



Ausgrenzung tut weh

## Description

## Zeichen der Zeit



Foto: pixabay.com

Wenn wir Rückenschmerzen haben, sagen wir schnell: "Ich habe mir einen Nerv eingeklemmt." Und das, obwohl die Wissenschaft schon seit langem weiß, dass es sich in 85 Prozent (!) der Fälle um sogenannte "nichtspezifische Rückenschmerzen" handelt. Im Klartext: Man kann keine konkrete Ursache ausmachen, etwa einen eingeklemmten Nerv oder eine Entzündung. Tatsächlich erleben wir Schmerzen auch dann, wenn wir in irgendeiner Weise psychisch belastet sind.

Was damit gemeint ist, zeigte vor einigen Jahren Naomi Eisenberger, Psychologin und Hirnforscherin an der Universität von Kalifornien. Sie führte einen Versuch durch, bei dem sich Personen bei einem Computerspiel ausgegrenzt fühlen sollten. Dabei sah eigentlich alles ganz harmlos aus. Bei einem Videospiel an einem Bildschirm sollten die Versuchsteilnehmer mit ihrer Spielfigur mit zwei anderen Ball spielen. Was die Teilnehmer nicht wussten: Sie spielten in Wirklichkeit nicht gegen andere, die irgendwo an der Spielkonsole saßen, sondern mit einem Computerprogramm. Anfangs verhielten sich die Spielfiguren wie nette Mitspieler; jeder wurde in das Spiel miteinbezogen. Aber nach einiger Zeit wurde unser Mitspieler systematisch ausgegrenzt – die beiden anderen Figuren warfen sich den virtuellen Ball nur noch gegenseitig zu.

Während dieses Experimentes lag unser Versuchsteilnehmer in einem Scanner, bei dem Naomi Eisenberger dem Gehirn bei der Arbeit zusehen konnte. Dabei entdeckte sie in den grauen Zellen Erstaunliches. Wenn die Versuchsperson nicht mehr mitspielen durfte, blinkte im Gehirn ein bestimmtes Schmerzmodul auf. Das Gehirn nahm intuitiv die erlebte Ausgrenzung wahr. Wir leiden also auch körperlich, wenn wir ausgegrenzt werden, wenn wir das Gefühl haben, nicht dazu zu gehören oder wenn wir uns einsam fühlen. Körperliche und seelische Schmerzen sind nicht voneinander zu trennen. Denken Sie daran, wenn Sie das nächste Mal Rückenschmerzen erleben.

No image found

**SPURENSUCHE.INFO**

Spurensuche ist eine Möglichkeit, den "Gott des Lebens" zu entdecken.

---

[Klaus Glas](#)