

EINIGE BIOLOGISCHE GRUNDLAGEN DES MENSCHLICHEN VERHALTENS

Allgemeines

Zum Verhalten eines Lebewesens zählt man alle wahrnehmbaren Bewegungen und Stellungen. Verhaltensweisen sind Elemente, die in ihrer Gesamtheit das Verhalten eines Tieres ausmachen. Die moderne Verhaltensbiologie hat erkannt, dass beim *Homo sapiens* alle Verhaltensbereiche aus dem Erbe seiner Säugetier-Vergangenheit vorhanden sind.

Das Verhalten des Menschen wird durch stammesgeschichtliche, biologische, seelische (psychische) und gesellschaftliche Ursachen bestimmt. Er kann sein Verhalten mit Hilfe des Bewusstseins weitgehend kontrollieren. "Kurzschlussreaktionen" kommen in Krisensituationen und bei Verhaltensstörungen vor. Vor allem Sprache, Mimik, Gestik und Geruch spielen im zwischenmenschlichen Verhalten eine wichtige Rolle.

Für eine Übersicht zum sehr komplexen Verhalten des Menschen können vier Bereiche unterschieden werden, die jedoch in ihren Entfaltungen vielfältige Überlappungen zeigen:

A – ANGEBORENES VERHALTEN

B – **LERNEN** als eine erfahrungsbedingte Programmierung des Verhaltens

C – **ERKUNDEN – NEUGIERDE – SPIELEN**

D – **VERHALTENSBEZIEHUNGEN ZWISCHEN ARTGENOSSEN**

A – ANGEBORENES VERHALTEN

1. REFLEXE

Ein bestimmter Reiz ruft gesetzmäßig eine bestimmte Reaktion hervor (Lidschlag-Reflex, Niesen, Schlucken, Husten, Erbrechen, Tränensekretion, Kniesehnen-Reflex)

2. INSTINKTVERHALTEN

Bei den Instinkthandlungen sind die Bewegungsmuster in den Genen verankert. Man spricht auch von angeborenen Verhaltensabläufen. Für den Ablauf einer Instinkthandlung müssen bestimmte Bedingungen erfüllt sein. Wichtig sind der innere (physiologische) Zustand des Lebewesens und das Vorhandensein von bestimmten Auslöse-Reizen (Schlüsselreize).

Innere Faktoren bei Instinkthandlungen

Alter und Entwicklungsstadium – Jungtiere zeigen noch nicht alle Phasen des späteren Verhaltensrepertoires (junge Hunde – keine Beinheben beim Urinieren, Biene – kein Honigsammeln).

Endogene Rhythmen – häufig sind Verhaltensweisen mit der inneren Uhr gekoppelt und treten nur saisonal auf (Brunft, Schlafplatz-Suche für Winterschlaf, Anlegen von Reserven, Sammeln für Wanderungen in Winterquartiere).

Hormon-Spiegel – Viele Verhaltensweisen sind hormonell gesteuert. Eine zentrale Bedeutung besitzen die Stress- und die Sexualhormone (Steuerung der Ausbildung von primären und sekundären Geschlechtsmerkmalen; Steuerung von Balz, Nestbau-Verhalten, Brutpflege; aggressive Verhaltensweisen).

Hunger und Durst – Die Aufrechterhaltung eines bestimmten Blutzuckerspiegels dient der elementaren Existenzsicherung. In diesem Zusammenhang können bestimmte Verhaltensweisen beobachtet werden (Trink- & Fress-Verhalten). Hunger- und Durstgefühle fördern aggressive Verhaltensweisen

Angeborene auslösende Mechanismen (AAMs)

Instinktive Verhaltensweisen werden fast immer durch einen bestimmten REIZ ausgelöst – den **SCHLÜSSELREIZ**. Für Verhaltensablauf ist neben dem entsprechenden Schlüsselreiz auch der „innere Zustand“ von Bedeutung.

Beispiele für **Schlüsselreize** beim Menschen:

Kindchenschema (großer Kopf, hohe Stirn, kurze Extremitäten, Pausbacken, Stupsnase) - löst

Betreuungsreaktionen aus

Hochgezogene Mundwinkel erzeugt Freundlichkeitsgefühle

Hinuntergezogene Mundwinkel bedeutet Missbehagen

Breite Schultern beim Mann vermitteln Kraft

Das Taille-Hüft-Verhältnis bei der Frau erzeugt sexuelles Interesse

Nicht bewusst wahrnehmbare Pheromone erzeugen sexuelles Interesse

Große Pupillen erzeugen sexuelles Interesse

Tränen und eine schlaffe Körperhaltung sind Demutsgesten

B – LERNEN ALS EINE ERFAHRUNGSBEDINGTE PROGRAMMIERUNG DES VERHALTENS

Die bei Tieren beobachteten Lernformen kommen auch beim Menschen vor. Die Lernfähigkeit hat bei ihm den höchsten Entwicklungsstand erreicht (Zusammenhang mit Denken, Bewusstsein, Sprache und Schrift). Einsichtiges Lernen ist für den Menschen kennzeichnend (vorausschauendes gedankliches Durchspielen von Situationen und Handlungen). Dabei kann ein großer, im Gedächtnis gespeicherter Erfahrungsschatz einbezogen werden.

Bedingte Reflexe – Klassische Konditionierung nach Iwan Pawlow (1849-1936)

Zwei Reize werden miteinander kombiniert – ein Reiz entstammt dem Repertoire der angeborenen Verhaltensweisen (und ist somit ein unbedingter Reflex), der andere ist ein neutraler Reiz. Die zeitliche Aufeinanderfolge dieser beiden Reize darf nicht zu groß sein (wenige Sekunden).

Lernen auf Grund von Guten und schlechten Erfahrungen

Wichtig für diese Form des Lernens sind die Aktivitäten des Nucleus accumbens und des Mandelkerns.

Gute Erfahrungen ergeben sich durch die Möglichkeit zur Ausführung einer instinktiven Endhandlung (Nahrungsaufnahme, soziale Zuwendung, Partnerbeziehung).

Schlechte Erfahrungen sind z. B. Auftreten von Schmerz, Hunger, Schreck, soziale Abwendung.

Prägung

Eine Prägung ist eine Art von Lernen, die nur in einem bestimmten Lebensabschnitt stattfinden kann. Die **auslösende Reizsituation** für eine **angeborene Verhaltensweise** kann nur in dieser Zeit erlernt werden. Eine Prägung kann durch Umlernen fast nicht mehr verändert werden.

Das berühmteste Beispiel aus der Tierwelt ist **Nachlaufprägung** bei Graugans-Küken: 12 bis 14 Stunden nach dem Schlüpfen ist das Küken besonders empfindlich für Reize. Die Küken werden auf die Graugans-Mutter geprägt, der sie in Folge nachlaufen. Falls sich das Küken einen Menschen, einen Ball oder ein Stofftier prägt, folgt es diesen nach. Die Prägungszeit wird bei Graugänsen durch das Antwortgeben auf Stimmfühlungslaute der Küken eingeleitet. Wenn keine Prägungsreize möglich sind, besitzt das Tier später ein übermäßig gesteigertes Fluchtverhalten.

Beim Menschen spricht man eher von **Sensiblen Perioden**. In diesen Perioden werden gewisse Grundhaltungen erworben werden, die dann prägungsähnlich fixiert werden.

Urvertrauen – Kleinkind erwirbt bis zum zweiten Lebensjahr ein Urvertrauen zu einer Bezugsperson. Das Anschließen an eine Bezugsperson ist stammesgeschichtlich vorprogrammiert. Falls dies nicht möglich ist, kann es später zu schweren psychischen Störungen kommen (z.B. Hospitalismus, Kontaktarmut, Unfähigkeit, tiefere persönliche Bindungen einzugehen).

Die Identifikation mit dem eigenen Geschlecht erfolgt wahrscheinlich ebenfalls in einer sensiblen Phase der Entwicklung

Die Wertidentifikation mit einer Gruppe (das "Staatsbürgerbewusstsein") könnte auch in gewissen sensiblen Phasen erfolgen. Wie tolerant ist ein Mensch gegen Andersdenkende?

Die Sozialerfahrung in einem gewissen Alter könnte später mitbeteiligt sein bei der Frage, in wen man sich verliebt oder in wen man sich nicht verlieben kann.

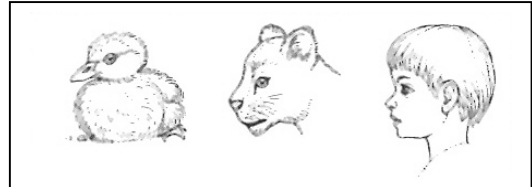
C – NEUGIER, ERKUNDEN, SPIELEN UND NACHAHMEN

Jedes Kind hat eine Neigung zur Neugier, zum Erkunden, Spielen und Nachahmen. Durch vielfältige Anregungen dazu entwickeln sich Vorstellungskraft, Denken und Sprechen sowie das Selbstbewusstsein. Der Wissensdrang der Kinder (worum, wer, was, wie, wo, wann) ist zu fördern. Sie sind in Tätigkeiten, bei denen sie ihre Eltern als Vorbilder nachahmen können, einzubeziehen.

D – VERHALTENSBEZIEHUNGEN ZWISCHEN ARTGENOSSEN

Der Säugling als Tragling

Das Menschenbaby ist ein Tragling (Klammerreflex, beruhigende Wirkung des Wiegens, Angst beim Alleinsein). Die Schlüsselreize des Kindchenschemas verursachen und verstärken die Zuwendung zum Baby.

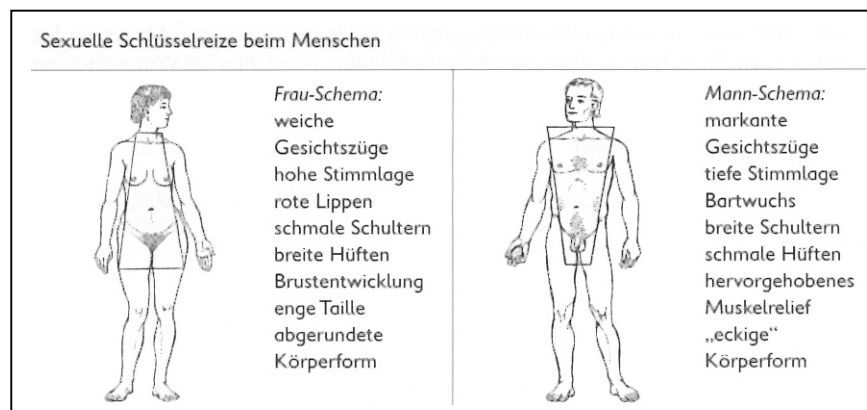


Was ein Baby braucht

- viel Zuwendung durch vertraute Bezugspersonen
- viel Haut- und Blickkontakte (Lächelbeziehungen)
- Beruhigung durch Anwesenheitssignale (Wiegen, Streicheln, Sprechen, Stillen)

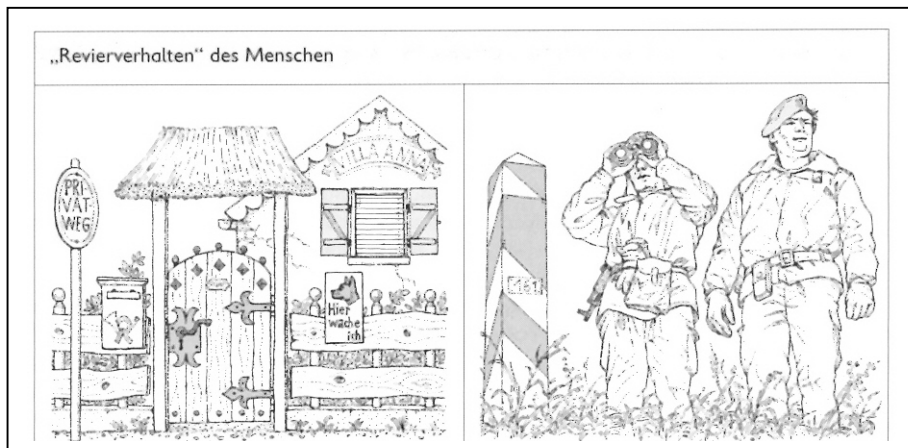
Sexualverhalten

Das Sexualverhalten ist auch beim Menschen durch Hormone mitverursacht, zugleich stark kulturell und durch Lernvorgänge beeinflusst und sehr variabel. Stabile Partnerschaften beruhen auf Sympathie und Achtung. Lustvolle sexuelle Betätigung wirkt partnerbindend, dient also nicht nur der Fortpflanzung. Zwischen dem Sexualverhalten der Geschlechter gibt es deutliche Unterschiede. Auf Männer wirken die Schlüsselreize des Frau-Schemas, auf Frauen die des Mann-Schemas anziehend.



Revierverhalten in menschlichen Gemeinschaften

Menschen nehmen bestimmte Plätze, Räume und Flächen als "Reviere" für sich, ihre Familie oder soziale Gruppe in Besitz, grenzen sie voneinander ab und kennzeichnen sie. Diese Handlungen haben sich aus dem Revierverhalten der Tiere entwickelt. Sie tragen zur Regelung des Zusammenlebens in der Gesellschaft bei.



Aggressivität und Aggression in menschlichen Gesellschaften

Individuelle Aggressivität wird als Wut, Zorn oder Hass empfunden. Sie äußert sich in Form von Streit, Beschimpfungen, Drohgebärden oder Raufereien bis hin zu Mord und Totschlag. Zu Aggressionen neigen Menschen, wenn sie sich beeinträchtigt, belästigt oder bedroht fühlen. Zu Aggression aus Gehorsam oder kalter Berechnung sowie zur Nachahmung von Gewalt und Brutalität sind nur Menschen fähig.

Andererseits gäbe es ohne sachlichen, aber engagierten Meinungsstreit und fairen (!) Wettbewerb keinen Fortschritt im persönlichen und gesellschaftlichen Leben, in Wirtschaft, Wissenschaft, Technik oder Kunst.

Rangordnungsverhalten in menschlichen Gemeinschaften

Das aus dem Rangordnungsverhalten bei Tieren entwickelte Verhalten des Menschen, sich in Gruppen einzufügen und zu behaupten, äußert sich z. B. als Pflichtgefühl, Ehrgeiz, Stolz und Streben nach körperlichen und geistigen Leistungen. Menschliches Rangordnungsverhalten wird vielfältig durch die Gesetze, Normen und Werte der jeweiligen Gesellschaft geregelt.



Gruppenaggression

Menschen können auf Mitmenschen, die "anders" sind als es den eigenen Gewohnheiten entspricht, mit abweisendem Verhalten reagieren. Dies wird leicht von einer ganzen Gruppe übernommen. "Aggressivität gegen Außenseiter" trug dazu bei, das Überleben der Horden steinzeitlicher Sammlerinnen und Jäger (jede(r) kannte jede(n)) zu sichern. Sie kann in den modernen Massengesellschaften zu ungerechten, inhumanen, feindseligen Einstellungen mit brutalen Folgen für Menschen anderer Rassen, Nationen, Religionen oder für Angehörige von

Minderheiten (z. B. Behinderte, Obdachlose, Kranke) führen. Deshalb Vorurteile immer wieder durch persönliches Kennen lernen und sachliche Informationen korrigieren:

Stress

Gefahren sowie größere körperliche und psychische Anforderungen lösen Stresszustände aus. Sie sind durch sehr hohe Erregung (Aufmerksamkeit, Antrieb) gekennzeichnet. In kurzer Zeit werden die Kraftreserven des Körpers mobilisiert. Stress wird nur dann gesundheitsgefährdend, wenn der Körper langfristig durch Stressreaktionen belastet wird. Dauerstress durch ungelöste Probleme und persönliche Konflikte können Schlafstörungen, Kopfschmerzen und Lernschwierigkeiten sowie eine höhere Anfälligkeit für Kreislauf- und Infektionskrankheiten verursachen.

Schutz vor schädlichem Dauerstress ist durch die richtige, gesunde Gestaltung des Tages- und Lebensrhythmus möglich. Dazu gehört der angemessene Wechsel zwischen Belastung und Entspannung, Arbeit und Erholung. Falsche Zeiteinteilung und Hektik müssen vermieden werden. Die biologisch nachhaltigste Form der Erholung des Organismus ist ausreichender Schlaf. Jugendliche brauchen täglich etwa 9 bis 10, Erwachsene 7 bis 8 Stunden). Schlafstörungen sind häufig Ursache und Begleiterscheinung nervöser Störungen und unbewältigter "auf die lange Bank geschobener" Probleme.

Selbstkontrolle menschlichen Verhaltens

Durch immer stärker werdende innere Antriebe - z. B. Müdigkeit, Durst, Hunger, Notdurft, Wut, Angst - können Menschen zu einem überwiegend biologisch bestimmten Verhalten "gezwungen" werden. Andererseits kann nur der Mensch sein Verhalten nach den Ergebnissen seines Nachdenkens, durch Vernunft und Einsicht selbst bestimmen.