

## Newsletter – OKTOBER 2008

### Das Auge

... unser wichtigstes Wahrnehmungsorgan?

Die Augen sind eines unserer wichtigsten Sinnesorgane. In unserer westlichen Kultur ist es üblich, sich anzuschauen, wenn man miteinander redet. Die Augen verraten oft den Gemütszustand eines Menschen. Das Sehen ermöglicht eine Orientierung im Raum und gibt uns wichtige Informationen über unsere Umwelt. Wie wichtig die Augen und der Gesichtssinn sind, zeigen Beispiele von Redewendungen. Viele davon beziehen sich in ihrer Bedeutung auf die Art und Weise, wie oder von wem etwas oder jemand wahrgenommen wird: „mit einem blauen Auge davonkommen“, „jemandem etwas aufs Auge drücken“, „die Augen sind größer als der Magen“, „jemandem die Augen öffnen“, „eine Krähe hackt der anderen kein Auge aus“, „jemandem wird es schwarz vor den Augen“, „Tomaten auf den Augen haben“, „mit dem linken Auge in die rechte Westentasche sehen“, „jemandem am liebsten die Augen auskratzen“, ...

Es gibt nicht nur treffend Redewendungen über unseren Sehsinn, sondern jeder von uns benutzt seine Augen mehrmals täglich ohne Worte zu sprechen. Ein Beispiel dafür ist das Blinzeln: Aus der Sicht der Verhaltensforschung lässt sich feststellen, dass ein Blinzeln mit durchschnittlicher Häufigkeit Sympathie vermittelt, hingegen eine erhöhte Frequenz eine sehr höfliche oder ironische Einstellung des Gegenübers bedeutet. Ist der Wimpernschlag nicht vorhanden spricht man von Starren. Dieses Wort wird negativ bewertet, weil eine Antipathie zu erwarten ist. Eine Theorie spricht davon, dass das Starren notwendig ist, um in Kampfsituationen keine Schwachstelle zu bieten und schneller reagieren zu können, hingegen das Blinzeln Vertrauen verdeutlicht.

„Sehen oder gesehen werden“ – ist oft eine der wichtigsten Regeln in unserem Leben. Was passiert in mir, wenn ich diesem Prinzip nicht mehr folgen kann. Wut, Panik, Aggression ...? Im Folgenden werden vielschichtige soziale und psychologische Aspekte einer Sehbehinderung aufgezeigt. Die Augen - und damit das Sehen und alles was damit zusammenhängt, gewinnen in unserer Informationsgesellschaft immer mehr an Bedeutung. Im Vergleich zu anderen Sinnesorganen werden über die Augen überproportional viele Sinneseindrücke wahrgenommen. Daher werden die Augen zwangsläufig mehr gefordert und häufig überfordert. Die Folge sind immer mehr Sehbeeinträchtigungen und Sehstörungen. Die traditionelle Augenmedizin greift oft zu kurz. Prim. Dr. Olaf Rossiwall: „In der EMCO-Privatklinik behandelt mein Team gemeinsam mit den Augenärzten Dr. Egon Alzner und Dr. Nikolaus Sègur Sehbehinderungen nach dem bio-psycho-sozialen Modell mit sehr großem Erfolg.“

Die subjektive visuelle Wahrnehmungsverarbeitung ist für viele bedeutsamer als ein objektiv messbarer organischer Befund. Schon Normalsichtige können ein Bild in unterschiedlicher Intensität sehen und fühlen, was für den einzelnen ein Problem bedeuten kann. Dies gilt umso mehr für Sehbehinderte aufgrund der verschiedenartigen und unterschiedlich ausgeprägten Seheinschränkungen. So kann ein Betroffener, der aufgrund eines plötzlichen Sehverlustes nur noch 50 Prozent sieht, sich stärker eingeschränkt fühlen als jemand, der schon längere Zeit mit einem Sehrest von 10 Prozent lebt und sein Leben danach eingerichtet hat. Ein Prozentwert sagt nicht viel über die psychischen und sozialen Probleme

eines Menschen aus. Aber eines bleibt immer gleich: Kann ich es sehen oder kann ich es nicht sehen? So summieren sich viele Alltagssituationen, wie zum Beispiel das Entziffern eines Preisschildes (ich kann es nicht lesen, ich ignoriere es, ich frage um Hilfe, ..., Missverständnisse, Bevormundungen, ..., Frustrationserlebnisse, ...), zu emotionalen Effekten und es kann zu einer Dauerbelastung kommen. Stressreaktionen können bei den Betroffenen zu erheblichen sozialen und psychischen Folgen führen: Einschränkungen der Mobilität, Berufswahl, Freizeitgestaltung, Kontaktaufnahme, ..., depressive Störung, Angsterkrankungen, ...

Dr. Alzner und Dr. Rossiwall unisono: „Die Angst davor, das vorhandene Sehvermögen könne sich verschlechtern oder gar ganz verloren gehen, bedroht viele Betroffene. Die Angst hängt wie Damokles' Schwert über ihnen. Dabei handelt es sich sowohl um konkrete Befürchtungen, wie nicht mehr lesen oder nur noch mit Blindenhund und den „drei Punkten“ nach draußen gehen zu können, als auch um unbestimmte Ängste, wie nicht mehr allein zurechtzukommen und nicht mehr mit anderen mithalten zu können. Ein ungeheurer Leistungsdruck, der sich in einer depressiven Störung manifestieren kann, wird aufgebaut.“

Wenn eine Sehbehinderung plötzlich eintritt, steht zunächst das schockartige Erlebnis im Vordergrund. Menschen, deren Sehvermögen sich langsam verringert, leben mit einer ständigen Bedrohung. Menschen, die von Geburt an oder seit früher Kindheit sehbehindert sind, haben das Empfinden, dass es etwas gibt, das andere haben, sie aber nie erfahren können. Obwohl also Dauer und Intensität bei der Entstehung einer Sehbehinderung ganz unterschiedlich sind, gibt es doch eine Gemeinsamkeit im Erleben der Betroffenen: Sie alle erfahren einen Verlust, den sie erst nach und nach in ihr Leben integrieren und verarbeiten können. Ähnlich wie beim Verlust eines geliebten Menschen, sei es durch Trennung oder Tod, oder bei der Gewissheit, an einer unheilbaren Krankheit sterben zu müssen, entstehen bei einer vielleicht progredient fortschreitenden Augenerkrankung die verschiedensten Gefühle, die als Trauerprozess bezeichnet werden können. Es geht um Gefühle wie Wut, Aggression, Verzweiflung, Hoffnungslosigkeit bis hin zur Ablehnung der eigenen Existenz. Mit ärztlicher und psychologischen Unterstützung muss es zur Krankheitsannahme und zur Entwicklung neuer Lebensperspektiven kommen. Daher muss sich ein wesentlicher Teil einer ganzheitlichen Behandlung von Sehbehinderung damit beschäftigen, wie die Betroffenen eine Sehbehinderung erleben und verarbeiten.

Zusammengefasst betrachtet sind unsere Augen das Fenster zur Außenwelt. Wir sehen hin, um uns zu orientieren, um Schönes oder Gefährliches wahrzunehmen, um uns ein Bild von der Welt zu machen. Die Augen gelten auch als Spiegel der Seele, sie können lachen, weinen, freundlich oder böse sein. Tipp: Versuchen Sie heute noch das Lachen Ihres Gegenübers zu erkennen und zu erwidern, auch wenn es noch so klein wäre.

## **Ausblick/Veranstaltungen Oktober/November 2008**

- **Newsletter – November 2008**  
Zwänge – ich muss, aber ich kann nicht ...
- **Privatärztliche Schmerzambulanz – Leitung Prim. Dr. Olaf Rossiwall**
- **Neu!!! Ambulantes und stationäres Angebot von Psychodiagnostik sowie Gedächtnistraining mittels RehaCom.**
- **Jeden Donnerstag 18:00 bis 19:30 Uhr Trainingsprogramm „Schmerz lass nach“ - mentale Schmerztherapie, Inst. Psychosomatik EMCO-Privatklinik – Anmeldung erforderlich**

**Kontakt: Institut für Psychosomatik, EMCO-Privatklinik;**  
Martin-Hell-Straße 7-11; 5422 Bad Dürkheim; [www.emco-klinik.at](http://www.emco-klinik.at)  
**Leitung: Prim. Dr. Olaf Rossiwall**  
MMag<sup>a</sup>. Annemarie Pleininger; Tel: 0676/6396902  
e-mail: [office@diepsychologin.info](mailto:office@diepsychologin.info)