

Ekel

1 Definition

Ekel lässt sich umschreiben als ein Gefühl des Abgestoßenseins, der Abneigung. Der englische Begriff „dis-gust“ verdeutlicht, dass es sich primär um gustatorische Aversionen handelt.

Im weiteren Sinne wird Ekel aber durch Personen und Werteverletzung hervorgerufen.

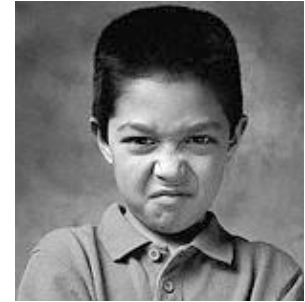
2 Abgrenzung zu anderen Emotionen

- Laut Ulich & Mayring (2001) ähnelt Ekel der Verachtung, wenngleich *Verachtung* mehr auf kognitive Einschätzungen bezogen ist.
- Izard (1994) weist auf die Ähnlichkeit der Emotionen *Zorn, Ekel und Geringschätzung* hin:
 - Misst man mittels DES die Emotionsstärke für Ekel, Zorn und Geringschätzung, dann zeigen diese Emotionen häufig gleichgerichtete Ausprägungen.
 - Kann keine ausreichende Entfernung vom ekel-auslösenden Subjekt erreicht werden, gesellt sich zum Ekel der Zorn. Wegen der Ähnlichkeit der Emotionen und des häufig gemeinsamen Auftretens spricht Izard (1994) von der **Feinseligkeitstriade**.
- Auch Power & Dalgleish (1997) weisen Ähnlichkeiten zu anderen Emotionen hin: *Schuld und Scham* hängen beispielsweise mit dem Ekel zusammen, da in beiden Fällen eine Rückweisung von aversiven Reize zentral ist. „*Shame as disgust directed towards the self in which we judge ourselves to have fallen short of the standards set by a real or imaginary significant other*“ (S. 256).
 - Auch andere Emotionen wie *Geringschätzung* und *Missachtung* sind Mischemotionen, in denen Ekel eine Rolle spielt: „*We propose that there are a number of complex emotions that are derived from the basic emotion of disgust. These emotions include guilt, shame, embarrassment, and contempt; they primarily involve disgust being focused in varying degrees on the self or on aspects of the self*“ (S. 358) .
 - Die Autoren argumentieren weiter, dass eine Vielzahl von psychischen Störungen auf Ekel zurückzuführen ist.
 - Z.B. Phobien gegen Blut oder Tiere.
 - Zwangserkrankungen, als Ekel vor sich selbst.

3 Reaktionstrias bei Ekel

- **Behaviorale Reaktionen**
 - Abkehr vom ekelerregenden Objekt
 - Flucht

- Vermeidung
- **Mimik:**
- Naserümpfen, Hochziehen der Oberlippe, Herunterziehen der Mundwinkel
- Bei starkem Ekel: Zunge herausstrecken, Spucken, Kopf zurückziehen
- Hand wird schützend vor Nase und Mund gelegt



Beim Ausdruck wird besonders die Schutzfunktion deutlich: Alle Reaktionen dienen dazu, das Ekel-erregende abzuweisen oder nicht an sich zu lassen.

Rozin, Lowery & Elbert (1994) zeigen, dass es verschiedene Cluster des mimischen Ekelausdrucks gibt, denen man unterschiedliche Formen des Ekels (siehe unten) zuordnen kann.

Tabelle 1: Komponenten des mimischen Ekelausdrucks (nach Rozin, Lowery, & Ebert, 1994)

Cluster	Beschreibung des mimischen Gesichtsausdrucks	Typische Situation
„The sour face“	zusammengepresste Lippen	Eine Zitrone essen
„Oral burn or irritation“	geöffneter Mund, hochgezogene Oberlippe	Pfeffer essen
„Bad smells“	Nase rümpfen	Geruch von z. B. Schweiß
„Eating used or decayed food“	geöffneter Mund und Nase rümpfen	Die Vorstellung, einen Apfel mit einem Wurm gegessen zu haben.
„Elaborated disgust: Animal origin, interpersonal and moral disgust“	Hochgezogene Oberlippe (Verwandtschaft mit Ärger) auch unilateral mit offenem Mund sowie herausgestreckter Zunge	Eine entstellte Person sehen In Hundeexkrementen treten

▪ Kognitionen:

- Einschätzung als giftig, ungenießbar.
- Die Vorstellung allein reicht schon aus.
- Typisch sind schnelle Verallgemeinerungen: Hat man einmal eine Kirsche gegessen, die einen Wurm hat, dann kommt es schnell zur **Generalisation** → „Die meisten sind wurmstichig“.
- „Low of contagion“: Prinzip der **Kontamination**: Die vermeintliche oder echte räumliche Nähe eines ekelhaften Objektes reicht aus, um auch vor den benachbarten Objekten Ekel zu haben (Beispiel: Apfelsaft, der aus einer Urinflasche gereicht wird, bleibt ekelhaft, auch wenn man tausendmal versichert, die Flasche sei desinfiziert worden).
- „Low of similarity“: **Ähnlichkeiten** reichen aus, um als ekelhaft zu gelten, z.B. schmeckt Schokolade nicht mehr so gut, wenn sie die Form eines Hundehaufens hat.

- **Physiologie:**
 - Rachenkontraktion, Würgen, schnellere Atmung, Speichelsekretion, Übelkeit, (Übelkeit: Symptom verschiedener Emotionen, kann auch bei Angst, Ärger und Abneigung auftauchen!). Diese Reaktionen dienen letztlich dazu, das ekeleregende Objekt aus dem Körper zu entfernen. Hier wird also der evolutionäre Nutzen des Ekels deutlich.
 - Brechreiz,
 - Kollaps (es besteht Ähnlichkeit zur Blutphobie, die ebenfalls häufig mit Ohnmachtsanfällen einhergeht)
 - Kaum Veränderungen der Herzrate, eher Bradykardie.

4 Auslöser

Eine phänomenologische Einteilung von Auslösern stammt von **Kolnai (1974)**

Er unterscheidet zwischen **physischen und moralischen Auslösern**.

4.1 Physisch Ekelhaftes

- 1) Fäulnis: Nicht der Tod ist ekelhaft, sondern das Organische, also nicht der Totenschädel, sondern das Fleisch am Schädel, das in der Auflösung befindlich ist.
- 2) Exkreme
- 3) Sekrete (Halbflüssiges, Anhaftendes, körperliche Ausscheidungen)
- 4) Klebendes
- 5) Insekten und Kriechtiere, weil diese auch mit Verwesung und Verfall zu tun haben.
- 6) Speisen – Überdrussekel oder Fäulnisekel. Entscheidend ist dabei die **Fremdartigkeit** der Speisen
- 7) Menschlicher Leib: „*Wo der Leib als solcher, ohne menschliche Rolle oder Beglaubigung hervortritt und andringlich wird, sich allzu stark als Leib spüren lässt*“ (S. 148), z.B. warmer Stuhl im Wartezimmer, Körperkontakt in engen Räumen.
- 8) Wucherndes Leben und üppige Fruchtbarkeit: Massenhafte Vermehrung von Lebenden, Kinderreichtum
- 9) Krankheit und körperliche Verwachsenheit

4.2 Moralisch Ekelhaftes

Werte und Eigenschaften eines Menschen oder einer Situation, die bei dem Subjekt Widerwillen erzeugen:

- 1) Überdrussekel - Überdruß auf der geistigen Ebene: „*Wenn das Erlebnis oder der Genuß, dessen man überdrüssig wird, ehemals lustbetont war*“. Nicht der Gegenstand selbst, sondern ein andauerndes Vorhalten wird zur Ursache des Ekels.
- 2) Übertriebene Vitalität: Ausschweifender Sex
- 3) Ekel vor Lüge, Verlogenheit, Falschheit, Untreue, Verrat, moralischer Weichheit

Die Unterscheidung findet sich auch in moderneren Theorien zur Ekelentstehung wieder, z.B. Rozin (1996) → siehe unten

5 Einflussfaktoren auf den Ekel

- **Habituation:** Eine Untersuchung von Ringel (2000) zeigt am Beispiel der Arbeit in der Krankenpflege, dass sich bei häufigem Kontakt mit ekeleregenden Dingen eine Gewöhnung einstellt.
- **Nähe** des ekeleregenden Objektes: Abgestoßensein setzt voraus, dass etwas nahe ist. Sobald etwas Distanz vorhanden ist, schwindet auch die Intensität des Ekels. „Nähe als „Mit-Objekt“ des Ekelgefühls“ (Ringel, 2000, S. 16).
- **Selbst-Fremd-Attribution:** z.B. wird eigener Speichel besser ertragen als fremder.
- **Genetische Nähe:** Ausscheidung der eigenen Kinder (z.B. beim Windeln) werden besser ertragen, als von fremden Kindern oder fremden Erwachsenen.
- **Kulturelle Einflüsse:** z.B. kann je nach Zubereitungsart oder Speise, ein Gericht in der einen oder anderen Kultur Ekel erregen.
- **Persönlichkeitsvariablen:** „Sensation seeker“ (sensu Zuckerman), und Personen mit geringen Neurotizismuswerten können ekeleregende Situationen besser ertragen.

6 Theoretische Ansätze zur Erklärung des Ekels

6.1 Evolutionspsychologische Ansätze

Evolutionspsychologische Ansätze betonen die Schutzfunktion des Ekels: Angeborene Schutzmechanismen sorgen dafür, dass keine potenziell gefährdenden Stoffe (Fäkalien, stinkende Chemikalien, Schleimiges etc.) aufgenommen werden. Der Ekelausdruck (Schließen der Nasenlöcher, Rückzug) und die physiologischen Reaktionen (Würgen, Speichelfluss) sorgen dafür, dass die ekeleregende Substanz nicht aufgenommen wird oder schnell ausgespuckt wird.

- **Plutchik:** Ekel als einer der acht primären Emotionen. Evolutionspsychologischer Sinn: Schutz vor schädigenden Einflüssen, verdorbene Nahrung, Verschmutzung, Erhalt der Körperhygiene.
- **Ekman:** Ekel als Basisemotion mit evolutionäre Nutzen. Für die Einordnung als Basisemotion sprechen neben der **Universalität des Emotionsausdrucks** auch **entwicklungspsychologische Studien:**
 - Bridges (1932): Kinder zeigen schon im Alter von 5 Monaten erkennbare Abneigungen gegen bestimmte Nahrungsmittel.
 - Steiner (1979): Schon bei Neugeborenen zeigt sich ein Ekelausdruck, wenn sie mit faulen Eiern, Zitronensäure etc. konfrontiert werden.
 - Rosenstein & Oster, 1988: Untersuchung an 2 Stunden alten Neugeborenen:
 - Salzige, saure, bittere Aromen gehen mit gleichartigem Ekelausdruck einher.
 - Nur im Bereich der „lower-face actions“ unterscheiden sich die Reaktionen. Außenstehende erkennen dabei zwar den Ekelausdruck, nicht aber die feineren

Unterschiede im unteren Gesichtsausdrucks bei bitteren und salzigen Reizen.

6.2 Ekel als erlernte Reaktion

Angeborene und universelle Mechanismen können durch Lernerfahrungen modifiziert werden.

Das dies der Fall ist, zeigen folgende zwei Beispiele:

- Kinder berühren anfänglich Dinge und essen sie, die später Ekel hervorrufen. So löst der Geruch von Kot oder Schweiß bei Kindern bis 3 Jahren in der Regel keinen Ekelreaktion aus.
- Rozin, Fallon & Mandell 1984: Es gibt große Übereinstimmungen zwischen Kindern und deren Eltern, was die Empfindlichkeit für die Sauberkeit von Speisen und die Essenspräferenz angeht. Es zeigen sich weiterhin starke Korrelationen bei der Ekelsensitivität. Vermutlich wird die Ähnlichkeit durch Modelllernen angeregt. Hierbei spielt der Gesichtsausdruck eine große Rolle.

Eine ausgereifte Theorie zur Klärung der Frage, wie sich die Ekelreaktion ausweiten liefert Rozin (1996).

Grundannahme:

- Ekel als besondere Form einer evolutionär erworbenen Abneigung gegenüber allem was als feindselig betrachtet wird
- Es entwickelt sich ein zunehmend ausgefeilteres System der Ekelauslöser und der Ekel-Funktionen: Vom Körperschutz hin zur Entwicklung moralischer Werte: *„rejection response to bad-tasting foods and expands, in humans, into a general system for putting out of one's mind anything that one's culture considers offensive“* (S. 21).
- Ekel als *„most powerful ways of transmitting cultural values not only in relation to acceptable and unacceptable foodstuffs, but also in relation to moral values“* (Power & Dalgleish, 1997, S. 348).
- Motor der Ausweitung der Auslöser und der Funktion sind die kognitive Entwicklung und zunehmende Lerneffekte.

Es werden folgende Stufen postuliert:

Stufe	Auslöser	Funktion
„Distaste system“	Unangenehmer Geschmack, Geruch (z.B. Bitterstoffe) → Würgen, Entfernen. Besonders intensiver Ekel, da hier schon Vereinnahmung des Ekelhaften	Körperschutz
„Core system“	Nahrung, Körperprodukte (Eiter, Stuhl), Tiere. Auch Kontamination ausreichend für Ekel: <i>„It is so negative that if it touches an otherwise acceptable food, it renders that food unacceptable (contamination)“</i> (S. 22).	Schutz des Körpers und der Psyche: „Man ist, was man ißt“ – Abgrenzung von allem, was tierisch ist (Schmutz, fehlende Hygiene, „Verrohung“)
„Animal origin“	Abnormale sexuelle Akte, körperliche Gewalt, fehlende Hygiene, Kontakt mit abgestorbenem oder toten Objekten, z.B. Kontakt mit toten Tieren.	Schutz des Körpers und der Psyche
Stufe	Auslöser	Funktion
„Interpersonal contamination“	Kontakt mit Fremden oder Personen, mit denen man nicht zusammen sein möchte. Ekel vor allem, was fremd ist und potenziell unsauber, unrein, unhygienisch (z.B. Ekel davor, fremde Kleider zu tragen). Konsum von Essen, das Fremde angebissen, haben. Kontakt mit Ausscheidungen von fremden Personen.	Schutz des Körper, der Psyche und der sozialen Ordnung. Ekel als Schutz vor der Aufweichung der Grenzen zwischen Selbst und Fremd.
„Moral“	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bedrohungen der Moral ▪ Verletzung sozialer Hierarchien ▪ „purity violations“ 	Sicherung von Werten und der sozialen Ordnung

Konditionierung von Ekelreaktionen

Ob Ekelreaktionen auch im Sinne des „evaluative conditioning“ erworben werden können prüften, Schienle, Stark & Vaitl, D. (2001).

Die Autoren gingen der Frage nach, ob es möglich ist (ähnlich den Experimenten von Staats & Staats), dass neutrale Bilder nach häufiger Präsentation mit ekelerregenden Reizen selbst Ekel auslösen.

Design:

18 Bilder werden präsentiert: Mit ekelerregenden (D), angenehmen (P) und neutralen Szenen (N).

Die Bilder werden in folgenden Paaren je sechs Mal gezeigt:

- 3 N-D
- 3 N-P
- 3 N-N
- Auswahl der Bilder aus dem International Affective Picture System (IAPS) – Ekelerregende Bilder waren z.B. eine unsaubere Toilette, Fäkalien, ein verwesender Hund.
- Erstes Bild diente als CS, das zweite als US. ISI: 8,5 sec.

Vpn waren 40 Frauen, da in der Literatur eine größere Ekelsensitivität für Frauen beschrieben wird.

AV:

- EMG des M. levator labii
- Herzrate
- Hautleitfähigkeit
- Mutilation Questionnaire (MQ) von Klorman, Weerts, Hastings, Melamed & Lang (1974) - Misst die Reaktion gegenüber Blut, Verletzungen, körperlichen Entstellungen.
- Disgust Sensitivity Scale von Haidt, McCauley und Rozin (1994)
- Abfrage der Kontingenzerkennung CS – US.
- Einschätzung der emotionalen Wirkung der Bilder

Relevant sind jeweils die Veränderungen bei den neutralen Bildern (Vortest-Nachtest).

Ergebnis:

Die ekelerregenden Bilder führen zu folgenden Reaktionen:

- erhöhte Muskelspannung
- Hautleitfähigkeit
- Leicht erhöhter Herzschlag
- Der Blutdruck bleibt unverändert

Bei Personen mit hohen Werten in der Disgust-Scale und hohen Werten im MQ (= hohe Ekelsensitivität) fallen die Ergebnisse deutlicher aus.

Aber:

Die Konditionierung ist *nicht gelungen* (keine Vor-Nachherveränderung). Lediglich in der Gruppe der ekelsensitivsten Personen (High Blood-fear (MQ+)) kann eine Änderung im EMG festgestellt werden: Die neutralen Reize, die mit den ekelhaften Bildern zusammen auftraten, zeigen ekelspezifische Veränderungen.

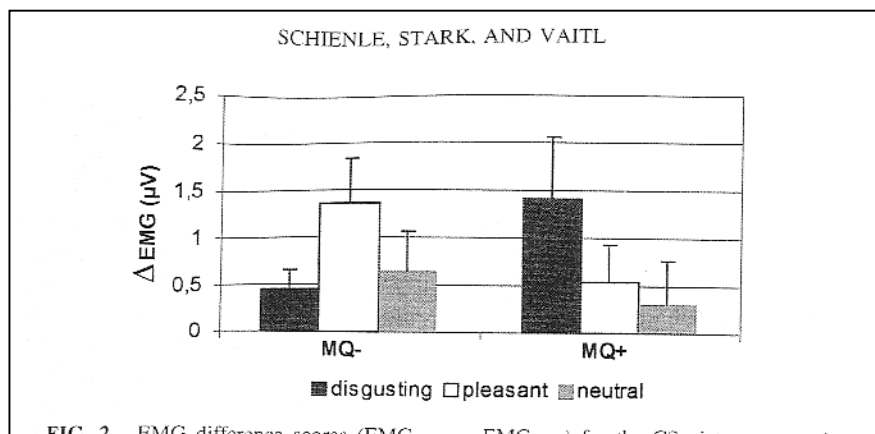


FIG. 2. EMG difference scores ($EMG_{(US)} - EMG_{(CS)}$) for the CS picture categories

Problem:

Habituationseffekte können die Effekte reduziert haben

7 Messung

Zur Messung von Ekelreaktionen oder Ekelsensitivität werden meist folgende drei Skalen verwendet:

- **Mutilation Questionnaire** (Korman, Weerts, Hasting, Melamed und Lang, 1974): 30-Item Skala zur Messung von Reaktionen gegenüber Blut, Verletzungen und Verstümmelungen/Entstellungen.
- **Disgust Emotion Scale** (DES) (Kleinknecht, Tolin, Lohr & Kleinknecht, 1996): 30-Item Skala: Blut, Verletzungen, Injektionen, verstümmelte Körper, Tiere, Geruch und verdorbene Speisen.
- **Disgust Sensitivity Scale** (Haidt, McCouley und Rozin, 1994): 32 Item-Skala mit 6 Bereichen: Essen, Tiere, Ausscheidungen, Körperliche Gewalt, Sex, Tod, Hygiene.
- 2002 wurde dazu auch eine Kurzform entwickelt:

The Disgust Scale, Version 2, Short Form (Haidt, McCauley and Rozin, 2002)

Please indicate how much you agree with each of the following statements, or how true it is about you. Please write a number (1, 2, 3 or 4) to indicate your answer:

- 1 = Strongly disagree (very untrue about me)
2 = Mildly disagree (somewhat untrue about me)
3 = Mildly agree (somewhat true about me)
4 = Strongly agree (very true about me)

- ___ 1. I try to avoid letting any part of my body touch the toilet seat in a public restroom, even when it appears clean.
___ 2. It would make me uncomfortable to hear a couple making love in the next room of a hotel.
___ 3. It would bother me tremendously to touch a dead body.
___ 4. Even if I was hungry, I would not drink a bowl of my favorite soup if it had been stirred by a used but thoroughly washed fly-swatter.

How disgusting would you find each of the following experiences? Please write a number (1, 2, 3, or 4) to indicate your answer:

- 1 = Not disgusting at all,
2 = Slightly disgusting,
3 = Moderately disgusting,
4 = Very disgusting
(If you think something is bad or unpleasant, but not disgusting, you should write "1".)

- ___ 5. You take a sip of soda and then realize that you picked up the wrong can, which a stranger had been drinking out of.
___ 6. You hear about a 30 year old man who seeks sexual relationships with 80 year old women.
___ 7. While you are walking through a tunnel under a railroad track, you smell urine.
___ 8. You accidentally touch the ashes of a person who has been cremated.

To compute your score: Add up all 8 numbers to get a score ranging from a low of 8 to a maximum of 32. Higher numbers mean that you are more sensitive to disgust; low numbers mean you are not easily disgusted.

[For more information see <http://www.people.virginia.edu/~jdh6n/disgustscale.html>]