

Antje Hadler

Im Juli 1987,

in: Rainer Jogschies (Hg.): Aus dem neuen Wörterbuch des Unmenschen, Frankfurt am Main, Eichborn-Verlag (ISBN: 3-8218-1099-8), S. 49 – 52

## Gefühl

hier: Emotional

*Rein rational sei ihr alles klar, aber **emotional** kriege sie es nicht auf die Reihe. Mit Freunden habe sie das schon zigmal durchgesprochen, aber so komme man da nicht ran. Das sitze tiefer. Denn wenn es konkret werde, könne sie nicht dagegen an.*

Dies ist die Tragödie einer fein säuberlichen Teilung in Verstand und Gefühl. So umgangssprachlich wird sie gern vollzogen, bezeugt sie doch eine angemessene Bemühung um Differenzierung der Problembetrachtung: jedes Ding hat zwei Seiten. Damit diese nicht verwechselt werden oder gar vermengt, liegen sie in zwei verschiedenen Körperteilen, dem Kopf und dem Bauch. Letzterer hat das Herz in seiner jahrhundertelangen Zuständigkeit für Freud und Leid abgelöst, möglicherweise weil er in der Mitte liegt und, dabei wird bei der Verortung von Gefühlen Wert gelegt, viel tiefer.

*Sie müsse lernen, nicht so kopfmäßig zu leben, wieder auf ihre Gefühle achten, sich dem Bauch anvertrauen, der wisse schon, was für sie gut sei. Wenn sie in sich hineinhorche, könne sie ihre innere Stimme vernehmen, und dann müsse sie gucken, was das mit ihr mache - und ihr sagen wolle,*

Der Kopf muss draußen bleiben, verstellt er doch den Blick für die Innenschau. Sich auf den Grund zu gehen, ist dabei eher eine vertikale, denn kausale Betrachtung. Die Wahrheit liegt – Reinkarnation hat Konjunktur – möglicherweise auch mehrere Menschenleben zurück. Zu erkennen ist das an der Intensität, im Zweifelsfall an der ausdrücklichen Lautstärke.

*Wenn sie dann an den wahren Gefühlen dran sei, könnte sie losheulen und sie herausschreien. Dann fühle sie sich so richtig echt: als ganzer Mensch eben.*

Wer versucht, Emotionen zu erklären, sieht sich schnell dem Vorwurf ausgesetzt, zu rationalisieren: die eine fühlt ihre Gefühls-Welt (siehe auch: Stichwort in diesem Wörterbuch: Welt) durch äußere Einsicht verkleinert, andere sehen ihr unangemessene Aufmerksamkeit zuteil werden – denn Gefühle werden auch als bloße Begleiterscheinungen zweckrationalen Handelns, die von selbst wieder verschwinden abgetan. Gefühle werden dann zwar als »menschlich« toleriert – wer wollte sich schon »gefühllos« schimpfen lassen – aber eben nur in Maßen: starke Erregungen hingegen gehörten in Behandlung oder ins Kino. Zur Unterscheidung solch ungewohnter Intensität und deren unverständlichem Inhalt ist ein Fremdwort dienlich: Emotion. In manchem Wörterbuch sind Gefühl und Emotion austauschbar, identisch. – Der alltägliche Sprachgebrauch hingegen zeigt eine eigenwillige Nuancierung: lieber »mit Gefühl« als »mit Emotionen«, lieber »emotionslos« als »gefühllos« → »Emotionen« wirken erst in ihrer Negation positiv. Mit

einer solchen vermeintlich feinsinnigen umgangssprachlichen Einführung der Emotion lässt sich klar abgrenzen, was Gefühl nicht ist – aber nicht, was nun Gefühl ist.

Wer »Emotionen zeigt«, vermiest allemal die Stimmung, ob er nun Angst hat, Wut, Zorn oder Trauer - den ganzen Kanon eben der im Sprachgebrauch durchaus noch vorhandenen Leidenschaftsworte aus der Gefühlsfamilie.

Möglicherweise fällt eine Distanz, eine Objektivierung, durch das abstrakt klingende Substantiv »Emotion« dem Subjekt leichter als über das Haupt-Wort »Gefühl«. Obwohl es im deutschen Sprachgebrauch eine scheinbare Vielzahl von Gefühlsäußerungen noch gibt, ist gleichzeitig deren inhaltliche Nivellierung zu beobachten: es wird allenthalben »bedauert«, »begrüßt«, »beherzigt«, »bekannt«. Diese uneinheitliche, ja widersprüchliche Scheidung vom Emotion und Gefühl hängt wohl mit der ungenauen Vorstellung von Geburt, Liebe und Tod der Gefühle zusammen.

Emotion und Ratio, Gefühl und Vernunft, Fühlen und Denken werden gemeinhin lediglich durch ihre Ausschließlichkeit erklärt: sie passten nicht zueinander - es sei denn als, hin und wieder dramatisches, Gegeneinander.

So wird es als ewiges Gesetz keineswegs nur in Film und Literatur festgehalten.

Der Psychologe Rapaport monierte 1961 »eine unterschiedslose Verwendung der Wörter >emotion> und >affect< und ihrer adjektivischen Ableitungen auf alles, was nicht offensichtlich rational oder ordnungsgemäß ist«. Diese Kritik kann auch heute noch gelten, orientieren sich die Humanwissenschaften doch an dieser seit Jahrhunderten gängigen Zwei-Teilung des Menschen. Der Pädagoge Littmann leitet beispielsweise die in der Psychologie gängige Orientierung am Geist-Körper-Paradigma folgendermaßen her: Das Emotionale (Irrationale) werde, mit Ausnahmen, immer als Gegensatz zum Rationalen definiert, was gleichzeitig die Konstruktion zweier unabhängiger Teilsysteme impliziere. Das niedrige Niveau der Emotionsforschung hänge mit der schlichten Leugnung des komplizierten Übergangs von Körper-Psyche und dessen Ersetzung durch vereinfachte Reiz-Reaktions-Modelle zusammen.

Andere Betrachtungsweisen nehmen denn auch eher nur eine verschobene Gewichtung der einen oder anderen »Seite« vor: so ist in den letzten Jahren beispielsweise die vermeintliche »Gefühls-Stärke« der Frauen gegen die angenommene »Vernunft-Begabung« des männlichen Geschlechts in die Waagschale geworfen worden – zuvor stand dem rational-intellektuellen Geschöpf aus »vernünftigen Gründen« Kontrolle und Bevorzugung zu.

Wem die Umkehrung zu platt ist, der plädiert demgegenüber für Integration von »Vernunft« in personam Mann und Gefühl qua Frau: wir bräuchten beides – ein bisschen hiervon, ein bisschen davon – ,nur mit männlichen und weiblichen Menschen gäbe es eine menschliche Welt. Die grundlegende Kategorisierung der sinnlichen Spaltung in Ratio und Emotion bleibt. Und darf bleiben, denn sie dient dem Wohl der Welt, ist fortschrittlich und auch fern von jeglicher Diskriminierung, weil die eigensten aller Eigenschaften der unterschiedlichen Geschlechter eben aus der geschlechtsspezifischen Sozialisation erklärbar sind, eigentlich.

Sie könnte also anders, rein theoretisch, aber sie würde gar nicht wollen. Und: Letztlich würde sie es auch gar nicht brauchen. Wenn bereits die Scheidung von Vernunft und Gefühl – gleich welche Bedeutung damit im Einzelnen verbunden sein möge – unmenschliche, weil gefühle-verleugnende und vernunft-entsinnlichende Züge trägt, wird sie in der vorgeblichen Personifizierung in dem einen oder anderen Geschlecht vollends absurd. Besonders deutlich wird dies bei der Bildung und beim Gebrauch von Wörtern, mit denen diese Trennung quer durch die und durch den Menschen fortgeschrieben wird: so werden Personen mit dem Eigenschaftswort **emotional** belegt, auch wenn sie schlicht wütend, fröhlich oder traurig sind. Mit diesem einen Wort wird die ganze Klaviatur der Gefühle umspannt, der komplizierte Prozess von Denken, Handeln, Fühlen und Wahrnehmen ignoriert, ein Teil herausgelöst und zum dominierenden Kennzeichen des Verhaltens oder gar des Menschen gemacht. Wem der alleinige Gebrauch des Wörtchens **emotional** zu nahegehend ist, der hat die Möglichkeit zur vermeintlich differenzierenden Ergänzung: So werden insbesondere

Patienten gern – diagnostiziert wie distanziert – als »emotional labil« oder, positive Variante, als »emotional schwingungsfähig«, schlimmstenfalls als »gefühlsmäßig schwingungsfähig« eingestuft (siehe auch Stichwort in diesem Wörterbuch: Maß).

Doch was soll's? Was sagt uns dies über die Gefühle? Wer betont, dass jemand **emotional** labil sei – will der sagen, daß dieser jemand dann wenigstens rational nicht labil ist, also eher stabil? Wie aber könnte jemand stark von Gefühlen erregbar sein, eben »labil«, und dessen ungeachtet, davon unbeeinflusst und unverändert weiter denken und handeln? Ist es denn nicht aber ein »Sieg der Gefühle«, wenn sich die Geliebten statt zu versagen zu schlechterletzt sich einander versagen? Was für sie nicht fassbar ist – nicht einmal als Partner, und nicht vorhersehbar – nicht einmal als gutes Ende, steht für manchen Psychologen jedenfalls von vornherein fest: das Ausmaß und die Kontrollfähigkeit emotionaler Reaktionen, fernab von zwischen-menschlichem Zusammenleben, gesellschaftlicher Regulation, von einer Betrachtung als »Prozess« einer »Emotionalisierung« und »Rationalisierung« ist auf der »Neurotizismus-Skala« ablesbar. Wer mag wohl den »Nullpunkt« und den gerade noch duldbaren obersten Wert bemessen? Oder aber das richtige Ur-Gefühl festlegen. Mit psychischen Strukturen wird von Psychologen und Laien umgegangen, als seien sie etwas Un-Gewordenes und Un-Veränderliches, mithin beinahe Un- menschliches, als gebe es für Ratio und Emotion feststehende Organe wie Herz und Hirn und eine festlegbare Bewertung als »gut« und »schlecht«. Im Vergleich zum argen Wörtchen *e m o t i o n a l* ist das beliebte *e m o t i o n a - l i s i e r t* fast noch ärger: es bedeutet soviel wie Gefühlsbündel ohne Sinn und Verstand und ist eine willkommene Abwehr. Aber auch umgekehrt, nämlich mit dem Rückzug auf die eigenen Gefühle, wird die Auseinander-Setzung mit dem anderen vermieden. »Rein emotional« nehme ich nicht nur die anderen nicht ernst – sondern auch mich selbst nicht.

Antje Hadler,

Diplom-Psychologin, geb. 1958.

Nach dem Studium an der Hamburger Universität als Kursleiterin für Personen mit Essstörungen und als freie Journalistin tätig - davor, dazwischen und danach insgesamt viereinhalb Jahre in einer psychotherapeutischen Arztpraxis in Hamburg angestellt.

Seit dem Frühjahr 1987 Doktorandin mit einer Arbeit zu »Frauen und Karriere« an der Universität Bielefeld.