



„Die Haut und das Nervensystem entwickeln sich aus der äußeren der drei embryonalen Zellschichten, dem Ektoderm. Aus dieser äußeren Schicht differenzieren sich später Haare, Zähne, sowie die Sinnesorgane für Geschmack, Geruch, Hören, Sehen und Berührung, welche die Signale von außerhalb des Körpers empfangen. Im Zuge der Entwicklung faltet sich ein Teil der äußeren Schicht nach Innen. Das ist die Ausgangsstruktur des zentralen Nervensystems. Also ist das Nervensystem der ins Innere des Körpers eingesunkene Anteil der Haut. Man könnte auch sagen, die Haut ist der nach außen gewendete Bereich des zentralen, inneren, Nervensystems.“ (Montagu, 1978)

Der somatosensorische Kortex:

(aktive Hirnareale bei Stimulation der entsprechenden Körperregion, Querschnitt durch das Gehirn, zentraler Wulst)



[quelle: <http://spinacare.files.wordpress.com/2007/02/homunculus.jpg?w=291&h=356>]

*'Romeo wants Juliet as the filings want the magnet; and if no obstacles intervene he moves towards her by as straight a line as they. But Romeo and Juliet, if a wall be built between them, do not remain idiotically pressing their faces against its opposite sides like the magnet and the filings with the card. Romeo soon finds a circuitous way, by scaling the wall or otherwise, of touching Juliets **lips** directly. With the filings the path is fixed; whether it reaches the end depends on accidents. With the lover it is the end which is fixed, the path may be modified indefinitely.'* (William James, 1890)

Die **Grundidee** besteht darin, dass (positive) Körperempfindungen und –stimulationen, über die Haut, aber auch durch Tiefenstimulation des Bauches direkt an das Gehirn übermittelt werden und hier die ‚Unterlage‘ aller Denkfunktionen bilden. Solche Stimulationen sind charakteristisch für Liebesbeziehungen.

In der gegenwärtigen Psychologie herrscht noch eine weitgehende Überbetonung der Betrachtung des Gehirns als ‚Kontrollinstanz‘ der Psyche. Hier wird der erweiterte Standpunkt vertreten, dass körperliche Empfindungen das ‚Bett‘ für unsere Gedanken und andere Sinneseindrücke bilden, also noch vor dem Denken kommen. Die Annahme ist, dass je nachdem, in welcher Art unser Körper mit der Welt interagiert, sich dies maßgeblich auf unser Denken und Handeln auswirkt. Das heißt, die Autonomie des Denkens besteht auf Körperprozessen und ist damit eingeschränkt. Dies weist auch auf die in der westlichen Kultur vorhandene Überbetonung der Bedeutung von Gedanken und kognitiver Intelligenz hin.

Die Wirkung von Körperstimulation auf das Denken wird über neurohormonale Prozesse erreicht. So stehen Prozesse des Körperkontaktes mit dem Bindungshormon Oxytocin in Verbindung, aber auch mit dem Belohnungsstoff Dopamin.

Eine lebendige Bauchstimulation wie bei einer Umarmung führt zur Bildung von Oxytocin im Gehirn und kann sich so auf Hirnprozesse als Basis des Denkens auswirken. Es ist bekannt, dass der Thalamus Aktivierungen des Neokortex (‚Denken‘) vor allem aufgrund taktiler Information aktiviert bzw. andere zugleich unterdrückt. Dies entspricht der hiesigen Sichtweise, nach der Aufmerksamkeitsprozesse und das Begriffssystem stark durch die Art und Weise der körperlichen sozialen

Beziehung geprägt werden, besonders und zuerst in der Kindheit, sei es auch unbewusst und nicht erinnerbar, später auch in der erwachsenen Paarbeziehung.

Die Grundlage unserer Emotion sind Körpergefühle. Positive Körpernähe ist in der gesamten Lebensspanne von wichtiger Bedeutung: subjektiv verschafft sie Entspannung und ‚Belohnung‘/Erregung, objektiv gewährleistet sie i. A. die Arterhaltung im Sinne Darwins.

Die Haut ist das äußere Nervensystem... bereits für Neugeborene ist Hautkontakt und das Gehten werden von wichtiger Bedeutung für die Entwicklung. Dazu gibt es einige Befunde. Bei Rhesusaffen führt die fehlende Möglichkeit der Rumpfstimulation durch Kontakt mit einem anderen Rumpf nach 5 Tagen zum Tod trotz ausreichender Ernährung. Viele Befunde zeigen die wichtige Bedeutung von positivem Körperkontakt für die geistige und körperliche Entwicklung beim Menschen.

Im Erwachsenenalter richten wir unser Denken und Handeln an unseren eigenen Bedürfnissen aus und orientieren uns dabei ebenfalls im Allgemeinen an ‚Bindung‘. Hier beinhaltet auch eine entwickelte Sexualität den belohnenden und gesundheitsförderlichen Aspekt.

Kerstin Uvnäs-Moberg weist uns auf das positive physiologische System hin, das Prozesse des Wohlbefindens, der Partnerbindung und der ‚Brutpflege‘ vermittelt. Im Zentrum dieses Systems stehen lebendiger positiver Haut- und Bauchkontakt, Wärme, aber auch Nahrung.

Die Forschungsrichtung der ‚embodied cognition‘ weist darauf hin, dass alle unsere Begriffe auf Körperlichkeit, auf körperlichen Erfahrungen beruhen. Das sensorische System des Berührungssinnes (‚Körpersinn‘) ist auch als erstes im Leben besonders aktiv, und die Bildung des Begriffs-, Gedanken- und ‚Wert‘-Systems baut auf seinen

Erfahrungen auf. So wird auch ein Aufmerksamkeitssystem etabliert, an dem wir unser erwachsenes Handeln ausrichten. Dabei ist aber eine lebenslange Plastizität gegeben.

Tatsächlich neigen wir dazu, die uns vertrauten Gedanken und Handlungen zu wiederholen und die uns vertrauten Umgebungen wiederholt aufzusuchen, auch wenn dies nicht ‚funktional‘ sein sollte und nicht dem Wohlbefinden zuträglich ist. Wir kennen es eben nicht anders. Alternativen können dann eher von einer externen Instanz aufgezeigt werden (z. B. durch Psychotherapie).

Das kognitive System ist individuell verschieden, da jeder in seinem Leben unzählige, aber je verschiedene autobiographische Erfahrungen sammelt, aus denen es entsteht. Dabei kann es Ähnlichkeiten geben. Aber im Grunde ist jeder Mensch besonders.

In einer Untersuchung zeigte sich, dass die für Körperkontakt typischen Reize der changierenden Bauchstimulation, Wärme und Weichheit zu einer Erhöhung der rechthemisphärischen Hirnaktivität führen. Die rechte Hemisphäre steht laut anderen Befunden in besonderem Zusammenhang mit Bindungsprozessen und dem limbischen System als emotionalem Regulator, und zugleich mit Prozessen der Körperwahrnehmung und des Bewusstseins.