Haut, sie sind nicht spontan aktiv. Neben mechanischen Reizen können auch starke thermische und chemische Reize, sowie Folgen von Verletzungen (Entzündungen) eine Schmerz Wahrnehmung hervorrufen. Nach mehrfacher schädigender Reizung oder in entzündetem Gewebe erhöht sich die Empfindlichkeit (Sensibilisierung), die Rezeptoren reagieren dann auch auf nichtnoxische Reize und werden spontan aktiv.

Es gibt Reize, die trotz ihrer bei langer Einwirkung schädigenden Folgen nicht wahrgenommen werden können, zum Beispiel ultraviolette und radioaktive Strahlung.

Alle Nozizeptoren adaptieren langsam bei überschwelliger, aber nicht schädigender Reizung; es findet dann keine bewußte Schmerzempfindung mehr statt. Die Aktivität der Nozizeptoren erklärt die Schmerzempfindung nicht vollständig, emotionale und kognitive Faktoren spielen ebenfalls eine große Rolle.

4.2.2.3 Der Tastsinn (Mechanorezeption)

Durch den Tastsinn werden verschiedene Reize und Empfindungen übermittelt. Leichte, bewegte Reizung erzeugt Kitzel. Dieser hat eine starke Weckwirkung, was darauf zurückgeführt wird, dass er dazu dient, uns auf Hautkontakte auch von sehr kleinen Insekten aufmerksam zu machen, und so löst Kitzel oft Abwehrbewegungen aus (vgl. FRUHSTORFER 1996, 547-548). Berührungsempfindungen werden ebenfalls durch leichte, bewegte, mechanische Reizungen ausgelöst und ermöglichen als aktives Ertasten das Erkennen von Form und Oberflächenstruktur z.B. eines Gegenstandes. Mechanische Schwingungen führen zu einer Vibrationsempfindung, gleichmäßiger Druck zu einer Druckempfindung, Dehnung der Haut zu einer Spannungsempfindung. Die letzten beiden können bei einer Steigerung der Intensität in eine Schmerzempfindung übergehen.

Die taktile Empfindlichkeit ist in unterschiedlichen Regionen des Körpers verschieden stark ausgeprägt. Die Druckschwellen (Wahrnehmungsschwelle für punktförmige Berührungsreize), Vibrationsschwellen (Wahrnehmungsschwelle für Vibrationsreize) und die Zweipunktschwellen (der kleinste räumliche oder zeitliche Abstand von zwei gleichzeitig dargebotenen und gerade noch als getrennt wahrnehmbaren punktförmigen Berührungen) sind im Bereich des Mundes, der Zungenspitze und der Fingerspitzen am niedrigsten. Diese Fähigkeiten werden als diskriminative taktile Funktionen oder taktiler Auflösungsvermögen zusammengefaßt. Voraussetzung dafür ist eine hohe Rezeptorendichte.

Ebenso wie in anderen Sinnesorganen, lassen sich auch in der Haut verschiedene Rezeptoren mit zugehörigen Nervenfasern unterscheiden, die eine unterschiedliche Struktur und unterschiedliche Funktionen haben. Ich werde vor allem auf die Rezeptorstrukturen in der unbehaarten Haut eingehen, denn gerade die empfindsamsten Stellen der Haut sind unbehaart (Fingerspitzen, Lippen).

Intensitätsdetektoren zeigen die Intensität eines Hautreizes an. Das heißt, sie senden bei einem langandauernden Hautreiz ständig Aktionspotentiale und bei größerer Intensität des Hautreizes steigt die Frequenz der Aktionspotentiale. Sie werden als SA-I und SA-II Sensoren bezeichnet. SA steht für slowly adapting, d.h. langsam adaptierend, da diese Sensoren, auch wenn der Reiz konstant in der Druckstärke ist, ständig entsprechende Informationen weiterleiten. Merkelzellen, Haarscheiben und Ruffini-Körperchen sind die zugehörigen Rezeptorstrukturen. Merkelzellen sind scheibenförmige Rezeptoren, die in der Epidermis, nahe der Grenze zur Dermis liegen. Ihre Neuronen haben ein kleines rezeptives Feld und reagieren optimal auf Druckreize. Ruffini-Körperchen befinden sich in der Dermis und es handelt sich um vielfach verzweigte Nervenfasern, die von einer zylinderförmigen Kapsel umschlossen sind. Ihre Nervenfasern haben ein großes rezeptives Feld und reagieren so vor allem auf Dehnung der Haut und Bewegung der Gelenke.

Geschwindigkeitsdetektoren erzeugen Aktionspotentiale während der Änderung eines Hautreizes, bei gleichbleibender Reizung senden sie keine Impulse. RA Sensoren sind schnell adaptierend (rapidly adapting). Die Rezeptorstrukturen sind Meißner-Körperchen und Haarfollikelrezeptoren. Meißner-Körperchen befinden sich unmittelbar unter der Epidermis, sie bestehen aus Stapeln abgeflachter Zellen, zwischen denen sich jeweils eine Nervenzelle durchwindet. Ihre Nervenfasern sind schnell adaptierend. Sie haben ein kleines rezeptives Feld und reagieren optimal auf kurze Druckreize (z.B. Antippen).

Rezeptorstruktur	Art d. Faser	Größe d. rezeptiv. Feldes	Lage	Optimale Frequenz	Optimaler Reiz	Wahrnehmung
Merkel-Zellen	SA I	Klein	Epidermis, nahe d. Dermis	0,3-3 Hz	Druck	Druck
Meissner-Körperchen	RA	Klein	Dermis, nahe d. Epidermis	3-40 Hz	Antippen d. Haut	Zittern
Ruffini-Körperchen	SA II	Groß	Dermis	15-400 Hz	Dehnung d. Haut o. Bewegung d. Gelenke	Summen
Pacini-Körperchen	PC	Groß	Dermis und Unterhaut	10>500 Hz	Schnelle Vibration	Vibration

(Vgl. GOLDSTEIN 1997, 436 & 437)

Beschleunigungsdetektoren sind sehr schnell adaptierend und reagieren auf die Beschleunigung eines Reizes. Ein kontinuierlich ansteigender Reiz würde hier keine Reaktion hervorrufen, wohl aber eine Änderung der Beschleunigung, beispielsweise eine Zunahme der Intensitätssteigerung, eine Senkung der Intensität oder ein plötzliches Verharren auf gleichem Niveau. ‘PC Sensoren’ sind nach ihren Rezeptoren, den Pacini-Körperchen (Pacini corpuscle) benannt. Pacini-Körperchen sitzen in der Dermis, sind aber auch an anderen Stellen des Körpers zu finden, in Gelenken und inneren Organen. Jede Nervenfasern wird umgeben von in Schichten unterteilten, zwiebelähnlichen Kapseln. Pacini-Körperchen haben ein großes rezeptives Feld und reagieren vor allem auf Vibrationsreize.

Die verschiedenen Rezeptoren reagieren abhängig von der Frequenz des dargebotenen Reizes. Spezifische Hautempfindungen werden durch spezifische Rezeptoren vermittelt, und die höhere Impulsfrequenz eines Rezeptors bedeutet eine höhere Intensität der Reaktion, nicht eine veränderte Qualität. Die verschiedenen Sensoren kodieren also unterschiedliche Aspekte eines Hautreizes. Natürliche Empfindungen aktivieren nicht nur einen einzelnen Rezeptor und auch nur selten einen einzelnen Rezeptortyp, sie kommen in der Regel durch das Zusammenspiel der verschiedenen Rezeptortypen zustande. Bei komplexen Reizen, z.B. beim Ertasten eines Gegenstandes oder beim Umarmen einer Freundin, werden alle vier Sensorenarten erregt und meist auch Sensoren aus anderen Sinnessystemen. Die Ergebnisse werden im ZNS ausgewertet (s.u.).

Es ist nur schwer vorstellbar, wie die Qualität eines Reizes, die Eigenschaften einer Berührung über diese Strukturen vermittelt werden. Was macht die Frequenz eines Reizes so entscheidend? Welche Frequenz hat ein Kuß, und was passiert dabei? Wie können wir Berührungen unterscheiden, die zum Teil so ähnlich erscheinen und doch so eindeutig unterschiedlich sind? Wenn ich mit der Hand über glattes weiches Leder streiche fühlt sich das anders an, als die Kühlerhaube des von der Sonne leicht erwärmten Autos, auch wenn manche Menschen einen ähnlichen Genuß bei beiden Berührungen empfinden mögen. Ein Spinnennetz, in das wir im Dunkeln laufen unterscheidet sich deutlich von einem sanften Lufthauch, der uns morgens auf dem Balkon begrüßt. Aber was unterscheidet diese Berührungen auf Rezeptorebene? Es ist relativ leicht vorstellbar, dass beispielsweise die Rauheit eines Gewebes die Frequenz eines Berührungsreizes beeinflusst. Auf das Streichen über einen groben Jeansstoff werden die Beschleunigungsdetektoren stärker reagieren,

als wenn die Hand über weiche Seide fährt. Aber auch Weichheit kann so verschieden sein. Samt und Seide, manche Leder, die Nüstern eines Pferdes und Katzenfell, die Haut der Wangen und die Zunge. So viele Arten weich zu sein, die sich unterschiedlich anfühlen, die wir in der Regel unterscheiden können. Wie genau die verschiedenen Eigenschaften der genannten Materialien verschiedene Reaktionsweisen auf Rezeptorebene hervorrufen, können wir gedanklich nur schwer ergründen, und dennoch ist es eine alltägliche, 'leichte' Aufgabe für unser Gehirn.

4.2.3 Zentrale Verarbeitung

Bisher ging es um die sensorische Empfindung. Aus dieser Empfindung muß nun eine Wahrnehmung werden, die wir entsprechend unserer bisherigen Erfahrung einordnen, um uns in der Folge 'angemessen' verhalten zu können. Die von den Rezeptoren registrierten Reize werden an das Gehirn weitergeleitet, werden dort organisiert, klassifiziert und interpretiert. Über komplex vernetzte Schaltungen mit hemmenden und aktivierenden Strukturen, verschiedenen Synapsen, Wechselwirkungen und Beeinflussungen werden somatoviszzerale Wahrnehmungen weitergeleitet und in verschiedenen Funktionseinheiten des zentralen Nervensystems verarbeitet. So lösen sie bewußte und unbewußte, motorische, affektive (gefühlsmäßige), autonome oder kognitive (geistige) Reaktionen aus. Dies ist höchst komplex und bisher nur teilweise entschlüsselt. Die ganz detaillierte Beschreibung dieser Prozesse würde den Rahmen meiner Arbeit überschreiten, dennoch will ich einige der bekannten Vorgänge erläutern.

EXKURS: Nervensystem und zentrale Verarbeitungsmechanismen

Das Nervensystem beinhaltet alle reizleitenden und reizverarbeitenden Teile des Körpers, es gehören also nicht nur Nervenzellen, sondern auch die Rezeptoren dazu. Verschiedene Teile des Nervensystems werden unterschieden. Zum einen das *zentrale Nervensystem (ZNS)* bestehend aus Rückenmark und Gehirn und zum anderen das *periphere Nervensystem*, das die Gesamtheit aller Nerven im Körper umfaßt. Dies läßt sich nochmal aufteilen in das *somatische System* (Kontrolle der Skelettmuskeln) und das *vegetative oder autonome System*, das die Organfunktionen steuert und der willentlichen Kontrolle weitgehend entzogen ist. Das Gehirn ist unterteilbar in verschiedene Strukturen mit unterschiedlichen Aufgaben. Im *Rückenmark* als Teil des zentralen Nervensystems beginnt bereits die Verarbeitung ankommender

Reize. Reflexe werden dort unter Umständen ausgelöst, bevor die sensorische Empfindung das Gehirn erreicht hat. Das *verlängerte Rückenmark (medulla oblongata)* gehört zusammen mit dem *Hirnstamm* zum *Stammhirn*, dort werden grundlegende lebenserhaltende Aktivitäten wie Atmung, Herzschlag, Schlaf-Wach-Rhythmus koordiniert und kontrolliert. Der *Thalamus*, der zum *Zwischenhirn* gehört, ist eine wichtige Schaltzentrale für alle sensorischen Reize, die hier sowohl verarbeitet, als auch weitergeleitet werden. Er spielt auch eine große Rolle bei der emotionalen Färbung der Sinnesempfindungen. Die *Großhirnrinde (Kortex)* gilt als Sitz des Bewußtseins und des Gedächtnisses. Es konnten Regionen differenziert werden, in denen Informationen aus den Sinnessystemen verarbeitet werden. Für somatosensorische Wahrnehmungen ist dies vor allem eine Region im *Parietallappen*, die sich zentral am Scheitel befindet. Das Großhirn ist in eine rechte und linke Hälfte (*Hemisphären*) unterteilt, die durch den Balken (*Corpus Callosum*) miteinander verbunden sind. Viele sensorische (Wahrnehmung) und motorische (Bewegung) Prozesse werden kontralateral, also von der der betroffenen Körperseiten gegenüberliegenden Gehirnhälfte gesteuert.⁶

4.2.3.1 Weiterleitung

Ein Reiz aktiviert einen Rezeptor, und dieser vermittelt einen Impuls an die zugehörige Nervenfasern. Diese in der Regel zahlreichen aktivierten Nervenfasern werden zu sogenannten peripheren Nerven gebündelt, die an verschiedenen Stellen zum Rückenmark gelangen und von da in zwei Bahnen und Systemen weitergeleitet werden.

Das eine System wird *Hinterstrangsystem* oder auch *medialer Lemniscus* genannt, nach seinem Weg, den es im Rückenmark nimmt, und es leitet vor allem Impulse weiter, die aus Berührungswahrnehmungen und Propriozeption (Wahrnehmung aus dem Bewegungssystem) kommen. Diese werden über Rückenmark und verlängertes Rückenmark (*medulla oblongata*) an den kontralateralen Thalamus weitergeleitet und enden dann in der Großhirnrinde (Kortex), im primären und sekundären somatosensorischen Kortex im Scheitellappen des Gehirns (Areale SI und SII des parietalen Kortex).

Das zweite System wird als *Vorderseitenstrangsystem* oder auch *spinothalamischer Trakt* bezeichnet und ist vor allem für Signale aus der Temperatur-

⁶ Ich habe viele Hirnregionen vernachlässigt und nicht erwähnt, dies sagt nichts über ihre Wichtigkeit aus, ich habe mich lediglich auf die beschränkt, die auch im folgenden Text Erwähnung finden.

und Schmerz Wahrnehmung zuständig, wahrscheinlich auch für viszeroseptive Wahrnehmungen (Wahrnehmungen aus den Organen). Diese werden kontralateral an Hirnstamm und Thalamus weitergeleitet. Von da erreichen die Informationen zwar auch verschiedene kortikale Hirnregionen, es fehlt jedoch eine deutliche Projektion zum Kortex. Die Informationen werden in erster Linie subkortikal verarbeitet.

Das klingt nach einer völlig eindeutigen Trennung der verschiedenen Wahrnehmungen und Systeme, diese ist jedoch tatsächlich nicht gegeben. Es gibt zahlreiche Vernetzungen. So erreichen den Vorderseitenstrang auch Impulse von niedrigschwelligen Mechanosensoren. In der Tat reagieren nur wenige der mit dem Vorderseitenstrang verbundenen Neurone ausschließlich auf Schmerz- und Temperaturwahrnehmung. Die meisten sind multirezeptiv und auch mit Mechanorezeptoren verbunden. Wie diese Informationen im Gehirn gefiltert und getrennt werden ist noch unklar. Zwar wird der größte Teil der Informationen an den kontralateralen Thalamus weitergegeben, einige wechseln jedoch nicht die Seite, sondern bleiben ipsilateral.

Aus den verschiedenen Bereichen der Haut laufen die Neurone zum Hinterhorn in einem bestimmten Rückenmarkssegment. Dies führt dazu, dass die Haut des Menschen – wie die von allen Wirbeltieren – entsprechend der Anzahl der Wirbelkörper *segmental innerviert* wird. Das heißt, dass die Nerven aus einem Wirbelkörper jeweils mit einem bestimmten Teil der Haut verbunden sind. Dieses Hautareal wird *Dermatom* genannt. Wesentliches Prinzip dabei ist die Überlappung der Dermatome, so dass ein Hautbezirk immer von Nerven aus verschiedenen Wirbelkörpern versorgt wird. So führt die Beschädigung und Zerstörung der Nerven einer Hinterwurzel nicht zu einem völligen Verlust der Empfindsamkeit des entsprechenden Hautbereiches, sondern nur zu einer Verringerung der Sensibilität. Interessant ist die *Konvergenz* (das Zusammenlaufen) von Rezeptoren aus der Haut und aus verschiedenen Organen auf dieselben Neurone. So kann es zu sogenanntem übertragenen Schmerz kommen, wenn zum Beispiel bei einer Mangeldurchblutung des Herzens Empfindungen an der Hautoberfläche entstehen.

4.2.3.2 Verarbeitung

Die Verarbeitung der Signale beginnt bereits im Rückenmark und im Hirnstamm. Im Rückenmark werden somatoviszzerale Informationen vorverarbeitet und in verschiedenen Bahnen weitergeleitet. Unter Umständen folgt

sofort ein Impuls zu motorischen Neuronen (Efferenzen) und ein Reflex wird ausgelöst. Im Hirnstamm gibt es eine enge Verflechtung des vegetativen, motorischen und somatoviszeralen Systems. Da die genaue Funktionsweise und Lokalisierung nur teilweise bekannt ist, wird auch von einem 'unspezifischen System' gesprochen, das dem spezifischen System der Sensorik (hier das Hinterstrangsystem) gegenübergestellt ist. Das unspezifische System beeinflusst vegetative und emotionale Reaktionen, Weckreaktionen, es beeinflusst das EEG⁷ und den Schlaf-Wach-Rhythmus.

Die Informationen aus den verschiedenen Systemen werden an den Thalamus weitergegeben. In verschiedenen Kernen des Thalamus werden sie aufbereitet und weitergeleitet, teilweise an den primären und sekundären somatosensorischen Kortex, aber auch an andere Kortexareale und subkortikale Strukturen. Einige Kerne des Thalamus sind somatotopisch organisiert, also entsprechend der Anordnung im Körper (s.u.), andere Teile des Thalamus jedoch nicht.

Die weitergeleiteten Erregungen erreichen nach entsprechender Vorverarbeitung den Kortex. Im primären somatosensorischen Kortex (SI) ist die Repräsentation topografisch, das heißt die räumliche Anordnung im Kortex spiegelt die räumliche Anordnung im Körper wieder (Somatotopie). Die gegenüberliegende (kontralaterale) Körperhälfte ist dort vollständig und zusammenhängend abgebildet, dabei stellt die Mundregion eine Ausnahme dar, sie ist komplett repräsentiert (FRUHSTORFER 1996, 561). Mindestens für die Hand gibt es mehrfache Projektionen, das heißt die Hand ist im Kortex nicht nur einmal, sondern mehrfach abgebildet. Diese verschiedenen Projektionen haben wahrscheinlich unterschiedliche Aufgaben (ZIMMERMANN 1995, 231). Andere Untersuchungen deuten daraufhin, dass der gesamte Körper mehrfach repräsentiert ist (vgl. GOLDSTEIN 1997, 446 & FRUHSTORFER 1996, 561).

Der sekundäre somatosensorische Kortex (SII) ist weniger stark somatotopisch organisiert und zum Teil bilateral, das heißt es finden sich dort Projektionen aus beiden Körperhälften. Es wird vermutet, dass SII bei der sensorischen und motorischen Koordination beider Körperseiten mitwirkt und außerdem bei der Schmerzwahrnehmung von Bedeutung ist.

7 EEG ist die Abkürzung für Elektroenzephalogramm, es mißt die elektrische Energie, die das Gehirn ständig und spontan produziert. Diese Gehirnströme sind unterschiedlich, je nachdem, ob die Person wach und aufmerksam ist, ob sie entspannt ist, schläft oder träumt.

Wie bereits erwähnt haben verschiedene Körperregionen ein unterschiedlich gutes taktiler Auflösungsvermögen. Es wurde festgestellt, dass es einen Zusammenhang gibt zwischen taktiler Auflösungsvermögen und der Dichte kleinerer rezeptiver Felder an den entsprechenden Hautregionen. Im Kortex läßt sich ein ähnlicher Zusammenhang zwischen taktiler Unterscheidungsvermögen und Physiologie feststellen. So wurde herausgefunden, dass, wie bereits beschrieben, jede Körperregion im somatosensorischen Kortex an einer bestimmten Stelle repräsentiert ist und daraus wurde die Darstellung des sogenannten 'Homunculus' gewonnen, der die kortikale Projektion unserer taktilen Wahrnehmung zeigt. Dabei ist deutlich zu sehen, dass besonders empfindsame Regionen mit einer höheren taktilen Auflösung und geringeren Wahrnehmungsschwellen in größeren Arealen repräsentiert sind. So ist zum Beispiel die Region für den Daumen etwa genauso groß, wie die für den gesamten Unterarm (GOLDSTEIN 1997, 446). GOLDSTEIN spricht von einem Vergrößerungsfaktor, da die Regionen mit höherer taktiler Auflösung einen größeren Kortexbereich einnehmen. Er beschreibt dies in Analogie zu dem für das visuelle System festgestellten und so benannten Vergrößerungsfaktor.

Interessant in dem Zusammenhang ist, dass die kortikale Repräsentation keineswegs statisch ist. Sogar bei erwachsenen Menschen verändert sich diese Struktur in Abhängigkeit von der Reizsituation. Wird ein Körperteil verstärkt zur sensorischen Wahrnehmung genutzt, so vergrößert sich auch der Bereich, der im Kortex für das entsprechende Körperteil zuständig ist. Untersuchungen an einem Affen, dessen eine Fingerspitze im Versuch trainiert wurde zeigten, dass sich bereits nach drei Monaten die kortikalen Strukturen verändert hatten. Entsprechendes passiert auch umgekehrt, bei Ausfall der Sensibilität eines Körperteils; es bilden sich neue funktionelle synaptische Verbindungen.

Die Kortexneuronen sind, wie oben beschrieben, ortsspezifisch und zum größten Teil wohl auch sensorspezifisch, das heißt sie reagieren in etwa ähnlich wie die unterschiedlichen Rezeptoren. Andere, sogenannte komplexe Neuronen, sind in ihren Reaktionen nicht den Sensoren ähnlich. Sie reagieren auf spezifische komplexe Eigenschaften eines Reizes, beispielsweise auf einen bewegten Reiz, der in einer bestimmten Bewegungsrichtung über die Haut fährt. Auch solche komplexen Neurone wurden in SI und SII gefunden. Durch diese verschiedenen Neurone werden im Kortex verschiedene, komplexe Aspekte einer Reizung herausgefiltert. Dieser Vorgang wird *Eigenschaftsextraktion* genannt.

Das zentrale Nervensystem empfängt sensorische Mitteilungen nicht nur passiv, sondern nimmt Einfluß darauf. Beispielsweise werden langandauernde triviale Informationen, wie eine Reizung durch Kleidung, unterdrückt⁸. Und auch andere hemmende und aktivierende Prozesse steuern die Wahrnehmung. Wie bei den anderen Sinnessystemen sind bei der taktilen Wahrnehmung Motorik und Sensorik eng miteinander verbunden (Sensomotorik). Durch Tastbewegungen steuert das Gehirn bei ständiger Analyse der wahrgenommenen Reize die Informationsaufnahme.

4.3 Eigenschaften von Berührungswahrnehmung

An Komplexität und Bedeutung steht – wie ich zu zeigen versuchte – die Haut den anderen Sinnesorganen nicht nach. Dennoch steht sie wesentlich seltener im Zentrum wissenschaftlicher Untersuchungen, als das visuelle oder das akustische System. Die Haut ist in der Lage, unterschiedliche Reize wahrzunehmen und weiterzuleiten.

„Wenn man sich klar macht, dass die Wahrnehmungen, die die Hautsinne vermitteln, entscheidend dazu beitragen, vor Verletzungen zu schützen und sexuelle Aktivität anzuregen, dann wird deutlich, dass diese Wahrnehmungen auch entscheidend für das Überleben sind – sowohl des einzelnen Menschen als auch der Menschheit insgesamt“ (GOLDSTEIN 1997, 432).

Verschiedene Aspekte sind auffällig am Hautsystem im Vergleich zum visuellen oder akustischen System: Mit unserem ganzen Körper können wir Berührungen wahrnehmen. Während andere Sinneswahrnehmungen auf ein Organ, einen Bereich konzentriert sind, umfaßt Berührung den ganzen Körper. Berührungswahrnehmungen können wir zudem nicht ausweichen. Ebenso wie bei akustischen Reizen, können wir auch vor Berührungen nicht ‘die Augen verschließen’.

„Ausgeliefert – / warme Haut / kann nicht wegfühlen / gleichwie ich nicht weghören / kann“ (G4).

8 Dieser Vorgang ist ein anderer als der der Adaptation, da hier die Information zwar im Moment nicht verfügbar ist, bei einer Hinwendung der Aufmerksamkeit jedoch ins Bewußtsein geholt werden kann.

4.3.1 Leibliche Nähe

Eine Berührungswahrnehmung braucht tatsächliche körperlich Nähe. Wenn wir etwas sehen, so kann dieses Objekt, diese Person sich in unserer Nähe oder einige Meter entfernt von uns befinden. Bestimmte Aspekte einer visuellen Wahrnehmung werden sogar erst deutlich mit einer gewissen Entfernung, nur dann können wir beispielsweise eine Person in ihrer gesamten Gestalt, ihrem körperlichen Ausdruck wahrnehmen. Wenn wir einen hohen Berg oder ein großes Gebäude betrachten, müssen wir weit entfernt sein, um ein komplettes Bild zu erhalten. Je nach äußerer Umgebung, Klarheit der Luft und Größe des betrachteten Objekts kann die Entfernung zu ihm viele Meter betragen und obwohl wir dann nicht mehr jedes Detail wahrnehmen können, erkennen wir doch noch das Objekt als Ganzes. Ähnlich ist es bei akustischen Wahrnehmungen, die mitunter über große Entfernungen zu uns vordringen, wie das Brummen eines Flugzeuges, das Schreien eines Babys oder das Tosen eines Wasserfalls.

Akustische und visuelle Wahrnehmungen können außerdem durch technische Hilfsmittel über noch größere Entfernungen weitergeleitet werden. Telefon, Radio und Fernsehen sind aus unserem gesellschaftlichen Alltag nicht mehr wegzudenken; Computer und Kommunikation über das Internet sind für viele selbstverständliche Realität, und es dauert wahrscheinlich auch nicht mehr lange, bis sich eine Form von Bildtelefon durchsetzt. Wird es irgendwann mal ein 'Berührungstelefon' geben? So dass wir uns quer durch die ganze Welt streicheln und küssen können? Bisher ist eine Berührungswahrnehmung angewiesen auf räumliche Nähe, auf einen leiblichen Kontakt.

4.3.2 Aktives und passives Berühren

Bei den meisten physiologischen Untersuchungen zur taktilen Wahrnehmung werden Versuchspersonen oder -tieren Reize dargeboten, die sie passiv empfangen, um daraus beispielsweise eine Zweipunktschwelle oder ähnliches zu bestimmen. Im Alltag jedoch ist aktives Berühren oder eine Mischung zwischen aktivem Berühren und passivem Berührt-Werden viel häufiger. Bei aktivem Berühren finden taktile und propriozeptive Wahrnehmung gleichzeitig statt. Das heißt, zusätzlich zu den Rezeptoren der Haut werden die Rezeptoren in den Gelenken und in den Muskelspindeln angesprochen. Es gibt Neurone im Kortex, die nur auf bestimmte Formen aktiven Berührens reagie-

ren, nicht aber auf passive Stimulation. Diese müssen eine zentrale Rolle bei der haptischen Wahrnehmung spielen (GOLDSTEIN 1997, 448).

Ein klassisches psychologisches Experiment beschäftigte sich mit der Wahrnehmung durch aktive Berührung. James J. GIBSON (1904-1979) vertrat die Ansicht, dass Wahrnehmung ein aktiver Vorgang ist. Menschen sind nicht nur passive Empfängerinnen sensorischer Empfindungen, sondern sie suchen aktiv Informationen und werten sie aus. Um diesen aktiven Vorgang zu beleuchten untersuchte GIBSON 1962 die unterschiedliche Erkenntnisleistung bei aktiver und passiver Berührung. Die Versuchspersonen sollten die Umrisse von sechs verschiedenen Backformen erkennen. Eine Versuchsgruppe, bekam die Backformen leicht in die Handfläche gedrückt. Sie erkannten die Form zu 29% richtig, also immernoch überzufällig (die zufällige Trefferquote liegt in diesem Fall bei 16,6%). Eine zweite Versuchsgruppe durfte die Formen mit den Fingern ertasten, ihre Trefferquote lag bei 95%. Um auszusprechen, dass die höhere Erkenntnisleistung nur auf die höhere Rezeptordichte in den Fingerspitzen im Vergleich zu den Handflächen und der damit höheren Sensibilität zurückzuführen ist, bildete GIBSON eine dritte Versuchsgruppe. Dieser wurden die Formen ebenfalls leicht in die Handflächen gedrückt, die Formen wurden darüberhinaus aber in wechselnden Richtungen gedreht. Das heißt, die sensorischen Empfindungen veränderten sich ständig. Die Erkenntnisleistung dieser Gruppe betrug 72%, also eine deutliche Steigerung gegenüber der ersten Gruppe (vgl. SCHWARTZ 1988, 137-143). Untersucht wurden auch die unterschiedlichen Empfindungen bei aktivem und passivem Berühren.

„Gibson und anderen zufolge unterscheidet sich das Erleben des aktiven Berührens dadurch, dass das aktive Berühren meist mit dem berührten Gegenstand verbunden wird, das passive Berühren dagegen mit einer Empfindung auf der Haut“ (GOLDSTEIN 1997, 450).

Außerdem erfolgt aktives Berühren häufig mit bewußter Absicht und ist zielgerichtet. Es gab verschiedene weitere Untersuchungen zu der Frage, ob beim Erkennen von Gegenständen aktives Berühren dem passiven überlegen ist. Die Ergebnisse sind uneinheitlich. Abhängig von der Versuchsanordnung ist aktives Berühren dem passiven Berühren teilweise überlegen, aber nicht in allen Fällen. So ist zum Beispiel das Lesen der Braille Schrift (die sogenannte 'Blindenschrift') für darin ungeübte Leserinnen leichter bei aktiver Berührung, also wenn sie selbst aktiv mit den Fingern über die Zeichen fahren können. Bei geübten Leserinnen zeigten sich jedoch keine Unterschiede

in der Erkenntnisleistung, diese war gleich gut bei aktiver wie bei passiver Berührung (GOLDSTEIN 1997, 453). Bei haptischer Wahrnehmung dreidimensionaler Objekte arbeiten also sensorisches, motorisches und kognitives System zusammen und es handelt sich um einen überaus komplexen Vorgang. Abtastbewegungen und Manipulationen des zu erkennenden Objekts beim aktiven Berühren erleichtern in manchen Fällen das Erkennen (vgl. GOLDSTEIN 1997, 447-453).

Wahrnehmung ist ein aktiver Vorgang. Wir sind nicht einfach nur passiv-rezeptiv, sondern wir wählen aus, gehen auf etwas zu, nehmen es in die Hand und lassen anderes unberücksichtigt. Unsere Aufmerksamkeit, teils bewußt, teils unbewußt gesteuert, beeinflußt, was wir wahrnehmen.

„Genau besehen ist jeder Rezeptor, jeder Nerv nicht nur empfindendes, sondern auch ausführendes Organ. Umgekehrt sind die motorischen Funktionen im menschlichen Organismus niemals von sensiblen (fühlenden) Funktionen isolierbar, sondern jedes Bewegen ist auch immer Empfinden und jedes Empfinden auch ein Bewegen“ (EISLER 1991, 93).

4.3.3 Berührungswahrnehmung als ganzheitlicher Vorgang

Bei vielen Wahrnehmungen anderer Sinnesorgane spielen auch Berührungsreize und allgemein somatoviszzerale Wahrnehmungen (s.u.) eine große Rolle. Welchen Reiz hätte das Trinken von Sekt ohne das Gewicht des Glases in der Hand, ohne die Kühle an den Lippen und das Prickeln im Gaumen und in der Kehle? Und zu einem verträumten Blick auf das Meer, mit dem salzigen Geschmack auf der Zunge, gehört das Einsinken in den weichen Sand und der Wind auf der Haut und in den Haaren. Auch folgende Geschichte beschreibt eine Situation, in der verschiedene Wahrnehmungen gleichzeitig sehr eindrücklich sind und zusammenwirken.

„Und jetzt erinnere ich minutiös das Gesicht eines jungen Mannes mit Bart und ganz weichen Augen und einem mitfühlenden leisen Lächeln und eine ganz sanfte Berührung, mit der er mir die Tränen von der linken Wange strich“ (G11).

Berührungsmetaphern werden, wie im ersten Kapitel beschrieben, benutzt, um Vorgänge des geistigen Erfassens und Verstehens zu verdeutlichen und um eine emotionale Verbindung zu beschreiben. Blicke können berühren, ebenso wie beispielsweise eine Musik. Andererseits können Worte aus ande-

ren Sinnesmodalitäten auch Berührungen beschreiben. So zum Beispiel „*ein leises Streicheln des Rückens*“ (G1) oder „*leise Umarmungen*“ (G4).

Wahrnehmung insgesamt ist mehr als die Aktivität der Rezeptoren, Neuronen und ihre spezifische Empfindsamkeit und auch mehr als Sensomotorik. Unsere aktuelle Befindlichkeit, zentrale Prozesse, Denken, Fühlen, Wollen, Hoffen, Wünschen und auch Fürchten beeinflussen die Wahrnehmung stark.

„Die Erfahrung der Wahrnehmung ist eine Reaktion des *ganzen Organismus*. Das, was eine Person letztendlich wahrnimmt, hängt, abgesehen von der Information, die sie erhält, wenn die jeweiligen Rezeptoren stimuliert werden, davon ab, wer sie ist, mit wem sie zusammen ist und was sie erwartet, wünscht und schätzt“ (ZIMBARDO 1995, 207).

Wahrnehmung ist stark kontextabhängig, und bestimmte Erwartungen, die wir in einem spezifischen Kontext haben, beeinflussen unsere Herangehensweise und die Interpretation der Reize. Wenn wir berühren, so werden wir normalerweise berücksichtigen, was wir berühren und was wir über diesen Gegenstand oder diese Person wissen. Einem Ziegelstein begegnen wir anders als der Hand eines Neugeborenen, einen Apfel heben wir anders auf als ein rohes Ei, und trägt die Person, die wir zur Begrüßung umarmen, eine Lederjacke, vielleicht berühren wir sie anders, als wenn es ein Seidenhemd ist. Wir haben gelernt, auf spezifische Eigenschaften der Menschen und der Dinge in unserer Umgebung *adäquat* zu reagieren und unsere Handlungen anzupassen, wir erinnern uns an unsere Erfahrungen mit Berührungen und können uns dadurch häufig angemessener verhalten.

Jeder Kontext ist eine Informationsquelle für unsere Wahrnehmung. Manche Reize werden in einem bestimmten Kontext als wahrscheinlicher als andere eingestuft. In einer überfüllten Straßenbahn erwarte ich andere Wahrnehmungen, als wenn ich alleine in meiner Wohnung bin. Mir bekannte Personen erwarte ich an manchen Orten zu sehen und an anderen Orten würde es mich sehr überraschen, sie dort anzutreffen, und ich brauche dann meist länger für das Erkennen.

Es wird in diesem Zusammenhang unterschieden zwischen ‘*Bottom-up*’ und ‘*Top-down-Prozessen*’. Als ‘*Bottom-up-Prozeß*’ wird die Aufnahme von Informationen aus der Umgebung und deren Organisation bezeichnet, da sie von den sensorischen Reizen bestimmt werden. ‘*Top-down-Prozesse*’ sind solche, die im Gehirn entstehen und die Aufnahme, Organisation und Inter-

pretation von Wahrnehmung beeinflussen. Wissen, Erfahrungen und Werte spielen – wie beschrieben – eine Rolle, deshalb wird auch von *hypothesegeleiteten Prozessen* gesprochen.

Es wird angenommen, dass die Klassifikation von Wahrnehmungen von komplexen Wissensstrukturen abhängt, die in sogenannten *Schemata* zusammengefaßt sind. Diese Schemata können sich auf verschiedene Zusammenhänge und Anlässe beziehen. So mag es beispielsweise ein Schema 'Mein Zuhause' geben, in dem meine Erfahrungen und meine Erwartungen zusammengefaßt sind, die ich im Zusammenhang mit meinem Zimmer, meiner Wohnung, meinem Haus habe. Ein vergleichbares Schema haben wir wohl auch für unseren eigenen Körper. In diesem *Körperschema* sind unsere Vorstellungen, Erwartungen, Erkenntnisse, Gefühle und Erfahrungen bezüglich unseres Körpers gesammelt.

Ein eindrückliches Beispiel für die Ganzheitlichkeit der Wahrnehmung und fließende Übergänge zwischen verschiedenen Wahrnehmungsqualitäten ist die folgende Schilderung der gehörlosen Musikerin Evelyn GLENNIE:

„Tiefe Töne fühlt sie vor allem in ihren Beinen und Füßen, hohe Töne vor allem auf bestimmten Stellen in ihrem Gesicht und im Nacken. Auf ihrer Homepage wehrt sich die international bekannte und vielfach ausgezeichnete Musikerin Evelyn Glennie (32) gegen das Vorurteil, taube Menschen lebten in einer Welt der Stille. 'Wenn Du auf der Straße stehst und ein großer Laster fährt vorüber, kannst Du seine Schwingungen dann hören oder fühlen? Die Antwort ist: beides. Hören ist eine spezielle Form des Berührtwerdens. Ein Ton ist eine Bewegung der Luft, die das Ohr wahrnimmt und in Signale umsetzt, die vom Verstand interpretiert werden. Aber der Gehörsinn ist nicht der einzige Sinn, der dies kann, die Berührung kann dies auch leisten. Taubheit bedeutet nicht, dass du nicht hören kannst. Es stimmt nur mit Deinen Ohren etwas nicht, aber auch wenn jemand absolut taub ist, kann er Laute hören oder fühlen.'“ (Aktion Sorgenkind, Das Magazin 3/98, 14).

Töne haben eine taktile Eigenschaft und die Rezeptoren unserer Haut reagieren teilweise auch auf Schallwellen (vgl. MONTAGU 1971, 180-181).

4.3.4 Selbstwahrnehmung und Bipolarität

Eine Besonderheit der Wahrnehmung über die Sinne der Haut ist, dass hier Außenwahrnehmung und Wahrnehmung des eigenen Körpers immer gleichzeitig erfolgen. Bei aktiver Berührung ist zwar die Wahrnehmung des Ertasteten im Zentrum der Aufmerksamkeit, wohingegen bei passiver Berührung, beispielsweise bei einer Massage, das eigene Körperempfinden im Vordergrund steht, aber dennoch wird immer das 'Eigene' und das 'Andere' wahrgenommen. Auch FREUD beschrieb diese Besonderheit der Tastwahrnehmung.

„Der eigene Körper und vor allem die Oberfläche desselben ist ein Ort, von dem gleichzeitig äußere und innere Wahrnehmungen ausgehen können. Er wird wie ein anderes Objekt *gesehen*, ergibt aber dem *Getast* zweierlei Empfindungen, von denen die eine einer inneren Wahrnehmung gleichkommen kann“ (FREUD 1940b, 253).

Der Psychoanalytiker Didier ANZIEU benutzt in dem Zusammenhang den Begriff der 'Bipolarität' und entwickelte das Konzept des 'Haut-Ichs'.

„Das Taktile liefert tatsächlich gleichzeitig eine 'äußere' und eine 'innere' Wahrnehmung. Freud weist daraufhin, dass ich das Objekt, welches meine Haut berührt, gleichzeitig mit dem Gefühl, dass meine Haut von dem Objekt berührt wird wahrnehme. Diese Bipolarität der Wahrnehmung wird übrigens – wie man weiß und sehen kann – für das Kind sehr schnell Objekt einer aktiven Untersuchung: Mit seinem Finger berührt es absichtlich Teile seines Körpers, es führt den Daumen oder den großen Zeh zum Mund und untersucht gleichzeitig die sich ergänzenden Positionen des Objekts und des Subjekts. Man kann auf den Gedanken kommen, dass die den Berührungsempfindungen inhärente Zweiteilung, die reflexive Zweiteilung des bewußten Ich vorbereitet, das in der taktilen Erfahrung seine Wurzeln hat“ (ANZIEU 1991, 114).

„Unter Haut-Ich verstehe ich ein Bild, mit dessen Hilfe das Ich des Kindes während früher Entwicklungsphasen – ausgehend von seiner Erfahrung der Körperoberfläche – eine Vorstellung von sich selbst entwickelt als Ich, das die psychischen Inhalte enthält“ (ANZIEU 1991, 60).

Die Haut wird bei ANZIEU betrachtet in ihrer Funktion, die sie für die Ich-Entwicklung und Individuation einnimmt. Dies entspricht der psychoanalyti-

sche Vorstellung, dass sich alles Psychische in Wechselwirkung mit der körperlichen Erfahrung entwickelt.

„Die psychische Hülle entwickelt sich auf der Grundlage der körperlichen Hülle“ (ANZIEU 1991, 113).

Auch wenn Freud nicht den Begriff des Haut-Ichs verwendete, so hat er dennoch die körperlichen Grundlagen des 'Ich' betrachtet.

„Das Ich ist vor allem ein körperliches, es ist nicht nur ein Oberflächenwesen, sondern selbst die Projektion einer Oberfläche“ (FREUD 1967, 253).

ANZIEU unterscheidet drei Funktionen des Haut-Ichs. Erstens fungiere es als 'Tasche', die in ihrem Inneren das Gute, die Fülle enthalte und festhalte. In seiner zweiten Funktion sei das Haut-Ich 'Grenzfläche', es bilde die Grenze zur Außenwelt und eine vor Eindringen schützende Barriere. Die dritte Funktion des Haut-Ichs ist die der *Kommunikation*.

„Nicht weniger als der Mund (ist die Haut) – Ort und primäres Werkzeug der Kommunikation mit dem Anderen und der Entstehung bedeutungsvoller Beziehungen“ (ANZIEU 1991, 61).

Dadurch ist das Ich in der Lage, so ANZIEU, zum einen Barrieren zu errichten und zum anderen den Informationsfluß zum Es und Über-Ich und zur Außenwelt zu kontrollieren. Es übernehme damit eine strukturierende Funktion, die grundlegend sei für die weitere Entwicklung des 'Ich'. ANZIEU geht noch weiter in seinen Thesen über die Bedeutung des 'Haut-Ichs':

„Eine weitere Konsequenz: Das Haut-Ich legt sogar die Grundlage für das Denken“ (ANZIEU 1991, 61).

ANZIEU spricht von einer Zweiteilung (s.o.). Das Kind entwickelt aufgrund der Wahrnehmung an seiner Körperoberfläche ein Empfinden der eigenen Identität. Während unsere anderen Sinnesorgane vor allem nach außen *oder* nach innen gerichtet sind, erfüllt die Berührungswahrnehmung ihre Aufgabe an der Grenze zwischen innen und außen. Wenn wir über unsere Augen den eigenen Körper wahrnehmen, so ist dies eine Wahrnehmung von 'außen', sie ermöglicht nicht eine Wahrnehmung als ein eigenständiges 'Ich'. Über unsere Augen können wir unseren Körper sehen, wenn auch nur mit Hilfsmitteln wie Spiegeln und Kameras. Über die Hautwahrnehmung jedoch spü-

ren wir uns selbst, unseren Körper, auch wenn wir eine andere Person anfassen.

Eine Berührungswahrnehmung ist gleichzeitig verbindend und trennend. In ihrer trennenden Funktion ermöglicht sie die Wahrnehmung des eigenen Selbst als ein getrenntes von der Außenwelt, als getrennt auch von der Mutter. In ihrer verbindenden Funktion ermöglicht sie gleichzeitig das Erleben der Nähe, des Kontaktes und der Verbundenheit.

4.4 Zusammenfassung und Bedeutung für mein Thema

Viele Aspekte der Wahrnehmung und der zentralen Verarbeitung sind noch nicht klar, und die Bedeutung vieler Prozesse und Verarbeitungsweisen kann nur vermutet werden. Auch viele Einzelheiten sind sicherlich noch unentdeckt geblieben, aber die dargestellten Vorgänge sind bereits sehr komplex. Dennoch ist nicht klar ersichtlich, was genau passiert und wie im einzelnen eine konkrete Wahrnehmung verarbeitet wird. Verschiedene Prozesse beeinflussen sich gegenseitig, jeder Reiz geht verschiedene Wege und erreicht verschiedene Verarbeitungsebenen. Erkennt die Forschung Regeln und Gesetzmäßigkeiten, werden Jahre später die Ausnahmen und Einschränkungen dieser Regeln entdeckt. Die Bedeutung dieser Ausnahmen ist wahrscheinlich groß, aber jeweils (noch) nicht bekannt.

Unser Wahrnehmungssystem ist zu großen Leistungen in der Lage. Es differenziert sehr fein zwischen verschiedenen Reizungen, und dies geschieht mit Hilfe der beschriebenen Strukturen. Das Wissen um einige dieser Funktionsweisen läßt das Wunder der natürlichen Wahrnehmung noch größer erscheinen.

Wahrscheinlich schöpfen wir unsere diesbezüglichen Möglichkeiten und Kapazitäten niemals aus. Würden wir Berührung lernen, tasten lernen, würden wir trainieren mehr darüber wahrzunehmen und zu erkennen, welche neuen Erkenntnisse würden sich uns erschließen? So wie viele blinde Menschen es lernen, in sehr großer Geschwindigkeit Braille-Schrift zu lesen, wo die meisten Sehenden kaum in der Lage sind Unterschiede zu ertasten, so gibt es bestimmt noch andere Tasterlebnisse, die uns verborgen, aber nicht unerreichbar sind.

Dazu der im Alter von acht Jahren erblindete Jacques LUSSEYRAN:

„Als ich noch meine Augen hatte, waren meine Finger steif und am Ende der Hände halb abgestorben, gerade recht, die Bewegung des Greifens auszuführen. Jetzt hatte jeder von ihnen seine eigene Initiative. Sie wanderten einzeln über die Dinge, spielten gegeneinander und machten sich, unabhängig voneinander, schwer oder leicht. Die Bewegung der Finger war sehr wichtig, sie durfte nicht unterbrochen werden. Denn es ist eine Illusion zu glauben, dass die Gegenstände starr an einen Punkt gebunden, auf immer an ihn gefesselt und in eine einzige Form gepreßt sind: die Objekte leben, selbst die Steine. Mehr noch: sie vibrieren, sie erzittern. Meine Finger fühlten deutlich dieses Pulsieren, und wenn sie darauf nicht mit einem Pulsschlag antworteten, waren sie sogleich hilflos und verloren ihr Gefühl. Wenn sie jedoch den Dingen entgegengingen, mit ihnen pochten, dann erkannten sie sie“ (LUSSEYRAN 1989, 25-26).

Wie beschrieben ist unser Gehirn sehr flexibel und dadurch in der Lage, sich unterschiedlichen Gegebenheiten immer neu anzupassen. Zwar ist diese Veränderbarkeit bei Kindern größer, aber auch noch bei Erwachsenen vorhanden. Wie verändert sich wohl ein Gehirn bei einer neuen Liebesbeziehung nach einer langen Zeit mit wenig Berührung, oder wenn ein alter Mensch in ein Heim kommt und sowohl die Familie als auch der geliebte Hund auf einmal weit weg sind? Wie hat das ständige Tragen von Schuhen unser Gehirn verändert, oder die Notwendigkeit, den größten Teil der Haut immer mit Kleidung zu bedecken? Welche Auswirkungen hat es, dass die meisten Kinder heute eher mit Dingen aus Plastik, Metall und Kunstfasern spielen, als dass sie Kontakt haben zu Bäumen, Erde oder Tieren. Dies soll kein Plädoyer werden für einfache Lösungen, die sich meist darauf beschränken, dass das Kind ein Meerschweinchen bekommt und Spielzeug aus Holz (obwohl auch das wahrscheinlich nicht falsch ist), sondern es geht mir darum zu zeigen, dass nichts ohne Folgen ist. Unser Leben verändert sich, und damit verändert sich auch unser Gehirn, wir können nicht wissen, wie es vorher aussah und wie es sich vorher anfühlte, aber es hat sich verändert und wird sich weiter verändern.

Wie wir gesehen haben, ist Berührungswahrnehmung angewiesen auf körperliche Nähe, vermittelt in der aktiven, wie in der passiven Berührung gleichzeitig Selbst- und Fremdwahrnehmung und ist als ganzheitlicher Vorgang mit den anderen Sinneswahrnehmungen und mit motorischen Vorgängen untrennbar verbunden. Berührungswahrnehmung hat verschiedene Eigenschaften und Aspekte, die sie von anderen Wahrnehmungen unter-

scheidet. Einige Besonderheiten habe ich herausgegriffen und dargestellt. Welche Bedeutung dies im Kontext zwischenmenschlicher Kommunikation hat, werde ich den folgenden Kapiteln zeigen.

5 Kommunikationstheorien im Spiegel der Berührung

Was ist Kommunikation?

- Kommunikation ist vielfältig: ein Gespräch unter Freundinnen, ein militärischer Befehl, ein liebevoller Blick, modische Kleidung, eine warnende Berührung am Arm, ein müder Gesichtsausdruck, ein bittender Tonfall.
- Kommunikation ist ein sehr alltägliches Geschehen, in dem Sinne alltäglich, als wir meist, selbst wenn wir es wollten, gar nicht umhin können, jeden Tag zu kommunizieren.
- Kommunikation ist ein Grundbedürfnis des Menschen, es ist fraglich, ob wir ohne Kommunikation überleben könnten.
- Kommunikation ist eines von diesen Fremdwörtern, die uns schon fast deutsch erscheinen, weil sie so sehr zum Alltagswortschatz vieler Menschen gehören.
- Kommunikation ist außerdem ein Modewort. Kommunikationstraining, Kommunikationstechnologien, Kommunikationsstrategien, Massenkommunikation, all dies sind Worte, die heute gerne und häufig benutzt werden.

Das Wort Kommunikation kommt aus dem Lateinischen ('communicatio') und bedeutet Verbindung, Mitteilung (DORSCH 1994, 516). Dies weist auf zwei verschiedene Aspekte von Kommunikation hin.

Eine Verbindung entsteht oder wird hergestellt zwischen zwei oder mehr Menschen. 'Verbindung' zeigt einen Beziehungsaspekt. Dies kann beispielsweise der erste Kontakt zwischen zwei Personen sein, die noch nie vorher miteinander kommuniziert haben. Die Verbindung ist für einen Moment da und vielleicht, wie in einer kurzen Alltagsbegegnung, entsteht daraus kein weiterer Kontakt, die Kommunikation wird nicht weitergeführt. Eine Frage nach dem Weg, eine Begegnung im Schwimmbad, ein kurzes Gespräch auf einer Party, sehr viele solcher Situationen und sehr viele solcher Kommunikationen erleben wir täglich. Eine erste Kommunikation kann der Beginn einer Reihe weiterer Kontakte sein, eine Beziehung entsteht, eine Freundschaft, ein beruflicher Kontakt, eine flüchtige Bekanntschaft. Oder in der aktuellen Kommunikation wird an eine bereits bestehende Verbindung angeknüpft, sie wird erneuert, verändert, vertieft. Es mag sein, dass ein Problem auftaucht, die Beziehung wird schwierig und dadurch distanzierter oder auch

näher. Diese neu entstandene Nähe oder Distanz wiederum können Konflikte zur Folge haben oder auch nicht. In jedem Fall ist eine Verbindung ein konkretes, oft spürbares, sehbares, hörbares Zusammentreffen zweier Personen, die miteinander in Kontakt treten.

Die zweite Bedeutung des Wortes Kommunikation 'Mitteilung' weist auf den Informations- oder Inhaltsaspekt der Kommunikation hin. Etwas wird mitgeteilt. Dieses 'Etwas', das 'Objekt', ist ein Gedanke, eine Bitte, ein Arbeitsauftrag, eine Geschichte, ein Witz, ein Hinweis und vieles mehr.

„Der zentrale Prozeß bei der Kommunikation ist die Umwandlung persönlicher Gedanken und Gefühle in Symbole, Zeichen oder Wörter, die andere erkennen und wieder in Vorstellungen und Ideen zurückverwandeln können“ (ZIMBARDO 1995, 386).

5.1 Nonverbale Kommunikation

Im Zentrum meiner Arbeit steht Berührung, betrachtet mit einer Fokussierung auf den Aspekt der Kommunikation. Berührung (Haptik, taktile Wahrnehmung) gilt als ein Aspekt nichtsprachlicher (nonverbaler) Kommunikation. Diese wird beschrieben als der „Teil menschlicher Kommunikation, der sich für den Informationsaustausch anderer als sprachlicher Mittel bedient“ (DORSCH 1994, 516). Es scheint also Sprache so sehr im Zentrum menschlicher Kommunikation zu stehen, dass alle Wege, auf denen wir außerdem kommunizieren, nur über ihre Nichtsprachlichkeit als 'der Rest' zusammengefaßt werden können.

Als verschiedene Aspekte nonverbaler Kommunikation werden unterschieden (DORSCH, 1994, 516-517):

- (a) Stimmliche Merkmale (Tonfall, Tonhöhe etc.),
- (b) Merkmale des Sprech-Pausen-Verhaltens,
- (c) Paralinguistische Merkmale (Lachen, Seufzen etc.),
 [(a) bis (c): nichtverbale vokale Modalitäten]
- (d) Mimik,
- (e) Blickverhalten,
- (f) Gestik,
- (g) Körperhaltung und Körperbewegung,
- (h) Räumliche Aspekte (Körperkontakt, Distanz, Sitzpositionen).

Eine andere Einteilung differenziert nach den Bereichen, in denen sich die nonverbalen Mitteilungen unterscheiden (SCHÖNPFLUG & SCHÖNPFLUG 1989, 409):

- Tragender Körperbereich,
- Modalität,
- Dynamik,
- Intentionalität der Senderin.

Eine nichtverbale Mitteilung kann in verschiedenen *Körperbereichen* Ausdruck finden. Die Hände, das Gesicht, die Gesamtheit des Körpers oder der Tonfall und damit die Stimme können tragende Körperbereiche sein. Entsprechend findet das 'Nicht-Gesagte' seinen Ausdruck in unterschiedlichen *Sinnesmodalitäten*: akustisch, haptisch, visuell, olfaktorisch. Die mögliche *Dynamik* einer Änderung des Ausdrucks wird vom dritten Merkmal beschrieben. Manche Aspekte der Mimik, der Gestik und des Tonfalls können sich sehr schnell, in Sekundenbruchteilen verändern. Andere Merkmale, wie ein dauerhafter Gesichts- und Körperausdruck, verändern sich nur langsam und im Laufe eines Lebens. Kleidung als nonverbale Mitteilung kann bewußt verändert werden, ist jedoch wesentlich weniger flexibel, als ein gestischer Ausdruck. Ein weiterer wichtiger Aspekt und Unterscheidungsmerkmal ist die *Intentionalität* einer nichtverbalen Mitteilung. Aus der Perspektive der Senderin betrachtet heißt dies: setzt sie ein nonverbales Mittel bewußt als Mitteilung ein, mit einer bestimmten Intention oder begleitet der nonverbale Ausdruck mehr oder weniger unbewußt die sprachliche Äußerung. SCHÖNPFLUG & SCHÖNPFLUG (1989) schreiben, dass nonverbale Kommunikationen oft nur der einen *oder* der anderen Seite bewußt sind, weil sie zum Beispiel übersehen oder unbewußt ausgesandt werden. In diesem Zusammenhang nehmen sie folgende Unterscheidung vor:

„Insbesondere wird man zu trennen haben zwischen informativem Verhalten, welches der Sender mit der Absicht der Mitteilung an einen Empfänger hervorbringt und symptomatischem Verhalten, welches ohne Mitteilungsabsicht entsteht“ (SCHÖNPFLUG & SCHÖNPFLUG 1989, 410).

Eine Person kann zum Beispiel unbeabsichtigt erröten, weil sie etwas mitteilt, was ihr unangenehm ist, oder ihre Stimme wird zittrig bei großer Aufregung, beides ist symptomatisches Verhalten, was sie nicht bewußt zur Mitteilung einsetzt. Ein Tonfall oder eine Geste können jedoch auch ganz

bewußt gewählt werden, um eine Information zu vermitteln, sie zu verstärken oder ihr Glaubwürdigkeit zu verleihen.

Eine spannende Frage wäre, ob ein bestimmter Aspekt einer Botschaft, der *weder* der Senderin, *noch* der Empfängerin bewußt ist, dennoch eine Auswirkung auf die weitere Kommunikation und auf das Handeln von Senderin und Empfängerin haben kann und somit Kommunikation *sein* kann. Diesen Aspekt werde ich jedoch hier nicht weiter verfolgen.

Nichtverbale Äußerungen sind zum Teil unabhängig von verbalen Mitteilungen, können jedoch auch mit diesen verknüpft sein. Bei solchen mehrkanaligen Kommunikationen sind mehrere Möglichkeiten vorstellbar:

- Substitution (Ersatz): eine Botschaft wird durch eine andere ersetzt (z.B. nicken statt verbaler Bejahung);
- Amplifikation (Verstärkung): Botschaften auf verschiedenen Kanälen verstärken sich gegenseitig (z.B. trauriger Gesichtsausdruck, entsprechende Körperhaltung und Stimmlage verstärken eine traurige Mitteilung);
- Modifikation (Abänderung): eine neue Bedeutungsnuance entsteht durch eine Mitteilung auf einem anderen Kanal (z. B. ein skeptischer oder fröhlicher Gesichtsausdruck bei einer gestellten Frage);
- Kontradiktion (Widerspruch): Inhalte der Kanäle widersprechen sich (z.B. genutzt bei Ironie, aber auch bei Paradoxien);

(SCHÖNPFLUG & SCHÖNPFLUG 1989, 419).

„Nonverbale Kommunikation ist zweifellos ein wichtiger Faktor im menschlichen Zusammenleben; sie ist der Maßstab an dem Worte und Absichten gemessen werden“ (HENLEY 1988, 20).

Welcher Art können nun nonverbale Kommunikationen durch Berührung sein? Wir begrüßen einander durch ein Schütteln der Hände, durch eine Umarmung oder mit einem Kuß auf Wange oder Mund. Die meisten Begrüßungs- und Verabschiedungsgesten haben etwas mit Berührung zu tun. Auch wenn der traditionelle ‘Handschlag’ etwas aus der Mode zu geraten scheint, setzen sich doch oft berührende Begrüßungen durch. Die Geste des Handreichens wird in Verbindung gebracht mit alten Ritualen, die heute im Alltag keine Rolle mehr spielen.

„Ursprünglich diente sie dem Nachweis, dem anderen in freundlicher Absicht begegnen zu wollen und deshalb keine Waffen im Ärmel verborgen zu halten.“ (NEUHÄUSER-METTERNICH 1994, 19-20).

Dieser Händedruck vermittelt uns einen ersten Eindruck einer Person:

„Viele Menschen neigen dazu, aus dem Händedruck eine Persönlichkeitsdiagnose abzuleiten und z.B. darauf zu schließen, inwieweit der so ‘erfaßte’ Mensch in der Lage ist, eine Sache ‘im Griff’ zu haben. In unserer Kultur wird der kräftige Händedruck präferiert und mit positiv bewerteten Eigenschaften assoziiert. Diese Interpretationsweise darf keineswegs bedenkenlos auf andere Kulturen übertragen werden“ (NEUHÄUSER-METTERNICH 1994, 21).

Im Verlauf eines Gespräches legt uns mitunter die andere Person die Hand auf die Schulter oder den Oberarm, streicht ein Haar aus dem Gesicht, schlägt uns auf den Rücken, ergreift unsere Hand, vielleicht berühren sich unsere Beine, oder wir berühren einander durch die Enge in der überfüllten Bahn. Welcher Art sind diese Berührungen und wie beeinflussen sie die Kommunikation, wie sind sie Kommunikation? Es macht wenig Sinn, Berührungen völlig isoliert zu betrachten, und auch wenn ich diesen Aspekt herausgreife, so tue ich das nicht, ohne zu bedenken, dass Berührungen selten oder nie ohne andere Sinneswahrnehmungen auftreten. Da ist vielleicht ein zärtlicher Blick, während die Hände einander berühren, der Geschmack eines anderen Mundes auf den Lippen, der Geruch von gutem Essen, während die Beine unterm Tisch einander mehr erahnen als tatsächlich berühren. Die Geräusche spielender Kinder im Hintergrund, feuchter Sand an den Knien und Wind in den Haaren während zwei Freundinnen zum wiederholten Male gemeinsam einen Baum erklimmen. Diese Wahrnehmungen werden zu einer ganzheitlichen, komplexen Wahrnehmung und in einer zwischenmenschlichen Situation ist dies auch eine Kommunikation.

5.2 Kommunikationsmodelle

Viele Kommunikationsmodelle benutzen die Begriffe Senderin und Empfängerin zur Darstellung der Geschehnisse einer Interaktion, so auch Karl BÜHLER (1934). Er entwickelte ein Modell, das den sozialen Bezugsrahmen, in dem Sprache als Kommunikationsmittel immer steht, deutlich macht. Beteiligt an der Kommunikation sind Senderin, Empfängerin und das Objekt (Thema oder Gegenstand der Darstellung). BÜHLER bezog verschiedene beeinflussende Faktoren auf Seiten der Empfängerin und der Senderin in die Analyse der Kommunikation mit ein.

BÜHLER unterscheidet drei verschiedene fundamentale Funktionen von Sprache, die sich als Beziehungen des Zeichens (z. B. der Sprache) zu den drei genannten Aspekten der Kommunikationssituation (Senderin, Empfängerin und Objekt) darstellen lassen. Ein Zeichen ist etwas, das für etwas anderes steht, was etwas *bezeichnet*. Sprache ist ein vielbenutztes Zeichensystem, aber auch alle nichtverbalen Mitteilungen lassen sich darunter betrachten.

1. **Darstellungsfunktion:** sie entspricht der Funktion zwischen Zeichen und Objekt. Das Zeichen als *Symbol* vermittelt der Empfängerin bestimmte Sachverhalte, stellt Eigenschaften des Objektes dar.
2. **Ausdrucksfunktion:** sie entspricht der Beziehung zwischen Zeichen und Senderin. Die Zeichen und ihre Verwendung sagen etwas aus über Eigenschaften der Senderin, ihre Gefühle, ihre Interessen und Intentionen (Zeichen als *Symptom*).
3. **Appellfunktion:** sie entspricht der Beziehung zwischen Zeichen und Empfängerin. Das Zeichen als *Signal* verursacht Verhaltens- und Erlebnisänderungen bei der Empfängerin (Aufforderungen, Überredungen, etc.).

Bei jeder Kommunikation spielen alle drei Sprachfunktionen gleichzeitig eine Rolle, wenn auch die eine oder andere Funktion in den Vordergrund treten kann (nach HERKNER 1991, 171).

In dieses Modell läßt sich problemlos eine Berührung als Kommunikation einordnen. Es ist leicht vorstellbar, dass eine Berührung (Zeichen) etwas über die Senderin aussagt, so kann sie beispielsweise in einem Moment der Angst nach der Hand einer Freundin greifen. Diese Handlungsweise sagt sowohl etwas über sie selbst aus ('ich habe Angst', 'ich brauche Hilfe'), erfüllt also eine Ausdrucksfunktion; gleichzeitig beinhaltet diese Berührung auch einen Appell ('helf mir', 'sei bei mir'). Es ist eine Methode sich der Verbindung mit der anderen Person zu versichern, sie konkret körperlich spürbar herzustellen. Hat eine solche Berührung eine Darstellungsfunktion oder kann sie sie haben? Kann sie 'Sachverhalte' vermitteln? Eine Berührung kann zum Beispiel eine Warnung sein und zusammen mit einer zeigenden Geste sagen 'Stop, Vorsicht, da kommt ein Auto'.

Ein in Deutschland sehr bekanntes und auch über die Grenzen der akademischen Psychologie hinaus genutztes Modell der zwischenmenschlichen Kommunikation ist das von Friedemann SCHULZ VON THUN (1981). SCHULZ VON THUN sieht sein Modell als eine Kombination des Modells von WATZLAWICK

(s.u.) mit dem von BÜHLER. BÜHLER unterschied Darstellungs-, Ausdrucks- und Appellfunktion von Sprache, die unter Umständen gleichzeitig zum Tragen kommen. Hier ergänzte SCHULZ VON THUN den Aspekt der Beziehungsfunktion.

In seinem Modell geht SCHULZ VON THUN wie BÜHLER von einer Kommunikation zwischen zwei Personen aus. Die Senderin sendet eine Nachricht, die ein komplexes Gefüge von Informationen auf den verschiedenen Seiten des Quadrates ist, und die sich verschiedener Darstellungsweisen gleichzeitig bedient. Diese vier unterschiedenen Aspekte sind gleichzeitig in einer Nachricht enthalten, wenn auch, ebenso wie bei BÜHLER, mit variierenden Schwerpunkten. Sie können unterschiedliche und unter Umständen widersprüchliche Informationen vermitteln, und sie können von Senderin und Empfängerin unterschiedlich aufgefaßt werden.

1. **Sachaspekt** (Information): Die Mitteilung enthält einen Sachinhalt, eine Information.
2. **Selbstoffenbarungsaspekt** (Ich – Botschaften): Außerdem teilt die Senderin etwas über sich selbst mit. Die Empfängerin erfährt etwas darüber, wer die andere ist, was sie gerade wahrnimmt, was ihr wichtig ist, wie es ihr geht.
3. **Beziehungsaspekt** (Wir – Botschaften): Jede Nachricht beinhaltet auch Informationen zu der wahrgenommenen Beziehung zwischen den beteiligten Personen: ‘So denke ich, dass wir zueinander stehen, deshalb adressiere ich diese Nachricht an dich; das darf, muß ich dir erzählen’.
4. **Appellaspekt** (Handlungsaufforderung): Darüberhinaus ist eine Handlungsaufforderung, ein Appell mit der Mitteilung verbunden. Die Botschaft kann eine direkte Bitte um etwas sein oder auch ein indirekter Appell: ‘höre mir zu, tröste mich, finde mich toll, koche Kaffee’.

Wahrscheinlich sind der Senderin die verschiedenen Aspekte ihrer Mitteilung nur teilweise bewußt. Die Empfängerin nimmt die Nachricht wahr. Sie hört, sieht, fühlt, riecht, was ihr Gegenüber mitteilt. Wie sie das Wahrgenommene interpretiert, welche Schlüsse sie daraus zieht, wie sie daraufhin handelt, hängt von unterschiedlichen Faktoren ab: von der Situation, in der diese Kommunikation stattfindet, von der Lebenssituation der beteiligten Personen, von der Beziehung der beiden und von den Persönlichkeitsmerkmalen, Eigenschaften, Vorerfahrungen und dem Wissen von Senderin und Empfängerin. Die Nachricht kann vor allem unter dem einen oder anderen

Aspekt wahrgenommen werden. Die Empfängerin kann zum Beispiel aus einer Botschaft sofort herauszuhören versuchen, was sie tun soll und entsprechend dieses Appells handeln, oder sie interpretiert das Gesagte vor allem bezüglich der Aussage, die über die Beziehung der beiden Personen getroffen wurde. Verschiedene Möglichkeiten und Kombinationen sind vorstellbar. In einer Nachricht sind also viele Botschaften enthalten, und unter Umständen ist es schwierig oder verwirrend, auf alle gleichzeitig zu reagieren. Es wird deutlich, dass die verschiedenen Aspekte *jeder* Mitteilung nur teilweise bewußt sind. Das, was die Senderin sendet, und das, was die Empfängerin empfängt, können verschieden sein, und Teile bleiben bei beiden unbewußt.

„Daß jede Nachricht ein ganzes Paket mit vielen Botschaften ist, macht den Vorgang der zwischenmenschlichen Kommunikation so kompliziert und störanfällig, aber auch so aufregend und spannend“ (SCHULZ VON THUN 1981, 26).

SCHULZ VON THUN unterscheidet explizite und implizite Botschaften, also solche die ausdrücklich formuliert werden und andere, die zwar nicht ausdrücklich formuliert, aber dennoch in der Nachricht enthalten sind oder von der Empfängerin 'hineingelegt' werden können.

„Man könnte geneigt sein anzunehmen, dass die expliziten Botschaften die eigentlichen Hauptbotschaften sind, während die impliziten Botschaften weniger wichtig am Rande mitlaufen. Dies ist keineswegs der Fall. Im Gegenteil – die 'eigentliche' Hauptbotschaft wird oft implizit gesendet“ (SCHULZ VON THUN 1981, 33).

Er geht davon aus, dass implizite Botschaften oft nonverbal übermittelt werden. Bei einer Anwendung seines Modells auf rein nicht-sprachliche Nachrichten geht SCHULZ VON THUN davon aus, dass die 'Sach-Seite' meist leer sei; Selbstoffenbarung, Beziehung und Appell könnten jedoch auf diese Weise mitgeteilt werden (ebd. 33 -34). Dies ist vergleichbar mit der Darstellung von WATZLAWICK (1969) und von BÜHLER (1934). Eine Berührung als Selbstoffenbarung kann verschiedenes mitteilen. So profan erscheinende Wahrnehmungen wie Wärme oder Feuchtigkeit der Hand sind selbstoffenbarende Aspekte, die uns manchmal sogar unangenehm sind. Eine Berührung teilt etwas mit über den Wunsch nach Nähe und darin ist gleichzeitig ein Beziehungsaspekt enthalten: 'diese Art von Beziehung und von Kontakt wünsche ich mir'. Eine Berührung kann auch Appell sein und auffordern

sich zu kümmern, mitzukommen, oder als eher aggressive Berührung auch das genaue Gegenteil vermitteln.

In vielen Teilen unserer Gesellschaft, zum Beispiel auch in Schule und Arbeitsleben, wird der Sachaspekt überbetont, und die anderen Teile einer Nachricht als 'unsachlich' verpönt, so SCHULZ VON THUN. Aber auch wenn sie verpönt sind, so sind sie dennoch in jeder Nachricht enthalten und die Probleme der Selbstdarstellung und Beziehungsklärung sind nicht aufgehoben. Ganz im Gegenteil sind viele Menschen dadurch im Umgang mit anderen Aspekten einer Nachricht ungeübt und müssen dies erst mühsam wieder lernen (vgl. SCHULZ VON THUN 1981, 16).

Dies gilt sicherlich auch für Berührung. Wir sind nicht gewohnt, sie als Teil unserer Kommunikation zu sehen und als solche zu handhaben. Sie gehört aber zu einem lebendigen Miteinander dazu und vermittelt viele Botschaften.

5.3 Das Modell von WATZLAWICK, BEAVIN und JACKSON

WATZLAWICK et al. (1969) setzen in ihrer Theorie einen Rahmen, wie BÜHLER ihn zeichnet, voraus und fokussieren zum einen allgemeine Grundlagen, Bedingungen und Wirkungen von Kommunikation und zum anderen konkrete Inhalte, die kommuniziert werden. Mit den Modellen von BÜHLER und SCHULZ VON THUN lassen sich einzelne Kommunikationsepisoden betrachten und analysieren, für WATZLAWICK et al. dagegen stehen Kommunikationen und Interaktionen, die von längerer Dauer sind, im Zentrum.

Sie entwickelten ihr Modell der menschlichen Kommunikation in der praktischen Arbeit im Bereich der klinischen Psychologie. Mehr als BÜHLER betrachten sie Beziehungsdynamiken, die in der Kommunikation entstehen und in denen Kommunikation entsteht, und auch Psychopathologien und Verhaltensstörungen werden berücksichtigt. WATZLAWICK et al. definieren fünf pragmatische Axiome¹ der Kommunikation und betrachten diese Axiome als provisorische Formulierungen, die jedoch bereits ihre praktische Nützlichkeit gezeigt hätten.

¹ Ein Axiom ist ein angenommener Grundsatz, ein Postulat, auf dem die weitere Theorie aufbaut, ohne dass das Axiom selbst im Rahmen der Theorie in seinem Wahrheitsgehalt überprüft wird. Dieser kann nur aufgrund der empirischen Konsequenzen der Theorie erschlossen werden.

1. *Es ist unmöglich, nicht zu kommunizieren.* Genauso, wie es unmöglich ist, sich nicht zu verhalten, ist es unmöglich, nicht zu kommunizieren. „In dieser pragmatischen Sicht ist demnach nicht nur die Sprache, sondern alles Verhalten Kommunikation, und jede Kommunikation – selbst die kommunikativen Aspekte jedes Kontextes – beeinflusst das Verhalten“ (ebd. 23). Jede zwischenmenschliche Situation, das heißt jede Situation in der zwei oder mehr Menschen sich tatsächlich leiblich begegnen oder in der sie per Brief, Telefon oder Computer miteinander Kontakt haben, ist eine Kommunikation. Ebenso ist jedes Verhalten in dieser Situation Kommunikation: Reden oder Schweigen ist Kommunikation, Handeln oder Nicht-Handeln, auch jede Form der Vermeidung oder Verneinung von Kommunikation ist eine solche (vgl. WATZLAWICK et al. 1969, 50-53, 72-79).

Jede Berührung einer anderen Person ist also Kommunikation, denn eine Berührung stellt immer einen Kontakt her, ist ein sich 'in-Beziehung-setzen' zu einer anderen Person. Insofern ist Berührung sogar eine sehr direkte Art der Kommunikation und nicht ein Versuch sie zu vermeiden oder zu verneinen, auch wenn sie manchmal genutzt wird, um verbale Kommunikation zu umgehen.

2. Jede Kommunikation hat einen Inhalts- und Beziehungsaspekt, derart, dass letzterer den ersteren bestimmt und daher eine Metakommunikation ist. Jede Kommunikation hat einen Inhalts- und Beziehungsaspekt, es wird auf inhaltlicher Ebene eine Mitteilung gemacht, eine Information wird weitergegeben. Auf der Beziehungsebene erhalten wir Informationen über die Information, es wird uns mitgeteilt, wie die inhaltlichen Aspekte einzuordnen sind (vgl. WATZLAWICK et al. 1969, 53-56, 79-91). Der Inhaltsaspekt der Kommunikation entspricht etwa dem, was BÜHLER als Darstellungsfunktion bezeichnete, als Beziehung zwischen dem Zeichen und dem Objekt. Anders als WATZLAWICK jedoch, ordnet BÜHLER die verschiedenen Funktionen nicht in den hierarchischen Rahmen 'Kommunikation und Metakommunikation' ein. Auf Berührung bezogen stellt sich hier die Frage: da jede Berührung Kommunikation ist, hat jede Berührung einen Inhalts- und Beziehungsaspekt (s.u.)?
3. *Die Natur einer Beziehung ist durch die Interpunktion der Kommunikationsabläufe seitens der Partnerinnen bedingt.* Eine Folge von Kommunikationen erscheint häufig als ein ununterbrochener Austausch von Mitteilungen. Jede Teilnehmerin der Kommunikation legt ihr jedoch eine

eigene, individuelle Struktur zugrunde, organisiert die Kommunikation, und dies wird Interpunktion genannt. So wird jede der beteiligten Personen bestimmte Ansichten darüber haben, was in der Interaktion am Anfang stand und was eine Reaktion worauf ist. Uneinigkeit über diese Interpunktion bei den Kommunikationspartnerinnen ist laut WATZLAWICK ein häufiges Problem (vgl. WATZLAWICK et al. 1969, 57-61, 92-96). Ein klassisches Beispiel ist der Konflikt, 'ich meckere, weil du nie da bist', 'ich bin nie da, weil du meckerst'. Es könnte aber auch heißen: 'ich berühre dich, weil du so unruhig bist', 'ich bin so unruhig, weil du mich berührst'. Ich gehe davon aus, dass bei einer Berührung immer eine Form der Reaktion und damit eine Antwort da ist, denn wenn ich berühre, nehme ich gleichzeitig die andere Person wahr. Ich fühle, ob die Hand, die ich zur Begrüßung schüttele warm oder kalt, feucht, kraftvoll oder weich ist. Diese Antwort ist, anders als eine verbale Antwort, auch gleichzeitig und nicht nur nachgeordnet und zeitlich später da. Insofern ist der Begriff der Interpunktion schwierig für Berührung, denn er läßt wenig Raum für Gleichzeitigkeit von verschiedenen Kommunikationen.

4. Menschliche Kommunikation bedient sich digitaler und analoger Modalitäten. Digitale Kommunikationen haben eine komplexe und vielseitige logische Syntax, aber eine auf dem Gebiet der Beziehungen unzulängliche Semantik. Analoge Kommunikationen dagegen besitzen dieses semantische Potential, ermangeln aber die für eindeutige Kommunikationen erforderliche Syntax. Objekte können dargestellt werden über eine Analogie oder über einen Namen, einen Begriff. Eine Analogie wäre etwas, was dem darzustellenden Objekt in irgendeiner Weise ähnlich ist. Ein Begriff hat keine Ähnlichkeit mit dem, was er bezeichnet, seine Bedeutung erhält er über ein kulturelles Übereinkommen, mit einem bestimmten Begriff ein bestimmtes Objekt zu bezeichnen. Unsere Sprache ist überwiegend digital organisiert. Der Begriff 'Tisch' beispielsweise bezeichnet, wie wir alle wissen, eine bestimmte Art von Möbelstück. Diese Buchstaben- oder Lautfolge ist uns vertraut, weil wir ihre Bedeutung gelernt haben, das Wort oder der Klang des Wortes 'Tisch' sind aber in keiner Weise einem Tisch ähnlich. Eine Analogie hingegen setzt immer eine Ähnlichkeitsbeziehung voraus zu dem, was sie bezeichnet. Eine erhobene Faust als Drohgebärde, meist in Kombination mit einem wütenden Gesichtsausdruck, ist eine analoge Kommunikation. Die Faust deutet an, dass sie als Schlaginstrument genutzt werden kann, die Aussage ist: 'ich könnte dich schlagen'.

Viele menschliche Entwicklungsschritte und kulturelle Errungenschaften sind nicht vorstellbar ohne die Fähigkeit zu digitaler Kommunikation, so WATZLAWICK. Auf dem Gebiet der Beziehungen ist digitale Kommunikation jedoch weniger wichtig, und wir bedienen uns nahezu ausschließlich analoger Kommunikationsformen (vgl. WATZLAWICK et al. 1969, 61-68, 96-103; & s.u.).

5. Zwischenmenschliche Kommunikationsabläufe sind entweder symmetrisch oder komplementär, je nachdem, ob die Beziehung zwischen den Partnerinnen auf Gleichheit oder Unterschiedlichkeit beruht. Symmetrische Beziehungen streben nach Gleichheit und Verminderung von Unterschieden, während komplementäre sich in ihren Unterschiedlichkeiten ergänzen. In der komplementären Beziehung gibt es zwei verschiedene Positionen, die von WATZLAWICK et al. als superiore, primäre Stellung und inferiore, sekundäre Stellung charakterisiert werden. Diese Bezeichnungen sollen nicht mit Wertungen assoziiert werden, so WATZLAWICK, sie ergänzen sich gegenseitig und sind somit voneinander abhängig. Oft basieren solche Beziehungen auf gesellschaftlichen und kulturellen Kontexten und entsprechen vorgegebenen Rollenmustern, wie zum Beispiel in der Beziehung 'Mutter – Kind' oder 'Ärztin – Patientin'. In solchen Beziehungen sei die hierarchische Struktur vorgegeben, die Rollen und Verhaltensweisen sind aufeinander abgestimmt und sind ineinander verzahnt. Andere Beziehungen haben prinzipiell Gleichheit zum Ziel, wie bei einer freundschaftlichen Beziehung, Partnerinnenschaft, oder unter Kolleginnen. Auch in solchen Beziehungen kommt es jedoch zu komplementären, asymmetrischen Kommunikationsabläufen, wenn beispielsweise die eine Kollegin der anderen etwas erklärt. Ein Wechsel zwischen den verschiedenen Kommunikationsformen kann eine Beziehung stabilisieren. Auch in einer prinzipiell gleichberechtigten Beziehung können die Beteiligten eine dauerhafte komplementäre Struktur für sich gewählt haben. Probleme treten auf, wenn die Partnerinnen in der Kommunikation in ihrer Beziehungsdefinition uneinig sind und beispielsweise um eine primäre Position ringen („symmetrische Eskalationen“, ebd. 103), (vgl. WATZLAWICK et al. 1969, 68-70, 103-113). Diese Beziehungsdefinition läßt sich auch über Berührungen mitteilen. HENLEY (1989) fand in ihrer Studie heraus, dass in der Regel statushöhere Personen eine Berührung initiieren, also mit Worten WATZLAWICKS' diejenigen, die sich bei einer komplementären Beziehung in der primären, superioren Stellung befinden. Es sind eher die Chefinnen,

Ärztinnen und Lehrerinnen, die berühren und nicht die Angestellten, Patientinnen und Schülerinnen. Bei zwischengeschlechtlichen Berührungen sind es eher die Männer, die berühren und die Frauen, die berührt werden. Es ist davon auszugehen, dass eine solche Berührung ein Berührungsrecht, eine Verfügungsmacht ausdrückt, und auch ein Kampf um die primäre Position kann darin ihren Ausdruck finden.

Die Aussage von WATZLAWICK, DASS diese komplementäre Beziehungsstruktur mit superioren und inferioren Positionen nicht mit Wertungen assoziiert werden sollte, ignoriert die gesellschaftlich existierenden Macht- und Statusunterschiede und ist insofern problematisch. Kommunikation ist immer auch Teil einer aktiven politischen Struktur.

5.3.1 Das Modell von Watzlawick und Berührung

WATZLAWICK et al. beschäftigen sich nicht gesondert mit dem Thema der nonverbalen Kommunikation. Bei ihrem umfassenden Verständnis von Kommunikation, wie es im ersten Axiom deutlich wird, gehört nichtsprachliche Kommunikation und damit Berührung jedoch explizit dazu. Eine Berührung ist nach dieser Theorie eine analoge Kommunikationsform, die eine Beziehungsbotschaft vermittelt. Dies ist leicht vorstellbar und viele Beispiele dazu sind möglich.

„Durch das Eincremen zeigte er mir seine Liebe – er liebte mich auch mit zerschundener Haut – er liebte auch diese von mir in akuten Phasen so schmerzlich zu erfahrene Haut. Dies zu erfahren, war sehr sehr schön für mich“ (G14).

„Ray rieb ihr den Rücken und tätschelte ihr die Schulter mit einer Reihe nutzloser Bewegungen, die trotz allem sein Mitgefühl und seine Betroffenheit kundtaten“ (GRAFTON 1993, 192).

Die Philosophin Susanne LANGER beschreibt, dass nicht alle Dinge sich sprachlich ausdrücken lassen, und wir dennoch andere Möglichkeiten haben, uns mitzuteilen.

„Wohl aber glaube ich, dass es in dieser physischen raumzeitlichen Welt unserer Erfahrung Dinge gibt, die in das grammatische Ausdrucksschema nicht hineinpassen. Dabei handelt es sich jedoch nicht notwendigerweise um etwas Blindes, Unbegreifliches, Mystisches; es handelt sich einfach um Dinge, die durch ein anderes symbolisches Schema als die diskursive Sprache begriffen werden müssen. Und um

die Möglichkeit einer nicht-diskursiven Struktur zu demonstrieren, braucht man nur die logischen Erfordernisse, die für jede symbolische Struktur überhaupt gelten, zu untersuchen. Die Sprache ist keinesfalls unsere einzige artikulierte Hervorbringung“ (LANGER 1965, 95).

Berührung scheint mir eine dieser Möglichkeiten zu sein. Ich gehe davon aus, dass es Aspekte unseres Lebens geben kann, die wir immer noch tatsächlich leiblich begreifen müssen und nur so begreifen können. Gefühle lassen sich manchmal leichter schweigend mitteilen, nonverbal und berührend.

„Es ist, als ob es in der vielschichtigen Sprache der Liebe ein Wort gäbe, das nur von Lippen ausgedrückt werden kann, die von anderen Lippen berührt werden, ein stillschweigender Vertrag, der mit einem Kuß besiegelt wird“ (ACKERMAN 1991, 142).

5.3.2 Inhalts- und Beziehungsaspekt von Kommunikation (Axiom 2)

Den Beziehungsaspekt einer Kommunikation bezeichnen WATZLAWICK et al. auch als *Metainformation*. Es werde vermittelt, wie die auf der inhaltlichen Ebene gegebene Information aufzufassen sei, und somit gehöre diese Information einem höheren logischen Typus an, sei also Metainformation. „Der Inhaltsaspekt vermittelt die ‘Daten’, der Beziehungsaspekt weist an, wie diese Daten aufzufassen sind“ (ebd. 55).

Ein wichtiges ‘Thema’ der Kommunikation auf der Beziehungsebene sind laut WATZLAWICK et al. die ‘Ich- und Du- Definitionen’.

„Es hat den Anschein, dass wir Menschen mit anderen zum Zweck der Erhaltung unseres Ichbewußtseins kommunizieren müssen“ (ebd. 84).

Dies kann auf der Inhaltsebene ganz unterschiedlich formuliert werden, auf der Beziehungsebene jedoch lautet die Information immer: ‘So sehe ich mich selbst’, oder genauer formuliert: ‘So sehe ich mich selbst in Beziehung zu dir in dieser Situation’. Der Beziehungsaspekt in diesem Modell umfaßt die von SCHULZ VON THUN unterteilten Botschaften Selbstoffenbarungs-, Beziehungs- und Appellaspekt. Die Senderin, die so ihre Definition ihrer selbst und ihre Definition der Beziehung zur Empfängerin mitgeteilt hat, erhofft nun, in ihrer Wahrnehmung bestätigt zu werden, zumindest aber kann sie mit irgendeiner Form der Reaktion auf diesen Aspekt ihrer Mitteilung rechnen.

Das entsprechende Gegenüber kann auf drei verschiedene Weisen auf diese Selbstdefinition reagieren:

(a) Bestätigung:

B kann die vorgetragene Selbstdefinition von A bestätigen und vermitteln, dass sie oder er A auch so sieht. „Diese Ratifizierung von A's Identität durch B stellt die wichtigste Voraussetzung für geistige Stabilität und Entwicklung dar, die sich bisher aus unseren Untersuchungen ergeben hat“ (ebd. 84). Martin BUBER dazu:

„In allen Gesellschaftsschichten bestätigen Menschen einander ... in ihren menschlichen Eigenschaften und Fähigkeiten, und eine Gesellschaft kann in dem Maße menschlich genannt werden, in dem ihre Mitglieder einander bestätigen ... Die Grundlage menschlichen Zusammenlebens ist eine zweifache und doch eine einzige – der Wunsch jedes Menschen, von den anderen als das bestätigt zu werden, was er ist oder sogar als das, was er werden kann; und die angeborene Fähigkeit des Menschen, seine Mitmenschen in dieser Weise zu bestätigen. dass diese Fähigkeit so weitgehend brachliegt, macht die wahre Schwäche und Fragwürdigkeit der menschlichen Rasse aus: Wirkliche Menschlichkeit besteht nur dort, wo sich diese Fähigkeit entfaltet“ (BUBER 1957).

Eine Bestätigung ist also in vielerlei Hinsicht elementar (vgl. WATZLAWICK 1969, 85) und diese Bestätigung kann auch über eine Berührung vermittelt werden. Ein solches Beispiel erzählt die sechste Geschichte:

„Manchmal brauche ich eine Berührung, um in Kontakt zu kommen, sozusagen als Vertrauensbeweis und als Basis, dass eine grundsätzliche Anerkennung da ist“ (G6).

Eine Berührung vermittelt die Anerkennung des vorhandenen persönlichen Kontaktes. Berührungen, die vor allem in freundschaftlichen Beziehungen üblich sind, bestätigen eben jene freundschaftliche bis intime Basis der Begegnung. Unterschiedliche Berührungsregeln und -gewohnheiten können eine Verunsicherung bedeuten, denn unter Umständen wird die berührende Bestätigung der gemeinsamen Beziehung vermisst.

„Seitdem ich im Osten lebe, fehlt mir das häufige Umarmen von guten Freunden. Hier geben sich alle die Hand. Zum Glück erweiterte sich mein Freundeskreis um ein paar 'Wessis'. Obwohl ich meine ost-

deutschen Freunde genauso gerne mag, wie die Westdeutschen, kann ich die Beziehungen zu den 'Ossis' viel schlechter einschätzen, d.h. ich bin mir nicht sicher, wie sie zu mir stehen. Es fehlt mir die Umarmung“ (G14).

(b) Verwerfung:

B hat auch die Möglichkeit, die Selbstdefinition von A zu verwerfen. „Verwerfung jedoch, wie schmerzlich sie auch sein mag, setzt zumindest eine begrenzte Anerkennung dessen voraus, was verworfen wird, und negiert dabei nicht notwendigerweise die Wirklichkeit des Bildes, das A von sich hat“ (ebd. 85). Mit einer Verwerfung sagt B zwar 'ich sehe dich anders' oder sogar 'es ist falsch, was du von dir denkst', aber B stellt sich damit auch der Auseinandersetzung und bestätigt zwar nicht A's Selbstdefinition, aber ihr Selbst, ihre Existenz.

Eine zurückgewiesene Berührung kann eine solche Verwerfung bedeuten. Die Person drückt damit aus 'ich sehe dich und unsere Beziehung nicht so, dass diese Berührung möglich und mir angenehm ist'.

„Ich fand eine Frau, die ich gern mochte. Ich war es gewohnt, auch einmal einen Arm zu berühren, um zu sagen: ich mag dich, meine Freude in einer Umarmung auszudrücken oder Trost zu spenden durch leichtes Streicheln übers Haar. Doch ich merkte bald, dass das gar nicht als angenehm empfunden wurde. Ein Zurückzucken des Armes, blitzende Abwehr in den Augen, Stocksteifigkeit waren das Ergebnis. Meine neue Freundin meinte gar ich sei lesbisch und gab mir zu verstehen, dass sie Abstand wolle. Ich fühlte mich zurückgewiesen, hatte ich doch ein großes Bedürfnis nach Berührung“ (G2).

(c) Entwertung:

„Die Entwertung, wie wir sie bei pathologischer Kommunikation finden, hat nichts mehr mit Wahrheit oder Falschheit – sofern diese Begriffe hier überhaupt anwendbar sind – zu tun; sie negiert vielmehr die menschliche Wirklichkeit von A als dem Autor dieser Definition“ (ebd. 86).

Eine solche Entwertung negiert nicht nur die konkrete Art der Selbstdefinition, sondern auch das prinzipielle Recht auf eine Selbstdefinition und damit stellt sie die Existenz von A in Frage. Eine Entwertung kann vorliegen, wenn eine Person B handelt, ohne die andere Person A wahrzunehmen, wenn diese

nur noch in der Funktion betrachtet und berücksichtigt wird, die sie zu erfüllen hat. Dann wird es völlig unerheblich, was A sagt oder tut und ihre Selbstdefinition ist damit entwertet.

Eine gewalttätige Berührung, ein sexueller Mißbrauch sind sicherlich Beispiele für entwertende Berührungen. Die angegriffene Person wird in ihrer Integrität bedroht, und ihr Recht auf körperliche und seelische Unversehrtheit wird negiert, und damit geht eine Entwertung einher. Dies gilt insbesondere für Gewalt in einer stark hierarchischen Beziehungssituation.

Inhalts- und Beziehungsaspekt stehen in engem Zusammenhang mit den analogen und digitalen Modalitäten, die WATZLAWICK et al. in ihrem vierten Axiom vorstellen.

„Wenn wir uns nun erinnern, dass jede Kommunikation einen Inhalts- und einen Beziehungsaspekt hat, so wird deutlich, dass die digitalen und die analogen Kommunikationsweisen nicht nur nebeneinander bestehen, sondern sich in jeder Mitteilung gegenseitig ergänzen. Wir dürfen ferner vermuten, dass der Inhaltsaspekt digital übermittelt wird, der Beziehungsaspekt dagegen vorwiegend analoger Natur ist“ (ebd. 64).

5.3.3 Analoge und digitale Modalitäten (Axiom 4)

WATZLAWICK et al. gehen davon aus, dass nur wir Menschen digital kommunizieren (vgl. ebd. 63). Tiere hingegen kommunizieren zwar über Laute, Gesten, in Kampf und Spiel und in der Sexualität und definieren darüber ihre Beziehung zu anderen Tieren oder auch zu ihrer menschlichen Bezugsperson, sie kommunizieren jedoch ausschließlich analog. Die Bedeutung (menschlicher) digitaler Kommunikation ist nach Meinung von WATZLAWICK et al. außerordentlich groß.

„Es besteht kein Zweifel, dass die meisten, wenn nicht alle menschlichen Errungenschaften ohne die Entwicklung digitaler Kommunikation undenkbar wären. Dies gilt insbesondere für die Übermittlung von Wissen von einer Person zur anderen und von einer Generation zur nächsten“ (ebd. 63).

Digitale Kommunikationsformen sind abstrakt, ein Begriff erhält seine Bedeutung durch ein kulturelles Übereinkommen, das uns lehrt, dass dieser bestimmte Begriff ein bestimmtes Objekt bezeichnet.

„Digitales Mitteilungsmaterial ist weitaus komplexer, vielseitiger und abstrakter als analoges. Vor allem finden wir in der Analogiekommunikation nichts, das sich mit der logischen Syntax der digitalen Sprache vergleichen ließe. Dies bedeutet, dass die Analogiesprache so grundlegende Sinnelemente wie ‘wenn-dann’, ‘entweder-oder’ und viele andere nicht besitzt und dass ferner der Ausdruck abstrakter Begriffe in ihr so schwierig oder unmöglich ist wie in der primitiven Bilderschrift, in der jeder Begriff nur durch eine Abbildung dargestellt werden kann“ (ebd. 66).

Analoge Kommunikationsmittel haben eine Ähnlichkeitsbeziehung zu dem, was sie bezeichnen, es gibt eine Verwandtschaft zwischen dem Objekt und dem gewählten Ausdruck, so zum Beispiel bei einer Zeichnung oder einer mimischen Darstellung. Wenn wir uns über unsere Beziehungen verständigen, verliert das komplexe und vielseitige digitale Kommunikationsmittel an Bedeutung, und analoge Kommunikation tritt in den Vordergrund, so WATZLAWICK.

„Überall, wo die Beziehung zum zentralen Thema der Kommunikation wird, erweist sich die digitale Kommunikation als fast bedeutungslos. Das ist nicht nur ... zwischen Mensch und Tier der Fall, sondern in zahllosen Situationen des menschlichen Lebens, z. B. in Liebesbeziehungen, Empathie, Feindschaft, Sorge und vor allem im Umgang mit sehr kleinen Kindern und schwer gestörten Patienten“ (ebd. 64).

5.3.4 Zur Digitalität von Sprache

Wenn WATZLAWICK et al. von der Digitalität von Sprache sprechen, so weckt dies den Eindruck, dass Sprache ein rein oder überwiegend sachliches und praktisches Instrument zur Übermittlung von Informationen sei. Dem ist nicht so. Zwar mag der Zusammenhang zwischen einer gewählten Laut- oder Buchstabenfolge und dem was sie bezeichnet, einigermäßen willkürlich und beliebig sein, aber unsere Sprache hat eine Lebendigkeit, Vielfalt und Ausdruckstärke, die sich uns nicht erschließt, wenn wir die Digitalität als ihr Hauptmerkmal betrachten (vgl. MUCKEL 2000).

„Worte waren ursprünglich Zauber und das Wort hat noch heute viel von seiner alten Zauberkraft bewahrt. Durch Worte kann ein Mensch den andern selig machen oder zur Verzweiflung treiben, durch Worte

überträgt der Lehrer sein Wissen auf die Schüler, durch Worte reißt der Redner die Versammlung der Zuhörer mit sich fort und bestimmt ihre Urteile hervor und Entscheidungen. Worte rufen Affekte hervor und sind das allgemeine Mittel zur Beeinflussung der Menschen untereinander. Wir werden also die Verwendung der Worte in der Psychotherapie nicht gering schätzen“ (FREUD 1940a /1916, 10).

WATZLAWICK et al. erwähnen die Notwendigkeit der Sprache bei der Vermittlung von Wissen (Information) und betonen ihre besondere Komplexität und Abstraktion. In diesem Zusammenhang sind die Ansätze der amerikanischen Philosophin Susanne K. LANGER von besonderer Bedeutung. In ihrer Theorie der Sprachentstehung geht sie davon aus, dass die entwicklungs-geschichtlich primäre Funktion der Sprache *nicht* die Kommunikation *über etwas* und die Weitergabe von Informationen war, sondern der Ausdruck von Gefühlen. Sie sieht Sprache also nicht in erster Linie als Informationsträgerin, sondern als expressives Mittel, zumindest von ihrem Ursprung her. Somit hätte bei der Entstehung der Sprache der Beziehungsaspekt im Vordergrund gestanden.

Rein digitale Kommunikation ist nicht möglich, und niemals alltägliche Realität, denn in jeder Kommunikation sind Beziehungsbotschaften enthalten. Unter Bezugnahme auf das erste Axiom von Watzlawick ließe sich sagen: ‘Ich kann nicht nicht analog kommunizieren’. Digitale Kommunikation ist insofern ein Konstrukt². WATZLAWICK würde dieser Aussage nicht widersprechen, denn wie im zweiten Axiom beschrieben, geht er davon aus, dass *jede* Kommunikation einen Inhalt- und Beziehungsaspekt hat. Dennoch berücksichtigt er meiner Ansicht nach nicht genug, dass diese Kommunikation *immer* gleichzeitig stattfindet und dass der Inhaltsaspekt niemals gänzlich zu trennen ist von dem Beziehungsaspekt. Unsere Sprache ist kein strenges eindeutig definiertes Zeichensystem, sondern sie ist voller Symbole, voller Metaphern, voller Möglichkeiten. Diese über reine Digitalität hinausweisende Aspekte von Sprache lassen WATZLAWICK et al. unberücksichtigt. Ein Wort, das wir benutzen ist nicht nur irgendein Wort, sondern verbunden

2 Interessant ist, dass WATZLAWICK einen Zusammenhang herstellt, zwischen analoger und digitaler zwischenmenschlicher Kommunikation und Prozessen in unserem Körper. Für analoge Kommunikation steht das endokrine System (Hormonsystem), als digital kommunizierend sieht er das Nervensystem an. Dies entspricht jedoch nicht mehr unserem heutigen Wissensstand. Er verweist auf die ‘Alles-oder-Nichts-Regel’, die lange für neuronale Erregungen als gültig betrachtet wurde, jedoch inzwischen widerlegt ist.

mit einer Vielzahl von Bedeutungen, Bildern, Redewendungen. Diese geschichtliche Dimension von Sprache wird deutlich, wenn wir unsere Muttersprache verlassen und uns in einer anderen, später erlernten Sprache zu verständigen und auszudrücken versuchen. Eine andere Sprache, die zunächst Fremdsprache ist, entbehrt dieser geschichtlichen Dimension, sie ist nicht verankert und die Bedeutung der Worte bleibt an der Oberfläche. Eva HOFFMANN (1995) beschreibt dies in ihrem Roman 'Lost in Transition':

„Die Wörter, die ich jetzt lerne, stehen nicht auf die gleiche unangefochtene Art für Dinge wie die Wörter meiner Muttersprache. 'Fluß' hat im Polnischen einen lebendigen Klang, er war erfüllt vom Wesen einer Flußlandschaft, meiner Flüsse, von meinem Eintauchen in Flüsse. Auf englisch klingt 'river' kalt – es ist ein Wort ohne Aura. Es besitzt für mich keine Assoziationen, die sich angesammelt haben, und es hat nicht den leuchtenden Schleier zusätzlicher Bedeutungen. Es beschwört nichts“ (HOFFMANN 1995, 116-117).

5.3.5 Zum Zusammenhang von Inhalts- und Beziehungsaspekt

WATZLAWICK et al. schreiben, dass *jede* Mitteilung auf der Beziehungsebene eine Information über eine Information auf der Inhaltsebene ist. Mir erscheint dies fraglich. So gibt es auch Beziehungsinformationen, die unabhängig von einer sprachlichen Mitteilung auftreten und auch ohne sie verständlich sind. Andere gehen darüberhinaus und teilen weitaus mehr mit, als nur eine Erläuterung der sprachlichen Inhalte. Obwohl WATZLAWICK et al. schreiben, dass jedes Verhalten Kommunikation ist, fokussieren sie hier Sprache, die einen Inhalt vermittelt und die von einer analogen Beziehungsbotschaft begleitet wird, sie ordnen also den Beziehungsaspekt dem Inhaltsaspekt nach.

Bei ihrer Unterscheidung zwischen analoger und digitaler Kommunikation gehen WATZLAWICK et al. davon aus, dass digitale Kommunikation die sprachlichen Anteile umfaßt und analoge Kommunikation die nicht-sprachlichen. Ich bezweifle, dass diese Trennung eindeutig vorgenommen werden kann. Bestimmte nicht-sprachliche Zeichen und Symbole, die ihre Bedeutung durch Tradition und eine kulturelle Übereinkunft erhalten haben sind eher digital als analog, und wie oben beschrieben ist jede sprachliche und mithin digitale Kommunikation von analogen Komponenten begleitet und von ihnen nicht zu trennen. Dies gilt ohnehin bei einer persönlichen Kommunikation, aber auch bei schriftlicher Kommunikation sind in Formulierung und Wortwahl 'Nicht-digitale-Komponenten' enthalten.

WATZLAWICK et al. gehen davon aus, dass Kommunikation über den Beziehungsaspekt Metakommunikation ist, da sie uns vermittelt, wie wir die Informationen, die uns auf der Inhaltsebene vermittelt wurden, aufzufassen haben. Tiere hingegen seien nicht zu digitaler Kommunikation in der Lage, sondern nur zu analoger Kommunikation. Ihr Beispiel ist, dass eine Katze, die an unserem Bein entlang streicht, wenn wir an den Kühlschrank gehen, nicht sagt: 'gib mir Milch', sondern sie sagt: 'sei meine Mutter'. Sie folgern daraus, dass Tiere ausschließlich metakommunizieren. Auch Kinder kommunizierten zunächst analog, bevor sie lernen, sich auch durch Sprache zu verständigen. Das hieße, dass die Metakommunikation am Anfang steht, da sie entwicklungsgeschichtlich zuerst da ist. Indem WATZLAWICK et al. von Kommunikation und Metakommunikation sprechen, entsteht wiederum eine Hierarchie, dergestalt, dass die Metakommunikation, also die Beziehungsbotschaft immer der inhaltlichen Botschaft nachgeordnet ist, da sie vermittelt, wie diese inhaltliche Mitteilung aufzufassen ist.

Ich möchte das Beispiel der Katze noch einmal aufgreifen. Wenn die Katze durch ihr Verhalten 'sagt', 'sei meine Mutter', so werden die meisten Katzenbesitzerinnen die inhaltliche Botschaft, 'gib mir Milch', sehr wohl verstehen. Andererseits ist es gut vorstellbar, dass Menschen die Botschaft 'sei meine Mutter' oder 'kümmere dich um mich' in einer von dieser Beziehungsbotschaft begleiteten inhaltlichen Nachricht übermitteln: 'mach mir einen Tee' oder 'ich habe Hunger'. Das heißt, es ist sowohl möglich, dass eine Inhaltsbotschaft von einer Beziehungsbotschaft begleitet wird, als auch umgekehrt, und beide Mitteilungen können in verschiedenen Situationen Priorität haben. Meiner Ansicht nach handelt es sich deshalb nicht um Kommunikation und Metakommunikation, sondern um zwei Aspekte einer Kommunikation, die sich gegenseitig auf gleicher Ebene ergänzen.

5.3.6 Sprache und Berührung – Zum Problem der Übersetzung

WATZLAWICK spricht von der Notwendigkeit und dem Problem der Übersetzung digitaler Inhalte in analoge und umgekehrt.

„Die Notwendigkeit des Übersetzens besteht in beiden Richtungen. Nicht nur bringt jede Übersetzung vom Digitalen ins Analoge einen wesentlichen Verlust von Information mit sich, sondern auch der umgekehrte Prozeß, d.h. jede sprachliche (also digitale) Auseinandersetzung über eine menschliche Beziehung ist deswegen überaus

schwierig, weil sie eine Digitalisierung praktisch rein analoger Phänomene erfordert“ (ebd. 67).

Ein Beispiel für eine solche Übersetzungsarbeit wäre der Versuch über Berührung zu reden, beispielsweise darüber, wie wir eine Berührung empfinden, was wir mögen und was nicht. Dazu gehört, Grenzen und Wünsche deutlich auszusprechen, und dies sind oft schwierige Aufgaben in einer Beziehung. So muß erst jede Person für sich selbst herausfinden, was sie mag und dann muß das mitgeteilt werden, gehört werden und im Kontakt umgesetzt werden. Die Sprache, das Reden über Berührung macht vieles konkreter, aber damit auch angreifbarer und es gehört oft Mut dazu, eigene Bedürfnisse auszusprechen.

„Sie saß mir gegenüber, hörte mir zu und versuchte mir – wieder verbal – Mut zu machen und meine Zweifel zu zerstreuen – ich hatte in wahnsinnig starkes Bedürfnis nach körperlicher Nähe und Wärme und wünschte mir, sie würde mich einfach in den Arm nehmen – ich spürte, dass ich genau das jetzt bräuchte – und dann nahm ich meinen ganzen Mut zusammen und bat sie darum, mich in den Arm zu nehmen und ging das Risiko ein, dass sie das vielleicht weder wollen noch können würde – und es war für mich ein kleines Wunder, als sie meinen Wunsch erfüllte“ (G17).

LANGER unterscheidet zwischen der Sprache und anderen Kommunikationsformen und aus dieser Unterscheidung resultiert für sie eine nur begrenzt mögliche Übersetzung.

„Wenn also von den verschiedenen Medien nichtverbaler Darstellung als von bestimmten ‘Sprachen’ die Rede ist, so ist dies in Wirklichkeit eine unpräzise Ausdrucksweise. Sprache im strengen Sinn ist ihrem Wesen nach diskursiv; sie besitzt permanente Bedeutungseinheiten, die zu größeren Einheiten verbunden werden können; sie hat festgelegte Äquivalenzen, die Definition und Übersetzung möglich machen; ihre Konnotationen sind allgemein, so dass nichtverbale Akte, wie Zeigen, Blicken, oder betontes Verändern der Stimme nötig sind, um ihren Ausdrücken spezifische Denotationen zuzuweisen“ (LANGER 1965, 103).

Das heißt, Sprache ist aus verschiedenen Einheiten zusammengesetzt, die jeweils in sich eine Bedeutung tragen, wie einzelne Worte oder Silben das tun. Diese kleinen Einheiten sind zu größeren zusammengesetzt, also zu

Sätzen, Gedichten oder Geschichten. Die Bedeutungen der einzelnen Einheiten sind festgelegt, von daher sind Übersetzung und Definition möglich. In der Sprache enthaltene emotionale Bedeutungen sind relativ allgemein und von daher dienen nichtverbale Elemente dazu, das Gesagte zu präzisieren. Eine wirkliche Übersetzung ist laut LANGER jedoch nicht möglich.

„Alle diese hervorstechenden Züge unterscheiden sie [die Sprache] vom ‘wortlosen’ Symbolismus, der nichtdiskursiv und unübersetzbar ist, keine Definitionen innerhalb seines eigenen Systems zuläßt und das Allgemeine nicht direkt vermitteln kann. Die durch die Sprache übertragenen Bedeutungen werden nacheinander verstanden und dann durch den als Diskurs bezeichneten Vorgang zu einem Ganzen zusammengefaßt; die Bedeutungen aller anderen symbolischen Elemente, die zusammen ein größeres artikuliertes Symbol bilden, werden nur durch die Bedeutung des Ganzen verstanden, durch ihre Beziehung innerhalb der ganzheitlichen Struktur. ... Wir wollen diese Art von Semantik ‘präsentativen Symbolismus’ nennen, um seine Wesensverschiedenheit vom diskursiven Symbolismus, das heißt von der eigentlichen ‘Sprache’ zu charakterisieren“ (LANGER 1965, 103).

Im Gegensatz zur Sprache also erklärt sich die Bedeutung einer Geste aus dem Kontext, aus dem Ganzen, dem diese Geste entstammt. Im Gegensatz zu einem Wort, dem eine bestimmte Definition zukommt, lassen sich die Geste, die Berührung, die Mimik nicht isoliert erklären und nicht übersetzen.

Ich denke, dass eine zentrale Besonderheit analoger Kommunikation ist, dass sie, wie bereits erwähnt, mehrere Aspekte gleichzeitig übermitteln kann. LANGER bezeichnet dies als die Entstehung eines neuen größeren Symbols. Wenn wir versuchen, dieses neue Symbol in digitale Kommunikation zu übersetzen, geht die Gleichzeitigkeit und ganzheitliche Struktur verloren. So vermag die Beschreibung und sprachliche Darstellung einer Berührung oft nicht den Inhalt der Berührung, die Art und Weise, wie sie empfunden wurde, zu vermitteln. Wenn ich in dieser Arbeit über Berührung schreibe, wird deutlich, wie schwierig es ist, eine Berührung umfassend sprachlich zu erfassen. In einer Berührung werden viele Aspekte parallel vermittelt. Wir können sprachlich zunächst den körperlichen Vorgang beschreiben, wer, wen, wie, wo und wie lange berührt hat. Wir können versuchen, die Wahrnehmung von verschiedenen Eigenschaften der Berührung sprachlich zu erfassen, wie Wärme, Druckstärke, Ausbreitung des Drucks und gleichzeitig Trockenheit, Feuchtigkeit, Klebrigkeit, Härte oder Weichheit erwähnen und

wollten wir diese äußeren Parameter detailliert in Worte fassen, wäre das schon schwierig genug. Wenn jedoch gleichzeitig auch noch eigene Regungen, wie der sich unter der berührenden Hand (ent-)spannende Muskel oder die bei leichter Berührung sich aufstellenden Haare *und* ebenso die äußere Situation und emotionale Reaktion und Interaktion beschrieben werden sollen, so bedarf es schon vieler, vergleichsweise umständlicher Sätze um ein oftmals einfaches berührendes Geschehen zu beschreiben.

Sprachliche Berichte analoger Kommunikationen reduzieren deshalb die Komplexität der Analogie. Wir sind jedoch nicht immer auf so viele Worte angewiesen, um uns eine Berührung vorstellen zu können. Die Sprache vermag über einzelne bedeutungsreiche Worte, Formulierungen und Metaphern auch sehr viele Nuancen gleichzeitig mitzuteilen (vgl. LANGER 1965), wie das zum Beispiel in der Poesie geschieht. Die Art der Verständigung bleibt jedoch eine ganz andere.

Wenn wir eine Berührung rein äußerlich zu betrachten versuchen, als den realen Körperkontakt der entsteht, wenn wir über Ort der Berührung, Druckstärke, entwickelte Wärme und Dauer Berührung informiert wären, so hätten wir in den meisten Fällen noch keine Idee von der Bedeutung der Berührung. In einer bestimmten Situation, mit einer bestimmten Person, in entsprechender Umgebung entstehen völlig verschiedene Berührungserlebnisse, aus derselben Art der Reizung. Die auf den Arm gelegte Hand kann als Unterstützung, als Machtdemonstration, als Trost, als Dank, als Warnung und als Halt gebend empfunden werden. Das neue Symbol, was nach LANGER aus einer solchen Handlung entsteht, teilt sich uns oft sehr eindeutig mit, entzieht sich jedoch zu einem Teil einer sprachlichen Darstellung.

Der Zweck einer solchen Übersetzung nonverbaler Inhalte in sprachliche ist zum einen sicherlich, dass es damit möglich wird, über die Beziehung und die Art des Kontaktes zu reden. Eine weitere Funktion von Sprache in diesem Zusammenhang scheint mir jedoch die des 'Festhaltens' zu sein. Auch mit einer Berührung können wir etwas festhalten, mit Sprache jedoch auf eine ganz andere Weise.

„Das Phänomen des Festhaltens am Objekt vermöge eines Symbols ist so elementar, dass die Sprache auf diesem Grunde herangewachsen ist. Ein Wort fixiert etwas in der Erfahrung und macht es zum Kern der Erinnerung, zu einer verfügbaren Vorstellung. Andere Eindrücke gruppieren sich um die bezeichnete Sache und werden assoziativ miterinnert, wenn sie genannt wird. Eine ganze Begebenheit

kann in Gedanken behalten werden durch den Namen eines Gegenstandes oder einer Person, die in ihrem Mittelpunkt stand“ (LANGER 1965, 138).

Die Übersetzung würde demnach auch dazu dienen, einen bestimmten Aspekt der Beziehung in einer sprachlichen Darstellung zu fixieren. Dies könnte die Funktion haben Sicherheit und Stabilität zu vermitteln, etwas, dass viele Menschen in einer Beziehung suchen. Dennoch stellt sich mir die Frage, ob es nicht auch sinnvoll sein kann, einige Mitteilungen im ‘Reich des Analoges’ zu lassen. Vielleicht müssen wir dann nicht nur lernen angemessen zu übersetzen, wie WATZLAWICK et al. das beschreiben, sondern müssen auch lernen, zu erkennen, was sich nicht übersetzen läßt und was sich auch nicht festhalten läßt.

5.4 Resümee

„Was unaussprechlich geworden ist, bleibt doch berührbar“ (MOSEER 1989, 128).

Sprache gilt in unserer Kultur als *das* zentrale Mittel der Kommunikation. Wenn etwas klar und deutlich formuliert ist, oder sogar schwarz auf weiß geschrieben steht, dann hat es mehr Bedeutung, ist faßbarer und damit relevanter, als Gefühle und Stimmungen, die sich sprachlicher Darstellung entziehen. Wenn wir etwas in Worte fassen, so schreiben wir es fest, und die Worte, die wir für ein Erlebnis finden, prägen in der Folge unsere Erinnerungen.

„Dinge, die sich unserem verbalen Zugriff entziehen, sind schwer zu fixieren und kaum im Gedächtnis zu behalten“ (ACKERMAN 1991, 353).

Sprache verliert in stark emotional geprägten Situationen an Bedeutung, uns ‘fehlen die Worte’. Dies kann sowohl für sehr große Freude, als auch für Trauer und Schmerz gelten. Nonverbale Kommunikationsformen und besonders Berührung spielen in solchen Situationen eine größere Rolle als im Alltag.

„Von meiner Arbeit als Krankenschwester kann ich berichten, dass mir Berührung an Händen, Armen und Schultern einiger Patienten sehr wichtig waren. Diese Berührungen von mir sollten Trost spenden, sollten mitteilen, dass ich für die Patienten da war, sollten Sicherheit vermitteln und sagen, dass ich Sympathie empfand. Diese Berüh-

rungen fanden zur Unterstützung von Gesprächen statt, oft aber auch in Situationen, wo Worte falsch gewesen wären, wo ich keine Worte mehr fand“ (G14).

Berührung als Kommunikationsmittel tritt unter anderem dann in den Mittelpunkt, wenn eine sprachliche Verständigung nicht oder nur schwer möglich ist. So beispielsweise im Kontakt mit Babys, mit alten und kranken Menschen. Hier wird Berührung eher als Mittel des Kontaktes, der Verständigung und auch der Heilung bewußt gesehen und genutzt (vgl. NELSON 1996, ROHMANN & ELBING 1990).

„Im Laufe der gesamten Entwicklung des Kindes sind Berührungen das wichtigste Mittel enger Kommunikation. Andere Formen der Kommunikation können vielmehr nur der Ergänzung der Verständigung dienen. Gesichtsausdruck und Gesten haben ihre eigene Bedeutung und die Stimme beginnt, erkennbare Worte zu formen“ (DAVIS 1994, 60).

Eine Erzählerin berichtet von den Erfahrungen mit ihrem behinderten Sohn, der bei seinen Mitteilungen auf nichtsprachliche Darstellungsweisen angewiesen ist:

„In Stress-Situationen schlägt mein Sohn regelrecht sich und andere. Wenn wir ihm dann die Hände festhalten, nimmt er seinen Kopf zu Hilfe und attackiert uns damit. K. ist stark auf Berührung in jeder Form angewiesen, um einen Austausch zu finden. Ich bin ganz zuversichtlich, dass er diese Möglichkeiten weiter verfeinern wird. ... Die taktile Auseinandersetzung mit der Welt hat für K. einen sehr großen Stellenwert und nur auf diesem Weg war es ihm möglich seine Isolation aufzubrechen. Für ihn ist diese Herangehensweise von großer Bedeutung und die Entwicklungsschritte auf diesem Gebiet zeigen deutlich, wie das Fühlen seine Welt bestimmt“ (G16).

Auch wenn wir in einem anderen Land sind und die Sprache nicht verstehen, ermöglicht das besondere Kommunikationserlebnisse, wie bei folgender Geschichte aus einem Griechenlandurlaub:

„Im Laden war eine ca. 50 jährige Frau mit langen schwarzen Haaren, sehr freundlich sprach sie mit uns, auf griechisch natürlich, ich verstand kein Wort. Sie sah mich immerzu an, meine Freundin fing schon an zu grinsen, ich wußte einfach nicht, was sie von mir wollte. Sie hat das Obst und die Getränke in eine Tüte verpackt, sie mir gege-

ben und dann, für mich ganz unvermittelt, anerkennend mit der linken Hand auf meine Brustwirbelsäule geklopft. Derweil war sie sehr nahe an mich herantreten. Wollte sie etwa sagen, dass ihr mein Busen gefiel? Ich bin, glaube ich, rot geworden, nachher konnten wir uns vor Lachen nicht halten. Ich denke gern an diese Geschichte, sie amüsiert mich und ich bin sicher (auch wenn ich von ihrem Redeschwall nichts verstanden habe), ich habe ihr gefallen“ (G10).

„Am Anfang war das Wort“ steht im Evangelium (Joh. 1.1), aber ich habe mich im Laufe meiner Arbeit häufig gefragt, ob am Anfang nicht doch eher die Berührung war. Berührung ist der erste Sinn, den wir im Mutterleib entwickeln, und er ist häufig auch dann noch aktiv, wenn Augen und Ohren im Alter schon nachgelassen haben. Begrüßungs- und Abschiedsrituale und -konventionen sind häufig berührend und gerade in existentiellen und Krisensituationen wie Trauer und Schmerz, wird Berührung verstärkt möglich und nötig.

„Ich bin überzeugt, dass wir für die wenigen Male, die wir das Leben anderer berühren, dankbar sein müssen. Was gibt es denn für den Menschen sonst noch auf der Welt als Beziehungen zu anderen Menschen? Ich meine wirkliche Beziehungen, Zuneigung, Verständnis und Freundschaft, die einem Trost geben“ (GUR 1995, 343).

6 Eigenschaften und Inhalte von Berührungskommunikation

Berührungskommunikation umfaßt alle Aspekte leiblich-berührender Kommunikation und dazu gehört berühren ebenso wie berührt werden. Alle Aspekte berührenden Verhaltens werden als kommunikativ verstanden und analysiert. Zur Darstellung der verschiedenen Aspekte von Berührungskommunikation verwende ich Zitate aus den mir erzählten Geschichten, aus belletristischer und aus theoretischer Literatur.

6.1 Eigenschaften von Berührungskommunikation

Berührung hat als Mittel der Kommunikation bestimmte Eigenschaften, die sie von sprachlicher Kommunikation unterscheiden und die in der Folge andere Schwerpunkte, andere Probleme, andere Inhalte bedeuten können. Zunächst betrachte ich Berührung als Teilaspekt nonverbaler Kommunikation und stelle die Frage nach der Eindeutigkeit dieser Art von Verständigung. Existentielle Aspekte von Berührungskommunikation und die besondere Art der Wahrnehmung von Realität in der Berührung sind Eigenschaften, die ich im folgenden herausarbeiten werden. Die Gegenüberstellung dauerhafter und vergänglicher Eigenschaften von Berührung schließt sich an.

6.1.1 Zur Frage der Authentizität und Eindeutigkeit von nonverbaler Kommunikation

Durch Berührung und andere nonverbale Aspekte der Kommunikation nehmen wir Mitteilungen unserer Kommunikationspartnerinnen wahr und interpretieren sie. Wir ziehen Schlußfolgerungen über die vermittelte Information, über die Stimmung der anderen Person und über die Situation in der Beziehung zu ihr. Teils bewußt, teils unbewußt wirkt dieses auf uns, beeinflußt unsere Gefühle, und wir ziehen Konsequenzen für unser Handeln. Wie authentisch und eindeutig sind nonverbale Kommunikation und Berührung in der Kommunikation? Für unsere Lautsprache gibt es Lexika und Wörterbücher, in denen Bedeutung, Schreibweise und Aussprache einzelner Worte festgelegt sind. Es gibt jedoch keine gebräuchlichen Gesten- oder Berührungsbücher, in denen nonverbale Kommunikation in gleicher Weise klassifiziert wäre. Können wir diese Teile der Kommunikation dennoch verstehen und richtig einordnen, oder ist nonverbale Kommunikation widersprüchlich und antithetisch (vgl. WATZLAWICK 1969)?

WATZLAWICK et al. betonen, dass eine analoge Mitteilung sich häufig in verschiedener Weise in digitale Mitteilungen übersetzen läßt und sogar antithetisch sei, das hieße, es wären sogar sich widersprechende Digitalisierungen möglich. So führen sie als Beispiel an, dass es Tränen der Freude, der Rührung und der Trauer gibt, dass ein Lächeln Sympathie oder Verachtung ausdrücken kann. Entsprechend sehen sie Schwierigkeiten, zwischen den beiden Kommunikationsformen zu übersetzen, und genau darum sei die sprachliche Auseinandersetzung über Beziehungen oft Anlaß für Konflikte.

Wenn als Beispiel angegeben wird, dass ein Lächeln sowohl Sympathie, wie auch Verachtung vermitteln kann, so ist das nur theoretisch und sprachlich und damit eben digital betrachtet möglich. Das *Wort* 'Lächeln' kann völlig verschiedene Bedeutungen haben. Das Lächeln aber, dass ich in einer konkreten Situation sehe und erlebe, immer gemeinsam und gleichzeitig mit anderen Aspekten einer ganzheitliche Wahrnehmung, wird mich nur selten zweifeln lassen. Auch die Kontextinformationen, Wissen um die Situation, um die andere Person und die Beziehung zu ihr, helfen Eindeutigkeit zu schaffen. Wir mögen vielleicht manchmal unsicher sein, ob eine leichte Berührung freundschaftlich oder erotisch gemeint war, der Unterschied zwischen liebevoll und gewalttätig, zwischen traurig und fröhlich, zwischen Zuwendung und Verachtung wird sich uns in der Regel völlig eindeutig mitteilen.

Verschiedene Untersuchungen zeigen, dass wir recht feinfühlig 'Antennen' für nonverbale Botschaften haben. WATZLAWICK et al. (1969) führen die Untersuchungen von ROSENTHAL (1966) an, der die Einflüsse der Erwartungen des Versuchsleiters auf den Ausgang psychologischer Experimente analysierte und die außerbewußte, analoge Kommunikation dieser Erwartungen beschrieb.

„Er (ROSENTHAL, U.W.) konnte unter anderem nachweisen, dass Laborratten, von denen die Versuchsleiter annahmen, dass es sich um besonders intelligente Tiere handelte, wesentlich bessere Lernleistungen erzielten als Tiere derselben Gattung unter identischen Versuchsbedingungen, wenn den Versuchsleitern vorher glaubhaft gemacht wurde, dass es sich um 'dumme' Tiere handle. Geradezu beunruhigend sind ROSENTHALS Versuche mit Menschen, da auch hier subtilste, jedoch höchst wirkungsvolle Kommunikationen mitspielen, deren Übermittlung Sendern und Empfängern zwar nicht bewußt ist, das Verhalten des Empfängers aber nachdrücklich beeinflußt. Die Bedeutung dieser Ergebnisse für die Erziehung, die Dynamik des Familienlebens und anderer menschlicher Beziehungen, besonders auch für die Psychotherapie, sind noch nicht abzusehen“ (WATZLAWICK 1969, 64-65).

Nancy HENLEY (1988, 21) erwähnt eine andere Untersuchung desselben Forschers (ROSENTHAL et al. 1974), in der er Versuchspersonen Filmaufnahmen einer Schauspielerin vorführte, die Emotionen in verschiedenen Zusammenhängen darstellte. Die Versuchspersonen sollten die gesehenen Szenen und Emotionen einschätzen, und dies gelang ihnen so genau, dass die Forscher die Dauer der gezeigten Szenen immer weiter verkürzten. Bei einer Ausschnittsdauer von einer vierundzwanzigstel Sekunde (!) waren die Einschätzungen immer noch in mehr als zwei Drittel der Fälle korrekt. Nancy HENLEY (1988, 21) zitiert in dem Zusammenhang Edward SAPIR der meint, dass „wir mit einer außerordentlichen Wachsamkeit auf Gesten reagieren; es scheint fast so, als verfügten wir über einen hochentwickelten Geheimcode, der zwar nirgends geschrieben steht, den aber jeder kennt und versteht“ (SAPIR 1927). Anscheinend wußten die Versuchspersonen und -tiere in diesen Fällen sehr genau, wie sie auf die nonverbale und analoge Nachricht zu reagieren hatten, sie war für sie nicht widersprüchlich. Das Erkennen von Gefühlen anderer ist lebenswichtig, und wir lernen es schon früh in unserem Leben, denn nur so bemerken wir gute oder böse Absichten frühzeitig und können uns gegebenenfalls schützen. Dafür sind nonverbale Kommunikationsanteile unerläß-

lich, und wir können diese Informationsquelle offensichtlich sehr schnell und effektiv nutzen.

Informationen werden häufig auf mehreren Kanälen gleichzeitig vermittelt, sowohl digital als auch analog, und der analoge Teil der Mitteilung wiederum auf verschiedenen Wegen, über Tonfall, Mimik, Gestik etc. Untersuchungen zeigten, dass nicht alle Kanäle von der Empfängerin in gleichem Ausmaß beachtet werden. Wenn die Mitteilungen widersprüchlich waren, so achteten die Versuchspersonen mehr auf die Mimik als auf den Tonfall und den Inhalt der Botschaft und zogen diese Informationen heran, um die Haltung der Senderin zu beurteilen (BUGENTHAL et al. 1970, vgl. SCHÖNPFLUG & SCHÖNPFLUG 1989, 421). Eine andere Untersuchung zeigte, dass bei Personen, die im Versuch aufgefordert werden zu täuschen und zu lügen, zu beobachten ist, dass Gesicht und Mimik der Täuschungsabsicht noch folgen, während im restlichen Körper eher die eigentliche Botschaft abzulesen war. Also konnten Gestik und Körperhaltung nicht in der Weise bewußt gesteuert werden, und sie verrieten die eigentliche Ansicht und Haltung (EKMANN & FRIESEN 1974, vgl. SCHÖNPFLUG & SCHÖNPFLUG 1989, 421-422).

Das würde die These unterstützen, dass der Körper in besonderer Weise Authentizität und Wahrheit vermittelt. Dies ist mit Vorsicht zu betrachten, da wie bereits dargestellt, der Körper nicht frei ist von gesellschaftlichen Einschreibungen und so sicherlich nicht als Instanz des selbstverständlichen und naturhaften Seins betrachtet werden sollte.

„Der Körper erscheint uns oftmals als naturhafte Grundlage menschlicher Subjektivität und Identität. Ein kritischer Blick zeigt jedoch, dass der Körper als diskursives Produkt von genetischen Informationen, ökologischen Wachstumsbedingungen, unterschiedlichen gesellschaftlichen Faktoren und von psychischen, physischen und emotionalen Erfahrungen zu verstehen ist“ (SEITZ 1998, 284).

Allerdings haben wir alle gelernt, uns bei der Kommunikation auf den sprachlichen Kanal zu konzentrieren, und dies mag dazu führen, dass mitunter der Körper andere und vielleicht weniger kontrollierte Botschaften sendet, als die sprachliche Darstellung. Die Hinwendung zu diesen Botschaften vermittelt wohl nicht Wahrheit, aber häufig einen neuen Aspekt in der Kommunikation, und dies kann sehr fruchtbar sein.

Das Gleiche gilt für Berührungswahrnehmungen. Wie wird eine Berührung erkannt, wie deuten wir sie, erkennen ihre Echtheit, wie unterscheiden wir

‘Wahrheit’ und ‘Lüge’ bei einer Berührung? Eine Geschichte beschreibt diese Unterscheidung verschiedener Berührungen:

„Bleibe ich bei der Umarmung, so ist die Qualität sehr unterschiedlich. Nur meine Seele kann mir sagen, wie herzlich, also von Herzen kommend, diese Art der Berührung tatsächlich ist“ (G13).

In einer Umarmung unterscheiden wir nicht zwischen Denken und Fühlen. Wir nehmen wahr, wir denken, wir erinnern uns, und wir fühlen. „Diese andere Art von Kontakt“ (I2), die sich häufig erst entfaltet, wenn sprachlicher Kontakt nicht möglich ist, unterscheidet sich von wortsprachlicher Kommunikation.

„A: Und ich glaube, das ist auch sowas, dass wir mit Sprache unheimlich viel vertuschen oder dass dann, wenn Sprache ausgeschaltet ist, die anderen Möglichkeiten des Kontaktes viel deutlicher werden

I: Das wäre auch so eine Überlegung von – ist Berührung sozusagen, kann man da weniger vertuschen oder?

A: Ja, das würde ich jetzt erstmal so behaupten ..., dass Berührung deutlicher ist als Sprache ..., das ist natürlich eine gewagte These, aber ich glaube, dass alle anderen Arten von Kontakt deutlicher und klarer sind“ (I 3-4).

Im Vergleich mit sprachlicher Kommunikation ist laut meiner Interviewpartnerin Berührung ‘klarer’ und ‘deutlicher’. Dies würde für den Kontakt zum einen geringere Gefahr von Mißverständnissen bedeuten, vielleicht bedingt durch die zwangsläufige Nähe, Präsenz und Anwesenheit in der Berührung. Auch bei vorwiegend sprachlicher Kommunikation spielt Berührung eine Rolle, findet dort aber weniger Beachtung. Vielleicht ist also nonverbale Kommunikation an sich nicht authentischer und ehrlicher, aber es ist authentischer, wenn alle Kommunikationskanäle gleichermaßen berücksichtigt werden.

6.1.2 Berührung ein Grundbedürfnis?

„Das bloße Gefühl der Berührung ist als Anregung lebenswichtig für das physische Leben des Organismus. In diesem Sinn müssen wir feststellen, dass das Bedürfnis nach taktiler Stimulierung zu den fundamentalen Bedürfnissen sowohl der Wirbeltiere als auch der wirbellosen Tiere gehört“ (MONTAGU 1974, 220).

In einigen Texten wird davon ausgegangen, dass Berührung existentiell und überlebensnotwendig für uns Menschen ist (vgl. DAVIS 1994). THAYER (1988, 21) nennt Berührung, wie bereits zitiert, den wichtigsten Kommunikationskanal. Inwiefern und in welcher Weise ist Berührung existentiell? Von einer überlebenswichtigen Bedeutung von Berührung wird vor allem im Zusammenhang mit Kindern und Babys gesprochen. Dies wird in den Geschichten mehrfach betont.

„Ich war ein wenig berührtes Kind, meine Mutter hatte wenig Zeit für uns Kinder, wußte auch nicht wie lebensnotwendig Berührungen sind“ (G2).

„Berührung – lebensnotwendig für jedes Baby“ (G1).

Die Berührung, das Halten eines kleinen Kindes sorgt für dessen Wärmehaushalt (G8), schützt es und stellt auf einer ganz elementaren Ebene einen Kontakt her zwischen Kind und Mutter oder Bezugsperson her. Denn nach der Geburt beginnt sowohl für die Mutter als auch für das Kind ein völlig neuer Abschnitt in der Beziehung.

„Die Beziehung aber beginnt mit dem ganz konkreten Herantasten, Berühren, Anfassen“ (HEROLD 1992, 247).

Dieser enge Kontakt geht über ein reines Berührungserlebnis hinaus, ist ein viele Sinne gleichzeitig ansprechendes und vielleicht synästhetisches Erlebnis.

„Meine Berührung beinhaltet für sie, ebenso wichtig und untrennbar, meinen Geruch, meinen Herzschlag, meinen Atemrhythmus, meine Stimmung, meine Gefühle zu ihr, die ich ebenso stark um mich herum im Kraftfeld zwischen uns fühle. Ferner natürlich noch Textur und Geruch meiner Kleidung, Seife, Deo ... Ich stelle mir vor, dass für Säuglinge zu diesem untrennbaren Sinnesgesamterlebnis noch Stimme und Geräusche und zunehmend Gesehenes kommen, aber elementarerer Hauptbestandteil der Kommunikation ist Berührung“ (G8).

Eine Verbundenheit ist da, die Trennung von der elementaren und ständigen, körperlichen, vielsinnlichen Verbindung zur Mutter im Uterus ist zwar vollzogen, aber eine sichere (Ver-) Bindung ist auch in der engen Umarmung und besonders beim Stillen erhalten. Das Kind lernt im Körperkontakt mit der Außenwelt seine Grenzen kennen und entwickelt langsam das Bewußtsein einer eigenen Identität. Verschiedene Untersuchungen bestätigen die

existentielle Bedeutung von Berührung für Kinder (BOWLBY 1975, HARLOW 1958, MONTAGU 1974, HEROLD 1992). Unter Bezugnahme auf den Psychoanalytiker ERIKSON (1971) schreibt NEUHÄUSER-METTERNICH:

„Nur in dem Maße, in dem das Kind Körperkontakt erleben darf, kann es ein Gefühl des Vertrauens erwerben und sich der fremden Umwelt, wie auch dem eigenen Körper zuwenden, ohne diese als bedrohlich zu erleben. Hingegen wird es ohne den Halt eines ausreichenden Körperkontaktes die auf es eindringenden Reize als unheimlich erleben und ihnen nur mit Mißtrauen begegnen können“ (NEUHÄUSER-METTERNICH 1994, 8).

In Tierversuchen wurde gezeigt, dass Berührung von ganz elementarer Bedeutung für die Entwicklung ist und auch für die Beziehung zwischen Mutter und Jungtieren (MONTAGU 1974). Mangelnde taktile Stimulation hatte in diesen Versuchen langfristige schädigende Auswirkungen. Die von Rene SPITZ (1969) festgestellten und unter dem Begriff 'Hospitalismus' zusammengefaßten und bekannt gewordenen Auffälligkeiten von Heimkindern interpretiert HEROLD im Sinne mangelnder Berührung:

„es geht den Kindern in erster Linie um die Befriedigung des ganz ursprünglichen Bedürfnisses nach taktilem Stimulierung zur Vergewisserung ihres Seins“ (HEROLD 1992, 255).

Für Kinder kann also von einem Grundbedürfnis nach Körperkontakt und Berührung ausgegangen werden. Darüberhinaus hat die Berührung auch Auswirkungen auf die Mutter und zwar nicht nur emotionaler sondern auch körperlicher Art. Der Körperkontakt zwischen Mutter und Kind beeinflusst den Hormonhaushalt. Hautstimulation, insbesondere Berührung der mütterlichen Brustwarzen, direkt nach der Geburt fördert die Kontraktion der Gebärmutter, bei gleichzeitiger Schließung der Blutgefäße und Loslösung der Plazenta. Dabei spielt das Hormon Oxytocin eine wichtige Rolle. Das Hormon Prolaktin fördert die Milchbildung der Mutter, und die Konzentration von Prolaktin im Blut erhöht sich, sobald Brust und Brustwarze berührt werden (vgl. HEROLD 1992, 247).

Wie ist es mit der existentiellen Bedeutung von Berührungen für erwachsene Menschen? Können wir leben ohne Berührung? Ohne Berührungen von einer anderen Person? Wie lange und wie gut? Ich gehe davon aus, dass Berührung auch für Erwachsene existentielle Komponenten hat. Welcher Art ist

die existentielle Dimension von Berührung und Körperkontakt für Erwachsene?

„Berühren und berührt werden ist nicht nur für ein Baby lebensnotwendig. Auch ich lebte bewußter, konnte mein Leben mehr genießen“ (G1).

Berührung hat positive Auswirkungen auf unsere Gesundheit. Sie stärkt das Immunsystem, vermindert Stress, Verspannungen und Schmerzen (DEGEN 1997, vgl. Kapitel 7). Die Amerikanerin DAVIS (1994) vertritt wie auch MONTAGU (1974) die These, dass Berührung zu den Grundbedürfnissen der Menschen gehört, deren Befriedigung überlebenswichtig ist. Damit stellt sie Berührung auf eine Stufe mit Hunger, Durst und Schlafbedürfnis. Sexualität ist für sie insofern sekundär, als diese nicht überlebenswichtig sei. DAVIS geht davon aus, dass nicht nur Säuglinge und kleine Kinder auf Hautstimulation angewiesen sind, sondern auch heranwachsende und erwachsene Menschen. Sie beschreibt, dass in unserer Gesellschaft geltende Berührungsregeln und -tabus, dazu führen, dass Menschen sich überlebenswichtige Berührungen auf Umwegen besorgen. In diesem Kontext sieht sie jugendliche Raufereien, Besuche bei Ärztinnen und Masseurinnen und diverse sportliche Aktivitäten. Daraus entwickelt DAVIS ein Plädoyer für mehr Berührungen, 'faßt einander an', 'nehmt euch und eure Kinder in den Arm' ist ihre Botschaft.

„Einige Menschen verwechseln den Hunger der Haut nach Berührungen mit nervöser Unruhe, Einsamkeit oder dem Hunger des Magens. Im großen und ganzen befriedigen wir unseren Hauthunger, ohne überhaupt zu wissen, was das ist, wonach wir uns sehnen. Wir versuchen dieses Bedürfnis durch Essen, Medikamente und Vergnügungen zu befriedigen oder indem wir uns in die Arbeit stürzen, uns sonst irgendwie beschäftigen, durch Gespräche und wahllose Geschlechtsbeziehungen. Trotzdem bleibt dieses Verlangen nach der grundlegendsten Form der Kommunikation bestehen – das Bedürfnis nach Berührung“ (DAVIS 1994, 111-112).

So wird ihrer Ansicht nach Sexualität zur Ersatzbefriedigung, wenn eigentlich ein Bedürfnis nach Berührung jenseits sexueller Aspekte besteht. Wie DAVIS geht auch HENLEY von einer grundlegenden Bedeutung von Berührung aus:

„Vieles weist daraufhin, dass es ein Bedürfnis nach körperlichem Kontakt per se gibt – dass diese Sehnsucht tief im Menschen verwur-

zelt ist, vielleicht sogar so etwas wie einen Trieb darstellt... Sidney JOURARD¹ ist der Auffassung, dass in unserem körperlosen Zeitalter 'Körperkontakt die Funktion erfüllt, sich des eigenen körperlichen Seins zu vergewissern' (HENLEY 1988, 144).

Ist Berührung nun Grundbedürfnis, Trieb oder etwas anderes? Überlegungen dazu sind nicht prinzipiell neu:

„Die wesentlichste Sinnesempfindung unseres Körpers ist die Berührung. Sie ist wahrscheinlich die wichtigste Wahrnehmung im Prozeß des Schlafens und Wachens; sie vermittelt uns das Wissen von Tiefe, Struktur und Form; wir fühlen, wir lieben und hassen, sind empfindlich und empfinden durch die Tastkörperchen unserer Haut“ (TAYLOR 1921, 157; Übersetzung nach MONTAGU 1974, 7).

All diese Ausführungen weisen daraufhin, dass Berührung von elementarer Bedeutung ist. Ob und in welcher Weise Berührung ein Grundbedürfnis darstellt, will ich hier nicht weiter diskutieren. In der Beschäftigung mit dem Thema kommen wir jedoch nicht umhin, zu sehen (und zu spüren), dass Berührung ein wichtiger Aspekt unseres Lebens ist, der im Alltag unserer Gesellschaft häufig nur wenig Raum findet.

6.1.3 Wahrnehmung der Existenz und der Realität in der Berührung

„Mit keinem anderen Sinn ist der Mensch so sehr in der Wirklichkeit verhaftet, wie mit seinem Tastgefühl. Es ist als ob die Welt erst dann richtig Realität gewinnt, wenn man sie berühren kann“ (DEGEN 1997, 1).

Jede Wahrnehmung findet in der Gegenwart statt, hier und jetzt nehmen wir uns selbst, andere Personen und unsere Umgebung wahr. Vergangenes oder Zukünftiges können wir erinnern oder erahnen, aber nicht wahrnehmen, auch wenn beispielsweise ein Duft eine Erinnerung auslösen kann. Insofern ist eine Wahrnehmung immer auch Konfrontation mit der eigenen Situation in der Gegenwart. Eine Berührung ist eine Begegnung mit der eigenen und einer anderen körperlichen Existenz. Diese Wahrnehmung der Realität in der Berührung läßt sich ebenfalls als eine existentiell wichtige Funktion von Berührung differenzieren.

1 JOURARD 1966, in der Übersetzung nach HENLEY 1988.

Die Berührung kann sowohl die eigene Realität, als auch die Realität der Beziehung deutlich machen. Dies steht in Zusammenhang mit den durch eine Berührung mitgeteilten, von WATZLAWICK beschriebenen Ich-Du-Botschaften (vgl. WATZLAWICK et al. 1969, 83-88), wiederum eine Form existentieller Kommunikation, da prinzipielle Anerkennung und Bestätigung der eigenen Existenz vermittelt wird. Von besonderer Bedeutung ist diese Dimension von Berührung in Krisen- und Streßsituationen. Die neunte Geschichte beschreibt eine solche Kommunikation nach einem Beinahe-Unfall:

„Wir haben uns beide erschrocken, und A. kam sofort auf mich zu und hat mich berührt, die Hand auf den Arm gelegt und dann auf meinen Rücken, und ich habe dann gleich wiederum sie berührt, auch meine Hand auf ihren Rücken gelegt. Wir haben uns in dieser Situation so darüber verständigt, dass alles in Ordnung ist. So als würde ihre Berührung fragen ‘du bist noch da, noch intakt, noch anfassbar, es ist alles in Ordnung, mit dir und mit uns?’ und ich hätte geantwortet ‘ja, es ist alles in Ordnung, mit mir und mit uns’. Wir haben auch irgendwas dabei geredet, was genau weiß ich nicht mehr, aber ich hatte den Eindruck, dass die Berührungen fast wichtiger waren, sich der körperlichen Existenz der anderen versichern und auch sagen ‘es war nicht mit Absicht’ und antworten ‘ich glaube dir, es hat sich nichts geändert, wir können uns noch berühren’“ (G9).

In den Geschichten werden Situationen erzählt, in denen eine Berührung die eigene Situation deutlicher werden läßt, als Sprache dies vermag. Aspekte treten hervor, die vorher nicht gesehen und vor allem nicht empfunden und erkannt wurden. Dies sind vorwiegend schmerzhaft und traurige Gefühle, die durch die Berührung an die Oberfläche gelangen.

„Berührungen können bei mir Tränen auslösen, wenn ich zum Beispiel versuche, mich gefühlkalt zu stellen“ (G6).

Die Berührung wird als angenehm empfunden, sie vermittelt Ruhe und die Möglichkeit, so die schmerzhaft Situation zu überstehen. Berührung führt in die Gegenwart der eigenen Gefühle und kann Vorstellungen beenden. Darum vielleicht werden Berührungen als angenehm empfunden, weil sie auf diese Weise die Dinge und vor allem die Gefühle beim Namen nennen.

„Im Operationssaal sollte der Arm bzw. die Hand betäubt werden, was erst beim zweiten Anlauf funktionierte, das Desinfektionsspray brannte trotzdem noch. Und jetzt erinnere ich minutiös das Gesicht

eines jungen Mannes mit Bart und ganz weichen Augen und einem mitfühlenden leisen Lächeln und eine ganz sanfte Berührung, mit der er mir die Tränen von der linken Wange strich. Jetzt weine ich und weiß darum; damals spürte ich es erst durch diese liebevolle Berührung, die mir bis ins Tiefste ging und dort ein Stück Ruhe brachte: ich war nicht mehr ganz so einsam und verletzt“ (G11).

So kann eine Berührung dazu führen, dass die körperliche und emotionale Situation deutlicher wahrgenommen wird. Wir werden mit unserer eigenen Existenz konfrontiert und erleben deutlicher als vorher die Signale unseres Körpers. Die Berührung bringt uns näher zu uns selbst und dort sind wir weniger einsam, denn diese Begegnung kann heilsam sein, auch wenn wir Schmerz und Trauer verspüren.

„Berührung kann eine größere Wirkung als Worte haben. Tatsächlich ist gespürte Realität eindrücklicher als eine gedachte Realität. Berührung bringt Realität dorthin, wo Einbildung zuviel Platz einnimmt, sie verankert die Persönlichkeit in der Realität und kann somit Raum für eine konkrete Sprache schaffen“ (DOHMEN 1994, 199).

In den Geschichten werden auch Berührungen beschrieben, die überraschend anders sind, als erwartet. Sie fühlen sich anders an und haben andere Folgen als erwartet. Eine Berührung kann unerwartet nah sein, sie kann uns mehr und tiefer berühren, als wir das erwartet haben. Sie kann jedoch auch überraschend unbedeutend sein, und die Sehnsucht, die wir mit der erträumten Berührung verbunden haben und von der wir hofften, sie in der Berührung zu stillen, bleibt unbefriedigt. So scheint bei einer Berührung etwas zu entstehen, was nicht komplett kontrollierbar ist für die an der Kommunikation beteiligten Personen.

In der siebten Geschichte wird die körperlich Begegnung mit einem als sexuell attraktiv empfundenen Mann beschrieben, die überraschend ereignis- und bedeutungslos bleibt. Die im tatsächlichen Kontakt erlebten Gefühle entsprechen nicht der erträumten Nähe:

„Am letzten Tag meines Aufenthaltes sagte er zu mir ‘nun möchte ich dich noch einmal umarmen’. Ich wollte das auch gerne. Ich hatte ja schon davon geträumt, wie es sein könnte, ihn zu umarmen. Dann umarmten wir uns und es war ganz belanglos. Richtig langweilig! Es war irre. So anders als ich es mir vorher vorgestellt hatte“ (G7).

In der Berührung nehmen wir unsere eigene Realität, aber auch die eines anderen Menschen wahr. Wir fühlen die Existenz einer anderen Person, ihre Weichheit, ihre Kraft und ihre Verletztheit, ein menschlicher Körper mit Ecken und Kanten, Stärken und Schwächen. Vor dieser Berührung können wir nur wenig verstecken, nicht die Weichheit von Falten, die Härte von Verspannungen, weder die Feuchtigkeit des Schweißes, noch die der Erregung.

Eine Autorin, die an Neurodermitis leidet, erzählt davon, wie sie von ihrem Freund eingecremt wurde und welche Empfindungen das bei ihr auslöste:

„Durch das Eincremen zeigte er mir seine Liebe – er liebte mich auch mit zerschundener Haut – er liebte auch diese von mir in akuten Phasen so schmerzlich zu erfahrene Haut. Dies zu erfahren, war sehr sehr schön für mich“ (G14).

Die Berührung vermittelt hier die Akzeptanz der anderen Person, die als ganzer Mensch berührt und geliebt wird. Die körperliche Gebundenheit wird in der Berührung akzeptiert, und so ist in der Berührung eine ganz andere Wertschätzung verborgen, als in der Bewunderung eines schönen Aussehens.

Die beschriebene realitätsstiftende Funktion von Berührung hat besondere Bedeutung im Zusammenhang mit einem Schockerlebnis. Dagmar HOFFMANN-AXTHELM (1994) stellt dies in dem von ihr herausgegebenen Buch 'Schock und Berührung' (1994) dar. Ein Schock ist nach HOFFMANN-AXTHELM:

„eine vom Einzelnen, aber auch von einer Gemeinschaft erfahrbare Reaktion auf Vernichtungsdrohungen – auf Überwältigung, auf Krieg, auf Tod, auf Gewalt“ (HOFFMANN-AXTHELM 1994, 6).

Der Schock ist eine Reaktion, mit der die Gefühle der Ohnmacht, Hilflosigkeit und Angst angesichts des Traumas abgespalten und verleugnet werden. Er bietet so einen Schutz in einer akuten Situation, verhindert jedoch als langandauerndes Verhaltensmuster Lebendigkeit und Lebensfreude, so HOFFMANN-AXTHELM. Berührung fördert den Weg aus dieser Erstarrung zu neuer Empfindungs- und Handlungsfähigkeit.

„Denn Berührung – ebenso im wörtlichen wie im übertragenen Sinne verstanden – ist der Wegweiser, der aus dem Schock führt und dem man folgen muß, will man helfen, die schlimmen Folgen einer Schock-Dekompensation zu vermindern“ (HOFFMANN-AXTHELM 1994, 9).

Berührung kann also helfen, uns mit unserer lebendigen und vielschichtigen Existenz zu verbinden, sie zu spüren, wahrzunehmen und mit Leben zu füllen.

6.1.4 Vergängliche Begegnungen und dauerhafte Verbindungen

Eine zwischenmenschliche Berührung ist eine Begegnung zweier Personen. Wir berühren eine andere Person und erfahren sie in ihrer körperlichen Existenz.

„Zum ersten Mal in ihrem Leben berührte sie einen Körper, der so spürbar von den Ereignissen des Lebens gekennzeichnet war. Sie berührte die weichere Haut am Hals, ergriffen, dass sie teilhaben durfte an seiner Offenheit“ (NILSONNE 1996, 118).

Dieser Kontakt in der Berührung ist nicht konservierbar, sondern höchst vergänglich. Ich kann die Berührung nicht mit technischen Hilfsmitteln ‘aufnehmen’ und in ein paar Jahren nochmal ‘anfühlen’ oder gar anderen Menschen ‘vorfühlen’, wie einen Videofilm oder ein Musikstück. Die Vergänglichkeit der Berührung schmälert in keiner Weise ihren Reiz.

„Vergängliche Dinge können jedoch durchaus wertvoll sein, und manchmal liegt ihr Wert sogar gerade in ihrer Vergänglichkeit“ (SHUSTERMAN 1994, Klappentext).

Die Berührung existiert in einem Moment, sie ist Kontakt im Hier und Jetzt, die Realität eines Augenblicks oder eines Fingerdrucks. Dies gilt allgemein für Wahrnehmung und in besonderem Maße für Berührung und stellt eine Herausforderung dar (vgl. STOPCZYK 1998, 68).

„In der Bemühung um Leibsein-Können erfährt der Philosoph seine Erleuchtung im Leibbewußtsein, nämlich im Innwerden seiner radikalen Zeitlichkeit, im bewußten Aufgehen in der Präsenz“ (BÖHME 1994, 178).

Eine Berührung stellt eine körperliche Verbindung her. Diese verändert sich zwar, dauert nicht unbedingt lange, ist flüchtig, und dennoch ist es eine Verbindung. In diesem Zusammenhang kann Berührung fast magische Funktionen übernehmen. In manchen Situationen scheint die Berührung zum Kern des Kontaktes und der Verbindung zu werden, so als wäre die Berührung die Manifestierung des Kontaktes und als könne mit der Erinnerung an sie auch

die Verbindung aufrechterhalten werden. So werden Berührungen zu Symbolen, wie der Kuß bei einem Hochzeitsritual oder die geschüttelten Hände bei der Besiegelung eines Vertrages. Auch in der persönlichen Erinnerung können Berührungen eine große Bedeutung haben, beispielsweise an die leibliche Existenz einer verstorbenen Person erinnern und so die Verbindung zu ihr aufrechterhalten. So in dem folgenden Beispiel aus einem Kriminalroman, in dem die Erzählerin versucht, den Kontakt zu ihrem verstorbenen Vater über berührte Gegenstände aufrechtzuerhalten.

„Ich hatte sein gesamtes Werkzeug aufbewahrt; von manchem wußte ich nicht einmal, wofür es gut war. Aber es hatte ihm gehört und er hatte es berührt“ (REDMANN 1994, 213).

In einer konkreten Begegnung und insbesondere in der leiblichen Berührung entwickelt der Kontakt eine Eigendynamik. Möglicherweise ist das Zusammentreffen erstaunlich belanglos, wie oben erwähnt, oder es entsteht ein vielleicht unbeabsichtigtes, dauerhaftes Band. Der im Alter von acht Jahren erblindete Jacques LUSSEYRAN schildert in seinem Buch 'Das wiedergefundene Licht' als Erwachsener seine Erfahrungen nach dem Verlust der Sehfähigkeit und schreibt über das Berühren:

„Die Tomaten im Garten zu berühren, sie wirklich zu berühren, die Wände des Hauses oder den Stoff der Vorhänge oder einen Erdklumpen wirklich zu berühren, das bedeutet sicherlich, sie so vollständig zu sehen, wie Augen sehen können. Aber es ist mehr als sie zu sehen, es bedeutet, sich auf sie einzustellen und es dem Strom, den sie führen, zu ermöglichen, sich mit dem eigenen zu verbinden – wie Elektrizität. Anders gesagt, dies bedeutet das Ende des Lebens in Konfrontation mit den Dingen und der Anfang des Lebens mit ihnen. Mach dir nichts daraus, wenn es dich schockiert, doch dies ist Liebe. Du kannst deine Hände nicht daran hindern, das zu lieben, was sie wirklich gefühlt haben“ (LUSSEYRAN 1989, 26-27)².

Auch der Zoologe und Verhaltensforscher MORRIS geht davon aus, dass in der intensiven Berührung eine enge (Ver-)Bindung entsteht und führt die in unserer Gesellschaft häufige bewußte Vermeidung von Körperkontakt darauf zurück.

2 Hier in der Übersetzung nach CONNELLY 1992, 120.

„Dabei deutet alles auf die Unmöglichkeit hin, mit einem bestimmten Menschen frei und ungehemmt einen intensiven Körperkontakt zu haben, ohne sich eng an den anderen gebunden zu fühlen. Wahrscheinlich bewahrt uns gerade unsere intuitive Einsicht in diesen Zusammenhang so entschieden davor, bloß zu unserem Vergnügen körperlich Kontakte mit einer Vielzahl anderer Menschen aufzunehmen“ (MORRIS 1972, 94).

In der Geste des ‘Hände Haltens’, oder wenn wir ‘Arm in Arm’ spazieren gehen, wird die Bedeutung des Verbindungen-Knüpferns in der Berührung besonders deutlich. Wir nehmen mitunter kalte Hände in Kauf oder ein verändertes Schrittempo, nur um diese Verbindung aufrechterhalten zu können. Sie vermittelt uns Gemeinsamkeit und Nähe.

„Händehaltend oder armumschlungen spazieren gehen waren für mich erholsame, befriedigende Berührungen. Beim Essen in die Augen sehen, eine Hand gleitet langsam auf die meine zu – ich spüre Glück“ (G2).

Eine Berührung stellt eine Verbindung her. In der Begegnung unserer Häute nehmen wir Kontakt auf und trennen uns wieder. So vergänglich der reale Körperkontakt auch sein mag, unter Umständen entsteht eine dauerhafte Verbundenheit im Erleben und in der Erinnerung der beteiligten Personen.

6.2 Inhalte und Themen von Berührungskommunikation

Ein anderer Aspekt ist die Frage nach dem Inhalt dessen, was wir über non-verbale Kommunikation vermitteln. Die vorgestellten Kommunikationsmodelle sind sich in dem Punkt einig, dass es sich vor allem um Beziehungsbotschaften – welcher Form auch immer – handelt.

6.2.1 Macht und Gewalt

Berührungen sind nicht nur „so angenehm wie Schlagsahne“ (HENLEY 1988, 142), sondern gerade durch ihre große emotionale Bedeutung auch Ausdruck und Mittel von Macht und Gewalt.

„Berührung hat nämlich nicht nur den Aspekt konkreter physischer und emotionaler Empfindungen, sondern drückt desweiteren auch immer eine Beziehung zwischen den Betroffenen aus. Mit dem direkten Kontakt springt auch ein ganz persönlicher Funke über, ja, Anfas-

sen beschwört immer noch etwas vom: Besitz ergreifen, Macht über jemanden gewinnen“ (HEROLD 1992, 268).

Nancy HENLEY fokussiert in ihrem Buch „Körperstrategien“ (1988), wie über Körpersprache Macht und Dominanz vermittelt werden.

„Unsere Körpersprache umfaßt nicht nur Botschaften, die Freundschaft oder Sexualität signalisieren: Es sind auch Machtstrategien, die wir mit unserem Körper vollziehen. Körpersprache ist Politik“ (HENLEY 1988, 7).

Sie kritisiert, dass dieser Aspekt nonverbaler Kommunikation in der Forschung allzu oft vernachlässigt wird.

„Es ist auffallend, wie wenig Beachtung die meisten Untersuchungen nonverbalen Verhaltens dem Machtaspekt schenken. Verwunderlich ist dies jedoch nicht, denn wir neigen dazu, alle Hinweise auf Ungleichheit in unserer vermeintlich doch egalitären Gesellschaft zu unterdrücken und zu übersehen“ (HENLEY 1988, 37).

HENLEY unterscheidet zwei Dimensionen nichtsprachlicher Kommunikation. Die erste Dimension ist eine horizontale, auf der Statusgleiche sich verständigen über Nähe und Distanz, Zuneigung oder Abneigung, Intimität, Sexualität, über Gefühle und Haltungen. Die andere Dimension ist eine vertikale, „eine, die großen Einfluß auf uns ausübt, die wir jedoch kaum ermutigt werden zu beachten“ (a.a.O., 14), es geht um Macht, Status, Überlegenheit und Dominanz. In ihrer Analyse stellt HENLEY nonverbale Kommunikation somit in einen gesellschaftspolitischen Kontext. Nonverbale Kommunikation, und damit auch Berührung, ist für sie Teil einer mikropolitischen Struktur, die mit der allgemeinen politisch-ökonomischen Struktur verflochten ist und die dazu beiträgt, die gesellschaftliche Situation aufrecht zu erhalten.

„Die Trivialitäten unseres täglichen Lebens – andere berühren, näher heran oder weiter wegrücken, den Blick senken, lächeln, jemanden unterbrechen – werden gemeinhin als Hilfsmittel sozialer Kommunikation betrachtet, aber nicht in ihrer Bedeutung als mikropolitische Gesten gewürdigt: als Aufrechterhalter des Status quo, d.h. des Staates, der Reichen, der Autoritäten, all jener, deren Macht in Frage gestellt werden könnte. Aber diese Details gehören zur ständigen sozialen Kontrolle, die bei der internalisierten Sozialisation beginnt und bei roher körperlicher Gewalt endet“ (HENLEY 1988, 14).

HENLEY beschreibt die unterschiedlichen Bedeutungen einer Geste oder einer Berührung, je nachdem, ob diese Interaktion unter Freundinnen, also Statusgleichen, oder zum Beispiel zwischen einer Chefin und ihrer Angestellten, also in einem hierarchischen Kontext, stattfindet.

„Was Ausdruck von Sympathie sein kann, wenn es sich um Statusgleiche handelt, wird zum Ausdruck von Privileg, wenn es sich um Über- und Untergeordnete handelt. Gleichmaßen kann eine einfache Berührung zur Machtgeste werden“ (HENLEY 1988, 17).

In den Geschichten wurden verschiedene Episoden geschildert, in denen eine Berührung Ausdruck und Mittel von Macht und Gewalt ist. Dieser Aspekt und diese Funktion von Berührung ist in den Daten nicht zu übersehen. Sowohl Erlebnisse mit gewalttätigen Übergriffen werden geschildert, als auch Situationen in denen eine leichte Berührung dennoch Ausdruck von Macht und Status war.

„Berührungen empfand ich oft als Bedrängungen – es waren Bedrängungen – und ich mochte sie so nicht, mochte nicht, wenn die großen Jungen uns Mädchen an die Wand oder den Buschhaufen drängten, uns umklammerten, ihre harten Lippen uns ins Gesicht stießen. Die Wand war hart, der Buschhaufen kratzig – es tat weh und mir war zum Kotzen“ (G2).

„Als ich 6-7 Jahre alt war berührte mich mein Onkel ... an meinem Schambereich. Ich fühlte mich äußerst unbehaglich dabei, wollte es nicht“ (G3).

„Mein Chef hat die Angewohnheit, seine Hand auf einen meiner Oberarme zu legen, wenn er mich bittet zu warten oder wenn er mich aufmuntern will. Diese Berührung ist mir extrem unangenehm. Er tut so als wären wir miteinander vertraut. Es hat etwas Begütigendes und zugleich Besitzergreifendes. Die Berührung ist leicht, nicht grob, sie macht mich wütend. Immer trete ich einen Schritt zurück, seine Hand fällt dann herunter. Einmal hat er von hinten kommend beide Hände auf meine Schultern gelegt und meinen Namen gesagt, so als wollte er mich erschrecken oder zur Seite schieben. Ich habe mich umgedreht und gesagt: „Was fällt Ihnen denn ein?“ Er hat gelacht und ist zu ‚Sachthemen‘ übergegangen. Würde er mich fragen, ich würde ihm in keinem Fall gestatten, mich zu berühren“ (G10).

In diesen Beispielen von Berührungen fällt neben der Bedeutung von Alter und Status auf, dass die Gewalt und Machtdemonstration immer von Män-

nen ausgeht und sich gegen Frauen richtet. Dies ist keine neue Erkenntnis und wird in Untersuchungen zum Thema Gewalt gegen Frauen und sexueller Mißbrauch bestätigt (vgl. z.B. BOMMERT 1993, ENDERS 1990). HENLEY (1988) stellt daher auch zwischengeschlechtliche Berührungen in einen gesellschaftspolitischen Kontext. Frauen werden nach ihren Untersuchungen häufiger von Männern berührt als umgekehrt. Auch wenn es sich dabei natürlich nicht immer um gewalttätige und unangenehme Berührungen handelt, drückt sich darin ihrer Meinung nach ein Berührungsprivileg aus, das mit Macht und Status in Verbindung steht. In dem Recht zu berühren spiegelt sich die Möglichkeit des 'Zugriffs' auf die andere Person, verbunden mit machtvoller Einflußnahme.

Dies entspricht den Ergebnissen einer von THAYER (1988) angeführten Untersuchung. Die Versuchspersonen sahen Silhouetten und Schattenrisse von zwei sich begegnenden Personen, von denen die eine die andere an der Schulter berührte. Ohne weitere Hinweise auf das Umfeld dieser Begegnung oder die Art der Beziehung der beiden beobachteten Personen, wurde diejenige, die berührte, als mächtiger und statushöher eingeschätzt als die Person, die berührt wurde.

Berührungen beeinflussen unsere Einstellung und unsere Beziehung zu einer anderen Person. Sie können Gefühle der Nähe, Vertrautheit und Verbundenheit bewirken oder auch Ohnmacht und Hilflosigkeit. Unter Umständen werden sie auch bewußt dazu genutzt, Menschen zu beeinflussen und zu manipulieren.

„Nonverbales Verhalten ist das Medium, durch das sich Menschen am leichtesten manipulieren lassen – es ist der Punkt, an dem soziale Kontrolle am unauffälligsten, aber doch sehr wirksam angesetzt werden kann, damit die Sozialstruktur intakt bleibt“ (HENLEY 1988, 272).

„Berührungen können manipulativ sein. Dann sind sie eklig, schwierig. Dann stimmt das Verhältnis nicht von vertraulicher Geste und tatsächlichem Kontakt, also eine Person will etwas manifestieren, was gar nicht da ist“ (G6).

So schön, angenehm und wichtig Berührungen sein mögen, es ist elementar, diesen Aspekt nicht aus den Augen zu verlieren. Ein einfaches Plädoyer für mehr Berührung im Alltag, wie zum Beispiel die Amerikanerin DAVIS (1994) es in ihrem Buch „Die Kraft der Berührung“ hält, kann deshalb nicht das Ziel sein. Sicherlich ist es wünschenswert, dass die in einigen Geschich-

ten zum Ausdruck kommende Sehnsucht nach Berührung gestillt werden kann. Eine Erzählerin wählt das Bild der 'Berührungsoase' (G2), die sie ihren Enkelkindern wünscht und die sicherlich viele Menschen gebrauchen könnten. Aber es ist wichtig, nicht einfach nur die Berührung zu betrachten und diese 'vermehrten' zu wollen, sondern es geht auch darum, unter welchen Bedingungen eine Berührung als angenehm erlebt wird und wie diese Voraussetzungen beeinflusst werden können. Dazu gehört auch das Wahrnehmen und Akzeptieren von Grenzen, denn nur wenn Unberührbarkeit möglich ist, haben wir auch die Möglichkeit, die Berührung zu wählen.

6.2.2 Grenzen

Die Berührung findet statt an unserer Grenze, der Haut. Dort nehmen wir sie wahr, und diese Wahrnehmung leitet unsere weiteren Erkundungen, unser Zurückzucken oder unser wohliges Genießen. Auf verschiedenen Ebenen wird in der Berührung die Grenze zum Thema.

„Die Haut umhüllt unseren Körper und grenzt uns als Lebewesen gegenüber allem, was uns umgibt, ab: ob das die unsichtbare Luft ist, Sonnenstrahlen oder Regentropfen, ob Teppich oder Holzdielen unter unseren Füßen, die Decke, die wir im Bett über unsere Schultern hochziehen, oder all die vielen Dinge, die wir mit den Händen anfassen und benutzen. Das Spüren dieses 'Anderen' erst vermittelt uns das Gefühl, dass es das Ich und das Nicht-Ich gibt, nämlich einen fest umschlossenen Bereich unseres Körpers als ureigenen Sitz und Ausgangspunkt aller Empfindungen, der grundlegend und selbstverständlich mit unserem inneren Selbst untrennbar verbunden ist, und ein 'Außerhalb', in dem alle anderen Menschen und Dinge existieren“ (HEROLD 1992, 243-244).

In der Berührung nehmen wir unsere eigene Grenze und damit unseren Körper insgesamt wahr. Dies wurde schon einmal im Kontext der Bipolarität von Berührung deutlich (vgl. Kapitel 4).

„Durch Grenzen, die von Berührung von außen gefühlt, wahrgenommen werden, entsteht also erst ein Gefühl, dass in den Grenzen überhaupt etwas ist und das ist ein gutes Gefühl!“ (G8).

Dies steht in Zusammenhang mit der existentiellen Bedeutung von Berührung (s.o.). In unserer Wahrnehmung sind sowohl die eigenen Grenzen als auch die Grenzen von anderen Menschen spürbar; es geht um die tatsächli-

chen körperlichen Grenzen, es gibt aber auch Entsprechungen zu den emotionalen und psychischen Grenzen, die wir spüren, anderen setzen oder die wir gesetzt bekommen.

In verschiedenen Kontexten gibt es Berührungsverbote, zum Teil aktuell in einer bestimmten Situation entstanden, zum Teil als tradierte Regeln und Bräuche. Die Unberührbaren Indiens dürfen Mitglieder einer höheren Kaste nicht berühren, da diese dadurch 'verunreinigt' werden. Bei dieser religiösen Regel ist es wichtig, wer die Berührung initiiert, wer aktiv berührt und wer berührt wird. Eine Person aus einer höheren Kaste darf eine Unberührbare berühren, aber nicht von ihr berührt werden. In vielen Kulturen gibt es heilige Gegenstände oder Orte, die nur nach entsprechender Vorbereitung und Reinigung berührt oder betreten (und damit auch berührt) werden dürfen. Manche solcher Gegenstände bleiben besonders Eingeweihten und Ausgebildeten vorbehalten.

Eine menstruierende Frau galt dem Heiligen Hieronymus als so unrein, dass alles, was diese berührte, dadurch auch verunreinigt war (WALKER 1993, 707). Reste solcher Haltungen finden ihren Niederschlag in zum Teil skurrilen Überzeugungen, nach denen eine menstruierende Frau beispielsweise keine Sahne schlagen und keinen Wein berühren dürfe, weil diese sonst sauer würden. Von solchen Regeln sind nicht selten und nicht zufällig Frauen betroffen, die dadurch von Amt, Würden und Macht ferngehalten wurden.

Neben Berührungsverboten gibt es auch Berührungsgebote, also Situationen in denen es Regel und Konvention ist, zu berühren und in denen eine Wiegerung dies zu tun, eine Verletzung gesellschaftlicher Regeln darstellt. Dies gilt beispielsweise für berührende Begrüßungskonventionen und so kann eine nicht geschüttelte Hand in manchen Situationen eine Beleidigung oder Kränkung sein.

Die Weigerung, sich berühren zu lassen, das bestimmte Gefühl, eine Person nicht berühren zu können oder zu wollen, oder Situationen, in denen Berührungen nicht erlaubt sind, sind von großer Bedeutung und sind Teil der Kommunikation. Dies ist nicht ungewöhnlich, wir alle werden uns an Situationen erinnern, in denen wir nicht berührt werden wollten, an Menschen, bei denen wir allein die Vorstellung einer Berührung als unangenehm empfinden oder an Tiere, die wir nicht berühren mögen. Es gibt Menschen, die wir eher nicht berühren, weil ihre Art oder Ausstrahlung zur Distanzierung Anlaß gibt.

„Obwohl der Stand voller Menschen war, blieb um den Doktor stets ein Kreis von einem Meter frei, als ob sogar Fremde spürten, dass er kein Typ zum Ankuscheln war“ (PORTER 1997, 58).

Bei manchen Menschen verbietet auch in unserer Gesellschaft der Rang oder die Rolle eine Berührung, und häufig sind es, wie bereits gesehen, die 'rang-höheren' Personen, die eine Berührung initiieren, die aber nicht berührt werden (dürfen). Roland GIRTLER (1989) schildert in seinem Buch 'Die feinen Leute. Von der vornehmen Art durchs Leben zu gehen', dass das Achten auf Distanz grundlegend ist, wenn ein vornehmer Eindruck erzeugt werden soll.

„Distanz ist also ein wesentliches Element feinen Benehmens. Durch Distanz läßt sich verdeutlichen, dass sozial ein Gefälle besteht“ (GIRTLER 1989, 142).

„Herstellen von Distanz ist also eine sehr wirksame Strategie, um der eigenen Person Bedeutung zuzuschreiben“ (a.a.O., 149).

Auch wenn bereits eine persönliche Beziehung besteht, die normalerweise eine Berührung ermöglicht und erlaubt, so kann mitunter die konkrete emotionale und soziale Situation eine Berührung schwierig oder unmöglich machen.

„Ich sprach sie nicht an und fragte sie nichts, und ich berührte auch nicht ihr Haar, das einzige, wozu ich im Augenblick Lust hatte. Ich wollte sie weder allein lassen noch mit Trost behelligen. Ich drehte mich weg und sah auf die Straße hinunter“ (SEGHERS 1963, 119).

„Aber er erinnerte sich gut an den Tag, an dem er sie nachhause gefahren hatte, blaß und geschwächt, die Augen voller Tränen, in die ungeheizte Wohnung; dort hatte er ihr zwei Tage lang Tee gebracht, der sie nicht wärmte. Er konnte sie nicht berühren.“ (GUR 1992, 117).

Abhängig von gesellschaftlichen Konventionen sind bestimmte Körperteile eher von einem solchen Berührungstabu betroffen als andere.

„Als ich einmal eine Freundin in Hamburg besuchte, spielte ich mit ihrem etwa zweijährigen Sohn Tom. Ich hockte auf dem Boden und versteckte für ihn ein kleines Bällchen, indem ich es zunächst hinter meinem Rücken verschwinden ließ, dann hinter einem Blumentopf usw. Irgendwann versteckte ich es in der Brusttasche meiner Bluse. Er hatte es gesehen, mochte aber nicht das Bällchen aus meiner Tasche holen. Ich bemerkte sein Zögern, stutzte und holte es selbst wieder hervor. Ich glaube, es wäre ihm unangenehm gewesen, in meine Tasche

zu greifen, weil er damit mir, meinem Busen zu nahe gekommen wäre. Danach haben wir dann weiter gespielt“ (G5).

Das Aussprechen oder nonverbale Signalisieren eines Berührungsverbots macht eine Grenze deutlich. ‘Ich möchte nicht berühren und nicht berührt werden.’ Meine Interviewpartnerin schilderte ihre Erlebnisse mit einer Patientin, die sich nicht berühren lassen wollte:

*„aber interessanterweise habe ich eine, die läßt sich gar nicht berühren..., das ist eine ganz spannende Patientin. Die ist echt nicht ohne, ... ein unheimlicher Giftbolzen, * ... und irgendwie kommen wir mit einander zurecht ... und ich hab sie dann gefragt, ob sie Berührung überhaupt nicht mag, – nee mag sie nicht. Das finde ich schon heiß, also sie läßt sich überhaupt nicht anfassen, ganz in der letzten Zeit versuch ich’s manchmal ein bißchen, – ‘darf ich sie mal da anfassen, ich möchte ihnen das mal zeigen’ ... ‘Ja’ – und dann reicht es aber auch schon wieder. ... Und das war für mich schon richtig schwer so da was zu finden, ohne sie zu berühren, weil ich die Tendenz hab zuzupacken und damit in Kontakt zu gehen, das mag sie echt gar nicht. ... Und wahrscheinlich bin ich die Einzige, die das respektiert, denke ich jetzt gerade mal, ich weiß ja nicht wie die Schwestern das machen“ (I 14-15).*

Im zwischenmenschlichen Bereich ist das Durchsetzen ebenso wie das Akzeptieren eines solchen Berührungsverbots oft nicht leicht. Viele Gefühle und Unsicherheiten können zu Tage treten, wenn diese Grenze deutlich gemacht wird.

„Lange durfte ich meinen Sohn nicht berühren. ‘Was habe ich da schon wieder Schlimmes falsch gemacht, bei meiner Erziehung’ denke ich dann gleich“ (G1).

Grenzen und Grenzüberschreitungen sind ein wichtiges Thema, das viel Aufmerksamkeit und Austausch erfordert. Respekt und Achtung sind von großer Bedeutung.

„Ich glaub das mit sowas wie Shiatsu, also wo es dann um Berührung geht, dass da ganz viele Sachen angesprochen werden durch Berührung ... das Recht drauf, dich wohlzufühlen zum Beispiel, ... dass du entscheiden kannst, das ist schön und das ist nicht schön und dass das auch unterschiedlich ist, dass es keine Reglementierung gibt, was schön ist und was nicht und dass es für jede unterschiedlich ist und

dass es sich ändern kann, dass was jetzt schön ist, das nachher nicht mehr schön sein kann oder, was von einer schön ist, von einer anderen nicht schön ist. ... Und ich glaube, dass es ganz wesentlich dazu beiträgt, dich selbst wahrzunehmen und dir bewusst zu werden, über das, was dir gut tut, was du brauchst und was du nicht brauchst und dich auch so im Leben total stärkt“ (I 25).

In diesem Zusammenhang ist die angesprochene Veränderbarkeit der empfundenen Grenze sehr wichtig und dennoch mitunter nicht leicht zu akzeptieren. Eine Berührung, die gestern schön war und Wonneschauer den Rücken hinunter laufen ließ, kann heute unangenehm und lästig sein. Die Berührung läßt sich auch hier nicht aufgrund äußerer Parameter festlegen und in angenehm – unangenehm Schachteln einsortieren. Jedesmal erneut wird die Reaktion auf eine Berührung in der Gegenwart entschieden.

Die Ablehnung einer Berührung kann auch deshalb unangenehm sein, weil sie die Beziehung in Frage stellt. Der Versuch, über die Berührung Kontakt herzustellen, vermittelt gleichzeitig eine Einschätzung der Beziehung und ist wiederum eine 'Ich-Du-Botschaft' im Sinne WATZLAWICKS': 'Wir haben eine Beziehung, in der diese Berührung möglich ist'. Diese Einschätzung wird gleichzeitig mit der Berührung zurückgewiesen, und es ist eine Verständigung darüber nötig, wie die aktuelle Situation von den beiden Beteiligten gesehen wird. Ging es in der Zurückweisung um diese eine konkrete Berührung oder tatsächlich um die Beziehung? Der Austausch darüber kann in Worten stattfinden, oder auch nonverbal. Ein leichtes Abwenden, Abbrechen des Gespräches oder ein distanzierter Tonfall signalisieren den Wunsch nach mehr Distanz. Es kann schmerzhaft sein, wenn unterschiedliche Vorstellungen und Wünsche bezüglich der Beziehung vorliegen.

„Ich fühlte mich zurückgewiesen, hatte ich doch ein großes Bedürfnis nach Berührung“ (G2).

Achtsamkeit und Aufmerksamkeit im Umgang mit den eigenen Bedürfnissen und Grenzen und mit denen von anderen ist sehr wichtig und Grundbedingung für eine angenehme und fruchtbare Berührungskommunikation. Dies gilt im gleichberechtigten Kontakt unter Freundinnen und insbesondere in Kontakten, denen eine Hierarchie zugrunde liegt. Elementar wird dies in Begegnungen, die der Heilung dienen sollen (vgl. Kapitel 7).

6.2.3 Ruhe und Geborgenheit – Festhalten und Enge

„Man macht ja gewöhnlich viel Aufhebens von dem Beginn der großen Liebe. Doch eine Geborgenheit von ein paar Stunden, eine unvermutete Geborgenheit, ein Tisch, an dem man für dich aneinanderrückt, das ist es, was einen hält, das ist es, warum man doch nicht zugrunde geht“ (SEGHERS 1963, 40).

Ein wichtiger Inhalt von Berührungen ist die Vermittlung von Ruhe und Halt. Sehr viele Geschichten erwähnen beruhigende, besänftigende Berührungen, sowohl in Situationen ängstlicher Unruhe, als auch bei Wut oder Schmerz. Hier vermittelt die Berührung die Realität einer anderen Person, einen Kontakt und eine Verbindung und kann dadurch Einsamkeit, Trauer und Angst mindern.

„Als sie saß konnte sie wegen der Schrägstellung ihres Sessels und wegen der Armlehnen Lars nur noch mit dem Fuß berühren. Sie schob den Fuß zur Seite, bis sie seinen Fuß gefunden hatte. Er antwortete mit einem leichten Gegendruck, der sie viel stärker beruhigte, als sie es von einer so kleinen Geste erwartet hätte“ (MC CAFFREY 1990, 319).

„Eine andere Freundin hat mir einmal erzählt, dass sie einen Bekannten dadurch ‘bändigt’, dass sie ihn einfach anfaßt, ihm ihre Hand auf den Arm legt. Das wäre sehr wirksam. Ich war von dieser Erzählung verblüfft, weil mir dabei sofort einleuchtete, dass Berührung ein wirksames Mittel zur Zähmung, Bändigung, Beruhigung ist“ (G5).

„Wir schwiegen und ich fühlte irgendwie Unruhe aufkommen, plötzlich legte sie ihre Hand in meinen Nacken, hat ihn ein ganz klein wenig massiert und ich wurde auf der Stelle ruhig“ (G10).

„Vor allem wenn ich mich mit Menschen streite, die ich sehr mag oder schlechter Laune bin, wird alles leichter und weniger schlimm in dem Moment, wo ich in Körperkontakt mit ihnen bin. Es besänftigt mich, zeigt mir, dass eine Verbindung da ist“ (G5).

Diese Ruhe und Zuversicht ist sehr wichtig, und Berührungen können beruhigen, besänftigen, bändigen. Wie, auf welche Art, wodurch beruhigt Berührung? Was sind Bedingungen für eine beruhigende Berührung? Welche Eigenschaften von Berührung machen es möglich, dass sie beruhigend wirkt?

„Als ich es selbst noch nicht konnte, cremte meine Mutter mich ein. Die Berührung empfand ich immer als angenehm und sagte mir wohl, dass ich auch in schweren Hautkrisen nicht alleine war“ (G14).

Eine Berührung vermittelt Kontakt und Verbindung und setzt so den Gefühlen der Einsamkeit und Isolation etwas entgegen. In einer Situation der Angst und Unsicherheit vermittelt die aufmerksame Berührung, dass die berührte Person nicht allein ist mit der ängstigenden Situation, sondern sich des Beistandes und der Hilfe der Berührenden sicher sein kann.

Berührung verbindet mit der Gegenwart und mit der körperlichen Existenz. Sie mag so in manchen Situationen in der Lage sein, den Kontakt zur Realität aufrechtzuerhalten und das Aufkommen von Panik und Übererregung zu verhindern. Die Berührung hält uns fest und mit ihr können wir uns festhalten. Die Hände einer anderen Person vermitteln Halt und Stütze, und dies hilft uns, Haltung und Ruhe zu bewahren, auch in beunruhigenden Situationen. So werden in den Geschichten Berührungen berichtet, die Trost (G2, G9, G14), Geborgenheit (G13), Sicherheit (G14), Vertrauen (G12) und Mitgefühl (G9, G11) vermitteln. Wir fühlen uns möglicherweise gestützt, geborgen und sicher durch eine kleine Geste der Zuwendung und empfinden die Berührung als ‘erholsam’ (G2).

„Menschen, die Berührungen möglichst vermeiden, kommen mir sehr entfernt und fremd vor. Bei denjenigen, die den körperlichen Kontakt suchen – etwa durch eine Umarmung zur Begrüßung oder zum Abschied – fühle ich mich geborgen, gut aufgehoben, verstanden, akzeptiert“ (G13).

Damit eine Berührung eine solche angenehm beruhigende und stützende Wirkung hat, muß das Gefühl der Echtheit der Berührung da sein. Die ‘Haltung’, mit der berührt wird, ist dabei wichtig (G15).

Nicht jede Berührung ist beruhigend. Manche Berührungen sind aufregend und erregend und bewirken eine angenehme sexuelle Spannung und Lust. Andere Berührungen sind unangenehm und unerwünscht, manche vor allem zweckgerichtet, einige fahrlässig und eher unbedeutend.

Darüber hinaus werden Berührungen beschrieben, die zu sehr festhalten und umklammern, die zu eng, zu langandauernd, zu fesselnd sind, um angenehm zu sein.

„Später versuchte ich zu berühren, wie es mir gefiel – zärtlich und liebkosend fing ich an, doch habe ich immer wieder nur festhalten hervorgerufen. Ich fühlte mich gefesselt und unfrei, flüchtete mich ins Abstandhalten“ (G2).

„Jetzt bin ich 10 Jahre – ich erfahre gerade von Mama, die heftig weint, dass Papa nicht mehr lebt (Selbstmord). Es bleibt noch eine Weile unklar für mich, was und wie es passiert ist. Mama umklammert mich – bei dieser Berührung fühle ich mich auch unwohl – Ungewißheit, Nicht-wahr-haben-wollen, hoffen auf das Wunder, dass Papa doch noch lebt – und das Gefühl, dass Mama Schutz sucht, sich deshalb so fest anklammert“ (G3).

Letztlich wird deutlich, dass die Berührung nur dann als angenehm und beruhigend erlebt werden kann, wenn sie mit der entsprechenden Haltung und Intention dargeboten wird, wenn also emotionale und körperliche Nähe, Sympathie, Wünsche und Grenzen offen kommuniziert werden und in der Berührung Berücksichtigung finden.

6.2.4 Wärme und Zärtlichkeit

Werden in den Geschichten angenehme Berührungen beschrieben oder wird die Sehnsucht nach Berührungen erwähnt, so tauchen in diesem Zusammenhang sehr häufig Begriffe wie ‘Wärme’ und ‘Zärtlichkeit’ auf. Berührungen werden als sanft, leise, zart, weich, liebevoll, vorsichtig und leise charakterisiert. Diese besondere Art von Berührungen, die ohne starken Druck oder festes Zupacken dennoch sehr eindrückliche Botschaften übermitteln, sind von großer Bedeutung in den Geschichten.

Leises oder leichtes Streicheln (G1+2), zärtliche und liebkosende (G2), liebevolle (G9), warme und weiche (G12) Berührungen werden erwähnt und ersehnt. Berührungen kommunizieren Sanftheit und Zärtlichkeit, wie beispielsweise eine zärtlich aus der Stirn gestrichene Locke und ineinanderver-schlungene Hände.

Die aufrichtige, zärtliche Berührung vermittelt eine Vorsicht, eine Rücksichtnahme. Der Inhalt ist ein ganz anderer, als bei einem aufmunternden Schulterklopfen oder einer kräftig geschüttelten Hand, auch wenn beides Bestärkung und Unterstützung vermitteln kann. Die sanfte Berührung spricht die Verletzlichkeit und Weichheit in der anderen Person an. Liebevoll gestreichelt fühlt sie jene zarte Seite in sich, die empfindsam ist und sensibel,

die im Alltag allzu oft geschützt und verdeckt wird und vielleicht werden muß. Wir berühren eine andere Person wie einen empfindlichen und wertvollen Gegenstand, und tatsächlich sprechen wir ja auch davon, dass ein Mensch 'zerbrechlich' wirkt. Während wir häufig darum bemüht sind, Stärke zu demonstrieren, unsere Kompetenz und Souveränität zu zeigen, wissen wir in privaten und intimen Situationen diese Anerkennung unserer gleichzeitig vorhandenen Schwäche und Verletzlichkeit zu schätzen. Die Sehnsucht nach zärtlichen Berührungen, ist die Sehnsucht danach, als ganze Person, auch mit diesen nicht so öffentlichkeitswirksamen Seiten, gesehen und geliebt zu werden.

6.2.5 Körperliche und emotionale Nähe

„Wenn man jemanden berührt, ist dies als spreche man jemanden mit seinem Vornamen an“ (ACKERMAN 1991, 157).

Wenn von der Nähe oder der Distanz zweier Menschen gesprochen wird, so kann sich dies auf eine rein körperlich – räumliche Ebene beziehen, oder auch auf eine emotionale Dimension von empfundener Nähe zu einer anderen Person. Diese emotionale Nähe kommt in verschiedenen Geschichten zum Ausdruck und wird unterschiedlich benannt. Manche schreiben von 'Vertrautheit' (G4), von 'Zutrauen', 'Verbundenheit' (G5), 'echter Nähe' und 'Zusammengehörigkeitsgefühl' (G1). Nähe und Distanz können als eine Dimension bezeichnet werden. Mehr oder weniger Nähe bzw. Distanz lassen sich auf einem Kontinuum darstellen.

Für eine Berührung ist eine räumliche Nähe notwendig, Nähe ist somit eine notwendige Bedingung. Wie sieht das aber im Kontext der emotionalen Nähe aus? In gewisser Weise sind Nähe und Distanz Bedingungen für Berührung, gleichzeitig aber auch Konsequenzen. Wenn Nähe und Vertrautheit da sind, findet eine Berührung leichter und eher statt, und die Fähigkeit, wieder Distanz herzustellen, ist notwendig, um erneut in Kontakt zu treten. Körperliche und emotionale Nähe bedingen sich zum Teil gegenseitig. Ich kann eine Person körperlich berühren, weil sie mir emotional nah ist, und durch diese Berührung kann eine noch größere Nähe wachsen.

„Das erinnert mich daran, dass C (Ehemann) damals – 1960 im Frühling – während der Arbeit im Büro, die ersten vorsichtigen Annäherungsversuche bei mir über zarte Berührungen aufgenommen

hat. Berührungen, die zu fragen schienen: 'Was hältst du von mir? Magst du mich?', „ (G1).

„Wenn ich verliebt bin, will ich die Person unbedingt anfassen, zum Beispiel die Hand (Spannungen, aber auch Nähe herstellen)“ (G6).

Diese Form der Berührung, bei der sich in der konkreten Situation körperliche und emotionale Nähe entsprechen und gemeinsam entwickeln, wird in mehreren Geschichten geschildert und dort als angenehm erlebt.

„B (Tochter) hat sich immer gerne von mir die Füße massieren lassen. Ich bin keine Fußexpertin, doch berührt und gerubbelt habe ich Bs Füße immer gerne, – diese schönen Füße, die nie in ungesunde Frauenschuhe passen werden. Ich glaube, es war gut für unser Zusammengehörigkeitsgefühl, unsere Mutter-Tochter-Beziehung. Bs Füße in meinem Schoß brachte uns näher, nicht nur körperlich“ (G1).

„Wenn ich mich mit jemandem gut und persönlich unterhalten habe, berühre ich die Person meist auch, zum Beispiel beim Abschied umarmen oder kurz am Arm berühren. Das macht das Vertrauen, die Wärme, das Verstehen – Verstanden werden deutlich. Ich drücke damit sowas aus wie, es ist alles okay zwischen uns“ (G6).

„Manche Frauen berühre und umarme ich gerne. Es entsteht eine nähere, intensivere Beziehung. Seelenverwandtschaft. Dies setzt allerdings voraus, dass sich Körper, Geist und Seele berühren. Eine Schwester im Geist zu finden, schließt eine freudige Umarmung gleich mit ein“ (G1).

Es gibt auch Berührungen ohne eine wirkliche Vertrautheit. Beispielsweise wenn Berührung in einem professionellen Kontext stattfindet, wo die Vertrautheit durch andere Berührungsregeln, Rituale vermeintlich ersetzt werden kann. Auch beim Sport gibt es andere Regeln für Berührung. In den Geschichten werden darüberhinaus Berührungen beschrieben, die trotz fehlender Vertrautheit stattfinden und die deshalb unangenehm sind, auch solche, die Vertrautheit vortäuschen sollen und zu manipulieren versuchen (s.o., 'Macht und Gewalt').

Eine der Geschichten erzählt von einer Situation, in der die Erzählerin eine Diskrepanz wahrnimmt zwischen der Nähe der Beziehung auf emotionaler und auf körperlicher Ebene. Dies wird als äußerst schwierig beschrieben.

„Eine langjährige Beziehung zwischen einer Freundin und mir, die trotz guter verbaler Kommunikation und Berührungen auf geistig-see-

lischer Ebene, geprägt war von der Schwierigkeit, körperliche Berührungen zuzulassen (Umarmungen, streicheln, längere Zeit einander zu halten...) und zwar von ihrer Seite aus. Für mich bedeutete das permanent 'Ablehnung', weil sie sich meinen Berührungsversuchen jedesmal entzog“ (G17).

Diese Situation verändert sich eines Abends, als die Freundin sie zum Trost lange im Arm hält. Nach diesem gemeinsamen Erlebnis:

„haben sich die Berührungängste meiner Freundin 'in Luft aufgelöst' – unsere Begegnungen fühlen sich viel leichter und freier an seit diesem Tag, – vielleicht weil jetzt alles 'zusammenpaßt', 'rund ist' – es gibt nicht mehr diesen Widerspruch (von mir so empfunden!) zwischen einer unglaublichen Nähe im geistig-seelischen Bereich und so einer Distanz im Körperkontakt“ (G17).

Eine Berührung und Beziehung wird also hier als angenehm empfunden, weil sich körperliche und emotionale Nähe entsprechen, vorher wurde ein Ungleichgewicht wahrgenommen. Die Berührung ist zugleich Ausdruck bereits vorhandener Nähe und eine Möglichkeit, eine größere Nähe zu bewirken.

„Manchmal verändert diese Geste / Berührung etwas im Verhältnis zwischen der Person und mir. Manchmal ist es der erste Schritt in ein etwas tieferes Vertrauensverhältnis“ (G 13).

Eine andere Geschichte erzählt von einer Begegnung mit dem sterbenden Großvater. In der Berührung war eine Nähe möglich, die vorher durch verschiedene Konflikte verbaut war.

„Als ich ihn dann einen Tag später besuchte, war er nicht mehr ansprechbar, es ging ihm nicht gut. Seine Atmung war äußerst beschwerlich. Ich war mir unsicher, ob ich ihn mit Worten noch erreichen konnte. Ich habe ihm dann seine Füße eingecremt und massiert, ich hatte nie zuvor seine Füße berührt, noch ihn anderswo körperlich so intensiv berührt und gefühlt. Es war für mich eine ganz große Chance, meinen Großvater so fühlen zu dürfen. Er wurde mir dadurch so nah und wichtig. Ich konnte seine Füße in meinen Händen halten und meine Trauer ausdrücken, ich konnte seine Empfindsamkeit spüren und ihm Trost geben ... Ich bin sehr froh, dass ich ihm in dieser letzten Begegnung soviel deutlich machen konnte und auch mir klar wurde, dass unsere früheren Konflikte keine Bedeutung mehr hatten

und im Sterben die Nähe möglich war, die ich so oft vermisst habe“ (G16).

Berührung wird in dieser Situation zu einer wichtigen Möglichkeit der Kommunikation. Sprache, unser üblicherweise zentrales Kommunikationsmittel, ist in den Hintergrund geraten. Dawn NELSON (1996) schreibt von den Chancen der 'heilsamen Berührung' in der Betreuung alter und sterbender Menschen, ein Thema, auf das ich hier jedoch nicht näher eingehen möchte.

Es ist festzuhalten, dass *Berührung eine Kommunikation der Nähe* ist, dass sie Nähe herstellen und ausdrücken kann, auch in Situationen, in denen Sprache umständlich und weniger präzise wäre oder von den Beteiligten nicht verstanden würde.

6.2.6 Sexualität und Intimität

„Zwiesprache / unserer Körper / Liebe und Tanz / meine Haut ein erogenes / Organ“ (G4).

Sexualität ist Kommunikation und Berührungskommunikation. In einer sexuellen Begegnung wird über Wünsche und Lüste kommuniziert, und Teile der Kommunikation finden berührend statt. Die Brust bewegt sich der Berührung entgegen, die Hand wird ein wenig höher geschoben, der leidenschaftliche Kuß bestätigt den Genuß der bisherigen Berührungen.

„Was geschieht, wenn ich einen anderen Leib berühre? Wir sprechen jetzt nicht vom Berühren in der Weise, wie man auch einen Gegenstand berühren kann. ... In der leiblichen Liebe gibt es aber eine andere Form des Berührens. ... Durch das Berühren des anderen Leibes tritt eine eigentümliche Dialektik der Grenze in Kraft. Die Grenze des eigenen Leibes wird spürbar, aber gerade so, dass es sich dahinter öffnet, dass es weitergeht, dass der eigene Leib gewissermaßen an dieser Stelle durchlässig wird und in den anderen ausfließt“ (BÖHME 1985, 135).

„Mit 16 hatte ich eine Freund mit einem sehr starken Bart. Und wenn wir uns ausgiebig abgeknutscht hatten, glühte mein Gesicht am nächsten Morgen noch. Aber so weit ich mich erinnere, fand ich es trotzdem gut. Ich fühlte mich prima!“ (G1).

In den Geschichten werden sexuelle Berührungen erwähnt, aber selten länger beschrieben. Dies kann daran liegen, dass sich auch meine Anfrage schwerpunktmäßig auf Alltagsberührungen richtet (siehe Wortlaut im Anhang), zum anderen ist Sexualität ein tabuisiertes Thema. Christliche Lust- und Sexualfeindlichkeit hat dazu geführt, dass sexuelle Begegnungen und lustvolle Berührungen allgemein zur Sünde degradiert wurden.

„Numenius von Apamea proklamierte, dass die Vereinigung der Seele mit Gott nur bei absoluter sexueller Abstinenz möglich sei. ... Augustinus sagte, Geschlechtsverkehr sei niemals – nicht einmal innerhalb der Ehe – frei von Sünde“ (WALKER 1993, 998).

Das Erleben von gemeinsamer Lust und Freude in der sexuellen Begegnung war nicht als eine Möglichkeit intensiven Erlebens und als Ausdruck gegenseitiger Wertschätzung akzeptiert, sondern galt als schmutzig und sündig. Diese Haltung hatte Auswirkungen, die uns zum Teil aus heutiger Sicht nur noch als ausgesprochen abstrus erscheinen mögen, wie beispielsweise die Regel, dass Bücher weiblicher und männlicher Autorinnen und Autoren auf verschiedenen Regalen aufbewahrt werden sollten, es sei denn Autor und Autorin sind zufälligerweise verheiratet (vgl. WALKER 1993, 1003). Trotz dieser vermeintlichen Absurdität leben wir heute immer noch mit den Konsequenzen der christlichen Verdammung von Sexualität und Lust. Zusammen mit der Sexualität wurden viele Berührungen in die Sphäre völliger Privatheit verdrängt und Berührung ist in unserem gesellschaftlichen Alltag nicht sehr präsent.

Insbesondere Frauen hatten unter den sexualfeindlichen Tabus zu leiden. Ihnen wurde jedes Recht auf eine eigene oder gar selbstbestimmte Sexualität abgesprochen.

„Noch Ende des letzten Jahrhunderts wurde von einer ‘guten’ Frau erwartet, dass sie von sexuellem Genuß nichts wußte. Wenn sie Anstalten machte, derartige Empfindungen zu entwickeln, wurde sie grausam verspottet“ (WALKER 1993, 1003).

WALKER weist daraufhin, dass Sexualität einst als heilige Handlung galt:

„Selbst heute ist es für einen im westlichen Kulturkreis aufgewachsenen Menschen ohne langwierige geistige Bemühungen kaum möglich, die Ansichten der alten Welt nachzuvollziehen, in der Sexualität

als eine Erfahrung göttlichen Vergnügens oder ein Vorgeschmack des Himmels galt“ (WALKER 1993, 1000).

Die Tabuisierung von Sexualität und Erotik hat zur Folge, dass die Bedeutung und subtile Präsenz des tabuisierten Themas verstärkt wird und dass jede Berührung zu einer potentiell sexuellen wird. Das Tabu wirkt sich auf viele Bereiche aus: Gleichzeitig mit der sexuellen Berührung werden viele freundschaftliche Berührungen verdammt, und das Berührungsrepertoire engt sich ein. Auch die Sexualität selbst unterliegt Beschränkungen, und sie ist geprägt von einem sehr begrenzten Verständnis körperlicher Liebe.

„Man scheint Sexualität weitgehend als simples Medium, Triebspannungen zu lösen, nicht als tiefsten Akt der Kommunikation in einer differenzierten menschlichen Gemeinschaft zu betrachten“ (MONTAGU 1974, 134).

Sexualität ist insofern ein schwieriges Thema, als es einerseits in großem Ausmaß von gesellschaftlichen, religiösen und moralischen Vorstellungen und Normen geprägt ist, während es andererseits ausgesprochen persönlich und intim ist. Wir bewegen uns in einem Spannungsfeld zwischen ganz persönlichen Bedürfnissen und Lüsten und der Tatsache, dass diese niemals unabhängig von gesellschaftlichen und damit patriarchalen Werten entstanden sind. Dies gilt für das gesamte Thema 'Berührung', wird jedoch im Bereich der Sexualität noch deutlicher.

Nun mag heute der Eindruck entstanden sein, dass solche rigiden Normen überwunden sind und dass der Kampf um sexuelle Befreiung Früchte getragen hat. Die angebliche sexuelle Revolution hat für Frauen an die Stelle des Orgasmusverbots, bzw. an die Stelle der vollständigen Negierung des weiblichen Orgasmus, vielfach jedoch ein Orgasmusgebot gesetzt, verbunden mit der ständigen Bereitschaft zu sexuellen Handlungen. Dies hat mit Freiheit wenig zu tun.

In diesem Buch ist Sexualität nur ein Thema unter vielen anderen, obwohl es auch vorstellbar wäre, dass sie unter dem Oberthema Berührung im Zentrum stünde. David BOADELLA geht davon aus, „daß oft nur zwei Hauptkanäle bleiben, die ein Erwachsener benutzen kann, um Berührung zu erleben: klinische Berührung und sexuelle Berührung“ (BOADELLA 1994, 20). Es gibt wenig andere 'Oasen der Berührung' und gerade aus diesem Grund war es

mir wichtig, die anderen Arten, die anderen Kontexte und Orte der Berührung zu betrachten.

Es ist bedauerlich, dass unser Berührungsverhalten so reduziert zu sein scheint, dass Berührungen unter Erwachsenen fast nur in Liebesbeziehungen vorkommen und fast nur dort gesellschaftlich akzeptiert sind. Es handelt sich zweifellos um eine außerordentliche Einengung unseres Berührungsrepertoires, das so viel mehr Variationen zuließe. Es wäre schade, wenn von den vielen vorstellbaren und lebhaften Arten zwischenmenschlicher, freundschaftlicher, intimer Berührung nur heterosexuelle und ausschließlich auf das Ziel 'Orgasmus' ausgerichtete Sexualität bleiben würde. Der Versuch gesellschaftliche Einflüsse zu negieren und sich auf individuelle sexuelle Selbstbestimmung zu berufen, erscheint mir sinnlos, noch ist meiner Ansicht nach die entgegengesetzte Haltung gefragt, von VALVERDE (1989) als sexueller Pessimismus bezeichnet. Ich denke, es könnte ein Ziel sein, unser Berührungsspektrum insgesamt zu erweitern, dies verstanden als Ausweitung der Handlungs- und Begegnungsmöglichkeiten, bei gleichzeitiger Achtung vor den eigenen und anderen Grenzen. MOSER schreibt im Kontext körperorientierter Psychotherapie von „der Kultivierung des Angebots an Berührung“, eine Formulierung, die ich sehr schön und treffend finde.

6.3 Alleine – mit und ohne Berührung

BERÜHRUNG

ich ahnte immer dass es dich
gibt
auch wenn ich auf ästen der
einsamkeit
tränen rollte
und gerade dann –
ich ahnte es
ich weiß es
(May Ayim)

Alleine zu sein kann manchmal ersehnte Oase sein, es kann jedoch auch als bedrohlich und unangenehm, als schmerzliche Einsamkeit erlebt werden. So ist mitunter eine Diskrepanz da, zwischen dem wahrgenommenen Wunsch nach Berührung und der Realität. Dies kann eine allgemeine Sehnsucht nach

Berührung, nach einer bestimmten Berührung oder nach einer bestimmten Person sein.

„Wir alle sind mit dem Hunger der Haut nach Berührungen auf die Welt gekommen, aber wir schaffen es nur, dieses Bedürfnis bis zu einem gewissen Grad zu befriedigen“ (Davis 1994, 112).

„Wenn ich Dalena nur einmal in die Arme genommen hätte, dachte ich manchmal in meinem dunklen Bett, nur ein einziges Mal meine Arme um sie gelegt und ihren Körper an meinem gespürt hätte, vielleicht würde ich mich dann nicht so nach ihr sehnen. Natürlich hätte sie mich gefragt, ob ich nicht alle Tassen im Schrank hätte. Aber ich hätte es trotzdem tun sollen, dachte ich. Oder wäre meine Sehnsucht dann nur noch schlimmer?“ (van der Vyver 1997, 246).

Die Sehnsucht bezieht sich häufig gleichzeitig auf emotionale, wie auf körperliche Nähe und wird vielfach in den Geschichten zum Thema. Einige Aspekte dieser Sehnsüchte kommen in den folgenden Zitaten zum Ausdruck.

„*Ich kann mich so wenig an Berührungen erinnern. Hatte ich zu wenig körperliche Kontakte? Gefühle hatte ich viele, auch immer die Sehnsucht nach zärtlicher Berührung*“ (G2).

„*Ich spürte den Wunsch, mich auf ihren Schoß zu setzen, mich von ihr trösten zu lassen (habe ich selbstverständlich nicht gemacht)*“ (G10).

„*Sehnsucht nach Ganzheit und Glück*“ (G1).

„*Die Suche nach echter Nähe begleitet mich mein Leben lang*“ (G3).

„*Niemals ein Anrecht auf mein sanftes Streicheln*“ (G5).

Die erwähnten Sehnsüchte beziehen sich vor allem auf zärtliche, tröstende und sanfte Berührungen, nicht so sehr auf sexuelle und erotische Berührungen. Es ist möglich, dass die Sehnsucht nach sexueller Berührung schwieriger zu formulieren ist und eher einem Tabu unterliegt. Wenn jedoch, wie BOADELLA (1994) schreibt, in unserer Gesellschaft für Erwachsene professionelle und sexuelle Kontakte die einzigen Quellen für Berührung sind, so wäre es kein Wunder, wenn die Autorinnen vor allem zärtliche Berührungen vermißten.

Wie sieht es nun aus mit den Berührungsselbstgesprächen, die wir alltäglich führen? Sie finden wohl noch seltener unsere Beachtung als andere Berührungen. Es ist völlig alltäglich, dass wir uns waschen, anziehen, eincremen und dabei berühren. Wir berühren uns selbst, wenn wir nachdenken und den

Kopf in die Hand stützen, wenn wir die Hände an der Hose abtrocknen und wenn wir im Schlaf die Hand unter den Kopf legen. Auch diese Berührungen sind von großer Wichtigkeit für unsere körperliche Identität.

„Die Berührung weckt in uns eine Vorstellung davon, wie wir aussehen. Ohne Berührung hätte ein Spiegel keinen Sinn. Unbewußt prägen wir uns die Maße unseres Ichs ein – wenn wir mit der Hand über unseren Arm streichen, wenn wir versuchen, mit Daumen und Zeigefinger unser Handgelenk zu umfassen, oder probieren, ob wir mit der Zunge die Nase berühren oder unseren Daumen zurückbiegen können. Wenn wir unsere Seidenstrümpfe vom Knöchel bis zum Schenkel hochziehen, fühlen wir, wie lang unsere Beine sind. Doch die Berührung lehrt uns vor allem, dass das Leben Tiefe und Konturen hat, läßt uns die Welt und uns selbst in drei Dimensionen sehen“ (ACKERMAN 1991, 125).

Mit Hilfe der Selbstberührung erkundet das Kind den eigenen Körper.

„Wenn das Kind seinen eigenen Körper berührt, entwickelt es eine bestimmte Einstellung gegenüber seinem Körper. Durch die Erforschung des eigenen Körpers erfährt das Kind, wie sich der Körper anfühlt. Wie andere auf diese Untersuchungen reagieren wirkt sich ebenfalls auch die Einstellung des Kindes aus“ (DAVIS 1994, 59).

Katzen sind sehr oft damit beschäftigt ihre Jungen, aber auch sich selbst zu lecken. Dies mag der Körperpflege dienen, ist jedoch gleichzeitig eine (Selbst-) Berührung. Wir berühren uns selbst besonders häufig, wenn etwas nicht in Ordnung ist. Wir reiben ein schmerzendes Gelenk, drücken an einem entzündeten Pickel herum und umfassen die Stelle, an der wir uns gestoßen haben. Vielleicht sind dies Versuche der Selbstheilung. Wir wärmen die empfindsame Stelle, stützen und schützen sie, halten sie fest und sichern sie als Teil unserer selbst.

Die Wahrnehmungen und Empfindungen bei einer Berührung durch andere oder durch uns selbst unterscheiden sich sehr stark. Es ist ein erheblicher Unterschied, ob wir selbst unsere Füße oder die verspannten Nackenmuskeln kneten, oder ob dies ein anderer Mensch tut. Kitzel beispielsweise ist ein Gefühl, was wir nur empfinden, wenn andere uns an entsprechenden Stellen unseres Körpers leicht berühren, aber nicht wenn wir uns selbst auf die gleiche Weise reizen. Selbstbefriedigung (Masturbation, Onanie) ist inzwischen als wichtiger Teil von Sexualität in der Sexualwissenschaft weitgehend

akzeptiert. Dennoch haftet ihr oft noch etwas von dem früher damit verbundenen Makel der 'Selbstbeschmutzung' und der Sünde an. Das Wissen darum, wie wir uns selbst Lust und Wohlgefühle machen können, ist wichtig, sei es, dass diese Empfindungen durch auf den Bauch gelegte Hände, Reiben des Nasenrückens oder durch sexuelle Stimulation erreicht werden.

In den Geschichten werden vor allem Berührungen anderer Personen berichtet, nur selten finden Selbstberührungen Erwähnung. Das ist nicht verwunderlich bei einer Überschrift 'Berührung und Kommunikation', wie ich sie bei meinen Anfragen wählte. Einige Geschichten erwähnen dennoch Selbstberührungen:

„Ich mag außerdem sehr gern die Berührung meiner Haare auf meinem Rücken“ (G9).

„Und als ich mit über 40 Jahren endlich aus meinem Dornröschenschlaf erwachte, hatte dies auch wieder was mit Sexualität zu tun. Ich genoss sie plötzlich, ließ mich lieber berühren und berührte lieber. Berührte mich lieber und meinen Partner“ (G1).

Eine extreme Form der Selbstberührung ist das sogenannte 'Ritzen'. Vor allem Mädchen und junge Frauen berühren sich dabei in selbstverletzender Weise, indem sie ihre Haut mehr oder weniger stark mit einem Gegenstand verletzen, sich Schnitt- oder Brandwunden zufügen. Das schwierige und kontroverse Thema der Genese und Therapie solcher als Störung definierten Verhaltensweisen kann ich an dieser Stelle nicht erschöpfend behandeln, möchte aber auf einige, mir interessant erscheinende Aspekte hinweisen. Diese Form selbstverletzenden Verhaltens steht im Zusammenhang mit dem, was ich als eine existentielle Bedeutung von Berührung bezeichnet habe, dem Wahrnehmen und Spüren von Realität.

„Über das Ritzen holen sich die Mädchen und Frauen in die Realität zurück, sie kommen sich selbst und ihrer Umwelt wieder näher. Sie beweisen sich, dass sie noch da sind, denn nun können sie sich spüren. Der langsam einsetzende Schmerz ist ein klares Gefühl, das eindeutig zu ihnen gehört“ (TEUBER 1997, 9).

Kristin TEUBER geht davon aus, dass das Ritzen einen antipsychotischen Aspekt hat, da es der Selbstentfremdung, Depersonalisierung und Derealisierung entgegen wirkt.

„Teilweise fassen sich die Mädchen selbst ungerne an und sie haben Angst, von anderen berührt zu werden. Gerade Mädchen, die sexuell mißbraucht wurden, fürchten sich noch lange Zeit danach – verständlicherweise vor Körperkontakten. Beim Ritzen berühren sie sich aber in extremer Form mit einem Gegenstand. Dabei ist es entscheidend, dass sie diese Berührung selbst kontrollieren können. Die Kontrolle ist für sie die notwendige Bedingung, um überhaupt körperliche Kontakte zulassen zu können. Manchmal hilft das Einsalben und die Verarztung der Wunden nach dem Ritzen dabei, mit dem Körper anders umzugehen und ihn liebevoller zu besetzen“ (TEUBER 1997, 10).

Sie betont, dass die Mädchen gerade weil der Körper für sie fremd und schwierig ist, viel über ihn ausagieren, um sich ihres Körpers zu versichern, ihn zu spüren. Die Berührung und der Schmerz helfen in der Darstellung von TEUBER die Verbindung zur Realität zu bewahren, sich der eigenen realen Existenz zu versichern. Der Kontakt zur Umwelt und zur Realität bleibt erhalten, und die Mädchen verhindern so ein psychotisches Erleben. Gleichzeitig ist diese Selbstverletzung und diese Berührung ein Kommunikationsmittel, so TEUBER, in einer Situation, in der Sprachlosigkeit herrscht und deshalb andere Wege der Mitteilung gesucht werden.

6.4 Resümee

Berührung ist Kommunikation über Beziehungen, vermittelt Bestätigung, Ruhe, Nähe, aber auch Macht. Berührung kann Kontakt sein oder Selbstgespräch, kann uns mit der Realität unserer Gefühle konfrontieren und uns Grenzen erfahren lassen. Ich habe in diesem Kapitel versucht, einige Aspekte und Inhalte von Berührungen in der Kommunikation und Kommunikation in der Berührung darzustellen, die in den Geschichten deutlich wurden. Es sind dies vielfach Themen, die zwischenmenschliche Beziehungen zum Ausdruck bringen und die zentral sind für unser alltägliches Leben. Wir erfahren und erfüllen Verbindungen, Realität und Gegenwart, Aspekte, die für unser Leben von existentieller Bedeutung sind. Alle dargestellten Eigenschaften und Inhalte von Berührungskommunikation verdienen jeweils eine Vertiefung und genauere Betrachtung, eine Aufgabe, die ich jedoch im Rahmen dieses Buches nicht leisten werde.

„Berührung ist mehr als nur ein Hilfsmittel, Streß zu erleichtern. Berührung ist Teil eines formenden Prozesses. Sie ist eine Art, Weichheit und Nähe zu gestalten. Berührung verlangt nach einer Reaktion. Die Reaktion wiederum ruft eine Veränderung in dem hervor, der berührt und in dem der berührt wird. Es entsteht ein pulsierendes Band. Diese Pulsation von Geben und Nehmen formt persönlichen Kontakt und eine Beziehung“ (KELEMAN 1994, 19).

7 Berührung in Heilungsprozessen

Ein anderer Bereich, in dem Berührung zum Thema wird, ist der Bereich der Medizin und Heilung: Massage und Physiotherapie, die ärztliche und zahnärztliche Behandlung, ein Aufenthalt im Krankenhaus, Psychotherapie, Versorgen und Trösten eines kranken Kindes oder Versorgt-werden durch eine Freundin, u.s.w. Welche Bedeutung hat Berührung in diesem Kontext?

7.1 Medizinische Behandlung

Ein Zusammenhang zwischen Heilung und Berührung kommt im Deutschen bereits in dem Wort Be-Hand-lung zum Ausdruck. Für die Medizin schreibt der Arzt und Psychoanalytiker Georg GRODDECK in seinem erstmals 1913 erschienen Buch „Die Natur heilt“:

„Die Hand des Arztes ist das edelste Werkzeug, das er besitzt, in Wahrheit das Instrument, das er nicht entbehren kann. ... Sie (die Hand) lehrt den Arzt, was vor ihm liegt, sie gibt dem Kranken im Berühren Linderung. ... In ihr ist bis zu einem hohen Grade das zusammengedrängt, was den Arzt ausmacht, seine Persönlichkeit“ (GRODDECK 1985/1913, 75).

Berührung kann in der Medizin genutzt werden zur Diagnose durch abtasten, bewegen, fühlen, oder auch zur Heilung durch Massagen, Manipulationen von Gelenken, zum Trost und zur Vermittlung von Geborgenheit und Zuversicht, zur Entspannung und Schmerzreduktion.

„Seit alters her war die Berührung des Körpers, das Handauflegen und die körperliche Be-Hand-lung wichtiger Bestandteil von Heilprozeduren, die angewandt wurden, wenn Körper, Geist und Seele eines Menschen sich nicht im harmonischen Einklang miteinander und mit der Gemeinschaft befanden“ (HEROLD 1992, 267).

Heute jedoch gibt es vielfältige Diagnose- und Behandlungsmethoden, die einen direkten körperlichen Kontakt 'überflüssig' machen. Röntgen und Ultraschall liefern genauere (oder vielleicht auch nur andere) Ergebnisse, als ein Abtasten der schmerzenden Stellen durch die Ärztin. Puls und Blutdruck werden von digitalen Meßgeräten störungsfreier und exakter registriert, als von den am Handgelenk ruhenden Fingern, und die auf die Stirn gelegte Hand zum 'messen' der Temperatur findet wohl nur noch in häuslichen Situationen Verwendung.

Die Untersuchungen, die es im Bereich der Medizin an Menschen und auch an Tieren zu den Auswirkungen von körperlicher Berührung gibt, zeigen den großen Einfluß, den diese auf unser (Er-)Leben hat. Berührungen bewirkten dabei: herabgesetztes Schmerzempfinden, größere Ruhe, Sinken des Blutdrucks, Stärkung des Immunsystems und sogar verbesserte geistige Leistungen. Berührungen, in den Untersuchungen vor allem als Massagen dargeboten, führten so dazu, dass die Gabe von Schmerzmitteln reduziert werden konnte und förderten insgesamt den Heilungsprozeß (CRENSHAW 1997, DEGEN 1997, HEROLD 1992, MONTAGU 1974). ACKERMANN (1991, 156) führt eine Untersuchung an, nach der der Besitz eines Haustiers die Überlebenschancen von Herzanfallpatientinnen verbesserte und zwar unabhängig von den sonstigen Lebensumständen. Sie führt dies auf die beruhigende Wirkung des Streichelns dieser Tiere zurück. ACKERMANN berichtet außerdem von einer Klinik in den USA, die bei frühgeborenen Säuglingen Berührungen gezielt einsetzt. Nicht nur die Eltern und Krankenschwestern, sondern auch unbeteiligte Freiwillige werden angelernt, die in Brutkästen liegenden Babys zu streicheln und zu massieren. Diejenigen der Frühgeborenen, die diese Behandlung erfuhren, nahmen schneller an Gewicht zu, waren aufmerksamer und lebhafter, so ACKERMANN (1991, 96-106). Ähnliche Ergebnisse bezüglich der Wirkung von Berührung auf Frühgeborene berichtet auch HEROLD

(1992, 247). So eindrücklich diese Erkenntnisse zu sein scheinen, sie haben jedoch bisher recht wenig Folgen, wenn es um Reformen des Gesundheitssystems geht und werden nicht systematisch umgesetzt¹.

7.2 Psychotherapeutische Behandlung

Psychotherapie ist eine besondere Form der Heilbehandlung, die wie folgt charakterisiert wird:

„Psychotherapie, die Behandlung mit Hilfe der zwischenmenschlichen Kommunikation ...im engeren Sinne ist Psychotherapie der gezielte Einsatz zur Behandlung allein oder vorwiegend psychogen bedingter körperlicher oder seelischer Erkrankungen“ (DORSCH 1994, 629).

Das Mittel der Behandlung bzw. Heilung ist die Kommunikation zwischen Therapeutin und Klientin. In der Regel wird dabei an sprachliche Kommunikation gedacht, denn die gängigen psychotherapeutischen Verfahren arbeiten vor allem sprachlich. FRANK hat sich mit Heilungsmethoden in verschiedenen Kulturen beschäftigt und schreibt über Psychotherapie:

„Mit wenigen bemerkenswerten Ausnahmen wie Wilhelm Reich und J. L. Moreno haben die abendländischen Psychotherapeuten körperliche Berührungen vermieden und sich ausschließlich auf die Verständigung mit Worten verlassen. Darin äußert sich vermutlich ein kulturell vorgeprägter Verdacht, dass alle körperlichen Kontakte erotisch seien. Infolgedessen haben sich die Psychotherapeuten eines starken Mittels zur Spannungslinderung und Stärkung der Beziehung beraubt, das in anderen Kulturen weithin geläufig ist“ (FRANK 1981, 96).

Die These, dass in unserer Kultur Berührungen leicht sexualisiert werden und dass wir gerade unter Erwachsenen wenig andere Berührungen zu kultivieren lernen, tauchte bereits auf. Dies hat auch einen Einfluß auf Berührungen im therapeutischen Kontext.

Für die Psychoanalyse postulierte Sigmund FREUD das Abstinenzprinzip: „Die Kur muß in der Abstinenz durchgeführt werden“ (FREUD 1946/1915,

1 In den USA und mittlerweile auch vereinzelt in Deutschland bieten einige Firmen im Wissen um die positiven Auswirkungen der Berührung Massagen auf Firmenkosten an (WAGNER 1997, 1). Es wird davon ausgegangen, dass dies auch ökonomisch sinnvoll ist, da sowohl Arbeitsleistung und Kreativität zu steigen scheinen, und gleichzeitig die Anzahl der Krankmeldungen sinkt.

313) und dies beinhaltet für FREUD auch ein Berührungstabu. Diese besondere Art der Beziehung zwischen Therapeutin und Klientin in der Psychoanalyse wird wie folgt beschrieben:

„In der Psychoanalyse schreibt die Abstinenzregel vor, jede persönliche, über die Ziele der Therapie hinausgehende Kommunikation zu vermeiden. Der Therapeut solle sich passiv, gefühlsmäßig wohlwollend-neutral verhalten und gleichschwebend aufmerksam sein. dass sich der Therapeut den neurotischen Bedürfnissen des Patienten versage, halte den Leidensdruck als Motivationsquelle der Therapie aufrecht“ (DORSCH 1994, 801).

Abstinenz hat jedoch verschiedene Ebenen und kann Unterschiedliches bedeuten. Zum einen geht es um konkrete Ge- und Verbote in der therapeutischen Situation. Das Abstinenzgebot verbietet freundschaftliche und sexuelle Beziehungen zwischen Analytikerin und Analysandin. Verboten ist außerdem Berührung, und im klassischen analytischen Setting, mit auf der Couch liegender Patientin und dahinter sitzender Analytikerin wird auch Blickkontakt weitgehend vermieden.

Das Ziel dieser Maßnahmen ist generell, Ersatzbefriedigungen zu vermeiden, mit dem Ziel, dass die Motivation zur Analyse nicht verloren geht. Zum Teil wird daraufhin gearbeitet, dass die Patientin solche Ersatzbefriedigungen auch außerhalb der Analyse meidet. In der 'wohlwollend-neutralen' Atmosphäre der Analyse geht es darum, nicht zu agieren, sondern für das Leiden einen symbolischen Ausdruck vor allem in der Sprache zu finden.

MOSER (1990) vermutet, dass bei der Einführung des Abstinenzgebotes durch FREUD auch der gute Ruf der noch jungen Psychoanalyse von entscheidender Bedeutung gewesen sei. Er selbst, als psychoanalytischer Körpertherapeut behält den Begriff der Abstinenz bei, interpretiert ihn jedoch anders.

„Trotzdem halte ich nach wie vor an dem Begriff Abstinenz fest. Das bedeutet: Der Therapeut soll keine eigenen sexuellen Bedürfnisse mit Patientinnen befriedigen; er versucht nicht, seine Aggressivität abzuladen: auch nicht, seine symbiotischen Bedürfnisse mit Patienten zu befriedigen“ (MOSER 1990, 40).

Zentral ist für MOSER dabei die Analyse von Übertragung und Gegenübertragung. Diese Interpretation des Begriffes der Abstinenz spricht für MOSER

nicht gegen berührendes Arbeiten in der Psychoanalyse, eine Haltung, die jedoch auf Kritik stößt.

Mittlerweile gibt es verschiedene psychotherapeutische Verfahren, die auch körperorientiert und berührend arbeiten und die sich mit dem Thema Berührung beschäftigen. Tilmann MOSER (1989, 1990, 1992a, 1992b) ist der bekannteste Vertreter der körperorientierten Psychoanalyse. Auch aus der Gestaltpsychotherapie (KEPNER 1988), der Integrativen Leib- und Bewegungstherapie (EISLER 1991, PETZOLD 1985, VAN HAREN 1998), der biodynamischen Therapie, und der Bioenergetik (HOFFMANN-AXTHELM 1991 & 1994) gibt es Beiträge zum Thema Berührung in der Psychotherapie. Sprache ist auch in der Psychotherapie nicht die einzige Möglichkeit der Verständigung.

„Berührung ist ein Medium der Kommunikation zwischen Therapeut und Klient, wobei der Therapeut durch den Gebrauch seiner Hände seine Präsenz, Beobachtungen und Experimente vermittelt und der Klient durch seine körperlichen Reaktionen und Veränderungen seine Äußerungen, Erfahrungen und Antworten mitteilt“ (KEPNER 1988, 124).

Diese verschiedenen Ansätze arbeiten auf ganz unterschiedlicher theoretischer Basis und mit unterschiedlichen Intentionen berührend. Teilweise berufen sie sich auf Wilhelm REICH und Alexander LOWEN, andere sehen ihre Arbeit eher von Sandor FERENCZI inspiriert. Diese Hintergründe genau zu analysieren würde an dieser Stelle zu weit führen. Ich möchte dennoch einige Aspekte von Berührung in Heilungsprozessen hervorheben, die mit dem bisher erwähnten in Verbindung stehen.

7.3 Heilende Aspekte von Berührung

„Aber man kann durch Ängste durchgehen, wenn man gelegentlich eine haltende Hand spürt“ (MOSER 1992, 8-9).

Berührung hat viele Facetten und kann im Bereich der Heilung mit sehr unterschiedlichen Zielen und Folgen genutzt werden. In sieben Geschichten werden Berührungen in einer medizinisch-therapeutischen Situation erwähnt. Eine Autorin schildert einen Mißbrauch, in den anderen Beschreibungen wird die Berührung als angenehm und hilfreich erlebt.

Berührung kann beruhigen, entspannen und Streß mindern. Sie kann die Selbstwahrnehmung unterstützen und Haltung, Bewegung, Spannungen be-

wußter machen. Es kann auch versucht werden, direkt auf den Körper einzuwirken, wie beispielsweise in der Bioenergetik mit dem Ziel den sogenannten Muskelpanzer zu lösen. Eine Berührung kann Erinnerungen wecken an frühere körperliche Erlebnisse, an frühere Berührungen, und diese Berührungsgeschichten können in der Folge aufgearbeitet werden. Teilweise wird davon ausgegangen, dass es ein sogenanntes Leibgedächtnis gibt, das durch Körperarbeit angesprochen wird. Durch frühen Mangel an Berührungen oder durch Verwirrung aufgrund unklarer und widersprüchlicher Berührungserlebnisse entstehen Defizite, die von einigen körperorientierten Ansätzen mit Hilfe von Berührung behandelt werden. Hier kann eine Art *nachnähren* das Ziel sein, auch als *reparantage* bezeichnet, das die frühere Mangelsituation auszugleichen versucht. In der Berührung können Wut, Geborgenheit, Sehnsucht, Nähe und Schmerz unter Umständen stärker erlebt werden, als im Gespräch darüber und dies kann genutzt werden, besonders, wenn diese Emotionen so verschüttet sind, dass sie sich der sprachlichen Darstellung zunächst entziehen. Auch und gerade im medizinisch-therapeutischen Bereich gilt es aufmerksam zu sein, damit Berührung nicht im Dienste von Macht und Manipulation gebraucht wird.

7.3.1 Berührung und die therapeutische Beziehung

FRANK erwähnt in dem oben angeführten Zitat, dass Berührung ein Hilfsmittel ist zur Stärkung der Beziehung zwischen Therapeutin und Klientin. Berührung kann eine Verbundenheit und Nähe vermitteln und somit eine vertrauensvolle Beziehung fördern, die gerade für die Psychotherapie von großer Bedeutung ist.

„Berührung kann in gewissen Situationen das Zustandekommen einer therapeutischen Beziehung begünstigen. Berührung in der Beziehung ist eine tiefempfundene Kontaktform, die eine menschliche Verbundenheit schafft und die Übertragung da ermöglicht, wo Beziehung objektlos und präobjektal war“ (DOHMEN 1994, 198).

Die Art und Weise einer Berührung kann manchmal besser als Worte eine Haltung und damit eine Grundlage der Beziehung vermitteln. Sie ist, wie KELEMAN das in dem oben angeführten Zitat schreibt, „eine Art Weichheit und Nähe zu gestalten“ und damit „Teil eines formenden Prozesses“ (KELEMAN 1994, 19). Eine Geschichte beschreibt eine ärztliche Berührung, die eine solche positive Haltung vermitteln konnte.

„Eine Geste bzw. Handlung hat mich dabei besonders ‘berührt’ bzw. hat mir noch länger nachgehangen, obwohl sie auch nur sehr kurz war: Da ich meine Haare offen trug und den Kopf von einer Seite auf die andere legen sollte, rutschten die Haare hin und her. Der Arzt legte sie dann zwischendurch vorsichtig in die Mitte zurück. Beim Schreiben fällt mir jetzt auf, dass ich mir auch vorstellen kann, diese Handlung als aufdringlich und übergreifend zu empfinden. Wenn ich aber diese Situation ‘anfühle’, war es dort nicht so. Ich glaube, die Haltung mit der sie geschah war eher eine sehr respektvolle. Ich habe später dann auch festgestellt, dass ich es eigentlich komisch finde, dass ich so etwas als besonders empfinde, aber die üblichen, bzw. meine üblichen Erfahrungen mit Ärzten zeigen eher, dass solch eine sanfte respektvolle Haltung nicht der Normalfall ist“ (G15).

Auch hier wieder ein Hinweis darauf, dass bei der Berührung vor allem die Haltung und Einstellung von großer Bedeutung sind, wichtiger noch, als die äußerliche Art und Weise der Berührung. Eine andere Geschichte schildert die Berührung einer Ärztin nach einer unangenehmen Behandlung und stellt Überlegungen zu dem Grund für die große Bedeutung der kleinen Berührung an.

„Als sie dann kam, hat sie mich gefragt, wie es mir denn geht, habe ich eher etwas gepreßt geantwortet, dass mir ziemlich übel ist und ich habe mich in dem Moment wirklich mies gefühlt. Dann hat sie mir mit der Hand übers Bein gestrichen, so am Knie und Oberschenkel und dabei leise etwas Mitfühlendes gesagt. Diese kurze Berührung (und Begegnung) hat mich sehr berührt, und im Nachhinein beschäftigt, aber warum? Ich glaube einmal, weil ich mich da gerade so klein und mies gefühlt habe. Und dann war die Berührung eben nicht ‘passiert’, bei einer anderen Tätigkeit, sondern zum Trost, eine Berührung, bewußt als Berührung, nicht mit irgendeinem anderen Zweck, dass sie dabei auch noch leise gesprochen hat, hat der Situation einen inoffizielleren Charakter gegeben, es kam wirklich so etwas wie Mitgefühl rüber und nicht aus einer professionellen Notwendigkeit heraus“ (G9).

Ein Bedürfnis nach Mitgefühl und Achtung kommt in beiden Geschichten zum Ausdruck und dies konnte hier durch die ärztliche Berührung vermittelt werden. Die Sehnsucht nach Berührung gerade in emotional schwierigen Situationen sieht KELEMAN als nahezu universell an. Dies bleibt jedoch bei ihm nicht auf körperliche Berührung beschränkt, sondern meint Berührung in einem umfassenden Sinne.

„Es gibt in fast jedem Menschen ein tiefes, durchdringendes Bedürfnis nach Gehaltensein, Berührtwerden, nach dem Wissen, dass jemand da ist. Jeder Mensch hat eine tiefe Sehnsucht nach Annehmen und Angenommenwerden. Ein Mensch im Schmerz braucht die körperliche Präsenz eines Menschen, der bei ihm ist und der seine Seelenqual annimmt. Als Therapeuten berühren wir Menschen und werden berührt. Diese Berührung kann körperlich oder eine Geste sein, es kann die Ausstrahlung von Wärme sein oder die Art, wie wir seufzen oder wie wir atmen, wie wir unseren Blick hin und her wandern lassen. Es gibt viele Wege zu berühren. Wir können durch unsere Berührung zeigen, dass wir uns für ihn oder sie interessieren oder dass wir eine Reaktion zu erregen versuchen. Wir können Intimität und Kontakt vermitteln oder das Signal geben, dass wir mit dem anderen etwas teilen wollen“ (KELEMAN 1994, 16-17).

Die Rolle der Therapeutin in der psychotherapeutischen Behandlungssituation kennzeichnet MOSER als elterliche Rolle. Auf dieser Grundlage der Beziehung entsteht auch das Berührungsangebot. Die Analytikerin oder Therapeutin soll „nichts tun, was Eltern im wohlverstandenen Interesse ihrer Kinder, deren Würde, Autonomie und Integrität auch nicht tun sollten. Das Kriterium ist immer die sichere Identifikation mit der elterlichen Rolle, mit den Generationengrenzen“ (MOSER 1989, 23). Auf dieser Basis können haltende, Widerstand gebende und auch nährende und stillende Berührungen angeboten werden, so MOSER.

Er weist außerdem daraufhin, dass es durch Berührungen auch leichter werden kann, Grenzen zu thematisieren und die Möglichkeiten dieser elterlichen Beziehungsstruktur zu klären.

„Mit manchen Störungen brauchen Menschen die heilende Berührung. Sie öffnet zumindest einen weiteren Kanal als die reine Sprache und gibt Mut und Halt für den Gang durch überwältigend schlimme Gefühle. Aber die Anforderungen an die Integrität des Therapeuten sind um so höher. ... Die überlegt angewandte Berührung kann zum notwendigen Medikament werden, das gerade den Unterschied zwischen Halt und Mißbrauch klärt, zwischen Grenzen und bedrohlicher Grenzlosigkeit“ (MOSER 1992, 47).

7.3.2 Selbst- und Realitätswahrnehmung durch Berührung

Berührung wird im Rahmen von Psychotherapie gezielt eingesetzt, um Körperbewußtsein zu entwickeln und zu verstärken. Dies steht im Zusammenhang mit dem im vierten Kapitel dargestellten Aspekt der Bipolarität der Berührung. In der Berührung spüren wir nicht nur die andere Person, sondern auch uns selbst, und so werden Körperempfindungen, Wohlgefühl, Verspannungen, Unruhe, Wärme und Kälte deutlicher spürbar. Eine Berührung lenkt die Aufmerksamkeit auf die berührten Stellen und kann die Konzentration auf das bewußte *Erleben* und *Beleben* dieser Bereiche erleichtern.

„Vielleicht benutze ich meine Hände dazu, um die Aufmerksamkeit und die Atmung des oder der Betreffenden auf eine Partie des Körpers zu lenken, die taub und leblos wirkt. Ich kann durch eine Berührung auch die Art und Weise hervorheben, wie sich ein Klient hält, um mit ihm oder ihr die Bewegung herauszufinden, die durch diese Haltung verhindert wird“ (KEPNER 1988, 125).

So vermittelt die Berührung Erkenntnisse über die leibliche Existenz, über Haltung und Bewegung. Auch Widerstände und gemiedene Bewegungs- und Lebensmöglichkeiten werden in diesem gestalttherapeutisch orientierten Ansatz durch Berührung erfahrbar. Darüberhinaus kann auch die Gesamtheit des Körpererlebens bewußter und damit leibhafter werden. Wie bereits dargestellt, stellt Berührung eine Verbindung zur Realität her, und dies ist ein wichtiger therapeutischer Aspekt der Selbstwahrnehmung in der Berührung.

„Im Rahmen der Gestalttherapie betrachte ich Berührung als ein Werkzeug zur Förderung der Bewußtheit und Identifizierung der Klienten mit ihrer körperlichen Existenz und der Art und Weise, wie sie mit ihrer Umwelt Kontakt aufnehmen“ (KEPNER 1988, 124).

Auch im Hinblick auf die Umgehensweise mit einer Schocksituation wurde bereits die realitätsstiftende und damit heilende Bedeutung der Berührung deutlich. Die Wahrnehmung der Realität kann laut MOSER auch für die Beziehung zwischen Therapeutin und Klientin von großer Bedeutung sein.

„Bewunderung und *Distanz* sind aber im Patienten automatisch verknüpfte Dinge. Berührung kann diese Kluft aufheben, indem sie den Analytiker aus der fernen Quasi- oder Halb göttlichkeit herausholt“ (MOSER 1989, 96).

7.3.3 Berührung als Zugang zu vorsprachlichen Geschehnissen

Viele Therapeutinnen betonen die Bedeutung von Berührung vor allem in der Arbeit mit Problemen und Schwierigkeiten, die ihren Ursprung in frühester Kindheit haben und vor dem Spracherwerb entstanden sind. Diese sogenannten frühen Störungen hielt die traditionelle Psychoanalyse für nicht analysierbar, denn ihr ging es darum, einen sprachlichen Ausdruck zu finden für das eigene Erleben. Ist dieser sprachliche Ausdruck nicht möglich, kann es keine traditionelle Analyse geben. Körperorientiert arbeitende Therapeutinnen und Analytikerinnen betonen, dass in dieser Situation Berührung als Kommunikationsform in den Mittelpunkt rücken kann.

„Berührung führt die Erinnerung zurück an die ersten Sinneswahrnehmungen in der Gebärmutter und erweckt Gefühle, die der Säugling im Kontakt zu seiner Mutter und zur Außenwelt wahrnahm. Berührung ist also ein Zugang zur vorsprachlichen Welt. Körperarbeit gestaltet diese archaische Kommunikation als eine Art Vorsprache. Berührung kann eine Brücke sein zum Durcharbeiten dessen, was während dieser Zeit geschah, zur symbolischen Gestaltung, eine Brücke zur Bewußtwerdung“ (DOHMEN 1994, 200).

Gerade Gefühle lassen sich oft nur schwer in Worte fassen und daher nur schwer mitteilen. Auch hier können anderen Wege der Verständigung hilfreich sein und den Übergang zu sprachlicher Kommunikation erleichtern.

„Eine Reihe von Patienten kommt aus Familien, in denen sie nicht gelernt haben, Gefühle in Worte zu fassen, wo sie noch nicht einmal gelernt haben, ihre Gefühle zu spüren. Bei solchen Patienten ist manchmal eine körperliche Interaktion als Vorform der Symbolisierung hilfreich und notwendig“ (MOSER 1990, 42).

Ein Zitat aus den Geschichten erläutert diese Funktion recht prägnant.

„Manchmal hilft kein Reden im Dschungel der Therapie, nur noch spüren, nur noch fühlen macht jetzt Sinn“ (G12).

In einer Situation, die als Dschungel erlebt wird, also als undurchdringlich, verwirrend und wohl auch bedrohlich, ist es schwierig, allein auf sprachlicher Basis einen Weg zu finden. Hier wird auf 'Spüren' und 'Fühlen' als bei der Sinn- und Wegsuche hilfreiche Wahrnehmungs- und Kommunikationsweisen verwiesen.

Sprache und Berührung ergänzen sich in ihrer kommunikativen Wirkung. Es ist möglich sowohl durch Sprache, als auch körperlich zu berühren, zu halten, zu kommunizieren und auch MOSER beschreibt die Notwendigkeit all dieser Mitteilungsebenen in der folgenden therapeutischen Situation.

„Sie wirkt weich und schutzlos, und ich spüre, wie stark jetzt die Verantwortung ist, die ich für den nächsten Schritt übernehme, indem ich den Raum der Ermutigung verstärke und ihr das Gefühl gebe, auf sehr starke Gefühle bei ihr vorbereitet zu sein, und dass ich sie werde halten können, nicht nur körperlich, auch mit Worten. Denn das ist das Paradox der psychoanalytischen Körpertherapie: das jeweilige Gewicht von Aktion und ordnendem Wort ist nicht voraussehbar, es ist, als ob man zwei bis drei Manuale an der Orgel hätte, zwischen denen man wechseln muß oder auf denen man gleichzeitig spielt“ (MOSER 1992a, 46).

Es geht also nicht darum Sprache durch andere Kommunikationsformen zu ersetzen, sondern sie durch Berührung zu ergänzen, um zwischen verschiedenen Wegen und Möglichkeiten wählen zu können.

7.3.4 Beruhigende und haltende Berührungen

Eine Berührung kann Ruhe, Halt und Sicherheit vermitteln. dass das in einer medizinischen Situation, gekennzeichnet von der Bedrohung durch Krankheit und Schmerz von großer Bedeutung sein kann, ist plausibel.

„Zum Besänftigen fällt mir auch noch eine Situation im Krankenhaus ein, wo mir eine unangenehme Behandlung bevorstand. Als eine Ärztin mich dann an meiner Stirn streichelte, während ich lag und wartete, empfand ich das als sehr wohltuend, beruhigend, und alles war halb so wild. Ich finde, dass Ärzte/Zahnärzte mehr beruhigende, streichelnde Berührungen einsetzen sollten, weil es mir und bestimmt auch anderen soviel hilft. Allerdings sollte man das vorher abklären, weil bestimmt nicht alle Menschen das mögen“ (G5).

Auch in einer psychotherapeutischen Situation, die Unsicherheiten, Ängste und Schmerz auslöst, kann eine Berührung beruhigend und stärkend wirken.

„Meine Berührung kann eine fundamentale nonverbale Bestätigung meiner Gegenwart und Anteilnahme sein, wenn ein Klient mit tiefen erschütternden Emotionen in Kontakt kommt“ (KEPNER 1988, 125).

Dieser Kontakt kann so die Grundlage dafür liefern, dass die Auseinandersetzung mit der eigenen Geschichte und den Erinnerungen möglich ist, also als *Halt*, damit die schmerzhaften Gefühlen ausgehalten werden können.

„Der Analytiker kann einen Klienten körperlich festhalten, der Furcht oder Kummer aus einem Kindheitstrauma durchlebt; so gibt er ihm genügend Unterstützung, um den Schmerz aushalten zu können. Sonst kann es passieren, dass der freigesetzte Schmerz soviel Angst auslöst, dass er nie mehr ganz durchlebt werden kann und sofort wieder zurück in den Schatten fällt“ (MCNEELY 1992, 95).

Die Berührung kann die Sicherheit vermitteln nicht allein zu sein, mit den ängstigenden Gefühlen. Sie kann die Bestätigung prinzipieller Akzeptanz vermitteln. Dies ist eben jene Bestätigung, die WATZLAWICK (1969) als Teil der Ich-Du-Botschaften beschreibt und die BUBER (1957) als vernachlässigte Grundlage unserer Menschlichkeit charakterisiert (s.o., 'Kommunikationstheorien im Spiegel der Berührung').

7.4 Zur Ethik des Berührens in Medizin und Psychotherapie

„Keine Erörterung des therapeutischen Gebrauchs von Berührungen wäre vollständig, ohne auf ethische und klinische Erwägungen einzugehen“ (KEPNER 1988, 130).

Wie bereits aus dem bisher erarbeiteten deutlich wurde, ist Berührung jedoch nicht völlig unkompliziert und selbstverständlich und kann dies besonders im Bereich der Medizin und der Psychotherapie nicht sein. Gerade hier erfordert jede Berührung ein hohes Maß an Aufmerksamkeit und Vorsicht, denn die leidende und deshalb Hilfe suchende Patientin sieht sich einer Ärztin gegenüber, die durch ihre Rolle eine große Macht erhält. Diese Macht, die auch eine Berührungsmacht bedeutet, hat zur Folge, dass Grenzen aus der Sicht der Patientin besonders schwer zu setzen sind und aus diesem Grund sind besondere Achtsamkeit und Vorsicht von allen Beteiligten gefordert.

Häufig wird versucht, der Berührung in der medizinischen Situation ihre persönliche Bedeutung zu nehmen, indem sie als ausschließlich professionell, neutral und medizinisch notwendig betrachtet wird. Meine Interviewpartnerin nannte eine solche Herangehensweise die „medizinisch-neutrale Schiene“ (I 6). Es handelt sich dabei um einen Versuch, das empfundene Ungleichge-

wicht zwischen nicht oder kaum vorhandener persönlicher Beziehung und Intimität der Berührung auszugleichen. Es ist fraglich, ob dies gelingt.

„Wie sehr sich auch der Arzt auf seine versachlichte Rollenverpflichtung, affektiv neutral zu bleiben, pochen mag: Das an ihn herangetragene Selbstbekenntnis eines Kranken, Schwachen oder Gefährdeten macht ihn zum (wenn auch nur) ‘beruflichen Intimpartner’. Dieser Vorgang wird noch gesteigert durch die Aufgabe des Arztes als jemand, der beruflich auf Berührung angewiesen ist. Er geht in vielerlei Hinsicht mit seinen Untersuchungen ‘unter die Haut’“ (ROSEMEIER 1989, 236).

Aber auch die medizinisch notwendige, funktionale Berührung hat mehr und andere Folgen als unter Umständen beabsichtigt und reflektiert. Denn es wird nicht nur der von der Seele getrennte Körper berührt, mit dem Ziel eine Funktionsstörung zu beheben. Berührt wird immer der ganze Mensch, das ‘Selbst’, wie KEPNER es formuliert:

„Wenn wir davon ausgehen, dass der Körper identisch mit dem Selbst ist, dann berühren wir, wenn wir eine andere Person anfassen, nicht ‘einen Körper’, sondern das Selbst dieses Menschen als solches mit unserem eigenen Selbst. So gesehen hören Berührungen auf, ein mechanischer Vorgang zu sein und werden zu einem Vorgang der Interaktion und Kommunikation. Durch Berührungen machen wir körperliche Aussagen über unsere eigene Natur, unsere Beziehung zueinander und die Welt insgesamt. Sie sind dann ein Ereignis mit verschiedenen Bedeutungsebenen und nicht simple Ursache und Wirkung“ (KEPNER 1988, 123).

Berührung in der medizinischen Behandlung wird besonders im Bereich der Gynäkologie zu einem brisanten Thema, und die Macht, die mit diesem Berührungsrecht verbunden ist, ist oftmals für Frauen spürbar. Gerhard AMENDT hat sich sehr ausführlich mit dem Thema männlicher Macht- und Gewaltausübung in der Gynäkologie beschäftigt und schreibt in seinem Buch „Die Macht der Frauenärzte“:

„Die Kämpfe sind recht feinsinnig. Selten nur wird die Stimme laut; da wird nicht geflucht, geschimpft oder geschlagen. Die Kämpfe finden noch immer in paradiesischer Ruhe statt“ (AMENDT 1985, 16).

Zur Ethik des Berührens im Rahmen der psychotherapeutischen Interaktion gibt es viele Überlegungen. Die Gefahr des Machtmissbrauchs und der sexuellen Gewalt in der therapeutischen Beziehung wird auch von MCNEELY thematisiert.

„Jede Art der Berührung, sei sie sexueller oder nicht sexueller Natur, die ein Bedürfnis des Analytikers befriedigen soll, ist meiner Ansicht nach ungerechtfertigt. In diesem Fall handelt es sich um eine Ausbeutung des Klienten“ (MCNEELY 1992, 96).

Gerade körperorientierte und berührende Arbeit weckt schnell den Verdacht der Sexualisierung der Beziehung zwischen Therapeutin und Klientin, und das von FREUD eingeführte Abstinenzgebot sollte unter anderem davor schützen. MOSER schreibt, dass die psychoanalytische Angst vor der Sexualisierung der therapeutischen Beziehung gerade dann besonders groß wird, wenn der Körper in die Interaktion einbezogen wird. Diese Bedenken gegenüber psychoanalytischer Körperarbeit sieht er auch in einigen FREUDSchen Annahmen über die menschliche Psyche begründet.

„Der Eid auf die Omnipräsenz der Sexualität, die Definition des Kindes als eines polymorph-perversen Triebbündels, das nur auf primär-prozeßhafte Befriedigung aus ist, die reduktionistische Einverleibung vieler Bedürfnisse und Motive in den brodelnd-verdächtigen Hexenkessel des Es, versetzen die Analytiker in eine Art phobische Habacht-Haltung. Sie vermochten oft nicht mehr zu unterscheiden zwischen Nähe, Bindung, Schutz, Anlehnung, Halt und Grenzsetzung und den schlimmen Folgen ihres Fehlens auf der einen Seite und der Sexualisierung, der Rollen und Generationsverwischung auf der anderen Seite“ (MOSER 1992, 25).

Es gibt bisher keinen Hinweis auf einen Zusammenhang zwischen körperorientierter und berührender Arbeit und der Häufigkeit sexuellen Mißbrauchs in der Therapie. MOSER berichtet aufgrund seiner Erfahrungen eine gegenteilige Vermutung.

„Für mich hat die Einbeziehung des Körpers, das Berühren, die Sicherheit erhöht, dass keine Übergriffe passieren. Das klingt paradox, doch ich bin durch das Berühren sehr viel mehr mit dem verletzten Kind identifiziert und in Kontakt mit dem ängstlichen, scheuen, haltbedürftigen Kind im Patienten“ (MOSER 1990, 44).

Sexueller Mißbrauch in der Therapie muß immer wieder thematisiert werden. Da die therapeutische Beziehung nicht frei von Hierarchie und Abhängigkeit ist, muß hier besonders auf Grenzen und möglichen Machtmißbrauch geachtet werden. Dies ist unabhängig von der therapeutischen Ausrichtung und den angewendeten Methoden unabdingbar.

Neben diesen ethischen Grundlagen bleibt die Frage, wann ist Berührung in der Therapie sinnvoll und wann nicht. Dies hängt von vielen Faktoren ab, so von der Art der Schwierigkeiten der Patientin oder Klientin, von der persönlichen Geschichte aller Beteiligten, von der Beziehung und von der konkreten Interaktion. Berührung ist nicht in jedem Fall sinnvoll und geboten. Auf diese klinischen Überlegungen zum Einsatz von Berührung in der Therapie kann ich jedoch im Rahmen dieses Buches nicht näher eingehen und möchte von daher auf die Literatur verweisen (KELEMAN 1994, DOHMEN 1994, MOSER 1992a+b, BOMMERT 1993).

7.5 Resümee

Berührung ist ein machtvoll und sensibles Medium der Kommunikation und sollte deshalb besonders im Rahmen von Medizin und Psychotherapie von Vorsicht, Achtung und Bereitschaft zur Reflexion begleitet werden. So betonen mehrere der körperorientiert arbeitenden Therapeutinnen, die Bedeutung von körpertherapeutischen (Selbst-) Erfahrungen und von Supervision. Manche der beschriebenen Berührungen riefen Skepsis bei mir hervor, wobei ich ohne genaue Kenntnis der Situation, therapeutischen Beziehung und der theoretischen Hintergründe kein Urteil fällen will. Jene Verfahren jedoch, die sich generell zum Ziel setzen Grenzen zu überschreiten und Widerstände zu brechen, halte ich für ausgesprochen problematisch.

Berührung kann in vielen Situationen heilende Wirkungen haben. Dies ist erwiesen aufgrund verschiedener Untersuchungen und viele werden es auch aus eigener Erfahrung nachvollziehen können. Dazu müssen wir uns nur an eine beruhigende Hand auf unserer Schulter, an die anregende Wirkung gemeinsamen Tobens oder an ein schönes sexuelles Erlebnis denken. Diese privaten Erfahrungen heilsamer Berührungen können nicht problemlos auf den Bereich professioneller Berührung übertragen werden. Dies ist auch deshalb heikel, weil es sicherlich Berührungserfahrungen gibt, die ausschließlich in den privaten Bereich gehören und weil es schwierig ist zu trennen,

was Aufgabe der medizinisch-therapeutisch Tätigen sein sollte. Anke HEROLD weist daraufhin:

„daß es keine Aufgabe des Gesundheitssystems sein darf, die in unserer westlichen Gesellschaft vernachlässigten Bedürfnisse – wie die nach zwischenmenschlichem Kontakt, persönlicher Ansprache, vertrauensvoller Nähe und Berührung – großem Umfang, auf Dauer und institutionalisiert zu befriedigen“ (HEROLD 1992, 270).

Trotz dieser Bedenken halte ich Berührung dennoch für eine Methode der Heilung, die in unserer derzeitigen Gesundheitskultur und -tradition nicht ausreichend genutzt wird. Hier wird ein Mittel ignoriert, das bei ausreichender Reflexion und respektvoller Anwendung weniger Nebenwirkungen hätte als viele Medikamente und dessen Potential sicherlich noch nicht ausgeschöpft ist.

8 Abschließende Überlegungen und Ausblick

Im Laufe meiner Arbeit an diesem Buch hat mich die Frage begleitet, in welcher Weise und in welchem Ausmaß gesellschaftliche Faktoren auf Berührung einwirken. Es ist deutlich geworden, dass Berührung mehr ist, als ein rein individuelles, persönliches Geschehen. Gesellschaftliche Rahmenbedingungen und kulturelle Gepflogenheiten nehmen in vieler Weise Einfluß auf die konkrete Berührung. Es wurde mehrfach davon gesprochen, dass unsere Kultur nicht sehr berührungsfreundlich ist. Die Geschichtenerzählerinnen sprachen beispielsweise von einer *'Berührungskultur'* (G1) oder einer *'Berührungswüste'* (G2) und in mehreren Artikeln und Büchern zum Thema wurden ähnliche Vermutungen aufgestellt (DAVIS 1994, THAYER 1988).

Welche Auswirkungen hat unsere Kultur auf Berührung und in welchem Zusammenhang steht dies mit den dargestellten Eigenschaften von Berührung? Diese Art der Fragestellung thematisiert den Leib / Körper als Ort der Geschichte oder als 'historisches Gedächtnis', wie Rita SEITZ es nennt:

„Die Idee, den Körper als historisches Gedächtnis zu verstehen, verlangt, nach den Spuren zu forschen, die (post-)industrielle Produktionsverhältnisse, ökologische Umbrüche, die Erfahrungen kollektiver Traumata oder das Umgehen mit den neuen Technologien hinterlassen und wie sich das Körpererleben und der gesellschaftliche Umgang mit dem Körper dadurch modifizieren“ (SEITZ 1998, 286).

Barbara DUDEN stellt eine ähnliche Frage:

„Wie wirkt die Moderne auf das Fleisch möchte ich wissen? ... Muß man nicht fragen, wie die moderne Wahrnehmungsform, die durch technisch vermittelte Visualisierungen bestimmt ist, das Fleisch prägt? Erscheint heute nicht immer mehr das als 'wirklich' im Körper, was durch Reproduktionen auf der Seite oder auf dem Bildschirm gesehen werden kann? Muß man nicht das Schicksal des Körpers heute als *Verkörperung* wissenschaftlicher Tatsachen und technogener Bilder beschreiben“ (DUDEN 1991, 112, Hervorhebung durch die Verfasserin)?

Wissenschaftliche Erkenntnisse über den Körper, der Körper als Objekt medizinischer Forschung und die Art und Weise der Darstellung des Körpers über

die verschiedenen möglichen Medien beeinflussen laut dieser These von DUDEN unsere Selbstwahrnehmung. Relevant ist immer weniger das, was wir leiblich spüren und was wir berühren, sondern das, was sich wissenschaftlicher und bildlich-visueller Darstellung nicht entzieht. Wie wirkt also die Moderne auf die Berührung? Und wie wirkt die Berührung auf die Moderne, oder wie könnte sie wirken?

Frauen werden in unserer Kultur häufig mit ‘Körper’ und ‘Natur’ identifiziert (vgl. HOPPE 1991), und sie werden allzuoft auf ihren Körper reduziert, der als schön, erotisch, rein und fruchtbar den gesellschaftlichen Ansprüchen gerecht zu werden hat. Den eigenen Körper unter diesem äußeren Blick zu bewerten, zu kritisieren und entsprechend der herrschenden Normen zu ‘frisieren’, lernen wir von klein auf. Dies hat weitreichende Folgen für das Erleben des Selbst, des Leibes.

„I know no woman – virgin, mother, lesbian, married, celibate – whether she earns her keep as a housewife, a cocktail waitress, or a scanner of brain waves – for whom her body is not a fundamental problem: its clouded meaning, its fertility, its desire, its so-called frigidity, its bloody speech, its silences, its changes and mutilations, its rapes and ripenings. There is for the first time today a possibility of converting our physicality into both knowledge and power“ (RICH 1976, 284)¹.

Ich hoffe, dass Adrienne RICH recht hatte, als sie bereits vor über zwanzig Jahren vermutete, dass wir inzwischen die Möglichkeit haben, unsere Körperlichkeit in Macht und Wissen umzusetzen. Dazu ist es sicher notwendig, den be- und verurteilenden Blick von außen zu überwinden und leibliche Wahrnehmung als Spüren, als innere Wahrnehmung zu stärken. Berührung mit all ihren Themen, Bedeutungen, Herausforderungen und Schwierigkeiten, kann auf diesem Weg begleiten.

Im heutigen Alltag scheint der Körper mitunter fast verzichtbar zu sein. Die Bedeutung des Körpers verringert sich beispielsweise in der betrieblichen

1 „Ich kenne keine Frau – Jungfrau, Mutter, Lesbe, verheiratet, im Zölibat lebend – ob sie nun ihren Lebensunterhalt als Hausfrau verdient, als Barfrau, oder ob sie Hirnströme mißt – für die ihr Körper nicht ein fundamentales Problem darstellt: seine unklare Bedeutung, seine Fruchtbarkeit, seine Lüste, seine sogenannte Frigidität, seine blutige Sprache, sein Schweigen, seine Veränderungen und Verstümmelungen, seine Vergewaltigung und seine Reifung. Zum ersten Mal gibt es heute die Möglichkeit unsere Körperlichkeit in beides, in Wissen und Macht, umzusetzen.“

Arbeit und so spielen körperliche Kraft und Geschicklichkeit heute nur noch in wenigen Bereichen eine Rolle. Die Arbeit wird erleichtert durch diverse technische Hilfsmittel, und Computer erledigen viele Aufgaben in Industrie und Handwerk. Die Überwachung und Kontrolle dieser Computer erfordert geistige Aufmerksamkeit, aber immer weniger körperliche Fähigkeiten. In vielen Bereichen unseres Lebens nimmt die menschliche, leibliche Präsenz ab, sei es beim Kauf von Zugfahrkarten, in der Informationsvermittlung via Internet oder im Supermarkt. Auch die Kommunikation allgemein wird 'unleiblicher'. Wo früher noch tatsächliche Begegnung und ein direktes Gespräch mit all seinen nichtsprachlichen Komponenten üblich waren, nehmen im Laufe der technischen Entwicklung schriftliche, fernmündliche und heute von Fax und Computer geprägte Verständigungsweisen immer mehr Raum ein. Gleiches gilt für die spezielle Kommunikationssituation der Wissensvermittlung und Lehre.

„Die Verzichtbarkeit des realen Körpers in bestimmten Bereichen, von der Edukation bis zum Cybersex, zeichnet sich ab“ (GEISLER 1996, 394).

Es ist jedoch klar und wurde auch in den Ausführungen zum Thema Berührung und Erkenntnis deutlich, dass diese Verzichtbarkeit und Unabhängigkeit von körperlicher Existenz eine Illusion ist und bleiben wird. Letztlich sind wir immer noch *ein Leib* und Berührung als leibliche Wahrnehmungs-, Erkenntnis- und Kommunikationsweise verbindet mit dieser Tatsache.

Richard SENNET (1998) schreibt in seinem Artikel über den Tastsinn vor allem über die Berührung von Dingen und Gegenständen. Er geht davon aus, dass wir in der direkten, körperlich-leiblichen Auseinandersetzung mit der Welt wirklich im Kontakt sind ('in touch'). Die Dinge unserer Umwelt setzen uns etwas entgegen, einen Widerstand, der in der Berührung spürbar wird und der für SENNET zentral ist, bei der Wahrnehmung unserer Welt.

„Somit geht es beim Tastsinn vor allem um die Dialektik des Widerstands. Berührung und Widerstand sind unlösbar miteinander verbunden. Der Widerstand der physischen Gegenstände vermag den Körper sowohl in Anspannung zu versetzen als ihm auch ... Entspannung zu verschaffen“ (SENNET 1998, 483).

Diese Zuwendung zur Welt in der Konfrontation mit den Dingen nimmt jedoch immer weniger Raum ein in unserer Gesellschaft, so SENNET. Unsere

Gesellschaft strebt danach, die Widerstände zu glätten und zu minimieren. Wege und Straßen sind eben und gerade, Computer soll(t)en bedienungsfreundlich sein und Arbeitsabläufe erleichtern, und alles wird so gestaltet, dass es möglichst leicht handhabbar ist. Dies erschwert nach SENNET jedoch, dass wir uns in der kreativen Auseinandersetzung mit unserer Umwelt auszudrücken vermögen.

„Ausdruck entsteht, wenn Menschen sich mit den Widerständen der materiellen Welt auseinandersetzen; dann geraten wir mit der Welt in Berührung, erfassen sie buchstäblich in all ihrer Rauheit, Härte und Schwierigkeit. Dies unwegsame Feld ist der Ort an dem Ausdruck entsteht. ... Ich behaupte dagegen, dass die Verminderung der Widerstände in der alltäglichen Umgebung unsere Verbindung mit der Wirklichkeit schwächt. Leichte Handhabung zersetzt unser Engagement, eine physische Welt ohne Widerstände reduziert die angespannte Aufmerksamkeit“ (SENNET 1998, 483-484).

SENNET sieht neben der Ebnung von Hindernissen und Widerständen, ein Problem darin, dass die Dinge unserer Umwelt in ihrer Funktion zunehmend eindeutig festgelegt sind. Sie dienen einem einzigen klaren Zweck und sind nur auf eine *richtige* Weise zu handhaben. Dies gilt beispielsweise auch für die Architektur, die einzelne Räume für ihre spezifische Nutzung konstruiert und damit Flexibilität und Veränderungsmöglichkeiten vermindert. Diese Eindeutigkeit erschwert einen kreativen Umgang, denn Dinge, die nur auf eine Weise zu handhaben sind, lassen keinen Raum dafür.

SENNET hat sich, wie erwähnt, vor allem mit der Berührung von Gegenständen befaßt, während bei mir zwischenmenschliche Berührungen im Zentrum stehen. Es erscheint mir interessant, die Erkenntnisse von SENNET auf diesen Bereich zu übertragen. Die von ihm beschriebene Eindeutigkeit und widerstandsfreie Handhabbarkeit wird meiner Ansicht nach häufig auch im persönlichen Kontakt erwartet und angestrebt. Ich habe den Eindruck, dass wir auch in der Beziehung mit anderen Menschen immer weniger die Auseinandersetzung und Reibung suchen, sondern vor allem die glatte und handhabbare Freundschaft und Liebe, die sich den Erfordernissen und Zwängen eines Berufsalltages anzupassen vermögen, die wenig Kompromisse und wenig Aufmerksamkeit fordern. Es würde eine genauere Analyse erfordern, um herauszufinden, ob und inwiefern sich unsere Einstellungen und unsere Ansprüche an uns selbst und an andere Menschen im Laufe der gesellschaftlichen Entwicklung verändert haben und so handelt es sich bei diesen Thesen

zunächst um Vermutungen. Es erscheint mir jedoch überlegenswert, ob wir das 'unwegsames Feld menschlicher Widerstände', mit SENNET gesprochen, nicht häufig umgehen, zugunsten von Flexibilität, Mobilität und sogenannter Freiheit. Wir sind auch individuell häufig darum bemüht, unsere jeweiligen Härten und Rauigkeiten zu glätten, um den zwischenmenschlichen Ansprüchen dieser Gesellschaft an Lockerheit und Coolness gerecht werden zu können.

Diese Tendenz wird verstärkt dadurch, dass die Präsenz von fiktiven Vorbildern immer mehr an Bedeutung und Macht gewinnt. Unsere alltägliche Realität verblaßt vor der bunten Flut der Bilder.

„Wir leben in einer Welt, in der das Denken, die Abstraktion und die Illusion stärker wirken, als die unmittelbare Erfahrung. Das Fiktive, der Reichtum der Bilder, der Schein beherrschen die Szene und übertrumpfen das reale Leben und Erleben: die Fiktion ist wirklicher, als die Realität“ (ABRAHAM 1992 Bd.1, 213).

Wir wissen meist mehr über die Gefühlslage und Lebenssituation der Heldinnen unserer Lieblingsserien, als über unsere Nachbarinnen und Kolleginnen. Unsere Beziehungen und unser Alltag müssen sich am Maßstab fiktionaler Wirklichkeiten messen lassen, und welche Liebesbeziehung übersteht den Vergleich mit Vorbildern aus Filmen wie 'Titanic' schon unbeschadet.

Die Berührung konfrontiert und verbindet, wie bereits ausführlich dargestellt, mit der Realität, mit realer Existenz. Dies ist ein immer wieder wichtiger Bezug, um der Macht der Fiktionalität und Virtualität nicht völlig zu erliegen. Die Flucht in Träume und Visionen angesichts einer teilweise bedrückenden und ängstigen Realität kann eine erholsame Pause darstellen, als dauerndes Reaktionsmuster verhindert sie jedoch Widerstand und Ausdruck. Der spürbare und berührbare Boden unter den Füßen geht so verloren zugunsten einer Welt aus Illusionen, eine Gefahr, die in unserer Zeit besonders groß zu sein scheint.

Die Berührung steht für ein Einlassen auf eine reale Beziehung, darin vermag sie Bestätigung, Ruhe und Nähe zu vermitteln, kann aber auch verunsichern. Unabhängigkeit und Individualität jedoch, gepriesen und kritisiert als Werte unserer Gesellschaft, werden durch die Berührung mitunter in Frage gestellt. In der Gleichzeitigkeit von Berühren, Berührt-werden und Berührt-sein sind Verbundenheit und Identifikation möglich und bieten ihrerseits eine

ganz andere Grundlage für Freiheit und für Erkenntnis als die vielgerühmte Distanz und Autonomie.

In der Berührung stoßen wir an unsere eigenen Grenzen, an Grenzen unserer Umwelt und an Grenzen anderer Menschen. Wir gehen immer noch davon aus, dass vieles, wenn nicht alles erreichbar und machbar ist. Dabei mag es sich um Flüge ins All handeln, um den Sieg über Krankheit und Sterblichkeit, oder um die absolute Freiheit und Unabhängigkeit. Wir lernen, danach zu streben, Grenzen zu überwinden, grenzenlose Macht, grenzenlose Liebe, grenzenlose Stärke zu erlangen und dabei bestenfalls allwissend und unsterblich zu werden. Indem wir Grenzen berühren, können wir ebenfalls lernen, und wir begreifen so vielleicht anderes. Manchmal lernen wir die Grenze zu verändern und zu verschieben, manchmal verschiebt sie sich durch die Berührung wie von selbst, aber wir sollten ebenso lernen, sie zu akzeptieren und zu schätzen. Im Laufe des Lebens stoßen wir immer wieder an Grenzen, beispielsweise wenn wir unserer Abhängigkeit, Gebundenheit und Endlichkeit begegnen, und auch Ängste, Schwierigkeiten und Schwächen stellen Hindernisse oder Hürden dar. In der Berührung können wir einer Grenze vorsichtig begegnen, uns herantasten.

Ich möchte in diesem Zusammenhang noch einmal auf die Darstellungen von HOFFMANN-AXTHELM (1994) zur Problematik des Schocks zurückkommen. HOFFMANN-AXTHELM sieht eine Schocksituation nicht nur als individuelle Reaktion auf ein schlimmes Ereignis, wie auf einen Unfall oder den Tod einer nahestehenden Person, sondern sie geht davon aus, dass auch eine ganze Gesellschaft, oder große Teile von ihr, sich im Schockzustand befinden können. In ihrem Buch von 1994 schreibt HOFFMANN-AXTHELM vom Bürgerkrieg im ehemaligen Jugoslawien und stellt die Frage, was wir mit den Bildern machen, die uns von dort erreichen und was diese Bilder mit uns machen. Diese Fragen sind heute, 1999, erneut zu beängstigender Aktualität gelangt. Was machen wir mit dem Wissen von einem Krieg der mit deutscher Beteiligung geführt wird, was machen wir mit den Bildern von Vergewaltigung, Vertreibung, Tod und unvorstellbaren Greueln? Wie bewahren wir in dieser Situation unsere Empfindsamkeit, unsere Sensibilität und Verletzlichkeit, wie kann es gelingen nicht abzustumpfen gegenüber dem Leid anderer Menschen, sich noch berühren zu lassen und dennoch nicht zu verzweifeln? Die Nachrichten vom Leid im Kosovo sind nicht die einzigen, die eine Schockreaktion hervorrufen könnten. Auch hiesige Meldungen über rassistische Übergriffe und über Gewalt gegen Frauen und Kinder lassen bei

vielen Hilflosigkeit aufkommen, ebenso wie Armut und Hunger in vielen Teilen der Welt und wie die Bedrohung unserer Existenz durch zunehmende Umweltzerstörung.

Wenn wir also mit HOFFMANN-AXTHELM davon ausgehen, dass unsere Gesellschaft zumindest zu großen Teilen unter Schock steht, so führt uns dies zu ihrem Satz zurück, dass Berührung, im körperlichem wie im metaphorischen Sinne, den Weg aus dem Schock weisen kann (HOFFMANN-AXTHELM 1994, 9). Berührung verbindet uns mit jenen Teilen, die im Schock abgespalten werden. Dies sind Verletzlichkeit, Schwächen, Ängste, Wut und Schmerz, und in unserer Gesellschaft sind diese Aspekte unserer Persönlichkeit nicht sehr populär.

„In Mitteleuropa neigen wir dazu, unsere Identität vom Pol der Macht und des Erfolges, nicht aber von demjenigen menschlicher Verletzlichkeit und Endlichkeit her zu definieren. Und wir verleugnen unser tieferes Wissen, dass wir uns mit dieser Haltung den Boden, aus dem heraus Lebensfreude und Lebenssinn wachsen und gedeihen könnten, selbst unter den Füßen wegziehen. Denn eine Gesellschaft, die aus welchen Ängsten auch immer das Wissen um ihre Verletzlichkeit abspaltet, lähmt oder verleugnet, verliert damit die eine Hälfte ihrer Ganzheit: ihre (Mit-)Menschlichkeit, ihre Seele, ihre Spiritualität. Wo diese existentiellen Qualitäten lahmgelegt sind, da kann keine emotionale Lebendigkeit gedeihen und folglich vermag eine solche Gesellschaft den Seelenhungrigen unter ihren Mitgliedern keine Nahrung zu geben. Das ist fatal. Denn für Menschen, die sich nicht aktiv auf die Suche nach Identität und Lebenssinn machen können, sind unter solchen Umständen wenig mehr als ein paar notdürftige Rezepte zum Überleben zu haben – Arbeit und Anpassung, Fußball und Bier. Das reicht nicht, um einen jungen Menschen, der das gesellschaftlichen Klassenziel nicht erreicht hat, dazu zu bringen, Interesse und Neugier für sein Leben aufzubringen und Wünsche und Willenskraft in die eigene Welt zu investieren. Also verbringen manche dieser Jugendlichen ihren Alltag im Schock der Perspektivlosigkeit“ (HOFFMANN-AXTHELM 1994, 7-8).

Eine Gesellschaft, die unter Schock steht, und ihre Verletzlichkeit und Schwäche zu negieren versucht, kann laut HOFFMANN-AXTHELM keinen Ausweg für diejenigen anbieten, die ihren Platz nicht finden können in der von Erfolgsstreben geprägten Situation. Der Weg aus dem Schock führt zu mehr Lebendigkeit und ist auch für eine Gesellschaft ein wichtiger Erkenntnispro-

zeß. Berührung kann sowohl mit unseren vermeintlichen Schwächen konfrontieren, als auch die Stärke vermitteln, diese zu akzeptieren und sie damit in ein lebendiges Potential zu verwandeln.

„Gelingt diese Suche, so wird dort, wo früher Schock war, eines Tages Lebendigkeit, Selbstvertrauen, Verantwortungsgefühl sein; und das Wissen, das diese Qualitäten nur dann zu erobern, zu behalten und glaubhaft weiterzugeben sind, wenn sie von dem Mut begleitet werden, die eigene Person immer wieder dem ‘Schatten’, Gefühlen der Verletzlichkeit, Hilflosigkeit und Einsamkeit auszusetzen. ... Wichtig ist diese Erkenntnis aber auch für eine Gesellschaft, die verführt und betäubt ist durch ihre gigantischen technischen Machtmittel, und die gerade in ihrer scheinbar grenzenlosen Macht ihren blinden Fleck – und unter diesem blinden Fleck ihren wundesten Punkt hat“ (HOFFMANN-AXTHELM 1994, 9).

Wenn wir der Argumentation von HOFFMANN-AXTHELM folgen, so mag der nicht nur individuell, sondern von großen Teilen der Gesellschaft beschrittene Weg hin zu mehr Berührung, zu Berühren und Berührt-sein, um darin Realität, Grenzen, Schwächen, Ängste, Nähe und Verbindungen zu erleben, ein Weg zu gesellschaftlicher Veränderung sein. Vielleicht ein Weg der Heilung.

Berührung ist ein umfassendes, persönliches, psychologisches und doch auch politisches Thema. Das, was wir als unsere Berührungsängste, -gewohnheiten und -sehnsüchte, unsere persönlichen Bedürfnisse und Grenzen heute erleben und spüren, ist in der mehr oder weniger langen Geschichte unseres Lebens entstanden. All dies ist geprägt von persönlichen Erfahrungen, aber auch von gesellschaftlichen Bedingungen und Normen. So geht es bei dem Wunsch nach Berührung oder der Angst davor nicht nur um individuelle Vorlieben, sondern auch um deren gesellschaftliche Bedingungen. Diese gesellschaftlichen Aspekte gilt es in Frage zu stellen, bei gleichzeitigem Respekt vor den entstandenen persönlichen Bedürfnissen und Grenzen.

Literatur

- ABRAHAM, ANKE (1992): Frauen Körper Krankheit Kunst. Teil 1 und 2. Oldenburg: Bis Verlag;
- ACKERMAN, DIANE (1991): Die schöne Macht der Sinne. Eine Kulturgeschichte. München: Kindler Verlag;
- AKTION SORGENKIND. DAS MAGAZIN 3/1998: Frauen mit Handicap;
- ALLENDE, ISABEL (1992): Der unendliche Plan. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag;
- AMENDT, GERHARD (1985): Die bevormundete Frau oder Die Macht der Frauenärzte. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag;
- ANZIEU, DIDIER (1991): Das Haut-Ich. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag;
- AYIM, MAY (1995): Blues in schwarz-weiss: Gedichte. Berlin: Orlanda Frauenverlag;
- BENESCH, HELLMUTH (1987): Dtv-Atlas zur Psychologie. Tafeln und Texte. Band 1. München: Deutscher Taschenbuch Verlag;
- BENNINGHOFF, ALFRED (1994): Anatomie. Makroskopische Anatomie, Embryologie und Histologie des Menschen. Band 2. München, Wien, Baltimore: Urban & Schwarzenberg;
- BOADELLA, DAVID (1994): Schock, Grenzen, Sprache und Körper. In: HOFFMANN-AXTHELM 1994, 20-27;
- BÖHME, GERNOT (1994): Weltweisheit, Lebensform, Wissenschaft. Eine Einführung in die Philosophie. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag;
- BÖHME, GERNOT (1985): Anthropologie in pragmatischer Hinsicht. Darmstädter Vorlesungen. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag;
- BOMMERT, CLAUDIA (1993): Körperorientierte Psychotherapie nach sexueller Gewalt. München-Weinheim: Psychologie Verlags Union;
- BOWLBY, J. (1975): Bindung: eine Analyse der Mutter-Kind-Beziehung. München: Kindler Verlag;

- BREUER, Franz (2000): Wissenschaftliche Erfahrung und der Körper / Leib des Wissenschaftlers. Sozialwissenschaftliche Überlegungen (Arbeitstitel). In: WISCHERMANN & HAAS 2000;
- BREUER, FRANZ (HG.) (1996a): Qualitative Psychologie. Grundlagen, Methoden und Anwendungen eines Forschungsstils. Opladen: Westdeutscher Verlag;
- BREUER, FRANZ (1996b): Theoretisch und methodologische Grundlinien unseres Forschungsstils. In: BREUER 1996a 14-40;
- BRONFEN, ELISABETH (1998): Die Versuchungen des Körpers. In: DU – Die Zeitschrift der Kultur, 4/98, 18-21;
- BUBER, MARTIN (1957): Distance and Relations. *Psychiatrie*, 20, 97;
- BUGENTHAL, D.E.; KASWAN, J.W. & LOVE, L.R. (1970): Perception of contradictory meanings conveyed by verbal and nonverbal channels. *Journal of Personality and Social Psychology* 16, 674-655;
- CAMUS, ALBERT (1959): Der Mythos von Sisyphos. Ein Versuch über das Absurde. Hamburg: Rowohlt Verlag;
- CONNELLY, DIANNE (1992): Alles Weh ist Heimweh. Heidelberg: Verlag Bruno Endrich;
- CORBIN, JULIET & STRAUSS, ANSELM (1990): Grounded Theory Research: Procedures, Canons, and Evaluative Criteria. In: *Qualitative Sociology*, 13 (1), 3-21;
- CRENSHAW, THERESA (1997): Die Alchimie von Liebe und Lust. München: Limes Verlag;
- DAVIS, PHYLLIS K. (1994): Die Kraft der Berührung. Ritterhude: Waldthausen Verlag;
- DEGEN, ROLF (3/1997): Hau(p)tsache Berührung. [<http://archiv.berliner-morgenpost...iv1997/970323/umwelt/story1.html>], siehe Anhang;
- DENZIN, NORMAN K. & LINCOLN, YVONNA S. (HG.) (1994): *Handbook of Qualitative Research*. Thousand Oaks, CA et al.: Sage;
- DEVEREUX, GEORGES (1984 /1967): Angst und Methode in den Verhaltenswissenschaften. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag;
- DIJK, T.A. VAN (1980): *Textwissenschaft: eine interdisziplinäre Einführung*. Nach SCHMITT (1996). Tübingen: Niemeyer Verlag;

- DOHMEN, BRIGITTE (1994): Berührung in der Therapie. In: HOFFMANN-AXTHELM 1994, 191-211;
- DORSCH, FRIEDRICH (HG.) (1994 – 12. Auflage): Psychologisches Wörterbuch. Bern: Verlag Hans Huber;
- DUDEN „ETYMOLOGIE“: Herkunftswörterbuch der deutschen Sprache. (1989): Wissenschaftlicher Rat der Dudenredaktion, DROSDOWSKI, Günter u.a. (Hg.). Mannheim, Wien, Zürich: Duden Verlag;
- DUDEN, BARBARA (1991): Geschlecht, Biologie, Körpergeschichte. Feministische Studien 1991, 9 (2), 105-122;
- DUDEN. DAS GROßE WÖRTERBUCH DER DEUTSCHEN SPRACHE IN 6 BÄNDEN (1981): Wissenschaftlicher Rat der Dudenredaktion, Drosdowski, Günter u.a. (Hg.). Mannheim, Wien, Zürich: Duden Verlag;
- EISLER, PETER (1991): „Berühren und Berührtsein“ in der Integrativen Leibtherapie. Integrative Therapie 2/91, 85-116;
- EKMANN, P. & FRIESEN, W.V. (1974): Detecting deception from the body or face. *Journal of Personality and Social Psychology* 29, 288-298;
- ELIACHEFF, CAROLINE (1994): Das Kind das eine Katze sein wollte. Psychoanalytische Arbeit mit Säuglingen und Kleinkindern. München: Verlag Antje Kunstmann;
- ENDERS, URSULA (1990): Zart war ich, bitter war's. Köln: Volksblatt Verlag;
- ERIKSON E.H. (1971 / 1957): Kindheit und Gesellschaft. Stuttgart: Klett Verlag;
- FELLMANN, FERDINAND (1998): Orientierung Philosophie. Was sie kann, was sie will. Reinbek bei Hamburg, Rowohlt Taschenbuch Verlag;
- FLEMING, BRUCE (1998): Gay Poets, Women an Other Threats to Group Loyalty at the Naval Academy. In: *The Chronical of Higher Education*, January 1998, B4-B5;
- FRANK, JEROME D. (1981): Die Heiler: Wirkungsweisen psychotherapeutischer Beeinflussung; vom Schamanismus bis zu den modernen Therapien. Stuttgart: Klett-Cotta;
- FREUD, SIEGMUND (1946/1915): Bemerkungen über die Übertragungsliebe. *Gesammelte Werke Band X*. Frankfurt am Main: S. Fischer Verlag;

- FREUD, SIEGMUND (1940a /1916): Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse. Gesammelte Werke Band XI. Frankfurt am Main: S. Fischer Verlag;
- FREUD, SIEGMUND (1940b/1923): Das Es und das Ich. Gesammelte Werke Band XIII. Frankfurt am Main: S. Fischer Verlag;
- FRIED, ERICH (1979): Liebesgedichte. Berlin: Verlag Klaus Wagenbach;
- FRICTSCH, P. (1994): Die Haut. In: BENNINGHOFF 1994, 793-811;
- FRÖHLICH, WERNER D. (1993): dtv Wörterbuch zur Psychologie. München: Deutscher Taschenbuch Verlag;
- FRUHSTORFER, HEINRICH (1996): Somatoviszzerale Sensibilität. In: KLINKE, & SILBERNAGEL (Hg.) 1996.
- GEISLER, LINUS S. (1996): Das Verschwinden des Leibes. In: Universitas, 51, 386-397;
- GEO-WISSEN (9/97): Sinne und Wahrnehmung. Wie wir unsere Welt begreifen;
- GIRTLER, ROLAND (1989): Die feinen Leute. Von der vornehmen Art durchs Leben zu gehen. Frankfurt / New York: Campus Verlag;
- GOLDSTEIN, BRUCE E. (1997): Wahrnehmungspsychologie: eine Einführung. Heidelberg: Spektrum, Akademischer Verlag;
- GRAFTON, SUE (1993): Letzte Ehre. München: Wilhelm Goldmann Verlag;
- GRIMM, JACOB & GRIMM, WILHELM (1984 /1877): Deutsches Wörterbuch von Jacob und Wilhelm Grimm. München: Deutscher Taschenbuch Verlag;
- GRODDECK, GEORG (1985 /1913): Die Natur heilt. Zitiert nach Herold 1992, 268. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag;
- GRUBITZSCH, SIEGFRIED & WEBER, KLAUS (HG.) (1998): Psychologische Grundbegriffe. Ein Handbuch. Reinbek bei Hamburg, Rowohlt Taschenbuch Verlag;
- GSCHNAIT, FRITZ & EXEL, WOLFGANG (1997): Das große Buch über die gesunde Haut. Wien: Verlag Orac im Verlag Kremayr & Scheriau;
- GUR, BATYA (1995) Am Anfang war das Wort. München: Wilhelm Goldmann Verlag;
- GUR, BATYA (1992): Denn am Sabbat sollst du ruhen. München: Wilhelm Goldmann Verlag;

- HARLOW, HARRY F. (1958): The Nature of Love. *American Psychologist*, 13, 673-85;
- HENLEY, NANCY M. (1988): Körperstrategien. Geschlecht, Macht und nonverbale Kommunikation. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag;
- HERKNER, WERNER (1993): Lehrbuch Sozialpsychologie. Bern: Verlag Hans Huber;
- HEROLD, ANKE (1992): Berühren – das körperliche Ich spüren. In: VOGT & BORMANN (Hg.) 1992;
- HØEG, PETER (1996): Fräulein Smillas Gespür für Schnee. Hamburg: Rowohlt Verlag;
- HOFFMANN-AXTHELM, DAGMAR (1994): Schock und Berührung. Oldenburg, Transform-Verlag;
- HOFFMANN-AXTHELM, DAGMAR (1991): Der Körper in der Psychotherapie. Oldenburg, Transform-Verlag;
- HOPPE, BIRGIT (1991): Körper und Geschlecht. Körperbilder in der Psychotherapie. Berlin: Dietrich Reimer Verlag;
- HULME, KERI (1991): Unter dem Tagmond. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag;
- JOHNSON, MARK (1987): The Body in the Mind. The Bodily Basis of Meaning, Imagination and Reason.. Chicago & London: The University of Chicago Press;
- JOURARD, SIDNEY M. (1966): An Exploratory Study of Body-Accessibility. *British Journal of Social and Clinical Psychology*, 5, 221-31;
- KELEMAN, STANLEY (1994): Die Rolle der Berührung in der somatischen Therapie. In: HOFFMANN-AXTHELM 1994, 13-19;
- KEPNER, JAMES I. (1988): Körperprozesse. Ein gestalttherapeutischer Ansatz. Köln: Edition für humanistische Psychologie;
- KLINKE, RAINER & SILBERNAGEL (HG.) (1996): Lehrbuch der Physiologie. New York: Thieme Verlag;
- KNORR-CETINA, KARIN (1984): Die Fabrikation von Erkenntnis. Zur Anthropologie der Naturwissenschaft. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag;
- KUNST- UND AUSSTELLUNGSHALLE DER BRD GMBH (1998): Der Sinn der Sinne. Göttingen: Steidl Verlag;

- KUTSCHMANN, WERNER (1986): Der Naturwissenschaftler und sein Körper. Die Rolle der 'inneren Natur' in der experimentellen. Naturwissenschaft der frühen Neuzeit Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag;
- LANGER, SUSANNE K. (1965): Philosophie auf neuem Wege. Das Symbol im Denken, im Ritus und in der Kunst. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag;
- LAPLANCHE, J. & PONTALIS, J.-B. (1972): Das Vokabular der Psychoanalyse. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag;
- LAUCKEN, UWE (1989): Denkformen der Psychologie. Dargestellt am Entwurf einer Logografie der Gefühle. Bern, Stuttgart, Toronto: Verlag Hans Huber;
- LUSSEYRAN, JACQUES (1989): Das wiedergefundene Licht. München: Deutscher Taschenbuch Verlag;
- MC CAFFREY, ANNE (1990): Killashandra. München: Heyne Verlag;
- MC NEELY, DELDON ANNE (1992): Berührung. Die Geschichte des Körpers in der Psychotherapie. München: Kösel Verlag;
- MILLER, PATRICIA (1993): Theorien der Entwicklungspsychologie. Heidelberg, Berlin, Oxford: Spektrum Akademischer Verlag;
- MONTAGU, ASHLEY (1974): Körperkontakt: Die Bedeutung der Haut für die Entwicklung des Menschen. Stuttgart: Ernst Klett Verlag;
- MORRIS, DESMOND (1972): Liebe geht durch die Haut. Die Naturgeschichte des Intimverhaltens. Zürich: Droemer Knaur Verlag;
- MOSER, TILMANN (1992a): Stundenbuch. Protokolle aus der Körperpsychotherapie. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag;
- MOSER, TILMANN (1992b): Vorsicht Berührung. Über Sexualisierung, Spaltung, NS-Erbe und Stasi-Angst. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag;
- MOSER, TILMANN (1990): Gefühle von denen die Seele nichts weiß. Interview mit Tilmann Moser. In: Psychologie heute, 4/90, 40-47;
- MOSER, TILMANN (1989): Körpertherapeutische Phantasien. Psychoanalytische Fallgeschichten neu betrachtet. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag;
- MOSER, TILMANN (1986): Das Erste Jahr. Eine psychoanalytische Behandlung. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag;

- MUCKEL, PETRA (2000): Sprache, Körper, Erinnerung – Wechselwirkungen zwischen Sprach und Körper (Arbeitstitel). In: WISCHERMANN & HAAS 2000;
- MUCKEL, PETRA (1996): Selbstreflexivität und Subjektivität im Forschungsprozeß. In: BREUER 1996a, 61-78;
- MUSSEN, PAUL HENRY; CONGER, JOHN JANEWAY; KAGAN, JEROME; HUSTON, ALETHA CAROL (1993): Lehrbuch der Kinderpsychologie. Band 1+2. Stuttgart: Klett-Cotta;
- NELSON, DAWN (1996): Die Kraft der Heilsamen Berührung. Alte Menschen, Kranke und Sterbende liebevoll umsorgen. München: Kösel Verlag;
- NEUHÄUSER-METTERNICH, SYLVIA (1994): Kommunikation im Berufsalltag. Verstehen und Verstanden werden.. München: Verlag C.H. Beck, dtv;
- NIETZSCHE, FRIEDRICH (1950): Also sprach Zarathustra. Stuttgart: Alfred Kröner Verlag;
- NILSSON, ÅSA (1996): Im Verborgenen. Hamburg: Rasch und Röhring Verlag;
- OERTER, ROLF & MONTADA, LEO (HG.) (1995): Entwicklungspsychologie: Ein Lehrbuch. München-Weinheim: Psychologie Verlags Union;
- OLBRICHT, INGRID (1994): Der weibliche Körper: Irrtum der Natur-Kunstwerk-Meisterstück? In: PETER-BOLAENDER, MARTINA 1994 (HG.);
- ORTEGA Y GASSET, J. (1957): Der Mensch und die Leute. Stuttgart: DVA;
- PETER-BOLAENDER, MARTINA (HG.) (1994): Frauen Körper Kunst. Frankfurt am Main: Hochschule für Musik und Darstellende Kunst;
- PETZOLD, HILARION (HG.) (1985): Leiblichkeit: philosophische, gesellschaftliche und therapeutische Perspektiven. Paderborn: Jungfermann-Verlag;
- PIAGET, JEAN & INHELDER, BÄRBEL (1986/1966): Die Psychologie des Kindes. München: Deutscher Taschenbuch Verlag;
- PLATON (1987): Phaidon (387 bis 367 v. Chr.). Stuttgart: Reclam;
- PORTER, ANNA (1997): Mord auf der Buchmesse. München: Paul List Verlag;
- RAHM, DOROTHEA u.a. (1993): Einführung in die Integrative Therapie. Grundlagen und Praxis. Paderborn: Jungfermann;
- REDMAN, J. M. (1994): Mississippi. Berlin & Hamburg: Argument Verlag;

- RICH, ADRIENNE (1976): *Of Woman Born. Motherhood as Experience and Institution*. New York: Norton & Company;
- RICHTER, ISOLDE (1993): *Lehrbuch für Heilpraktiker: medizinische und juristische Grundlagen*. München: Urban und Schwarzenberg;
- RITTER, JOACHIM (HG.) (1971): *Historisches Wörterbuch der Philosophie*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft;
- ROHMANN, ULRICH H. & ELBING, ULRICH (1990): *Festhaltetherapie und Körpertherapie*. Dortmund: Verlag modernes lernen;
- ROSEMEIER, HANS PETER (1989): Intimität. Über den Umgang mit Scham, Peinlichkeit und Sexualität. In: *Psychomed* 1, 236-239;
- ROSENTHAL, ROBERT (1966): *Experimental Effects in Behavioral Research*. New York: Appleton-Century-Crofts;
- ROSENTHAL, ROBERT ET AL. (1974): *Body Talk And Tone Of Voice: The Language Without Words*. In: *Psychology Today*, 9/74;
- SACKS, OLIVER (1985): *Der Mann der seine Frau mit einem Hut verwechselte*. Hamburg: Rowohlt Verlag;
- SADER, MANFRED (1993): Anfassen und Angefaßtwerden in der dyadischen Interaktion. *Gruppendynamik* 24.Jahrgang 1/1993, 37-52;
- SAPIR, EDWARD (1927): *The Unconscious Patterning of Behavior in Society*. In D.G. MANDELBAUM 1949 (Hg.): *Selected Writings of Edward Sapir*. Berkeley: University of California Press;
- SCHMIDT, ROBERT F. & THEWS, GERHARD (HG.) (1995): *Physiologie des Menschen*. Berlin, Heidelberg, New York: Springer-Verlag;
- SCHMITT, ANNETTE (1996): *Logographie der Eifersucht: Eine inhaltsanalytische Untersuchung von Geschichten über selbsterlebte Eifersucht*. Lengerich: Pabst Science Publishers;
- SCHNEIDER, KRISTINE (HG.) (1983): *Familientherapie in der Sicht psychotherapeutischer Schulen*. Paderborn: Jungfermann Verlag;
- SCHÖNPFLUG, WOLFGANG; SCHÖNPFLUG, UTE (1989): *Psychologie. Allgemeine Psychologie und ihre Verzweigungen in die Entwicklungs-, Persönlichkeits- und Sozialpsychologie*. München-Weinheim: Psychologie Verlags Union;

- SCHULZ VON THUN, FRIEDEMANN (1981): Miteinander reden: Störungen und Klärungen. Psychologie der zwischenmenschlichen Kommunikation. Reinbeck bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag;
- SCHWARTZ, STEVEN (1988): Wie Pawlow auf den Hund kam... Die 15 klassischen Experimente der Psychologie. Weinheim und Basel: Beltz Verlag;
- SEGHERS, ANNA (1963): Transit. Darmstadt: Hermann Luchterhand Verlag;
- SEITZ, RITA (1998): Körper. In: GRUBITZSCH & WEBER 1998, 284-286;
- SENNET, RICHARD (1998): Der Tastsinn. In: Kunst- und Ausstellungshalle der BRD GmbH 1998, 479-495b;
- SHUSTERMAN, RICHARD (1994): Kunst Leben. Die Ästhetik des Pragmatismus. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag;
- SPENDER, DALE (1996): 1. Auffahrt Cyberspace. Frauen im Internet. München: Verlag Frauenoffensive;
- SPITZ, RENE A. (1969): Vom Säugling zum Kleinkind – Naturgeschichte der Mutter-Kind-Beziehung im 1.Lebensjahr. Stuttgart: Klett Verlag;
- STOPCZYK, ANNEGRET (1998): Sophias Leib – Entfesselung der Weisheit. Ein philosophischer Aufbruch. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag;
- STOPCZYK, ANNEGRET (1996): Nein Danke, ich denke selber. Philosophieren aus weiblicher Sicht. Berlin: Rütten und Loening;
- STRAUSS, ANSELM (1991): Grundlagen qualitativer Sozialforschung. München: Wilhlem Fink Verlag;
- STRAUSS, ANSELM & CORBIN, JULIET (1996): Grounded Theory: Grundlagen Qualitativer Sozialforschung. Weilheim: Beltz Psychologie Verlags Union;
- STRAUSS, ANSELM & CORBIN, JULIET (1994): Grounded Theory Methodology. An Overview. In: DENZIN & LINCOLN 1994, 273-285;
- TAYLOR, J. LIONEL (1921): The Stages of Human Life. Nach Montagu?;
- TEUBER, KRISTIN (1997): „Ich blute also bin ich“: Aspekte autoaggressiven Hautritzens bei Mädchen und jungen Frauen. Psychologie und Gesellschaftskritik, 2/97, 5-28;
- THAYER, STEPHEN (1988): Berührung – Die andere Sprache. Psychologie Heute 9/88, 20-27;

- TRAUTNER, HANNS MARTIN (1997): Lehrbuch der Entwicklungspsychologie. Band 2: Theorien und Befunde. Göttingen, Bern, Toronto, Seattle: Hogrefe Verlag;
- TRAUTNER, HANNS MARTIN (1992): Lehrbuch der Entwicklungspsychologie. Band 1: Grundlagen und Methoden. Göttingen, Bern, Toronto, Seattle: Hogrefe Verlag;
- VALVERDE, MARIANA (1989): Sex, Macht und Lust. Berlin: Orlanda Frauenverlag;
- VAN DER VYVER, MARITA (1997): Welten entfernt. München: Europa Verlag;
- VAN HAREN, WERNER (1998): Interventionsstrategien körperorientierter Psychotherapie. In: Report Psychologie 11-12/98, 928-939;
- VOGT, MARTINA & BORMANN, MONIKA (HG.) (1992): Frauen-Körper: Lust und Last. Tübingen: DGVT-Verlag;
- WAGNER, LUISE (1997): Massagen für Leib und Seele. [<http://www.stern.de/97/33/mag/health/sterntitel.html>], siehe Anhang;
- WALKER, BARBARA (1993): Das geheime Wissen der Frauen. Frankfurt am Main: Verlag Zweitausendeins;
- WATZLAWICK, PAUL; BEAVIN, JANET H.; JACKSON, DON D. (1969): Menschliche Kommunikation. Formen, Störungen, Paradoxien. Bern: Hans Huber Verlag;
- WILKE, EBERHARD & LEUNER, HANSCARL (HG.) (1990): Das Katathyme Bilderleben in der psychosomatischen Medizin. Bern: Verlag Hans Huber;
- WISCHERMANN, CLEMENS & HAAS, Stefan (2000 im Druck): Der Körper in der Wissenschaft (Arbeitstitel). Stuttgart: Steiner Verlag;
- ZIMBARDO, PHILIP G. (1995 – 6. Auflage): Psychologie. Berlin, Heidelberg, New York: Springer-Verlag;
- ZIMMERMANN, M. (1995): Das somatoviszzerale sensorische System. In: SCHMIDT & THEWS 1995.