

Das Wissen

## **Ekel – Wenn die Abscheu Körper und Denken beherrscht**

Von Luca Sumfleth

Sendung vom: Donnerstag, 27. Februar 2025, 8:30 Uhr  
(Erst-Sendung vom: Donnerstag, 25. Januar 2024, 8:30 Uhr)

Redaktion: Marisa Gierlinger

Regie: Günter Maurer

Produktion: SWR 2024

**Ekel ist eine uralte Emotion, die uns ursprünglich vor Keimen schützen sollte. Wovor wir uns ekeln beeinflusst aber noch viel mehr: Vom sozialen Miteinander bis zur politischen Gesinnung.**

Das Wissen können Sie auch im **Webradio** unter [swrkultur.de](https://www.swr.de/swrkultur) und auf Mobilgeräten in der **SWR Kultur App** hören – oder als **Podcast** nachhören:  
<https://www.swr.de/swrkultur/programm/podcast-swr-das-wissen-102.html>

---

### **Bitte beachten Sie:**

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

---

### **Die SWR Kultur App für Android und iOS**

Hören Sie das Programm von SWR Kultur, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR Kultur App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...  
Kostenlos herunterladen: <https://www.swr.de/swrkultur/swrkultur-radioapp-100.html>

## MANUSKRIPT

### **Atmo 01:**

**Babys eating lemon (1): (Mann spricht): You want a bit more? Not nice? You don't like that?**

### **Sprecher:**

Seit Jahren kursiert im Netz ein Trend. Eltern filmen ihre Kinder, wie sie zum ersten Mal in eine Zitrone beißen. Was die Eltern amüsiert, ist die Reaktion ihres Kindes. Geschlossene Augen, eine gerümpfte Nase, verzerrter Mund, dazu ein kurzes Bäh, um dem Unmut Luft zu machen.

### **Atmo 02 Babys eating lemon:**

**(Mann spricht): What's that bite for? Oh dear me, well stop eating it then!**

### **Sprecher:**

Videos wie dieses gibt es aus aller Welt – der Gesichtsausdruck der Babys ist dabei immer sehr ähnlich. Für Psychologen ist das ein Zeichen:

## **Musik-Akzent**

### **Sprecher:**

Selbst die Kleinsten unter uns scheinen sich bereits zu ekeln. Doch während sich unser Ekel zunächst auf saure und bittere Geschmäcker beschränkt, entwickelt er sich allmählich zu einem wesentlichen Bestandteil unseres Lebens. Forscher vermuten, dass er sogar unsere persönlichen Werte und politischen Überzeugungen beeinflusst.

### **Ansage:**

Ekel – Wenn die Abscheu Körper und Denken beherrscht. Von Luca Sumfleth.

### **O-Ton 01 Carolin Boran, Pflegerin:**

Man kriegt immer so ne leichte Gänsehaut. Das ist nicht direkt Gänsehaut, aber wie ein kalter Schauer. Und wenn man's halt kennt, wenn einem schlecht wird oder so, dann... dieser Speichelfluss im Mund, der wird immer mehr und immer mehr.

### **Sprecher:**

So fühlt sich Carolin Boran, wenn sie sich ekelt.

### **O-Ton 02 Carolin Boran:**

Im Kopf geht mir halt vor: Okay, du darfst jetzt nicht daran denken, es ist gleich vorbei, du machst es weg und dann ist es vorbei.

### **Sprecher:**

Vor zwei Jahren schloss sie eine Ausbildung zur Altenpflegerin ab und arbeitet seitdem auf einer Station für Gerontopsychiatrie am Klinikum in Chemnitz. Hier betreut sie Patienten ab 60 Jahren, die mit psychischen Erkrankungen wie Depressionen oder Demenz leben.

**O-Ton 03 Carolin Boran:**

Ekel bedeutet in der Pflege, man muss viel einstecken können. Ich habe so viele Beispiele bei mir auf Arbeit, eben weil's Gerontopsychiatrie ist, die sind stark dement. Da ist halt Einpullern das geringste Übel.

**Sprecher:**

Zu Beginn der Ausbildung sei erstmal alles eklig gewesen. Heute habe sie sich zwar an vieles gewöhnt, ganz verschwunden sei der Ekel aber nicht. Jakob Fink-Lamotte ist Juniorprofessor für klinische Psychologie an der Universität Potsdam. Er weiß: Einfach abschalten lassen sich solche Gefühle nicht. Sie sind Teil unserer emotionalen Grundausstattung und wie andere Emotionen zunächst nützlich.

**O-Ton 04 Jakob Fink-Lamotte, Professor für klinische Psychologie, Universität Potsdam:**

Ekel hilft uns dabei, dass wir Dinge nicht in uns aufnehmen, die potenziell uns vergiften können. Das ist die evolutionäre Funktion von Ekel. Das heißt, sie hilft uns seitdem wir – ja seitdem wir Menschen sind – dabei zu unterscheiden, was ist essbar, was ist nicht essbar.

**Musik-Akzent****Sprecher:**

Dabei helfen uns unsere Sinne: Was faulig riecht oder bitter schmeckt, finden wir meist eklig. Pantone 448 C, ein graubrauner Farbton, der in vielen Ländern auf Zigarettenpackungen zu sehen ist, gilt als abstoßendste Farbe der Welt. Auch alles, was sich schleimig, glibberig oder haarig anfühlt, stößt meist auf Widerwillen und landet eher selten auf dem Speiseteller.

**Atmo 03:**

Geschirr

**O-Ton 05 Jakob Fink-Lamotte:**

Weil es uns vielleicht auch daran erinnert, dass das potenziell Reize sein könnten, die von anderen Menschen kommen, die potenziell Keime mit sich tragen und damit gefährlich sein können.

**Sprecher:**

Forscher nehmen an, dass wir neben dem biologischen Immunsystem, das Krankheitserreger mit Immunzellen und Antikörpern bekämpft, einen weiteren Schutz haben: Ein Verhaltensimmunsystem. Es wird durch Ekel gesteuert und soll dafür sorgen, dass wir uns Keimen gar nicht erst aussetzen. So rümpfen wir beim Anblick von verdorbenen Lebensmitteln automatisch die Nase und nehmen Abstand. Wie dieses Immunsystem funktioniert, lässt sich auch gut während der Schwangerschaft beobachten, erklärt Jakob Fink-Lamotte. Zu dieser Zeit – wenn äußere Reize eine große Gefahr darstellen könnten – sei es nämlich besonders aktiv **(2)**.

**O-Ton 06 Jakob Fink-Lamotte:**

Deswegen kommt es dazu, was viele Frauen ja auch berichten, dass sie im ersten Trimester eben besonders stark Ekel erleben, dass sie Dinge nicht essen wollen, andere Sachen dann total lecker finden – logischerweise, weil der Körper braucht dann ja ganz viel Energie.

**Sprecher:**

Weniger aktiv hingegen ist das Verhaltensimmunsystem, wenn wir sexuell erregt sind und trotz sonst ekelbesetzter Körperflüssigkeiten wie Speichel, Sperma oder Schweiß miteinander schlafen wollen **(3)**. Solche Mechanismen sind bei allen Menschen angeboren. Was uns jedoch im Alltag abstößt, ist von Mensch zu Mensch sehr verschieden. Denn, was ansteckend, giftig und damit eklig ist, muss erst gelernt werden. Das zeigte ein US-amerikanisch-kanadisches Experiment bereits in den 1980er Jahren. Dabei wurden Kinder und Erwachsene befragt, ob sie ein Glas Milch trinken würden, in dem sich Hundekot befindet. Während sich einige Erwachsene nicht vorstellen konnten, aus dem Glas zu trinken, selbst wenn es gereinigt und neu befüllt worden wäre, hätte es vielen Kindern genügt, die Fäkalien aus dem Glas zu nehmen **(4)**.

**O-Ton 07 Jakob Fink-Lamotte:**

Das Experiment finde ich deswegen so passend, weil es eben genau diese Anlage-Umwelt Aspekte ganz gut darstellt. Zum einen gibt es so einen Grundekel, also auch die Kinder wollten, dass man den Kot da rausnimmt – man sieht es auch schon bei Babys, die das Gesicht so verziehen, die die Augen schließen, die etwas Bäh finden. Aber eben dann die weitere Entwicklung, was wir eklig finden, das ist dann auch kulturell sehr unterschiedlich.

**Sprecher:**

So fiel es Menschen in einigen asiatischen Ländern lange schwer, bei Käse nicht an verdorbene Milch zu denken. In europäischen Supermärkten hingegen ist die Nachfrage nach Insekten nach wie vor gering – auch dahinter steckt der Ekel. Neben dem kulturellen Einfluss prägt uns aber auch unser ganz persönliches Umfeld.

**O-Ton 08 Jakob Fink-Lamotte:**

Viel hat mit Beobachtungslernen zu tun. Das heißt also, wir beobachten bei unseren Eltern, bei unseren Erziehern, bei anderen Kindern, wie verhalten die sich gegenüber bestimmten Reizen, weil das einfach ein Überlebensvorteil darstellt.

**Sprecher:**

Ums nackte Überleben geht es heute aber nur noch selten. Giftige Tiere gibt es hierzulande kaum und die moderne Medizin sorgt dafür, dass uns Keime weniger anhaben als zu Urzeiten. Doch anstatt deshalb obsolet zu werden, tauchen unsere Ekelgefühle in ganz anderen Bereichen auf. Das hat auch die Pflegerin Carolin Boran bemerkt:

**Musik-Akzent**

**O-Ton 09 Carolin Boran:**

Ich ekel mich auch vor so Patienten, die eine ganz bestimmte Art haben. Wenn die halt wirklich so eklig, schmierig sind und so „meine Gute, meine Liebe“, da ekelt’s mich auch.

**O-Ton 10 Philipp Hübl, Autor, Philosoph und Gastprofessor für Kulturwissenschaft und Philosophie an der UdK Berlin:**

Wenn wir moralische Urteile treffen und sowas sagen, wie „Das ist falsch“, dann tun wir das erstmal kühlen Kopfes, aber wir können auch sagen, dass wir moralische Emotionen haben.

**Sprecher:**

Philipp Hübl ist Philosoph. Er hat ein Buch darüberschrieben, wie Emotionen unsere Moral prägen (5).

**O-Ton 11 Philipp Hübl:**

Bei besonders schlimmen Straftaten zum Beispiel, wenn jemand ein Kind missbraucht hat, verspüren wir manchmal nicht nur Empörung, wir haben nicht nur das Gefühl wir sind wütend, sondern wir sind auch angewidert.

**Sprecher:**

Wer die Regeln verletzt, bestimmte Grenzen überschreitet, kann Ekel erzeugen. Dass dieser moralische Ekel dem vor Krankheitserregern sehr nahekommt, zeigen Studien (6, 7). Sowohl das Gehirn als auch die Gesichtsmuskeln reagieren jeweils sehr ähnlich. Und nützlich seien solche moralischen Emotionen ebenfalls, erklärt Philipp Hübl. Zumindest vorerst:

**O-Ton 12 Philipp Hübl:**

Wenn jemand verprügelt wurde und ich bin empört, bin ich ja zurecht empört, das ist ja ein Schaden, der der Person entsteht. Aber alle Emotionen schießen über das Ziel hinaus. Sie sind hypersensibel eingestellt, kann man sagen. Es gibt so eine Art Negativverzerrung, die alle Menschen haben. Es war immer besser auf die Gefahren zu achten, als auf das, was gut ist. Das heißt, wenn wir uns auf unsere Emotionen verlassen, dann werden wir viele Fälle finden, wo unsere Emotionen zu stark reagieren und nicht mit einer Ethik der Menschenrechte übereinstimmen.

**Sprecher:**

Die Bandbreite dessen, was uns heute ekelt, ist groß. Manche dieser Gefühle sind nützlich – sie motivieren uns zu hygienischem Verhalten. Aus sicherer Distanz, vor der Kinoleinwand oder im Internet kann Ekel eine starke körperliche Erfahrung sein, die uns fasziniert. Die Babys, die das erste Mal in eine Zitrone beißen, wollen sie häufig nochmal probieren. Doch die Emotion kann auch Schaden anrichten.

**Atmo 04:**

Hundepark: (Dominik Bloh spricht): Joa jetzt sind wir hier an einem Hundepark, der Hundepark ist dazu da, dass hier Hunde spielen können. Aber für mich auf meiner Zeit auf der Straße, war’s ein anderer Ort.

**Sprecher:**

Mitte November in Hamburg. Unweit der Elbe steht Dominik Bloh vor einer kleinen umzäunten Grünfläche. Hier im Stadtteil St. Pauli hat er viele Jahre auf der Straße gelebt.

**Atmo 05 Hundepark:**

**(Dominik Bloh spricht): Und ich sag's jetzt einfach knallhart, das war dann der Moment, wo ich mich auch wie ein Tier fühle. Weil ich dann hier über... hier den kleinen Zaun gesprungen bin, dann habe ich mich dahinten versteckt und dann habe ich da ins Gebüsch geschissen. Ich habe das natürlich immer versucht so zu verrichten, dass das niemand mitbekommt, aber es ist auch nicht immer möglich. Und das sind dann schon sehr unschöne Begegnungen, wenn sich da zwei Blicke treffen. Und insofern war das hier ein Ort, an dem es mir sehr oft sehr beschissen ging. Im wahrsten Sinne des Wortes.**

**Sprecher:**

Neben dem Hundepark steht heute eine öffentliche WC-Anlage.

**Musik-Akzent****Sprecher:**

Vielerorts würden diese aber fehlen, meint Dominik Bloh. Denn für Menschen, die kein eigenes Badezimmer haben, seien solche Anlagen lebenswichtig.

**O-Ton 13 Dominik Bloh, Aktivist, Gründer des mobilen Duschbus GoBanyo:**

Ekel ist Alltag. Zum einen ist Aussehen immer das erste Unterscheidungsmerkmal und wenn man immer schmutzig ist, dann trägt man seinen Dreck quasi mit sich und man nimmt ständig wahr, dass Menschen angeekelt von einem selbst sind.

**Sprecher:**

Jeder Mensch möchte sich in seinem Körper wohlfühlen, betont Dominik Bloh. Doch der ständige Schmutz und die Blicke fremder Menschen hätten bei ihm oft dazu geführt, dass er sich vor sich selbst ekelte.

**O-Ton 14 Dominik Bloh:**

Und dann wird es sehr problematisch, weil damit auch die letzten Reste von Selbstwertgefühl, Selbstbewusstsein verloren gehen und man wenig Selbstliebe hat und dann in einem dreckigen, ekligen Kreislauf feststeckt.

**Sprecher:**

Heute hat er einen festen Wohnsitz. Wenn er seine Geschichte erzählt, ist er nicht nachtragend. Die Reaktion der Leute könne er sogar nachempfinden. Einfach zu verkraften seien solche Blicke aber nicht.

**O-Ton 15 Jakob Fink-Lamotte:**

Scham schützt uns davor, aus der Gruppe ausgeworfen werden, weil wir uns eben nicht so verhalten, wie die Gruppenregeln es vorgeben.

**Sprecher:**

Ekel und Scham treten häufig im Doppelpack auf: Denn wer befürchtet, bei anderen Menschen negative Gefühle auszulösen, reagiert beschämt. Das sei unangenehm, könne aber auch Gutes bewirken, meint der Psychologieprofessor Jakob Fink-Lamotte.

**O-Ton 16 Jakob Fink-Lamotte:**

Wenn ich mich früher davor geschämt habe, dass ich gesagt habe, ich gehe zum Psychotherapeuten, dann ist das aus meiner Sicht ein großer Schritt der richtigen Entwicklung einer Gesellschaft, dass man damit offener umgeht, dass man sich dafür nicht mehr schämen muss. Andere Dinge, die vielleicht früher man schamlos sagen konnte, wie zum Beispiel irgendwelche sexistischen Äußerungen, sind heute scham-behafteter und das ist vielleicht auch eine Entwicklung, die ich persönlich zumindest gut finde.

**Sprecher:**

Doch nicht immer ist es möglich, das eigene Verhalten anzupassen. Wer auf der Straße lebt, ist zuallererst damit beschäftigt, den eigenen Grundbedürfnissen nachzukommen. Sich dabei tagtäglich zu pflegen und die Kleidung zu waschen, ist nicht leicht. Die damit verbundene Scham kann anderen Bedürfnissen dann schnell in die Quere kommen, erklärt Dominik Bloh.

**O-Ton 17 Dominik Bloh:**

Wenn ich auf der Straße war und da gab es ja hier und da auch Menschen und ja, es gab auch Frauen zu der Zeit, die ich kennengelernt habe. Vielleicht nicht, wenn ich gerade in meinem Schlafsack saß, aber wenn ich mal tagsüber unterwegs war und mit jemandem ins Gespräch gekommen bin. Hast du Lust heute Abend zum Essen zu kommen? Ja, hm... nein! Warum, nein? Weil ich mich schon davor so schäme, meine Schuhe auszuziehen in dem Moment, weil ich weiß ich habe meine Schuhe seit drei Wochen an, ich habe meine Socken seit drei Wochen an. Ich werde nicht meine Schuhe ausziehen, du wirst hier nicht meine Füße riechen.

**Sprecher:**

Heute möchte er anderen Menschen das Leben erleichtern. Vor wenigen Jahren begann er deshalb Spenden zu sammeln und baute einen Stadtbus in ein rollendes Badezimmer um. Der Bus „GoBanyo“ fährt heute fünfmal die Woche durch Hamburg, um Menschen, die eine warme Dusche brauchen, zu helfen **(8)**. Denn waschen sei Würde, meint Dominik Bloh.

Auch die Pflegerin Carolin Boran ist oft mit Scham konfrontiert. Viele ihrer Patienten reagieren beschämt, wenn sie merken, dass sich ihr Gesundheitszustand verschlechtert.

**O-Ton 18 Carolin Boran:**

Wenn's um das Thema geht: Ja brauchen Sie eine Windel? Dann werden sie ruhiger, manche werden auch aggressiv: Ich puller mir doch nicht ein, ich bin doch kein Baby!

**Sprecher:**

Sie selbst reagiert dann meist gelassen.

**O-Ton 19 Carolin Boran:**

Dann sage ich:

Naja, aber im Alter kommt, das halt auch irgendwann wieder und das ist auch nicht schlimm.

**Sprecher:**

Während einer starken Erkältung oder wenn wir einfach mal Mundgeruch haben: Vor manchen ganz normalen Körpervorgängen ekeln wir uns, selbst vor unseren eigenen. Bevor es ganz schlimm kommt, wissen wir uns aber zu helfen. Wer allerdings dement oder obdachlos wird, kann schnell die Hoheit darüber verlieren. Bei Carolin Boran und Dominik Bloh sind solche Menschen in guten Händen. In der Breite scheint die Gesellschaft von solcher Fürsorge aber noch weit entfernt. Menschen, die von vornherein mit Ekel verbunden werden, werden wenig wahrgenommen. Auch körperlich und emotional herausfordernde Arbeit, wie Carolin Boran sie macht, erfährt nicht immer die Wertschätzung, die sie verdient.

Bei Forschern nimmt das Interesse am Ekel jedoch seit einigen Jahren zu. Sie vermuten, dass diese uralte Emotion uns noch viel weitreichender beeinflussen könnte, als es auf den ersten Blick erscheint. Sogar über die Eigenarten ganzer Gesellschaften soll sie heimlich mitbestimmen. Der Philosoph Philipp Hübl hat sich dieses Forschungsfeld angeschaut.

**O-Ton 20 Philipp Hübl, Philosoph:**

Gesellschaften, in denen es wenige Infektionsmöglichkeiten gibt, da ekeln sich die Leute etwas weniger und die sind tendenziell offener.

**Sprecher:**

Das zeigen Studien. Demnach seien Menschen in solchen Gesellschaften tendenziell extrovertierter und offener für neue Erfahrungen (9).

**O-Ton 21 Philipp Hübl:**

In Gesellschaften, wo das nicht der Fall ist, wo die Gefahr sehr groß ist, durch die Infektion durch Keime, durch eine gefährliche Umwelt, da ist die Tendenz stärker, sich gegen alles zu wenden, was potenziell eine Infektion darstellt.

**Sprecher:**

Deshalb seien Menschen in diesen Gesellschaften häufig restriktiver, zum Beispiel was sexuelle Beziehungen betrifft.

**O-Ton 22 Philipp Hübl:**

Das reflektieren die Leute nicht, sie wissen nicht, dass das der Mechanismus ist, der dem zugrunde liegt, aber es ist sehr wahrscheinlich, dass das da eine Rolle spielt.

**Sprecher:**

Doch auch Menschen, die in der gleichen Umgebung aufwachsen, ekeln sich unterschiedlich stark. Sie können beispielsweise mehr oder weniger besorgt sein, sich mit Krankheiten anzustecken. Warum das so ist, ist noch ungeklärt. Vermutlich tragen viele persönliche Lebensumstände dazu bei. Einige Forscher sehen in diesen

Unterschieden jedoch eine Möglichkeit, etwas über unser gesellschaftliches Miteinander zu erklären. Die Politikwissenschaftlerin Lene Aarøe von der Universität Aarhus in Dänemark ist eine davon. Sie möchte herausfinden, wie das individuelle Emotionsempfinden dazu beiträgt, dass wir uns in politischen Fragen immer weniger einig zu sein scheinen.

**O-Ton 23 Prof. Lene Aarøe, Associate Professor am Department of Political Science, Universität Aarhus:**

I think it's an idea, that's provocative ... including the political world, go together.

**Voice-Over Lene Aarøe:**

Ich denke, das ist eine Idee, die für viele Menschen provokant ist, denn in der Vergangenheit haben viele Menschen Rationalität und Emotionen als Gegensätze betrachtet. Jüngste Entwicklungen in der Forschung über die Informationsverarbeitung und die Funktionsweise unserer Psyche betonen aber, dass unsere Gefühle und unsere Gedanken über die Welt, einschließlich der politischen Welt, zusammengehören. **(10)**

**Sprecher:**

Wie der Ekel in unsere politischen Meinungen eingebettet sein könnte, hat Lene Aarøe mit ihren Kollegen in einem groß angelegten Experiment in den USA und Dänemark untersucht **(11)**. In dem Versuch bekamen die Probanden Fragen gestellt, die ihre Ekelempfindlichkeit messen sollten – zum Beispiel, wie eklig sie es finden, Toilettensitze in öffentlichen WC-Anlagen zu berühren. Außerdem wurden sie nach ihrer Meinung zum Thema Einwanderung befragt.

**O-Ton 24 Lene Aarøe:**

We found that... predicts opposition to immigration.

**Voice-Over Lene Aarøe:**

Wir haben herausgefunden, dass sowohl in Dänemark, das historisch gesehen eine relativ homogene Gesellschaft hat, als auch in den Vereinigten Staaten, deren Bevölkerung historisch gesehen eine größere Heterogenität aufweisen, dass in beiden Ländern individuelle Unterschiede in der Ekelempfindlichkeit die Ablehnung von Einwanderung signifikant vorhersagen.

**Musik-Akzent**

**Sprecher:**

Das heißt:

Je stärker Personen auf Ekel reagierten, desto wahrscheinlicher war es, dass sie gegen Zuwanderung sind. Um sich diesen Zusammenhang zu erklären, blicken die Forscher weit in die Evolutionsgeschichte zurück. Weil Infekte zu Urzeiten oft tödlich endeten, vermuten sie, dass das Verhaltensimmunsystem extrem empfindlich ist. Und so auf alle Körpermerkmale reagiert, die davon abweichen, was eine Person gewöhnt ist. Ein Missverständnis, betont Lene Aarøe.

**O-Ton 25 Lene Aarøe:**

The behavioural immune system unconsciously... not thinking about it actively.

**Voice-Over Lene Aarøe:**

Das Verhaltensimmunsystem hält etwas so Harmloses, wie Unterschiede im Melanin Gehalt der Haut, unbewusst für eine potenzielle Infektion. Das ist eine fehlerhafte Kategorisierung, denn Einwanderer stellen natürlich kein Infektionsrisiko dar. Diese Prozesse laufen in unserer Psyche automatisch ab und spielen sich bereits auf der unbewussten Ebene ab, wo wir uns dessen nicht bewusst sind und nicht aktiv darüber nachdenken.

**Sprecher:**

Mit ihrer Forschung ist Lena Aarøe nicht allein. Auch in anderen Ländern, wie Schweden, der Türkei oder Mexiko, wurden solche Zusammenhänge bereits nachgewiesen (12). Verwandte Studien zeigen: Wer sich stark ekelt, ist eher konservativ, wählt häufiger rechte Parteien und ist eher homophob (13, 14, 15). Doch wichtig ist: die Studien zeigen nur Durchschnittswerte und Tendenzen. Weltoffene Menschen können sich stark ekeln. Menschen, die sich kaum ekeln, können konservative Werte haben. Das weiß auch Lene Aarøe. Ihre Studie könne dennoch wichtige Erkenntnisse für die Politik liefern.

**O-Ton 26 Lene Aarøe:**

These findings help us understand ... so it helps understand why we can disagree so strongly.

**Voice-Over Lene Aarøe:**

Die Ergebnisse helfen uns zu verstehen, warum politische Debatten und Einstellungen zur Einwanderung so polarisiert und emotional sind. Sie deuten darauf hin, dass ein Teil dessen, was unsere Einstellungen zur Einwanderung prägt, aus unterbewussten Veranlagungen kommt. Das hilft also zu verstehen, weshalb wir so unterschiedliche Meinungen haben.

**Sprecher:**

Doch Fremdenfeindlichkeit ist damit nicht naturgegeben. Auch Menschen, die sich stark ekeln, werden durch ein Umfeld geprägt, in dem sie nicht nur lernen, was eklig ist, sondern auch, was typisch für eine Gesellschaft ist. Philipp Hübl:

**O-Ton 27 Philipp Hübl:**

Es gibt einen großen Streit zwischen Naturwissenschaften und Geistes- oder Kulturwissenschaften über die Rolle der angeborenen Neigungen. Und es gibt eine große Angst in den Geisteswissenschaften, dass, wenn man sagt, etwas ist angeboren, dann ist es unveränderlich und damit rechtfertigt man vielleicht Missstände in der Welt. Das ist ja auch teilweise gemacht worden. Aber wenn man sich die Forschung anschaut aus der Naturwissenschaft, kann man schon sagen, es gibt bestimmte Dispositionen, die wir haben. Ekel entwickeln alle Menschen auf der Welt. Aber die große Frage ist natürlich – in einer Kultur – wie gehen wir damit um und wird er benutzt, zum Beispiel im Politischen um Stimmung zu machen.

### **Einspieler 01 Donald Trump:**

**Nobody has any idea... people are coming in with every possible you can have (16).**

### **Voice-Over Donald Trump:**

Niemand hat eine Ahnung, woher diese Menschen kommen. Und wir wissen, dass sie aus Gefängnissen kommen. Wir wissen, dass sie aus psychiatrischen Einrichtungen und Irrenanstalten kommen. Wir wissen, dass sie Terroristen sind. So was wie jetzt haben wir noch nie erlebt. Es ist traurig für unser Land. Es vergiftet das Blut unseres Landes. Die Menschen kommen mit Krankheiten, mit allem Möglichen, was man haben kann.

### **Sprecher:**

Donald Trump im September 2023. Dass der Präsident mit menschenverachtender Sprache auf sich aufmerksam macht, ist bekannt. Doch der politische Ton scheint immer rauer zu werden **(17)** – auch in Deutschland **(18)**. Dabei gibt es gerade hierzulande eine traurige Vergangenheit, wenn es darum geht, die Abscheu vor anderen Menschen zu instrumentalisieren. Paul Richter ist Historiker und Doktorand am Zentrum für Antisemitismusforschung in Berlin.

### **O-Ton 28 Paul Richter, Historiker, Doktorand am Zentrum für Antisemitismusforschung, TU Berlin:**

Beim Antisemitismus gab es in der Antisemitismusforschung lange die Problematik, dass man die Judenfeindlichkeit als Ideologie verstanden hat, die aber nicht ausreichend die Praxis erklärt, wie beispielsweise den Holocaust. Also wie können Menschen anderen Menschen so etwas antun, ohne dass man über Gefühle spricht.

### **Sprecher:**

Deshalb durchforstet Paul Richter die Archive nach Emotionen. Angst, Wut oder Neid: Jede hat dabei ihre ganz eigene Funktion.

### **O-Ton 29 Paul Richter:**

Die Hauptfunktion des Ekels ist die Entmenschlichung des Gegenübers und den ein bisschen in Tiernähe zu rücken denjenigen. Das macht es einem dann leichter, was auch immer dem anderen anzutun.

### **Musik-Akzent**

### **Sprecher:**

Im Antisemitismus hat das eine lange Geschichte. Bereits im Mittelalter und in der frühen Neuzeit kursierten viele Körperstereotype über Juden. Mit der vermeintlichen Verwissenschaftlichung durch die Rassentheorie im 19. Jahrhundert wurden diese dann verfestigt und gipfelten schließlich in den propagandistischen Inszenierungen der Nationalsozialisten.

### **O-Ton 30 Paul Richter:**

Wenn man es schafft, sein Gegenüber so sehr zu entmenschlichen, dass man dem Körper schon anhaftet, den die anderen haben, dass dieser krankheitsanfällig sei,

Krankheiten verbreiten würde, dass dieser bestimmte Körpermerkmale aufweisen würde, dass Juden beispielsweise unmenschlich seien, dann schafft man es, dass Menschengruppen es schaffen, an anderen Menschen Verbrechen auszuüben, die undenkbar sind.

**Sprecher:**

Der Holocaust sei zwar ein Extrembeispiel, doch Gewalt und Abneigung gegenüber Minderheiten sei oft mit Ekel verknüpft. In fast allen kriegerischen Auseinandersetzungen ließe sich so eine ekelbesetzte Sprache beobachten. Und auch im politischen Alltag sind sprachliche Vergleiche mit Ratten, Schweinen oder Ungeziefern immer noch trauriger Bestandteil rechter Rhetorik. Wer Paul Richters oder Lene Aarøes Forschung verfolgt, kann schnell den Mut verlieren. Der Ekel sitzt tief. Klammheimlich scheint er Körper und Denken zu beherrschen und einem friedlichen Zusammenleben im Weg zu stehen. Doch sind wir unseren Gefühlen wirklich so hilflos ausgeliefert?

**Einspieler 02 Duschbus:**

**Doreen Vorwig:**

.. man kennt sich, wir sehen uns jede Woche...

**Mann:**

Vorsicht, hey! \*Lacht\*

**Sprecher:**

Zurück in Hamburg

**O-Ton 31 Doreen Vorwig, Ehrenamtliche bei GoBanyo:**

Ich kenne deren Probleme, aber die kennen halt auch oft meine Probleme, weil wir uns jede Woche sehen.

**Sprecher:**

Der Duschbus von Dominik Bloh wird gerade für die Abfahrt vorbereitet. Vor dem Bus steht Doreen Vorwig. Sie unterstützt das Projekt seit mehr als zwei Jahren ehrenamtlich. Hemmnisse, die sie anfangs empfand, habe sie inzwischen abgelegt, erzählt sie. Für die Duschgäste ist sie mittlerweile die erste Ansprechperson.

**O-Ton 32 Doreen Vorwig, Ehrenamtliche bei GoBanyo:**

Ich habe das mit der Zeit überwunden und hab gemerkt, dass es mir um die Menschen geht und dass ich den Menschen auf gar keinen Fall signalisieren möchte, dass ich sie eklig finde.

**Musik-Akzent**

**Sprecher:**

Noch heute gebe es Situationen, die sie an ihre Grenzen bringen. In solchen Momenten helfe ihr aber meist ein kurzer Perspektivwechsel.

**O-Ton 33 Doreen Vorwig:**

Dass man eben auch sieht, wo kommen die Menschen her, in welcher Situation befinden die Menschen sich gerade, haben die das überhaupt noch auf dem Schirm und das löst für mich persönlich ganz viel.

**Sprecher:**

Diesen Umgang würde sie sich auch von anderen Menschen wünschen. Denn wer um Hilfe bittet, wolle wenigstens wahrgenommen werden. Um das umzusetzen und abfällige Gesten zu vermeiden, müssten wir unsere spontanen Emotionen aber überwinden. Philipp Hübl glaubt, dass das möglich ist. Moralischer Fortschritt entstehe schließlich immer daraus, dass eben nicht nur nach Emotionen gehandelt wird.

**O-Ton 34 Philipp Hübl:**

Man kann sich jemanden vorstellen, der in einem homophoben Haushalt aufgewachsen ist und wenn der zwei Männer sieht, die sich auf der Straße küssen, hat der vielleicht kein starkes Ekelgefühl aber so eine Art Abscheu/Unbehagen. Und jetzt ist es die wichtige Frage, glaube ich, die man sich in der Gesellschaft dann stellen muss, auch als Individuum ist: Handle ich nach diesem ersten Impuls, der mir ja sagt, oh das finde ich nicht in Ordnung, oder überschreibt man dieses Gefühl.

**Sprecher:**

Ekel ist ein notwendiger Bestandteil unseres Lebens. Es kann sich lohnen, ihm zuzuhören. Manchmal sollten wir ihm nachgeben - zum Beispiel, um uns vor Krankheiten zu schützen. Im Kontakt mit anderen Menschen gilt es jedoch, diese uralte Emotion zu überwinden. Gar nicht so einfach, denn den meisten Menschen fehlt die Übung. Wer als Kind das erste Mal vom 3-Meter Turm springt, überwindet seine Angst und darf danach Stolz sein. Beim Ekel gibt es solche positiven Lernerfahrungen aber viel seltener. Die Politikwissenschaftlerin Lene Aarøe hat deshalb eine Idee:

**O-Ton 35 Lene Aarøe:**

If people actually interact directly...different from the normal prototype.

**Voice-Over Lene Aarøe:**

Wenn Menschen direkt mit Fremden interagieren und sich gegenseitig kennenlernen, machen sie eine Lernerfahrung. Sie merken, dass sich der andere nicht von dem, was sie für "normal" halten, unterscheidet.

**Sprecher:**

Ob solche Begegnungen tatsächlich dazu führen, auch unbewusste Mechanismen zu vermeiden und wie sich das auf politischer Ebene nutzen ließe, muss noch besser erforscht werden. Wie das in der Praxis gelingt, zeigt die Pflegerin Carolin Boran Sie erinnert sich an den Beginn ihrer Ausbildung.

**O-Ton 36 Carolin Boran:**

Ganz am Anfang war ich sehr zurückhaltend. Ich war in mich gekehrt, ich habe mich nie getraut was zu fragen und man wird offener, man wird offener für andere Menschen. Also ich kann mit verschiedensten Menschen sehr gut umgehen.

**Sprecher:**

Trotz des hin und wieder aufkommenden Ekels: Einen anderen Beruf mag sie sich mittlerweile nicht vorstellen.

**O-Ton 37 Carolin Boran:**

Man merkt halt richtig, man kann den Patienten helfen. Und die Dankbarkeit, die dadurch resultiert, die ist unglaublich und das ist so schön.

**Musik-Akzent****Sprecher:**

Und falls es doch mal brenzlich wird, weiß sie sich zu helfen.

**O-Ton 38 Carolin Boran:**

Halt diese Kommunikation mit anderen, die das halt kennen, das ist sehr hilfreich. Und man muss da halt auch lustig rangehen, immer mit Witz und sagen: oh Gott, hoffentlich morgen nicht nochmal.

**Abspann Das Wissen über Musik-Bett:**

Ekel – Wenn die Abscheu Körper und Denken beherrscht. Von Luca Sumfleth.

Sprecher: Udo Rau. Redaktion: Marisa Gierlinger. Regie: Günter Maurer. Ein Beitrag aus dem Jahr 2024.

\* \* \* \* \*

**Weiterführende Informationen:**

(1) Video: Babys Try Lemons For The First Time Compilation 2019:  
bei ca. 6: 40

(2) Studie über die Ekelempfindlichkeit bei Frauen während der Schwangerschaft:  
<https://www.nature.com/articles/s41598-023-31060-6>

(3) Studie über die Ekelempfindlichkeit bei sexueller Erregung:  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22984465/>

(4) Studie über das Ekelempfinden bei Kindern und Erwachsenen:  
<https://psycnet.apa.org/record/1984-20070-001>

- (5)** Buch von Philipp Hübl:  
<https://www.penguin.de/Buch/Die-aufgeregte-Gesellschaft/Philipp-Huebl/C-Bertelsmann/e542406.rhd>
- (6)** Studie zur Hirnaktivität bei moralischem Ekel:  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18345982/>
- (7)** Studie zur Aktivierung der Gesichtsmuskeln bei moralischem Ekel:  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19251631/>
- (8)** Duschbus von Dominik Bloh:  
<https://gobanyo.org>
- (9)** Studienübersicht zum Zusammenhang von Krankheitserregern und Gesellschaftsmerkmalen:  
<https://www2.psych.ubc.ca/~schaller/MurraySchaller2014.pdf>
- (10)** Siehe auch: SWR2 WISSEN Folge über neueste Entwicklungen in der Emotionsforschung:  
<https://www.swr.de/swr2/wissen/stille-freude-rasende-wut-die-nuancen-der-emotionen-swr2-wissen-2022-01-26-100.html>
- (11)** Studie von Lene Aarøe zum Zusammenhang von Ekelempfindlichkeit und Haltungen zur Einwanderung:  
<https://www.cambridge.org/core/journals/american-political-science-review/article/behavioral-immune-system-shapes-political-intuitions-why-and-how-individual-differences-in-disgust-sensitivity-underlie-opposition-to-immigration/AB22952FCB7F270E0D296378D2E330C7>
- (12)** Studie zum Zusammenhang von Ekelempfindlichkeit und Haltungen zur Einwanderung in Norwegen, Schweden, der Türkei, Mexiko und den USA:  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37140224/>
- (13)** Studie zum Zusammenhang von Ekelempfindlichkeit und Parteizugehörigkeit:  
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/pops.12665>;
- (14)** Studie zum Zusammenhang von Ekelempfindlichkeit und Konservatismus:  
<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1948550611429024>
- (15)** Studie zum Zusammenhang von Ekelempfindlichkeit und Homophobie:  
<https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/13684302211067151>
- (16)** Interview mit Donald Trump vom September 2023:  
<https://www.youtube.com/watch?v=v283kLQbe1M> ab 01:30
- (17)** Trump vergleicht politische Gegner mit Ungeziefern:  
<https://www.washingtonpost.com/politics/2023/11/12/trump-rally-vermin-political-opponents/>

**(18)** Peter Ramsauer (CSU) vergleicht Wirtschaftsflüchtlinge mit Ungeziefer.  
<https://www.faz.net/aktuell/politik/inland/peter-ramsauer-vergleicht-migranten-mit-ungeziefer-19070893.html>