Beitrag Forschungstagung von René Hefti

Trost und Klage als Themen der empirischen Forschung – die Neurobiologie des Trostes

Eine Recherche zu den Themen Trost und Klage zeigt, dass es zu diesen beiden «religiösen Konstrukten» keine direkte Operationalisierung gibt und damit auch keine Skalen, mit denen sich Trost und Klage messen lassen. Trost und Klage wurden aber als Phänomene und Verhaltensweisen sehr wohl im wissenschaftlichen Kontext thematisiert.

Wenn Schimpansen trösten

Interessant ist, dass tröstendes Verhalten schon bei Schimpansen beobachtet werden kann, z.B. nach konflikthaften Auseinandersetzungen. Der «Verlierer» nimmt dann mit dem «Sieger» Kontakt auf und wird von diesem getröstet (de Waal und Roosmalen, 1979). Dabei findet ein direkter Körperkontakt statt mit Hand ausstrecken, umarmen oder küssen.

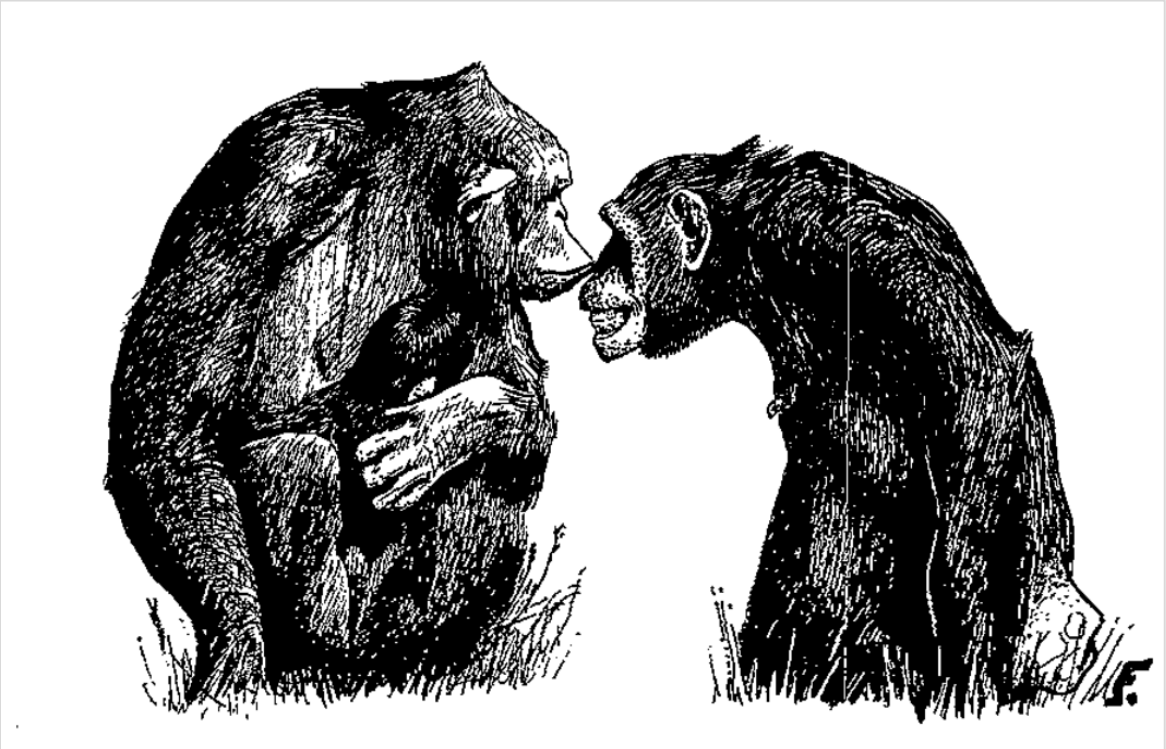

Abbildung aus der Publikation von de Waal, 1979

Wenn Toddlers die Gefühle des Gegenübers wahrnehmen

Ebenso faszinierend ist, dass 8-16-monatige Kleinkinder die Bedrückung ihres Gegenübers wahrnehmen und tröstendes Verhalten zeigen (Roth-Hanania et al., 2011). Tröstendes Verhalten scheint also tief in unserer Biologie verankert zu sein. Dabei spielt körperliche Berührung eine zentrale Rolle, wie die beiden Beispiele eindrücklich zeigen.

Abbildung: Die 8-Monatige tröstet die 2-Jährige.

Eine Symphonie der Neuronen

Zur Wahrnehmung verschiedener Berührungsqualitäten gibt es fünf verschieden «Berührungssensoren» in der Haut (Modell der Haut). Die C-taktilen Fasern, die sich in der behaarten Haut befinden (Arme, Rücken, Gesicht), werden durch langsames Streicheln (1-10cm/s) aktiviert und vermitteln ein tröstendes Wohlgefühl. Über die Verarbeitung im insulären Cortex hat diese Berührung auch eine emotionale Qualität: «Ich bin bei dir», «Es wird alles gut». Gleichzeitig wird Oxytocin freigesetzt und die Cortisol-Ausschüttung gehemmt (Stressreduktion).

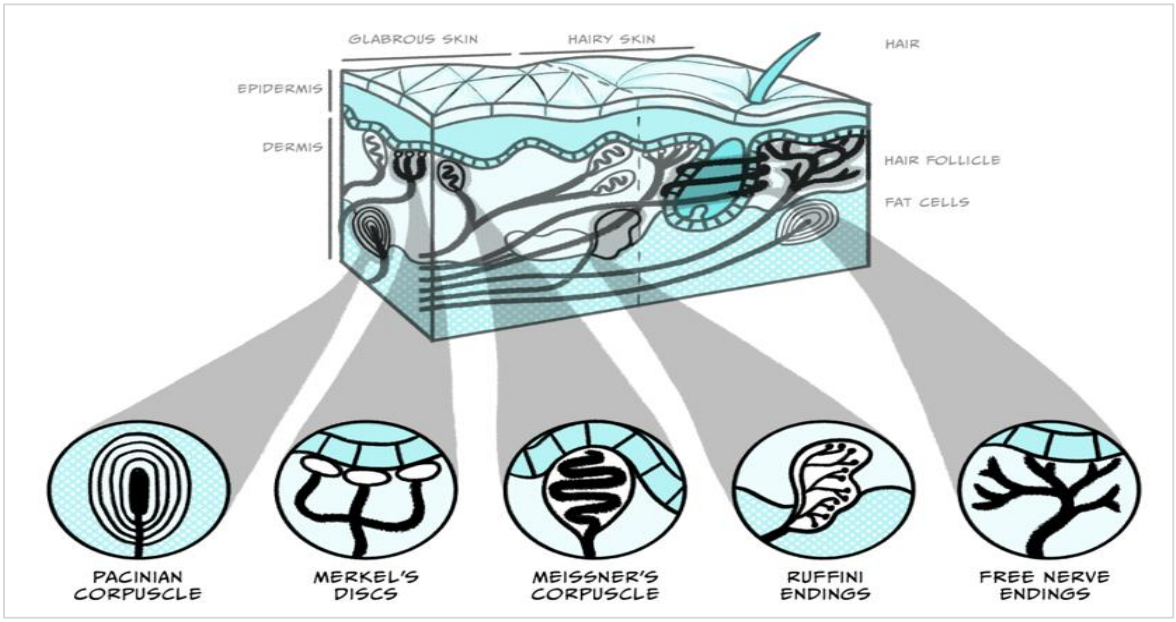

Abbildung: Die fünf Typen von Berührungssensoren.

Die Sprache des Berührens

Damit nicht genug. In einer faszinierenden Untersuchung mit dem Titel «Reading the mind in the touch» konnten Kirsch et al. (2018) zeigen, dass der Empfänger die Botschaft in der Berührung sehr deutlich wahrnehmen kann, positive im Sinne von Belohnung oder Unterstützung, negativ im Sinne von Warnung oder Feindseligkeit. Dabei spielt nebst Druck und Lokalisation die Berührungsfrequenz eine entscheidende Rolle (3 cm/s vs. 18 cm/s).

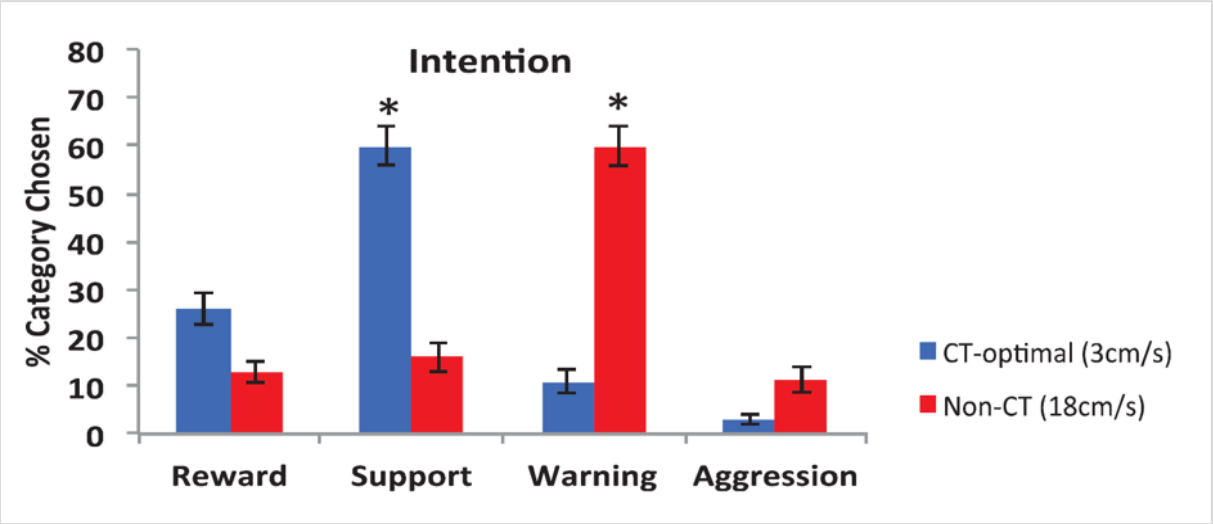

Abbildung: Wahrnehmung verschiedener Intentionen und Botschaften über die Haut

Eine eingeborene Neurobiologie des Tröstens

Auf Grund der dargestellten Befunde darf (oder muss) man meines Erachtens von einer Neurobiologie des Tröstens und des Trostes sprechen. Diese reflektiert die Ganzheit und die Einheit der Schöpfung. Gottes tröstender Charakter, der sich im Paraklet personifiziert, durchdringt die ganze Schöpfung und ist in ihr von Beginn weg angelegt, verkörpert auch in der Mutter, die das schreiende Neugeborene an ihre Brust legt, wobei sich dieses im Haut-zu-Haut Kontakt schnell beruhigt, und Trost findet in einer noch fremden Welt.

Literatur

De Waal, F. B., & van Roosmalen, A. (1979). Reconciliation and consolation among chimpanzees. *Behavioral Ecology and Sociobiology*, *5*(1), 55-66.

Roth-Hanania, R., Davidov, M., & Zahn-Waxler, C. (2011). Empathy development from 8 to 16 months: Early signs of concern for others. *Infant Behavior and Development*, *34*(3), 447-458.

Kirsch, L. P., Krahé, C., Blom, N., Crucianelli, L., Moro, V., Jenkinson, P. M., & Fotopoulou, A. (2018). Reading the mind in the touch: Neurophysiological specificity in the communication of emotions by touch. *Neuropsychologia*, *116*, 136-149.

RH 18.11.2025