

Bindung, Kontakt, Gruppenzugehörigkeit (m+) beeinflussen das Schmerzerleben.

Soziale Ablehnung erhöht Entzündungswerte und Schmerzerleben

1) Die Arbeitsgruppe um Naomi Eisenberger (Universität of California), Los Angeles, fand heraus, dass bei sozialer Ablehnung und Ausgeschlossenwerden aus einer Gruppe (m-) ein Anstieg der Entzündungswerte stattfindet.

Die Proinflammatorischen Zytokine, die Botenstoffe, welche eine Entzündung regelrecht anfeuern, steigen dann an, wodurch Schmerzreize noch schmerzhafter wahrgenommen werden.

2) D.h. seelische Schmerzen infolge sozialer Ablehnung erzeugen auch erhöhte physische Schmerzen und Schmerzempfindlichkeit.

3) Soziale Nähe, Bindungen und Sicherheitsgefühle in der Gruppe lindern wiederum Schmerzen. Dies ist auch einer der Wirkfaktoren einer Psychotherapie und deren Nähebindung.

4) "Sozialer und physischer Schmerz teilen sich gemeinsame Nervenbahnen und Signalwege... Vermutlich werden Ablehnung und der Verlust von etwas Geliebtem als elementare Bedrohungen wahrgenommen." (Eisenberger)

5) Der Physiologe Vittorio Gallese, Universität Parma, hat vor 20 Jahren die Spiegelneuronen mitentdeckt: Nervenbahnen, welche eine entscheidende Bedeutung haben für Empathie und Imitation.

Wenn Menschen sich nahekomen, nehmen sie sogar den eigenen Körper anders wahr: Der Herzschlag und sogar das Gefühl für die eigene Hand verändern sich.

Leib- und Körpererleben geschieht durch Interaktion (m+)

Lit.: Werner Bartens " Soziale Ausgrenzung tut körperlich weh", in: Tagesanzeiger vom 4.4.2012, S. 34)

(Ines Grämiger, 2012)