



„Wenn ich nur deinen Namen sagen könnte“

Alexinomie. Betroffene bringen den Namen anderer nicht über die Lippen. Das psychologische Phänomen ist weitgehend unbekannt. In Wien werden seine Ursachen erstmals erforscht

Infos

Begriff
Die Begrifflichkeit Alexinomie kommt aus dem Griechischen (a für „keine/nicht“ plus léxis für „Worte“, plus ónoma für „Name“) und bedeutet übersetzt so viel wie „keine Worte für Namen“

Aufruf
Sind Sie von Alexinomie betroffen – oder kennen Sie jemanden, der oder die es sein könnte? Wer gerne mehr über das Thema erfahren oder bei der Studie der Sigmund-Freud-Universität mitmachen und seine Erfahrungen teilen möchte, kann sich online unter alexinomie.org anmelden

VON MARLENE PATSALIDIS

Die anderen Mädchen und Burschen im Kindergarten, Klassenkameraden in der Schule, engste Freunde: Die Namen ihrer Mitmenschen auszusprechen fiel Sandra (Name geändert) noch nie leicht. Allein den Versuch, jemanden mit Vornamen zu begrüßen, empfand sie als enorm anstrengend. „So war das schon immer“, erinnert sie sich. „Richtig bewusst wurde es mir, als ich meinen Mann kennenlernte: Ich wollte ihn mit seinem Namen ansprechen, aber ich konnte nicht. Da habe ich gemerkt, dass ich ein Problem habe.“

Sandra leidet an Alexinomie. In Fachkreisen ist das psychologische Phänomen kaum bekannt. An der Sigmund-Freud-Universität (SFU) in Wien wird nun erstmalig dazu geforscht. Auch Sandra ist eine der Studienteilnehmenden.

Blockade mit Folgen

„Menschen mit Alexinomie wollen andere namentlich ansprechen und versuchen das auch – es gelingt ihnen



„Menschen mit Alexinomie wollen andere namentlich ansprechen – es gelingt ihnen aber nicht“

Thomas Ditye
Psychologe

THOMAS DITYE

aber nicht“, erklärt Psychologe Thomas Ditye, der die Untersuchungen zusammen mit Kollegin Lisa Welleschik leitet. Betroffene hätten weder Gedächtnisprobleme noch Schwierigkeiten bei der lautlichen Aussprache. „Es liegt eine Blockade und letztlich wohl eine Angst vor, die das Nennen verunmöglicht.“

Betroffene eignen sich meist Strategien an, um Namensäußerungen zu umschif-

fen: Sie beginnen Gespräche mit alternativen Phrasen, versuchen, die Aufmerksamkeit des Gegenübers durch Blickkontakt auf sich zu lenken. Manche können auf Kosenamen ausweichen, andere nicht. Nicht immer sind diese Strategien erfolgreich, weiß Ditye aus Gesprächen mit Studienteilnehmerinnen und -teilnehmern. „Einmal hat uns jemand erzählt, dass sie ihren Bekannten nicht warren konnte, als am Feld ein Traktor auf ihn zufuhr. Sie hat 'Hey hey' gerufen, er hat es aber nicht gehört, bis jemand anderer endlich seinen Namen gerufen hat.“

Alexinomie geht nicht spurlos am Menschen vorüber. „Es ist den Menschen unangenehm, sie schämen sich“, weiß Ditye. Insbesondere dann, wenn die Navigation durch soziale Situationen mit der Nennung des Namens steht und fällt oder Betroffene dabei „ertappt“ werden, keine Namen sagen zu können. Das empfundene Unbehagen kann sich dann auch körperlich ausdrücken, durch Herzzrasen, Erröten oder panikähnliche Zustände.

Alexinomie kann in allen zwischenmenschlichen Beziehungen auftreten. Besonders ausgeprägt erleben es Betroffene in Partnerschaften und Autoritätsverhältnissen. Beziehungen gestalten sich dadurch mitunter schwierig. „Es kann Beziehungen sogar erheblich belasten“, weiß Ditye. Oft komme es zu Missverständnissen – „das Umfeld glaubt, dass es an Zuneigung mangelt, und ist verletzt oder verärgert“. Dabei sei das Gegenteil der Fall: „Betroffene haben sogar häufig starke Gefühle. Sie wünschen es sich sehr, den Namen ihres Partners sagen zu können. Genau das macht es so schwierig.“

Ditye forscht mit seinem Team auch zu den Ursachen. „Bei unseren Studienteilnehmerinnen und -teilnehmern hat sich gezeigt, dass soziale Ängste eine Rolle spielen. Personen, die sich in Beziehungen unsicher fühlen und Schwierigkeiten haben, anderen zu vertrauen oder Nähe zuzulassen, scheinen ebenfalls eher betroffen.“ Das sei auch nachvollziehbar: „Wenn man einen Namen sagt, ist man der Person plötzlich sehr



nahe. Für die Betroffenen kann das zu viel sein.“

Dass Alexinomie im wissenschaftlichen Diskurs bisher keinen Niederschlag gefunden hat, ist für Ditye rätselhaft. „Ich vermute, dass es damit zu tun hat, dass Alexinomie schambesetzt ist.“ Die allermeisten Betroffenen würden denken, sie seien damit allein.

Dass dem nicht so ist, hat sich in den Forschungen an der SFU schon eindeutig gezeigt. Genaue Angaben zur Häufigkeit könne man zwar noch nicht machen. Ob Männer oder Frauen häufiger betroffen seien, lasse sich noch nicht abschätzen. „Bei uns

melden sich aber laufend, etwa einmal pro Woche, Menschen, die Alexinomie erleben – und zwar aus der ganzen Welt.“ Ditye hält es übrigens für plausibel, dass Alexinomie in allen Sprachen vorkommt, in denen Namen in der Alltagskommunikation verwendet werden, um Kontakt herzustellen. Gilt dies als unüblich oder unhöflich, sei davon auszugehen, dass das Phänomen nicht vorkommt.

Offene Fragen

Doch was hilft Menschen, die daran leiden? Ditye vermutet, dass Alexinomie Teil eines größeren psychischen Störungsbildes ist. „Dann wäre es naheliegend, dass mit klinisch-psychologischer und psychotherapeutischer Behandlung gegengesteuert werden kann.“ Derzeit ergründet man mittels EEG, wie sich Alexinomie im Gehirn abbildet. Auch an Kriterien für die Diagnose wird gearbeitet.

Sandra hat inzwischen Fortschritte gemacht. Dennoch fällt es ihr bis heute schwer, „meinen Ehemann mit Namen anzusprechen“.

TIPPS für Ihre Gesundheit

Blutdruck

Pflanzliche Innovation für den Blutdruck

Die Blutdruck macht Ihnen Sorgen? Dafür gibt es jetzt ein pflanzliches Mittel. Dem internationalen Forschungsboom von Dr. Böhm ist es mit dem Blutdruckmittel Tabletten endlich gelungen, ein Produkt zu entwickeln, das einen speziellen Olivenblatt-Extrakt mit Kalium kombiniert. So leisten es einen doppelt positiven Beitrag zu einem normalen Blutdruck.

- Von Österreichs Apothekern zur Innovation des Jahres 2022 gewählt
- Positiver Effekt von Olivenblatt-Extrakt in Studien bestätigt

Intensivtest des Jahres

Blutdruck

Dr. Böhm

www.drboehm.at

Gesundes Herz

Diese Tropfen unterstützen Herz & Kreislauf

Ein Mühsal mit mühsamem Schlaf, Herzrasen und Schwindel? All diese Symptome deuten auf ein geschwächtes Herz-Kreislauf-System hin.

Zur Unterstützung haben sich die Apotheken® Nr. 18 Herz- und Kreislauftropfen bewährt. Ihre spezielle Formel mit Kampher und Valerian trägt darauf bei, das Herz zu erfrischen und somit auch den Kreislauf. Die Tropfen wirken sich aus auf:

- Leichter Herzklopfen während der Herzerkrankung
- Kreislaufproblemen
- Schwindel

Apotheken®

Herz- und Kreislauftropfen

www.apotheken.at

Gelenkprobleme

Extra starke Trinklösung

Gelenkprobleme machen oft schon alltägliche Tätigkeiten zur Herausforderung. Hier kann die Zufuhr von speziellen Nährstoffen ebenfalls ein. Dafür hat man bei Dr. Böhm gemeinsam mit führenden Orthopäden Gelenk-complex intensiv entwickelt. Nur ein Glas täglich unterstützt die Gelenke mit den wichtigsten Gelenknährstoffen plus Vitamin C für den Knorpel und Vitamin D für die Knochen.

- Hochdosierte Gelenknährstoffe zum Trinken
- Nur in täglich
- Ideale Alternative zur Tablette

Wichtig mit Vitamin D

Gelenk-complex intensiv

www.drboehm.at