

Medienmitteilung
Luzern, 24. April 2015

Wie man lernen kann, mehr zu fühlen

Prof. Dr. Tania Singer zu Gast bei KKL Impuls – Gespräche zur Zeit

Die Neurowissenschaftlerin und Philosophin Tania Singer war zum Abschluss der zweiten Saison beim Publizisten Marco Meier zu Gast im KKL Luzern. Bei der Gesprächsreihe KKL Impuls sprach sie über Gefühlsnetzwerke im Hirn, das überholte Konzept des Homo oeconomicus und wie man lernen kann, mehr zu fühlen.

«Im Kopf gibt es kein Areal für Gottesglauben oder Heimweh», erklärt Singer gleich zu Beginn des Gesprächs. Die Annahme der Lokalisierung von Gefühlen, welche durch bildgebende Verfahren befeuert wurden, fanden zwar in den Medien grossen Anklang, seien jedoch nicht korrekt. «Vielmehr werden im Gehirn ganze Netzwerke aktiviert, wenn wir etwas fühlen.» Dazu komme ein konstanter Austausch mit dem restlichen Körper. «Das Gehirn überprüft ständig, was im Körper geschieht: warm, kalt, Herzklopfen oder Aufregung, alles wird registriert. Daher ist es auch naheliegend, dass man von Intuition oder Bauchgefühl spricht.»

Gefühle trainieren

Singer ist ein gern gesehener Gast am World Economic Forum. Vor wenigen Jahren eher noch belächelt, werden ihre Ansätze neuerdings heiss diskutiert. «Die Zeit des Homo oeconomicus ist vorbei. Es braucht eine Revolution und ein Umdenken für die Ökonomie. Wir brauchen viel komplexere, kontextabhängige, motivbasierte und emotionsregulierte Menschenbilder», plädiert Singer. Im Grossen gehe es darum, das Wir-Gefühl wieder zu steigern. Lernen könne man dies durch säkularisierte Meditationen. Auch ganz einfache Übungen, bei denen man sich komplett in eine Erzähler- oder Zuhörerrolle begibt, helfen dabei Mitgefühl oder Empathie zu trainieren.

Singer sieht ein breites Anwenderfeld für Ihre Erkenntnisse: «Insbesondere im Gesundheitswesen sehe ich gerade grosses Potential. Beispielsweise können Ärzte oder Pflegepersonal lernen, Empathie mit leidenden Patienten in Mitgefühl umzuwandeln und so Stress verringern.»

Dritte Saison im Herbst startet mit Peter Sloterdijk

Am 24. September 2015 wird Peter Sloterdijk, Philosoph, Kulturwissenschaftler und Autor, zum Auftakt der dritten Saison an der Gesprächsreihe teilnehmen. «Wir hatten in der zweiten Saison mit Saïda Keller-Messahli, Gian Domenico Borasio, Roland Reichenbach, Samih Sawiris und Tania Singer wieder hochkarätige Gäste aus den unterschiedlichsten Bereichen. Die Reihe hat sich weiter etabliert und erfreut sich grosser Beliebtheit beim Publikum», hält Marco Meier, Gastgeber von KKL Impuls, fest.

Medienkontakt

Thomas Krienbühl, Manager PR & Content KKL Luzern, fon: 041 226 74 38,
thomas.krienbuehl@kkl-luzern.ch