

Bitte beachten Sie das geltende [Urheberrecht](#) für Österreich und international.
Falls Sie in diesem Text **Anregungen** für sich und Ihre eigene Arbeit finden,
lade ich Sie ein zur [Rückmeldung/Rezension](#) und wissenschaftlichen [Zitation](#).

Gratis Leseprobe

Volkmar Ellmauthaler Ich und Selbst

Versuch über die Standortbestimmung des Ich
als eines Wechsel-Feedback zwischen Soma
und Psyche: in einer unorthodoxen Annäherung
an die Phänomenologie des Selbst im Kontext.
In: Nacht. Das Buch ISBN 978-3-902245-07-6.

Die Architektur des Zwischenhirns

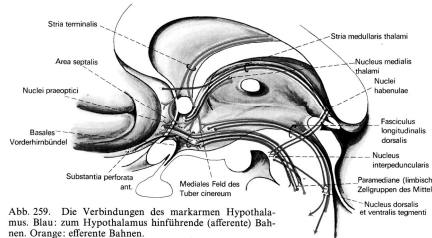


Abb. 259. Die Verbindungen des markarmen Hypothalamus. Blau: zum Hypothalamus hinführende (afferente) Bahnen. Orange: efferente Bahnen.

Wer über das Menschliche nachdenkt, wird an dem „innersten Kern“ nicht vorbeigehen: an Vermittlung und Austausch eigener Befindlichkeiten und Gedanken, behutsamer Öffnung gegenüber anderen, kontrolliertem, gelegentlichem Verzicht auf Verhüllung dessen, was uns ausmacht, uns im Innersten – und mit Bezug auf andere – bewegt.

Solche Überlegungen führen zur Beschäftigung mit Vorgängen wie des prä- und postnatalen *Bonding* zwischen Müttern und deren Kind, zur Kenntnis und Nutzung *angeborener Funktionen* wie der Spiegelneurone, zur Vergegenwärtigung *bemerkbarer Spuren* innerpsychischer Vorgänge, etwa in *Resonanz*: auch auf der Körperebene, z.B. als *psychosomatische Reaktionsweisen* wie etwa Erröten, Belohnungs-, Glücksgefühle; allerlei *psychische und psychosomatische Störungen*.

In all diesen Fällen wird als Hypothese von einer so genannten „Ichkonstanz“ auszugehen sein: Ich bin so, wie ich mich kenne, genährt, gewachsen, geformt, durch die Jahre meines Lebens geschliffen, geschärft, gerundet, gefördert, bisweilen auch behindert. Aber ich kenne mich, quasi durchgehend: Etwas in mir, mein „Kern“, wie er sich in vielfacher Resonanz herausgebildet hat, ist dabei konstant geblieben. Andere Menschen können genau das von sich nicht so exakt sagen. Die „Ichkonstanz“ zu verlieren, kann durch unterschiedliche Störungen der Gehirnfunktionen hervorgerufen werden und PatientInnen, so sie das bemerken, schwer belasten. Solche Störungen treten nicht ausschließlich bei dementen oder psychisch kranken Menschen auf, sie können selbst bei hohem Fieber im Delir vorübergehend eintreten. Ein Fremdheitsgefühl in sich, mit sich selbst, ist dann recht quälend.

Wie kommt es nun aber dazu, dass eine Instanz in meinem Inneren darüber wacht, ob die andere Instanz auch richtig funktioniert? Wie kommt es überhaupt dazu, dass „ich“ eine solche zweite Instanz, nennen wir sie das „Selbst“, wahrnehmen, mit ihr in Kontakt treten, mit ihr gewissermaßen reden, streiten, zufrieden sein, uneins oder eins werden kann?

Ähnlich wie im ersten Teil gehen wir im Folgenden an eine Denk- und Vorstellungsgrenze. Dieser Ausflug wird aber ungleich schwieriger als der – quasi historische – in die Zeit der paradiesischen Erkenntnis zurück. Waren es dort mehr oder weniger überprüfbare, gar „kanonisierte“ Berichte und Denktraditionen, denen wir folgen konnten, so geht es hier um das eigene Innere, um das Bewusstsein des Ich am Selbst: um die Konstruktion eines „selbstbewussten Ich“ durch neurophysiologische Vorgänge, also: durch das sogenannte Selbst.

Wir werden wiederum Hinweise auf andere AutorInnen geben, weiterführende Literatur nennen, und doch kommt es darauf an, die hier formulierten Thesen, gemeinsam, selbst, interessiert zu prüfen.

Kognitionstheorie, Konstruktivismustheorie, Hirn- und Spiegelneuronenforschung und dergleichen mehr haben wir schon ein wenig kennengelernt. Einige Fußnoten werden wieder auf solche Gebiete verweisen.

Die Bedeutung einer gewissen Kenntnis des Ich über „mich selbst“ ist aber im praktischen Leben sehr groß: Die einfache Situation als Zeuge, Zeugin, vor Gericht oder als AntragstellerIn vor einem Amt verlangt uns immer wieder Aussagen über uns selbst ab. *Wann sind Sie geboren?* muss klar beantwortet werden, obgleich niemand unter uns im Zeitpunkt der Geburt auf eine Uhr blicken, geschweige denn diese und das Datum ablesen oder gar verstehen konnte. Wo endet also die Überlieferung, wo beginne ich? Ist „Ich“ ein Abbild von unbewussten Fließ- und Vergleichsprozessen neuronaler Netze und steuernder Hormone? Wie kommt es dann, dass „ich“ meine, „mein Selbst“ kontrollieren zu können? – Wenn es einen *freien Willen* gibt: Wo ist dessen Sitz? Im rationalen Konstrukt des Ich?, im aktiven Substrat des Selbst? Wer, was, kontrolliert dieses „Ich“?

Die Phänomenologie der Ichstrukturen und Ichrepräsentanzen hat Tradition. Dieser Entwurf folgt dem konstruktivistischen Ansatz, nimmt dabei aber auch Modelle der Tiefenpsychologie und Neuropsychologie wahr.

Interdisziplinäre Standardwerke wie *The Self and its Brain* (1954)ⁱ von Sir Karl Popper und Sir John Eccles – in deutscher Übersetzung als *Das Ich und sein Gehirn* 1982 bei Piper in München und Zürich erschienen – sowie Erhard Oeser und Franz Seitelberger: *Gehirn, Bewußtsein und Erkenntnis* (1988)ⁱⁱ weisen Wege der Betrachtung, die morphologische wie hirneurophysiologische Vorgänge in Zusammenhang bringen mit dem Phänomen der Selbstwahrnehmung in Raum und Zeit. Weitere fünfzig Jahre zuvor (etwa 100 Jahre vor Seitelberger) hatte schon Sigmund Freud mehrere Modelle der Ichkategorien beschrieben, im Wesentlichen als „Überich – Ich – Es“. Dieses Modell wurde über mehrere Jahrzehnte hinweg von Freud immer wieder überarbeitet.

Im Folgenden wird zunächst weder das Problem der Wahrnehmung des inneren Konstrukts von „Zeit“ noch das Problem der Ichkonstanz befragt, sondern behelfsmäßig die Position eines unbeteiligten Beobachters eingenommen, der im Individuum nun zwei psychophysische Entitäten beschreiben kann: Das „Ich“ und das „Selbst“.

Um sich selbst wahrnehmen zu können, wird postuliert, dass „Selbst“ und „Ich“ zumindest im Denkmodell als diskret anzunehmen sind und miteinander in eine, fallweise hierarchische, Beziehung treten können. Dieser Ansatz mag bis heute unkonventionell sein. Er ist wie folgt zu argumentieren:

Die „biopsychische“ⁱⁱⁱ Erlebenswelt, zwischen etwa der zwölften Fetalwoche und – postpartal – vor dem Beginn des Spracherwerbs angesiedelt, ist geprägt durch eine wenig differenzierte, erst etliche Monate später zunehmend deutliche, Wahrnehmung von „Außen“ und „Innen“. – In dieser Zeit finden erste Prägungen statt, bilden sich erste „innere Konzepte“ der eigenen Entität. Der neue Mensch ist damit beschäftigt, sich zu organisieren, die erforderlichen Sinne zu schärfen und Kommunikationswege auszubilden: weniger mit sich

selber als mit dem nährenden, bewahrenden, schützenden Containment: „Mutter“. Diese wird zunächst nicht als „Außen“ erlebt.

„Außen“ ist der umgebende Raum zwischen der noch undeutlichen Ichgrenze und dem Uterus einerseits wie der Außenwelt andererseits, „Innen“ ist die biologische Einheit des Menschen, auch bereits als Fetus, später des Säuglings. In der pränatalen Psychologie zeigt sich, dass hier erste Differenzierungen möglich sind: So kann der Herzrhythmus der Mutter gehört und gefühlt werden. Dieser aber hat in etwa die halbe Frequenz der kindlichen Herzaktion. Bei Erschrecken erhöht sich erst die Herzfrequenz der Mutter, durch Wirkung der plazentagängigen Stresshormone erhöht sich mit einer Latenz von wenigen Sekunden auch die Herzfrequenz des Feten. Wahrnehmbar wird ebenfalls die direkte Wirkung der Stresshormone, die sich physiologisch am besten durch Muskelarbeit metabolisieren lassen. Insofern erscheint es schlüssig zu finden, dass nach Stresserlebnissen der Mutter das Kind erhöhte Aktivität bietet. Auch können neben den mütterlichen und eigenen Organgeräuschen, neben der Stimme der Mutter, auch Stimmen und Geräusche von Bezugspersonen, etwa des Vaters, von Geschwistern, wahrgenommen und zur Orientierung herangezogen werden. Erst in einer späteren Phase der Orientierung wird es nötig und wird der Säugling reif, das dem eigenen Körper Zugehörnde und von diesem Ausgehende mit dem jeweiligen Außen zu vergleichen und davon abzugrenzen. Als Beispiele dafür können gelten:

A.

Die Ausformung der Erkenntnis über die Zugehörigkeit der eigenen Extremitäten und die Nichtzugehörigkeit der mütterlichen Brust zum eigenen Körper: Dieses Phänomen wirkt spät in die Kindheit nach, indem eigene Extremitäten ebenso wie „äußere Objekte“, an denen man sich etwa verletzt hat, mit Attributen wie z.B. „böse“ belegt werden: böser Fuß, böser Tisch etc. In der Adoleszenz können solche Reste magischer Auseinandersetzung des „Innen“ mit dem „Außen“

in Aggression gegen äußere Objekte münden, wo innere Konflikte in einer Krisensituation aktualisiert werden (Türen oder Menschen schlagen, nach einer Geschwindigkeitsübertretung das stationäre Radar-Messgerät zertrümmern etc.).

B.

Die Entwicklung des frühkindlichen Visus, wonach mütterliche Imagines von anderen, speziellen Gesichtszügen, unterschieden werden, bleibt eine Erfahrung, die mit einer charakteristischen Ängstlichkeit, der „Fremdenangst“ (dem „Fremdeln“), einhergeht, welche das bis dahin für den symbiotischen Säugling überlebenswichtige, von den erwachsenen Adressaten als „freundlich–zugewandt“ empfundene, undifferenzierte Anlächeln, sogar exaktes Spiegeln von Gesichtern bzw. deren Mimik, ersetzt. Diese Veränderung setzt ein mit der zunehmenden Distanzsichtigkeit. Spiegelphänomene allerdings werden in der Folge weiterhin zu „Kernfähigkeiten“ des Selbst.

In solchen Entwicklungen sind Grundlagen für zwei Phänomene zu vermuten:

1. die Unterscheidung eines „Außen-Ich“ von einem „Innen-Ich“, exakter ausgedrückt: eines selbstbewusst reflektierenden „Ich“ von einem physiologisch wahrnehmenden, eher organischen „Selbst“, welche sich in der Folge, mit Bezug zum „Außen“ in „Ich-kategorien“ (durchaus entsprechend dem Freud'schen Modell) ausformen, aber auch Formen des Dialogs zwischen den einzelnen Ichstrukturen erlauben;
2. die Wahrnehmung von „Zeit“ im „Raum“:
Zeitwahrnehmung ist primär als ein organisches Phänomen anzusehen: Sie ist individuell, lässt sich intersubjektiv „vereinbaren“ und verweist aus der innerpsychischen Welt auf ein „Außen“, in dem man sich selbst (gelegentlich zusammen mit anderen) befindet. Aufgrund unterschiedlicher Rhythmen – etwa des Herzrhythmus der Mutter, des Fetus, welche miteinander in Beziehung treten, sowie manifester biologischer Zyklen (beispielsweise des Circadianrhythmus, hormoneller Zyklen usw.) – entsteht im Individuum eine komplexe innere Rhythmik, die in je-

dem Fall mit dem Außen in Kontakt steht und sich mit dem Außen abstimmt. Solche Rhythmen und Zyklen mögen an der Einstellung eines – zunächst wieder „biophysischen“ – Zeitgefühls beteiligt sein. Sie basieren auf der Einwirkung des Tageslichts, das hormongesteuerte Reizantworten verursacht: Wach-Schlaf-Rhythmen, damit verschaltete biologische Zyklen und andere mehr.

Zu den hierbei wirksamen Botenstoffen zählt etwa das Serotonin und das Melatonin. Genetische Prädispositionen (also Schalterstellungen, die einen Rhythmus zwar nicht vorgeben, diesen aber vor-einstellen, so dass er im individuellen Lebensablauf leichter erlernt wird als andere) spielen eine erhebliche Rolle. Als Ursache für die bekannten Unterschiede bei „Morgenmenschen“ und „Nachtmenschen“ wird eine unterschiedliche Ausprägung des Gens PER2^{iv} diskutiert. Die genannten Schalterstellungen werden, wie zuvor beschrieben, „epigentisch“ weitergegeben.

In dem Zusammenhang ist beachtlich, dass insbesondere der Botenstoff Melatonin von Lichteinwirkung im Tageslicht-Spektrum abhängt. Die Bildung von Melatonin wird in der Netzhaut und in der Haut angeregt^v. Eine dem Tag-Nacht-Rhythmus synchrone Exposition der Haut fördert den Wachzustand und am Tagesende den Schlafmodus. Siehe dazu auch die Fußnote ^{cviii} (Orig. S. 424).

Solche „verinnerlichten“ Zeit-Raum-Qualitäten wiederum scheinen die Orientierung des Selbst im Innen und Außen mit zu konstituieren. Hier sind bereits auf neuronaler Ebene die Grundlagen für eine später ausgebildete Ichkonstanz wie auch der innerpsychischen Raum-Zeit-Kontinuität zu postulieren.

Insofern nähern wir uns der durchaus schwierigen Hypothese, das eingangs als „primär“ bezeichnete (geistige oder rationale) Ich sei ein Objekt des als „sekundär“ bezeichneten (organischen) Selbst, wobei diese Subjekt-Objektbeziehung aber deutliche Unschärfen aufweist, da die funktionalen Positionierungen von Ich bzw. Selbst bisweilen aufeinander übertragen werden und damit vorübergehend austauschbar sein können. – Das sind nun unsere Voraussetzungen. ▼

Anhang: Verweise / Links

Mag. Dr. Volkmar Ellmauthaler
medpsych
1220 Wien, Seefeldergasse 18 / 8
0 043 699 10 900 802
<https://medpsych.at> | info@medpsych.at

Zur Biographie: <https://medpsych.at/VE-CV-oeffentl.pdf>

Biography in English: <https://medpsych.at/VE-CV-EU-GB.pdf>

Zu den gebundenen Büchern: <https://medpsych.at/Buecher.pdf>

Zu allen Titeln (alphab.): <https://medpsych.at/bibliografie-ell.pdf>

→ Expertenfragen: <https://medpsych.at/Fragen-Antworten.pdf>

Bestellung: <https://medpsych.at/0000-Artikel-Bestellform.pdf>