



Kognition versus Emotion? Ein Versuch zur Überwindung dualistischer Konzepte.

Sven Barnow

Auszug aus dem Jahresbericht
„Marsilius-Kolleg 2011/2012“



Der Begriff der Kognition stammt aus dem Lateinischen (cognoscere) und bedeutet so viel wie „etwas wissen, herausfinden“ („get to know“). Laut Oxford Dictionary werden Kognitionen folgendermaßen definiert: „the mental action or process of acquiring knowledge and understanding through thought, experience, and the senses“. Emotionen werden hingegen primär als instinktiv gesteuerte Prozesse behandelt: „a natural instinctive state of mind deriving from one's circumstances, mood, or relationships with others“. Ausgangspunkt meines Projektes war die These, dass Verwissenschaftlichung, Technisierung und Ökonomisierung des Weltbildes in den westlichen Industrienationen zu einem Primat des Rationalen (Kognition) in verschiedenen humanwissenschaftlichen Disziplinen geführt haben. Dabei werden Konzepte favorisiert, die von einer durchgehenden Emotionskontrolle ausgehen und der Kognition die entscheidende Bedeutung für zielorientiertes Handeln und seelische Gesundheit beimessen. Problematisch hierbei ist nicht, dass dem Rationalen eine hohe Bedeutung für zielorientiertes Handeln zugemessen wird, sondern die einseitige Ausrichtung auf kognitive Prozesse (Ratio) bei gleichzeitiger Problematisierung von Affekten, die als unerwünscht angesehen werden, da sie beispielsweise Entscheidungsprozesse eher stören sollen.

Kognition versus Emotion? Ein Versuch zur Überwindung dualistischer Konzepte.

Sven Barnow

Ausgehend von diesem Dualismus beschäftigte mich im Marsilius-Kolleg die Frage, wie sich Kognition, Emotion und deren Interaktion interdisziplinär verstehen und untersuchen lassen und welche Bedeutung deren Zusammenwirken für psychisches Wohlergehen hat. In einem ersten Schritt habe ich mich mit der psychologischen Literatur zur Kognitions- und Emotionsforschung und speziell der Bedeutung dieser Prozesse für Gesundheit und Störung auseinandergesetzt. Daraus ist eine Übersichtsarbeit in der Psychologischen Rundschau mit dem Titel „*Emotionsregulation und Psychopathologie: ein Überblick*“ entstanden.¹ Des Weiteren habe ich mich, angeregt durch die Diskussionen im Kolleg, intensiv mit dem Einfluss der Kultur auf Emotionsregulation und Psychopathologie beschäftigt.²

Folgend möchte ich jedoch speziell darauf eingehen, wie sich dualistische Vorstellungen von Kognition und Emotion überwinden lassen. Hierzu sei eine

Imaginationsübung vorangestellt: Wie genau werden Entscheidungsprozesse und Bewertungen eigentlich vermittelt? Existiert eine geistige Instanz, eine Art Homunculus, das entweder den Daumen hebt (positiv) oder senkt (bedrohlich, negativ), je nachdem, welche Informationen zur Verfügung stehen und dementsprechendes Verhalten (Annäherung, Vermeidung) auslöst? Und würde eine solche Bewertungsinstanz neutral, also ohne Beteiligung emotionaler, motivationaler Prozesse funktionieren? Das Experiment macht deutlich, wie vage die Vorstellungen kognitiver Bewertungsprozesse eigentlich sind. Bewertungen und Verhalten basieren auf der Wahrnehmung von Informationen und dem im Gedächtnis abgespeicherten Wissen. Aufmerksamkeit, Gedächtnis, Geschwindigkeit der Verarbeitung und Flexibilität sind hierbei entscheidend. Es handelt sich um geistige Verarbeitungsschritte, die jedoch, meiner Auffassung nach, nicht unabhängig von emotionalen Prozessen stattfinden können. Dies spiegelt sich schon in der Definition emotionaler Prozesse wider: *Emotionale Reaktionen* lassen sich durch verschiedene Komponenten beschreiben, die sich unterschiedlich erfassen lassen, u. a. Gefühl, Ausdruck, Motivation, *Kognition*, Verhalten und Somatik, d. h. psychophysiologische Reaktionen eingeschlossen.³ Unabhängig von den spezifischen Modellannahmen können Emotionen dabei unkontingente Reaktionen auf intrinsische Reize (z. B. Schmerz) oder gelernte konditionierte Reaktionen, wie beispielsweise soziale Angst als Folge sozialer Gefahrenreize oder Kritik darstellen. Sie können außerdem eher automatisiert oder bereits moduliert auftreten und sind nicht unabhängig vom sozialen (kulturellen) Kontext.⁴

Diese Definition und meine bisherigen Darstellungen machen deutlich: Kognitive und emotionale Prozesse lassen sich nicht eindeutig voneinander abgrenzen. Beide sind psychologische Konstrukte, die eine Gewichtung verschiedener Verarbeitungsstrukturen im Gehirn beinhalten. Wahrnehmung über die Sinne ist niemals unabhängig von emotionalen Färbungen (mood). Psychische Störungen beruhen meiner Auffassung nach darauf, dass falsche oder einseitig und wenig flexible Informationen zu unangemessenen Reaktionen, Schlussfolgerungen und Verhalten führen, wobei emotionale Prozesse einen starken Einfluss darauf nehmen, was und wie etwas wahrgenommen wird. Ein Ziel der kognitiven Verhaltenstherapie ist es deshalb auch graduell fehlerhafte Informationen und deren Prozessierung durch eine akkuratere, funktionalere Verarbeitung zu ersetzen. Dabei werden kognitive Verzerrungen und deren Auswirkungen auf Emotionen verdeutlicht und korrigiert. Allerdings werden Kognitionen als primär angesehen

und es wird davon ausgegangen, dass diese dem Bewusstsein zugänglich sind. Aspekte des impliziten Gedächtnisses und emotionaler Einfärbungen werden nicht ausreichend berücksichtigt. Auch sind deterministische Vorstellungen wie „Kognition löst Emotion aus“ nicht länger haltbar.

Ich möchte dies folgend kurz veranschaulichen. In einer bisher noch nicht veröffentlichten Studie unserer Arbeitsgruppe ließen wir Personen einen (genormten) Wetterbericht vorlesen. Vier dieser Personen hatten eine Persönlichkeitsstörung (narzisstisch, histrionisch, antisozial, selbstunsicher), acht keine Störung. Menschen mit Persönlichkeitsstörungen weisen oft soziale und emotionale Interaktionsprobleme auf, wobei sich diese eigentlich nicht in neutralen (rein kognitiven) Standardsituationen äußern sollten. Unsere Hypothese war jedoch, dass sich die Personen mit Störung selbst in der neutralen Vorlesesituation abweichend von Gesunden verhalten, was durch die Probanden implizit wahrgenommen wird und zu u. a. emotionalen Einfärbungen führt, die die Bewertungen verschiedener Personenmerkmale beeinflussen sollten. Die Ergebnisse zeigen, dass Probanden, die diese etwa 20 Sekunden andauernden Filmsequenzen sahen und die jeweiligen „Vorleser“ unmittelbar danach bewerteten, Personen mit einer Persönlichkeitsstörung signifikant häufiger als „psychisch gestört“ einschätzten im Vergleich zu den gesunden Filmpersonen. Besonders interessant war jedoch der Befund, nachdem die jeweiligen Persönlichkeitsstörungen bei den Betrachtern signifikant häufiger komplementäre Emotionen auslösten (histrionisch: die Beobachter fühlten sich eher sexuell erregt, bei gleichzeitiger Aversion gegenüber der Filmperson; selbstunsicher: diese Filmperson löste hingegen stärker Gefühle wie Mitleid, Sympathie und Fürsorge aus (immer im Vergleich zu den berichteten Emotionen bei den Filmpersonen ohne psychische Störung)). Diese Befunde deuten an, dass implizite Bewertungsprozesse die Einschätzung der Filmpersonen mitbestimmen haben. Dies war den Versuchsteilnehmern jedoch nicht bewusst (sie gingen hingegen von einer rein rationalen Beurteilung der Personen aus). In einer weiteren Studie gingen wir genau andersherum vor: Diesmal zeigten wir Patienten mit Borderline-Persönlichkeitsstörung, depressiven Patienten ohne Persönlichkeitsstörung und gesunden Kontrollen mehrere 10 Sekunden andauernde Filmclips, in denen zu sehen war, wie eine Person (psychisch gesunde Studentinnen oder Studenten) einen Raum betrat und sich wortlos setzte. Diesmal mussten die Probanden die jeweils gezeigten Filmpersonen so schnell wie möglich auf verschiedenen Persönlich-

keitsdimensionen bewerten (z. B. freundlich, brutal, aggressiv, usw.). Hierbei zeigte sich, dass Borderline-Patienten sowohl im Vergleich zu den gesunden als auch zu den depressiven Probanden die Filmpersonen als signifikant aggressiver und brutaler bewerteten.⁵ Diese Befunde sind mit den Annahmen der kognitiven Theorie konsistent, die davon ausgeht, dass Borderline-Patienten (unbewusste) Grundannahmen aufweisen (u. a. „die Welt und andere sind feindselig“ und „ich bin vulnerabel und verletzlich“), die Bewertungsprozesse, emotionales Erleben und Verhalten mit determinieren.

Zusammenfassend wollte ich darlegen, dass Kognitions- und Emotionsprozesse parallel ablaufen und sich in unterschiedlichster Art und Weise beeinflussen, jedoch keine voneinander trennbaren Entitäten darstellen. Ich vertrete deshalb einen dimensional Ansatz, der stärker Aspekte des kontinuierlichen Zusammenspiels von Kognition und Emotion berücksichtigt. In Anlehnung an Ideen der Zwei-System-Modelle, wie sie u. a. von Daniel Kahneman beschrieben worden sind, gehe ich davon aus, dass sich ein implizites, eher emotionales System von einem expliziten, eher kognitiven System unterscheiden lässt, wobei beide Systeme zusammenwirken und sich mehr oder weniger gegenseitig beeinflussen.⁶ Das implizite oder eher emotionale System fungiert einerseits nach dem Gesetz des EGO (hedonische Bedürfnisbefriedigung: vermeide Schmerz, suche unmittelbare Belohnung), andererseits fördert es emotionales Wachstum und ist hilfreich bei komplexen Szenarien und unabdingbar für das Überleben. Das eher kognitive (explizite System) wirkt analytischer, präziser und langsamer, kann jedoch aufgrund fehlerhafter Informationen und speziell bei komplexen Problemen, aufgrund der Langsamkeit und der benötigten kognitiven Ressourcen versagen. Beide Systeme stellen dabei lediglich hilfreiche Konstrukte zur Erklärung psychologischer Phänomene dar, lassen sich hirnephysiologisch aber nicht eindeutig voneinander abgrenzen. Diese Sichtweise macht auch deutlich, dass es per se kein überlegenes System geben kann, sondern die Funktionalität abhängig von der jeweiligen Situation ist. Die wesentlichste Erweiterung, die ich vornehme, besteht jedoch darin, dass ich ein symmetrisches Zusammenspiel beider Systeme als intelligente Emotionsregulation (IER) bezeichne. Unter IER verstehe ich die Fähigkeit „zwischen verschiedenen Strategien flexibel auswählen und diese erfolgreich einsetzen zu können“. Eine IER beinhaltet, dass das zu Regulierende weder rein subjektiv noch rein kognitiv reguliert werden kann, sondern immer nur im Zusammenspiel beider Systeme (mit unterschiedlicher

Gewichtung). Kognitionen, Emotionen und Verhalten werden damit selbst zu Objekten, die reguliert werden sollen (siehe Abbildung 1).

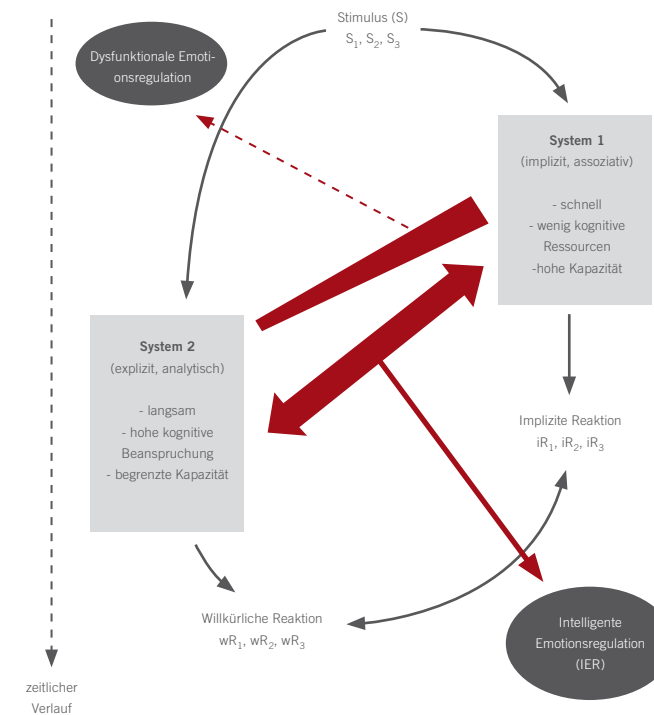


Abb. 1: Grafische Darstellung des Zwei-System-Modells der intelligenten Emotionsregulation (IER).

Im Rahmen des Projektes wurde nun speziell die Frage aufgegriffen, wie sich solche Regulationsaspekte interdisziplinär darstellen und untersuchen lassen. Welche psychologischen Kategorien und literaturwissenschaftlichen Methoden sollen einfließen? Wie gelingt eine interdisziplinäre Analyse und welcher Gewinn lässt sich aus der interdisziplinären Analyse gegenüber einer rein psychologischen Betrachtung erzielen? Wir einigten uns schließlich auf die zentrale Hypothese, „dass sich gesunde Identität in einem Zusammenspiel emotionaler und kognitiver Faktoren konstituiert und dass dies an narrativen Selbstbeschreibungen emotio-

nal geladener Lebensepisoden ablesbar sein sollte“. Hierzu soll erst einmal eine Pilotstudie, unterstützt durch das Marsilius-Kolleg, durchgeführt werden. Forschungsmeetings, die Auswertung und gemeinsame Diskussion einiger Narrative und internationale „Closed Workshops“ sind angedacht (Antragsteller/innen: Barbara Beßlich, Andreas Draguhn, Rainer M. Holm-Hadulla, Vera Nünning und Sven Barnow). Langfristig planen wir diese Fragestellungen zu einem zentralen Schwerpunkt auszuweiten. Folgeanträge (DFG, Stiftungen) und eine Forschergruppe könnten eine langfristige Verankerung interdisziplinärer Forschung zum Thema IER ermöglichen. Das Marsilius-Kolleg hat einen wesentlichen Anteil daran, dass eine interdisziplinäre Methodik entwickelt werden konnte (Auswertung von Narrativen aus literaturwissenschaftlicher und psychologischer Perspektive), die einer rein quantitativen Methodik überlegen zu sein scheint. Ich wünsche dem Marsilius-Kolleg ein langes Bestehen und eine Fortsetzung dieser faszinierenden Idee verschiedene Wissenschaftsdisziplinen an einen Tisch zu bringen.

¹ vgl. Sven Barnow: *Emotionsregulation und Psychopathologie: Ein Überblick*, in: *Psychologische Rundschau* 63 (2012), S. 111-124.

² Sven Barnow und Nazli Balkir: *Cultural variations in emotion regulation and psychopathology. From research to treatment*, Göttingen/Bern: Hogrefe International 2012.

³ Denise M. Sloan und Ann M. Kring: *Measuring changes in emotion during psychotherapy: Conceptual and methodological issues*, in: *Clinical Psychology: Science and Practice* 14 (2007), S. 307-322.

⁴ Bernard Rimé: *Interpersonal Emotion Regulation*, in: *Handbook of emotion regulation* hg. von James J. Gross, New York: Guilford Press 2007, S. 466-485.

⁵ Sven Barnow, Elisabeth A. Arens und Nazli Balkir: *Emotionsregulation und Psychopathologie unter Berücksichtigung kultureller Einflüsse*, in: *Psychotherapie in Psychiatrie, Psychotherapeutischer Medizin und Klinischer Psychologie* 16 (2011), S. 7-18.

⁶ vgl. Daniel Kahneman: *Thinking: Fast and slow*, New York: Farrar, Straus and Giroux 2011.

Publikationen im Projektjahr

- Barnow, Sven: *Emotionsregulation und Psychopathologie: Ein Überblick*, in: *Psychologische Rundschau* 63 (2012), S. 111-124.
- Barnow, Sven, Elisabeth A. Arens und Nazli Balkir: *Emotionsregulation und Psychopathologie unter Berücksichtigung kultureller Einflüsse*, in: *Psychothe-*

rapie in Psychiatrie, Psychotherapeutischer Medizin und Klinischer Psychologie 16 (2011), S. 7-18.

- Barnow, Sven und Nazli Balkir: *Cultural variations in emotion regulation and psychopathology. From research to treatment*, Göttingen/Bern: Hogrefe International (2012).