

Gabriele Haug-Schnabel, Peter Riedesser, Georg Romer

# Hautnah und auf Distanz – Zur Psychobiologie von Berührung und Beziehung

## I.

Alle lebenden Systeme regeln den Kontakt untereinander in einem Wechselspiel zwischen Annäherung und Distanzierung. Im Laufe der Evolution ist dieses Wechselspiel zwischen Kontaktintensivierung und -reduktion zunehmend komplexer geworden.

Eine Berührung, die auf einer rein materiellen-physischen Ebene den Kontakt zwischen zwei lebenden Systemen herstellt, findet immer im Kontext einer Beziehung statt, die der Berührung eine bestimmte Bedeutung erteilt.

So ist beispielsweise bereits das Ausenden von Pseudopodien bei der Amöbe eine Beziehung im Sinne einer Bedeutungserteilung: Wenn einem Außenreiz die Bedeutung »potentielle Nahrung« erteilt wird, führt dies zur Annäherung mit Hilfe von Pseudopodien; wird dem Reiz die Bedeutung »Gefahr« erteilt, führt dies zum Rückzug; bereits hier liegen die ersten Elemente eines biosemiotischen Geschehens vor (von Uexküll, 1992).

Im Laufe unserer Stammesgeschichte (Phylogenese) wurden durch Berührungen untereinander zunehmend komplexer organisiert und reguliert. Hier von zeugen eine Vielzahl von im Tierreich beobachtbaren Berührungs-Ritualen (Balz- und Paarungsrituale, Imponiergehabe).

Je weiter die Evolution vorangeschritten ist, desto mehr Bedeutungen erhält und enthält eine Berührung, je nach biologisch verankerten Verhaltensritualen, frühen Berührungs- und Beziehungserfahrungen und – bei Menschen – kulturellen Regeln.

Auch im Laufe der Entwicklung des Individuums (Ontogenese) verändern sich die Berührungserfahrungen im Zusammenhang mit der geistig-motorischen Reifung des Kindes sowie seiner immer vielgestaltigeren Beziehungswelt. Von Anna Freud (1965) stammt der Begriff der psychischen *Entwicklungslinien*, mit dem sie eine neue Art des Denkens in die Kinderpsychologie eingeführt hat; sie beschrieb innerhalb eines jeden einzelnen psychischen und sozialen Funktions- oder Erlebnisbereiches den Ablauf der einzelnen Entwicklungsschritte, so beispielsweise von der infantilen Abhängigkeit zur Autonomie oder vom Spiel zur Arbeit. Diese Denkweise ermöglicht ein differenzierteres Verständnis der vielfältigen Dynamik menschlicher Entwicklung. Im folgenden soll der Versuch unternommen werden, eine *Entwicklungslinie* der menschlichen Berührung im jeweiligen Zusammenhang zwischenmenschlicher Beziehungen darzustellen.

## II.

Die Entwicklungslinie der menschlichen Berührung beginnt bereits *pränatal*: Die haptisch-taktile Modalität entwickelt sich als früheste Sinnesmodalität bereits in der 10. Schwangerschaftswoche. Fruchtwasser und Gebärmutter bewirken rhythmisch ändernde Berührungs-, Druck- und Bewegungsreize, die eine wichtige Stimulation an das sich entfaltende Nervensystem darstellen.

Auch unmittelbar nach der Geburt werden die ersten Beziehungserfahrungen zwischen Säugling und Mutter über Berührungen vermittelt; (aus Klaus MH, Klaus PH: Neugeborenen, München: Kösel, 1988).

In den ersten 2 bis 4 Minuten nach der Geburt berühren die meisten Mütter ihre Kinder mit den Fingerkuppen, dann durch Auflegen der ganzen Handfläche, etwas später folgt ein Streicheln mit beiden Händen; diesen sich steigernden Berührungsablauf findet man in identischer Form beim ersten näheren körperlichen Kontakt zwischen zwei verliebten Erwachsenen.

Eine leichte Berührung der kindlichen Wange oder der Mundregion löst die angeborene sogenannte Kopfdrehreaktion aus, d.h. eine Hinwendung des Kopfes in die Richtung, aus der die Berührung kam. Der Kopf wird zunehmend hin- und herbewegt, der Mund öffnet sich. Sobald die Lip-

pen Kontakt mit der Brustwarze bekommen, wird diese beleckt, eingesaugt, und das Nuckeln beginnt (Prechtel, 1953).

Auch andere angeborene Reflexe des Säuglings steuern Elemente zu Bewegungsabläufen bei, welche die Berührungserfahrung bereichern. Wenn der Kopf des Babys beispielsweise beim Stillen etwas nach vorn gebeugt wird und sich gleichzeitig zur Brust hin seitlich dreht, helfen ihm der symmetrische und der asymmetrische tonische Nackenreflex, seine Arme in eine Position zu bringen, daß es mit dem Arm der Seite, die dem Körper der Mutter anliegt, sie durch eine Ab spreizung im Schultergelenk und Beugung im Ellbogengelenk richtiggehend umarmen kann, während es mit der Hand des angewinkelten anderen Armes die Brust fassen kann, was eine für Mutter und Kind besonders befriedigende Stillposition ermöglicht, die wiederum lustvolle Gefühle des Miteinanderverschmel-

zens begünstigt (Kestenbergs u. Buelte, 1977), (Abb. 1).

Auf einer Intensivstation für Frühgeborene konnte nachgewiesen werden, daß frühgeborene Babys bei gleicher, durch eine Magensonde eingeführten Nahrungsmenge deutlich schneller an Gewicht zunahmten, wenn sie täglich massiert und gestreichelt wurden, als wenn dies nicht der Fall war (White & Labarba, 1976). Über den Berührungssinn vermittelte Anwesenheitssignale sind sozusagen die psychische Nahrung, durch welche die biologische Nahrung erst in vollem Umfang vom Organismus des Babys als Energie verwertet werden kann.

Die Kopfdrehreaktion und die tonischen Nackenreflexe sind angeborene Bewegungsabläufe, die den Kontakt zwischen Mutter und Säugling intensivieren helfen. Säuglinge sind jedoch von Geburt an auch mit der Fähigkeit zur Distanzierung ausgestattet. Neugeborene berühren und beruhigen sich selbst. Durch Wegdrehen des

Kopfes unterbricht das Baby den Blickkontakt, durch Verdrehen des Rumpfes, möglicherweise verbunden mit Unmutslauten, reduziert es den Kontakt mit der Mutter und die damit verbundene Stimulation durch Berührungen, Laute und Blicke (Kestenbergs, 1975/Stern 1977). Dies setzt eine hinreichend einfühlsame Betreuungsperson voraus, die versteht, wenn das Baby signalisiert, daß es jetzt gerade genug hat und in Ruhe gelassen werden will. Die Entwicklung zwischenmenschlicher Berührungen ist demnach von Geburt an in das feine Wechselspiel zwischen Annäherung und Distanzierung eingebettet. Der Jungentypus des menschlichen Säuglings wird heute als Tragling bezeichnet, d. h., er wird nicht wie ein Teil der neugeborenen Säugetiere in den ersten Lebenswochen noch blind und taub in einem Nest abgelegt (Nesthocker) oder kann wie ein anderer Teil direkt nach der Geburt der Mutter nachfolgen (Nestflüchter), sondern ist – unfähig zur selbständigen Fortbewegung, aber mit einem bereits weitgehend funktionsfähigen Sinnesapparat ausgestattet – speziell an das Getragenwerden durch eine Bezugsperson angepaßt (Hassenstein, 1987). Die Traglingsnatur des Säuglings beinhaltet, daß ein biologisch verankertes Bedürfnis nach Berührung und Bewegtwerden besteht; letzteres sind lebensnotwendige Anwesenheitssignale der Pflegeperson für den Säugling. Der Tragling ist darauf angewiesen, daß die Pflegeperson (meist die Mutter) ihm ein »hinreichend gutes Halten« anbietet (Holding function, Winnicott, 1965). Sonst entsteht die archaische Angst vor unaufhörlichem Fallen, Zusammenbrechen und Auseinanderfallen (ebd.). Erforderlich ist die haltende, stützende Qualität des Körperkontakts in Verbindung mit der ausreichend guten Einfühlung der Pflegeperson, welche dazu führt, daß sie die »spontane Geste« (Winnicott, 1965) des Säuglings richtig beantwortet kann.

Wenn genügend »Gedächtnisspuren« von ausreichend guten Berührungen



und der durch die Berührung erfahrenen Befriedigung entstanden sind und stabile innere Repräsentanzen gebildet haben, kann das Kleinkind auch ohne die dauernde reale Anwesenheit der Pflegeperson im entspannten Feld spielen (Hassenstein, 1987) und allein sein, ohne sich einsam zu fühlen (Winnicott, 1965).

Eines Tages stellt beinahe jede Mutter fest, daß ihr Baby sich einen ganz bestimmten Bettzipfel, ein Kissen oder ein Stofftier zu seinem Lieblingsobjekt auserkoren hat. Dieser Gegenstand, der sich meist weich *anfühlt* und von Körpergeruch durchtränkt ist, muß von nun an beim Einschlafen immer dabei sein, und wenn das Kind alleine ist, kann es sich mit seiner Hilfe selbst beruhigen. Wenn es mit ihm spielt, geht es oft liebevoll mit ihm um und gibt Koselaute von sich. Der englische Kinderarzt und Psychoanalytiker D.W. Winnicott nannte diesen Gegenstand das *Übergangsobjekt* (1971), weil es seiner Ansicht nach den Übergang zu einer stabilen inneren Repräsentanz der geliebten Person symbolisiert. Es ist die erste kreative Eigenleistung des Säuglings, durch welche die Säugling-Mutter-Beziehung symbolisiert wird, und damit mehr als nur ein Ersatzobjekt. Es steht in seiner Symbolbedeutung, wie alle späteren kreativen Leistungen des Menschen, gleichermaßen für die Innenwelt (hier: Repräsentanz der Mutter-Kind-Beziehung) und für die Außenwelt (hier: eigene Person und die der Mutter).

Das Übergangsobjekt ist ein Beispiel dafür, daß hier neben dem Signalwert durch Berührungsreize zumindest auch das olfaktorische Erkennen von Bedeutung ist. Das Herausstellen *einer einzigen* Sinnesqualität ist nicht am Erleben im natürlichen Kontext orientiert, sondern entspricht einer künstlich isolierten Untersuchungssituation. Zumeist wird auf eine Reizkonfiguration hin reagiert, die auf der Eingangsebene nach Signalen für die verschiedenen Sinnesorgane aufgesplittet (visuell, auditorisch, haptisch

und olfaktorisch) aufgenommen und zur gemeinsamen »Verarbeitung« weitergeleitet wird. So kommt beispielsweise auch der Prozeß der Muttermilchbildung nach der Entbindung in Gang: Durch die ersten Reize des Leckens und Saugens direkt nach der Geburt, wenn der Saugreiz des Neugeborenen besonders stark ist, kommt es über Reflexbögen des vegetativen Nervensystems zur Ausschüttung der Hormone, die die Milchbildung und ihre Sekretion fördern (Oxytocin und Prolactin). Dieser Prozeß wird primär durch den Saugreiz des Kindes ausgelöst, gleichzeitig unterstützen ihn aber vielfältige Anwesenheitssignale des Kindes: das Streicheln der Babyhaut, sein Geruch, der Anblick seines kleinen Gesichts und vor allem seine Lautäußerungen, die zu spontanen Milchaustritten führen können.

Das biologische Bedürfnis nach (qualitativ und quantitativ) ausreichender Berührung ist dermaßen imperativ, daß fehlende taktile Stimulation zu schweren Entwicklungsschäden führt; deprivationsgeschädigte Kinder entwickeln Selbstberührungsrituale als Ersatz für die mangelnde Zuwendung der Pflegepersonen (Jaktationen):

Körperberührung und Bewegung haben beruhigende Wirkung, da beides Signale dafür sind, mit der Mutter in Kontakt gekommen zu sein. Genau diese Sinnesempfindungen entstehen auch durch Eigenbewegung: Durch diese oberflächliche Ersatzbefriedigung für unzureichenden Kontakt mit der Bezugsperson vermittelt sich das Kind selbst Reizsignale als Ersatz für die reale Anwesenheit der Mutter.

Berührungen sind wichtig für – *die kognitive Entwicklung* (Sensorische Entwicklung nach Piaget, 1973); der Säugling erfaßt und begreift in sensomotorischen Kreisprozessen zunehmend mehr Wirklichkeit; der »Aufbau der Wirklichkeit beim Kind« (ebd.) ist ohne diese Kreisprozesse zwischen motorischen und sensorischen Erfahrungen nicht möglich.

– *die Entwicklung von Kontinuität und Stabilität* der äußeren Wahrnehmungswelt und die Entwicklung des »Körperschemas«.

– *die Entwicklung von Empathie*: Eine empathische Erfahrung wird in der Umgangssprache treffend ausgedrückt, wenn man sagt, man »spüre, wie dem anderen zumute ist«. Im Gegensatz zum bewußten Verstehen von Signalen – wenn man z. B. »sieht, was jemand ausdrücken will« – wird bei diesem eher intuitiven Erahnen der inneren Gefühlslage des anderen nicht ohne Grund ein Begriff der taktilen Sinneserfahrung gewählt. Gefühle werden auf unmittelbarstem Weg über spezifische Spannungsverläufe in der Muskulatur abgeführt. Eine freudige Überraschung beispielsweise findet ihre Abfuhr in einer abrupt auftretenden freifließenden Muskelkontraktion, die in Entspannung mündet. Es gibt experimentelle Hinweise dafür, daß unser vegetatives Nervensystem, wenn es bei verschiedenen Gefühlen die Pulsfrequenz, den Blutdruck und die Schweißsekretion steuert, die Gefühle am besten über die Spannungsverteilung in der Muskulatur erkennen und unterscheiden kann (Ekman u. a., 1983). Die unmittelbarste Art, den inneren Gefühlszustand eines anderen aufzunehmen, wäre demzufolge das Spüren des Spannungsverlaufes in der Muskulatur des anderen in direktem Körperkontakt, also über den Tast- und Berührungssinn. Blickkontakt ist hierzu nicht notwendig.

Wenn wir den anderen nicht berühren können, um den Verlauf seiner Muskelspannung zu spüren, müssen wir ihm seine Spannungsveränderung *direkt ansehen*, um seine Gefühlslage nachzuspüren, direkt sehen können wir die Spannung ja nicht. Hierzu ist allerdings ein gewisses Mitgehen mit der eigenen Muskelspannung, ein sogenanntes Einstimmen (engl. *attunement*, Kestenbergh, 1975) mit dem anderen nötig. Über unseren Bewegungssinn spüren wir in unserem Spannungsfluß sein Gefühl nach, es

findet eine kinästhetische Identifikation statt. Der Fähigkeit, empathisch zu sein, gehen in der Entwicklung Erfahrungen des Einstimmens in direktem Körperkontakt voraus (Kestenberg, 1985). Die nötigen taktil-kinästhetischen Engramme werden wahrscheinlich in der frühen Kindheit erworben, da dies in unserem Kulturkreis die Zeit ist, in der wir am meisten unmittelbaren Körperkontakt haben.

Bei der stammesgeschichtlich älteren Gefühlsansteckung, beobachtbar beim Gähnen, Lachen oder bei Massenhysterie, handelt es sich lediglich um ein Phänomen der Stimmungsübertragung, von Empathie dadurch abgrenzbar, daß bei dieser – über die bloße Induktion von Gefühlszuständen hinaus – immer unterschieden werden kann, ob es sich um ein primär eigenes oder um das gleichsam stellvertretend nachempfundene Gefühl eines anderen handelt. Nur Lebewesen, die ihre »Außenbegrenzung«, ihr »Selbst«, kennengelernt haben, können Empathie entwickeln. Selbstkonzepte und soziale Dezentrierung sind von entscheidender Bedeutung (Bischof-Köhler, D., 1989).

Wie zuvor bereits mehrfach erwähnt, stehen Berührungen von Anfang an in einem dynamischen Annäherungs- und Distanzierungsprozeß. Ein Säugling muß die Möglichkeit zur Symbiose, aber auch zur Abgrenzung haben. Kleinkinder haben nicht nur den Wunsch nach einer *matripetalen*, symbiotisch-verschmelzenden Beziehung, sondern auch eine – auf angeborenen Distanzierungsstendenzen beruhende – *matrifugale* Tendenz (die durch abgrenzende, aggressive Berührungen oder durch Distanzierungsmechanismen wie Wegschauen, Weglaufen sich manifestieren kann). Die Mutter spiegelt diese beiden Pole wider, wenn sie beispielsweise nach dem Stillen, bei dem sie selbst ein Stück weit mit ihrem Baby »eins wurde«, zum »Bäuerchen machen« das Baby mit leichten, aber akzentuiert abrupten Berührungen abklopft und so die



2

Selbstgrenzen des Babys wiederherstellen hilft (»Das bin ich, und das bist Du«).

Kinder vergrößern von sich aus die Distanz zu ihren Bezugspersonen, zuerst in bekannter vertrauter Umgebung (Abb. 2), dann auch in fremder Umgebung. Der Ablauf findet in folgenden Stufen statt: Erst geht das Kleinkind vom Schoß der Mutter, bleibt neben ihr stehen, hält über Hand Körperkontakt zu ihr, dann entfernt es sich, bleibt aber in Sichtnähe (steter Blickkontakt), schließlich geht es aus dem Sichtfeld, bleibt aber in Hörnähe (es ruft, berichtet von seiner Tätigkeit); dadurch wird ein immer unsichtbareres, symbolischeres Berührungsband geschaffen (Mahler u. a., 1975). Im Verlauf der weiteren Entwicklungsschritte (Kindergartenaufnahme, Schuleintritt) wird das Kind von der realen Gegenwart der Eltern immer unabhängiger und ist von längerer Berührung nur noch abhängig in Krisenzeiten (Abb. 3), in denen es regrediert und neue Berührungserfahrungen auftanken muß, bevor es den nächsten Schritt auf dem Weg zum Selbstständigwerden unternehmen kann. Das psychobiologische Bedürfnis des Kindes zu immer größerer Autonomie erreicht einen

Höhepunkt in der Adoleszenz, wo der Jugendliche oft drastische Abgrenzungen benötigt, indem er sich zurückzieht, Zärtlichkeiten von seiten der Eltern vehement ablehnt, oft eine besondere »Abgrenzungsaggressivität« verbaler Art entwickelt. Der weiterhin bestehende, oft sehr intensive Berührungswunsch wird oft vorübergehend auf Tiere oder Geschwister »abgelenkt« und dann im Verlauf der Adoleszenz mit gleichaltrigen Liebespartnern realisiert. Im Stadium der Elternschaft kann Berührungsbeziehung auf der Partnerebene, aber dann auch in den eigenen Kindern erfüllt werden; sind die eigenen Kinder erwachsen, wird der – infantile und reife – Berührungswunsch bei den eigenen Enkeln wieder aufgenommen. Die berührenden Eltern oder Großeltern erleben Berührungsfreude doppelt: als Berührende und in der Identifikation mit der Freude des Kindes bzw. Enkelkindes an der ihm zuteil werdenden Berührungserfahrung (Streicheln, Massage). Dadurch können – falls nicht eine neurotische Verzerrung stattfindet – Berührungsdeprivationen der Eltern (als sie noch Kinder waren) in den eigenen Kindern in reifer Form kompensiert, nach-erlebt werden. Wenn allerdings die Nähe-



3

Distanz-Balance in der eigenen Kindheit durch die eigenen Eltern nicht eingehalten werden konnte, sondern das Kind mit Extrempositionen konfrontiert war, wie Abstoßung in eine forcierte Autonomie oder mit symbiotisch-anklammernder Vereinnahmung oder mit beidem in abruptem Wechsel, haben es diese Kinder später, wenn sie Eltern sind, besonders schwer, das feine Wechselspiel mit ihren Kindern einzuüben, so daß dann transgenerational diese Nähe-Distanz-Problematik weitergegeben wird, mit all den problematischen Konsequenzen für die Entwicklung von psychischer Gesundheit und Beziehungsfähigkeit.

Eine hinreichend gute Kultur schafft Übergangsrituale von einer Form des Nähe-Distanz-Problems zur nächsten; diese Rituale machen es nicht nur den Kindern, sondern auch den Eltern leichter, ihre Beziehungen immer neu auszutarieren und entwicklungsfördernd zu gestalten. So entstehen beispielsweise sogenannte »Pubertätsriten« (Klosinski, 1991). Zwischen Nähe und Distanz, zwischen Annäherung und Distanzierung, besteht eine dialektische Beziehung. Nur wer sich trennen kann, kann sich annähern, nur wer gehen kann, kann bleiben, und nur wer blei-

ben kann, kann gehen (Fischer, 1989). Wer nicht die Fähigkeit gehabt hat, sich angstfrei zu individualisieren, gerät in panische Angstzustände gegenüber dem jeder Beziehung innewohnenden Sog der Verschmelzungssehnsucht. Nur derjenige, der sich eine Rückkehr vorstellen kann, kann die Möglichkeit wahrnehmen, angstfrei zu gehen. Entwicklungspsychologisch gesprochen: Eine hinreichend gute Beziehung mit ausreichend gutem Körperkontakt in den ersten Lebensjahren bewirkt eine frühe Selbständigkeit, hingegen entwickeln Kinder, die frühe Verlassenheitserfahrungen machen mußten, ein unselbständiges Anklammerungsverhalten.

### III. Berührungen in der Psychotherapie

Es gibt berührungsfreundliche und berührungsfreundliche Kulturen. In der westlichen Zivilisation ist zur Zeit ein säkularer Wandel in der Berührungsfreundlichkeit zwischen Vätern und Säuglingen zu beobachten (»Neue Väterlichkeit«).

Insgesamt scheint ein zunehmender Wunsch nach mehr Berührung, nach mehr körperlicher – nicht erotisierter – Beziehungsaufnahme zu bestehen; dies ist auch der Grund dafür, daß sich sogenannte Körpertherapien im Aufwind befinden.

Bei der Begründung der Psychoanalyse unternahm Freud den für die Entwicklung seiner Technik entscheidenden Sprung von der naiven Berührung im Rahmen des ärztlichen Kontaktes (körperliche Untersuchung, suggestive Handauflegung etc.) zum rein symbolischen Aufbau einer Beziehung durch Worte. Durch die Forderung nach strikter körperlicher Abstinenz (außerhalb der konventionellen Begrüßung und Verabschiedung) schuf er einen möglichen Raum für eine *unbegrenzte*, sich in der *freien Assoziation* äußernde dialogisch-symbolische Berührung und Beziehung; nur dadurch, daß der Analytiker in *gleichschwebender Aufmerksamkeit* ver-

bleibt und auf die Berührungängste und Berührungswünsche und die damit verbundenen Beziehungsangebote des Patienten nicht auf der realen, sondern auf der interpretierenden, die frühen Beziehungserlebnisse des Patienten rekonstruierenden Ebene antwortet, gelingt es, die Welt der äußeren Beziehungen und die der inneren Bilder und Gefühle des Patienten durch deren Verwörterung (= Analyse) bewußtzumachen und dadurch den Heilungsprozeß einzuleiten: Frühere schädliche Beziehungserfahrungen werden dem Patienten wieder bewußt, und er kann sich Möglichkeiten erarbeiten, aus dadurch entstandenen Teufelskreisen auszubrechen.

In diesem berührungsabstinenten Setting können reale Berührungen außerhalb und phantasierte Berührungswünsche und Berührungängste innerhalb der therapeutischen Beziehung in ihrem Bedeutungsgehalt entschlüsselt werden: *libidinöse* Berührungen und *aggressive* Berührungen: Freud unterschied zwischen libidinösen und aggressiven Triebenergien, wobei die genitale Lust und die Zerstörungswut (Todestrieb) lediglich die beiden extremen Pole darstellen. Auf den Bereich der zwischenmenschlichen Berührungen übertragen bedeutet dies, daß Berührungen, die Nähe schaffen, einen Kontakt herstellen, zärtlich, verschmelzend, tröstend oder erotisch sind, von libidinösen Energien gespeist werden; daß andererseits das Spektrum der Berührungen, die Distanz schaffen, einen Kontakt unterbrechen, zwischen Selbst und Nichtselbst differenzieren, abgrenzen, abwerten oder gar Schmerz zufügen, von aggressiven Triebenergien unterhalten sind.

Die Bedeutungen von Berührungen im Rahmen von Körpertherapien müssen jeweils vor einem solchen Hintergrund geklärt werden: Was bedeutet die Berührung beispielsweise bei einer bioenergetischen Massage für den Patienten vor dem Hintergrund seiner frühen Beziehungserfahrung? Was wird an Ängsten und Wünschen reaktiviert? Was für eine

unbewußte Beziehung entwickelt sich dadurch zum Therapeuten, kann es zu nicht mehr besprechbaren Kollusionen, Manipulationen, Verstrickungen kommen, wie sie zwar auch in verbalen Psychotherapien häufig, dort aber wenigstens prinzipiell durch Worte einholbar sind? Das Ziel der jeweiligen Therapie – ob Selbststützung oder Konfliktbearbeitung – muß in jedem Fall geklärt sein. Intime Berührungen durch fremde, professionelle »Berührer« (Ärzte, Masseur, Friseur) sind dann psychisch und sozial verträglich, wenn durch einen sozialen und kulturellen Konsens und ein festes Ritual die Bedeutung der intimen Berührung eindeutig festgelegt ist, beispielsweise als medizinischer, nicht sexualisierter Eingriff.

#### IV.

Die Dialektik von intimer Nähe und Abgrenzung benötigt für ihre beiden Pole ihren passenden äußeren Raum. Im Bereich des Sexualverhaltens wird Berührung wirklich hautnah; jemanden mit Haut und Haaren begehren! Die beim Liebesakt verstärkte Schweißabsonderung läßt die feuchte Haut aufeinanderkleben und intensiviert die Berührungsempfindungen. Hier ist die Intimsphäre grenzenlos. Ganz im Gegensatz dazu regulieren eindeutig markierte Grenzen des Individualbereichs den täglichen Umgang mit unseren Mitmenschen. Unter Fremden sind Berührungen tabu. Doch hängt unser Hinwendungsbedürfnis zum anderen Menschen auch vom uns umgebenden Raum und seinen Reizen ab: D.h., auf einsamen Wanderwegen grüßen wir wildfremde Menschen freundlich, es erfolgt eine kurze symbolische Berührung eines Unbekannten. Jedoch in überfüllten Einkaufspassagen vermeidet man direktes Anblicken und wehrt jegliche Kontaktaufnahmen ab, indem man sich demonstrativ abwendet.

Durch Überbevölkerung entsteht sozialer Streß, Dichtestreß. Diesem versuchen wir zu entgehen, indem wir –

soweit es die gegebenen Räumlichkeiten zulassen – unsere Individualdistanz dem anderen gegenüber aufrechterhalten und sogar zu vergrößern versuchen. In Menschenpulk bei Ausgängen von Veranstaltungen oder in sich verengenden Einkaufszonen »schotten wir ab«, um Reizüberflutung zu vermeiden. Gelingt dies nicht, werden unsere Berührungsgrenzen verletzt, die kritische Distanz wird unterschritten, Angst kommt auf, und die Aggressivität nimmt zu, Panik entsteht.

Die »Unwirtlichkeit unserer Städte« (Mitscherlich, 1961) ist eine berührungsfeindliche Form des Städtebaus. Von Architekten geplante Gebäude sind Zeichen, Symptome, geronnene Denkmäler der Berührungskultur, bzw. Unkultur einer Gesellschaft; gleichzeitig zementieren sie in die Zukunft hinein Möglichkeiten bzw. Unmöglichkeiten einer hinreichend guten Regulierung von Nähe und Distanz, sowohl zwischen denen, die zur gleichen Familie, Generation gehören, als auch zwischen den Generationen.

Architektur muß einer Berührungskultur gerecht werden, die von der Berührung des Neugeborenen im Kreissaal bis zur Berührung des Sterbenden reicht. Das zugrundeliegende Konzept muß lauten: die Dialektik von Nähe und Distanz möglich machen. Weder das Eins-Werden noch die abgrenzende Distanz darf erzwungen oder zementiert werden. Die Architektur befindet sich hier an der Nahtstelle von Innenwelt und Außenwelt; sie gestaltet »Übergangsräume« zwischen Öffentlichkeit und Intimität.

#### Literatur

- Bischof-Köhler, D. (1989): *Spiegelbild und Empathie*. Bern: Huber.
- Ekman, P., Levenson RW, Friesen WV (1983). Autonomic nervous system activity distinguishes among emotions. *Science*, 221, 1208-10.
- Fischer, G. (1989): *Dialektik der Veränderung in Psychoanalyse und Psychotherapie – Modell, Theorie und systematische Fallstudie*. Heidelberg: Asangen.
- Freud, A. (1965): *Wege und Irrwege in der Kinderentwicklung*. Stuttgart: Klett, 1968.
- Hassenstein, B. (1987): *Verhaltensbiologie des Kindes*. 4., erw. Auflage, München: Piper.
- Kestenber, J. S. (1975): *Children and Parents – Psychoanalytic Studies in Development*. New York: Jason Aronson.
- Kestenber, J. S. (1985): The flow of empathy and trust in mother and child. In: Anthony, E. J. & Pollack, G. H. (eds.) (1985): *Parental Influences in Health and Diseases*. Boston (Little Brown).
- Kestenber, J. S. & Buelte, A. (1977): Prevention, infant therapy and the treatment of adults: 2. Mutual holding and holding oneself up. In: *International Journal of Psychoanalytic Psychotherapy* 6, 369–396.
- Klosinski, G. (Hrsg.) (1991): *Pubertätsriten – Äquivalente und Defizite in unserer Gesellschaft*. Bern: Huber.
- Mahler, M., Pine, F., & Bergman, A. (1975): *Die psychische Geburt des Menschen*. Frankfurt: Fischer, 1981.
- Mitscherlich, A. (1961): *Die Unwirtlichkeit unserer Städte*. Frankfurt: Suhrkamp.
- Piaget, J. (1937): *Der Aufbau der Wirklichkeit beim Kinde*. Stuttgart: Klett, 1974.
- Precht, H. F. R. (1953): Stammesgeschichtliche Reste im Verhalten des Säuglings. *Umschau*, 53, 656–658.
- Stern, D. (1977): *Mutter und Kind – Die erste Beziehung*. Stuttgart: Klett, 1979.
- Uexküll, Th. v. (1992, in Druck): Biogenese. In: Porzner, R., Robering, K., & Sebeok, T. A. (Hrsg.), *Handbuch der Semiotik*, Berlin: de Gruyter.
- White, J. L. & Labarba, R. C. (1976): The effects of tactile and kinesthetic stimulation on neonatal development in the premature infant. *Developmental Psychobiology* 9, 569–577.
- Winnicott, D. W. (1965): *Reifungsprozesse und fördernde Umwelt*. München: Kindler, 1974.