

Druckversion von <http://www.emotion.de/wissen/unbewusste.html>

MEHR WISSEN

WAS IST EIGENTLICH DAS UNBEWUSSTE?

Gibt es verborgene Gefühle und Wünsche, die unser Verhalten steuern, ohne dass wir es merken? Haben wir alles, woran wir uns nicht erinnern, tatsächlich verdrängt? Psychoanalytiker und Hirnforscher versuchen, Antworten zu finden.

HIER LESEN SIE

> **HIRNFORSCHUNG TRIFFT PSYCHOANALYSE**

> **WIE EIN FLUGZEUG AUF AUTOPILOT**



Bild: © clipart.com

Das Bewusstsein ist nur die Spitze des Eisbergs!" Mit diesem Satz revolutionierte Sigmund Freud um das Jahr 1900 die Wissenschaft der menschlichen Psyche. Was heute umgangssprachlich als "Unterbewusstsein" in aller Munde ist, war in der bürgerlich-verklemmten Gesellschaft des 19. Jahrhunderts eine regelrecht aufständische Idee. Eine gängige Definition beschreibt das Unbewusste als jenen Teil der menschlichen Psyche, dessen Inhalte dem Bewusstsein zwar nicht direkt zugänglich sind, der aber an seinen Auswirkungen auf das Denken und Handeln zu erkennen ist. Freuds Theorie des Unbewussten kreiste seinerzeit um verdrängte Wünsche und sexuelle Triebe, die sich in Form von Neurosen und anderen psychischen Leiden ihren Weg an die Oberfläche bahnen. Und natürlich in unsere Träume: Was bewusst nicht gedacht und gefühlt werden dürfe, so der Psychoanalytiker, werde ins Unbewusste abgeschoben und komme in der Nacht, symbolisch verschlüsselt, zum Vorschein.

Die Traumdeutung galt dem studierten Arzt dann auch als "Königsweg zur Seele". Und die Bewusstwerdung der verdrängten Inhalte als Hauptvoraussetzung für eine erfolgreiche Therapie. Als Freud 1939 im Londoner Exil starb, war er ein Star. In den folgenden Jahrzehnten jedoch wurde er mit ebenso vielen Ehrungen und Schmähungen überhäuft. Denn eindeutig beweisen ließen sich seine Annahmen nie. Ausgerechnet die naturwissenschaftlich geprägte Disziplin der Hirnforschung kommt dem Rätsel des Unbewussten heute immer mehr auf die Spur. Dabei helfen moderne Forschungsmethoden wie etwa der Computertomograph: eine Art Hirnscanner, der die Aktivitäten in unserem Kopf durch farbige Bilder sichtbar machen kann.

HIRNFORSCHUNG TRIFFT PSYCHOANALYSE



Bild: © clipart.com

Mark Solms, Neuropsychologe und Psychoanalytiker am Groote Schuur Hospital in Kapstadt, ist ein Bindeglied zwischen den Fronten. Der südafrikanische Forscher untersuchte mit dem Elektro-Enzephalogramm (EEG) die Hirnströme schlafender Patienten. Auch er glaubt, dass Wünsche und Träume eng miteinander verknüpft sind - und dass dies im Gehirn, also auf physiologischer Ebene, nachzuweisen ist. Seine Forschungsergebnisse zeigen tatsächlich: Während eines Traums sind diejenigen Hirnregionen aktiv, die für Instinkte, Emotionen und Wünsche zuständig sind. Gleichzeitig sind die rationalen, logischen, sozusagen kontrollierten Teile des Gehirns "abgeschaltet". Solms Erkenntnisse trugen in hohem Maße dazu bei, dass einige der Freud'schen Ideen heute nicht mehr als reine Spekulation belächelt werden.

WIE EIN FLUGZEUG AUF AUTOPILOT

Wenn andere Wissenschaftler von "unbewussten Prozessen" sprechen, meinen sie nicht verdrängte Wünsche oder Erinnerungen, sondern automatisierte Abläufe. Wie Timothy D. Wilson, Professor für Psychologie an der Universität von Virginia. Er geht davon aus, dass viele Aspekte des menschlichen Fühlens und Handelns aus gutem Grund außerhalb des Bewusstseins bleiben - weil das die effizientere Lösung sei. "Unser Geist arbeitet am wirksamsten, indem er einen Großteil komplexer Denkarbeit an das Unbewusste delegiert, so wie ein modernes Verkehrsflugzeug in der Lage ist, mit Autopilot zu fliegen", sagt der Forscher. Wir sparen also Zeit und Energie, wenn wir nicht über jede Handlung nachdenken müssen. Ein weiterer Vorteil: Bei motorischen Verhaltensweisen wie Radfahren oder Klavierspielen stellen wir uns sogar geschickter an, wenn wir sie automatisch verrichten.

Die psychosomatische Medizin misst dem geheimnisvollen Unterbau unserer Psyche noch eine andere Bedeutung zu: Sie sieht unbewusste Prozesse als Auslöser von körperlichen Krankheiten - zum Beispiel bei Beschwerden im Magen oder im Muskelsystem. Gemeinsam ist allen Ansätzen: Das Unbewusste scheint eine sehr viel größere Rolle für unser Fühlen und Handeln zu spielen, als es die Menschen zu Freuds Zeiten für möglich gehalten hätten. Timothy D. Wilson: "Wenn Freud sagte, das Bewusstsein sei die Spitze des geistigen Eisbergs, war das eine gewaltige Untertreibung - es handelt sich wohl eher um einen winzigen Schneeball auf der Spitze dieses Eisbergs."

Text von Isabelle Bareither