

Thomas Auchter

# Angst und Gesellschaft – zur Psychoanalyse individueller und kollektiver Angst

*Das Janusgesicht der Angst zeigt einerseits ein hilfreiches seelisches Alarmsystem und andererseits in ihren krankhaften Formen eine lebensbeeinträchtigende Hölle. Möglicherweise sind die seelischen Abwehrbemühungen gegen die Angst gefährlicher als die Angst selbst.*

## Was ist Angst?

Angst ist ein global verbreitetes Erleben von Menschen, das zumindest auch bei höher entwickelten Tieren (Freud 1926d, S. 164; Hüther 1997, S. 35) zu beobachten ist. Sprichwörtlich geworden sind der „Angsthase“, das „scheue Reh“ oder das in Schrecken erstarrte „Kaninchen vor der Schlange“. Die Angst ist einer der sogenannten *Primäraffekte* – wie Freude, Verachtung, Ekel, Trauer, Neugier und Wut (Tomkins 1963, zit. n. Krause 2000, S. 32). Das Begriffsspektrum von Angst umfasst zugleich auch zumindest den Beginn einer Reaktion auf den Angsteffekt (Rüger 1984, S. 18).

Das Wort „Angst“ leitet sich vom indogermanischen „*angh*“, im Lateinischen „*angustiae*“: Enge, Kürze, Mangel, ab. Die Erfahrung in der *Schwangerschaft* beziehungsweise die *Geburtssituation* werden von verschiedenen Autoren (zum Beispiel Otto Rank 1924 und Sigmund Freud 1916/17a, 1926d) als Urform der Angsterfahrung beschrieben. Zu einem bestimmten Zeitpunkt wird der Raum im Mutterleib zu *eng*, den spontanen Bewegungen des Fötus *drohen* eine Einschränkung beziehungsweise ein *Verlust der Bewegungsfreiheit*. Darüber hinaus wird das Kind bei der Geburt durch den *engen* Geburtskanal *gezwängt*, was vorübergehend die (Enge-)Ängste noch einmal intensiviert. Wenn das Neugeborene endlich herausgekommen ist, erlebt es *Freiheit* zum Atmen und Bewegungsfreiheit, aber auch die Notwendigkeit eigener Aktivitäten und die *Unsicherheiten* des Neuen.

Die Spannung zwischen dem Bedürfnis, im *sicheren* Mutterleib zu *bleiben* – beziehungsweise in seine Geborgenheit *zurückzukehren* (Chasseguet-Smirgel 1988, S. 91 ff.) –, und dem Bedürfnis, das einengende Behältnis zugunsten des *freien* Raumes zu *verlassen*, scheint eine *prototypische* Erfahrung zu sein. Sie bildet sich ab in der lebenslänglich fortwährenden spannungsvollen Polarität zwischen *Bindungsbedürfnis* und *Individuationsstreben* und zwischen den *Passivitätswünschen* und den *Aktivitätstendenzen* des Menschen. Der Psychoanalytiker Juan Carlos Rey (1979, S. 255) hat diese Spannung als das „*klaustrophobisch-agoraphobische Dilemma*“ bezeich-

net. Die Angst vor der Unfreiheit ist ebenso groß wie die Angst vor der Freiheit. Sören Kierkegaard hat 1844 entsprechend die Angst als den „*Schwindel der Freiheit*“ bezeichnet (zit. n. Schmidt 2004, S. 8). Der letzte Grund aller Angst ist die Angst vor dem Sterben, die *Todesangst*.

Auch wenn die Angst zuerst eine Empfindung, ein Gefühl, ein Affekt, also etwas Seelisches ist, ist sie zugleich immer auch ein *psychosomatisches* Phänomen. Unsere Sprache verweist in vielen Redewendungen auf die körperliche Seite der Angst: Sie sitzt uns im Nacken, sie macht uns kopflos, der Schreck steht uns ins Gesicht geschrieben, sie lässt uns kreidebleich werden, unsere Zähne klappern, wir zittern oder beben vor Angst, sie schnürt uns die Kehle zu, lässt uns den Atem stocken, der Schreck fährt uns in die Glieder, es läuft uns kalt den Rücken hinunter, das Herz rast oder rutscht in die Hose, wir spüren ein flaes oder mulmiges Gefühl im Magen, wir haben „Schiss“, haben weiche Knie, die Beine werden bleischwer. Diese Körpersymptome sind überindividuell, universell und kommen sogar bei höheren Tieren vor (Hüther 1997, S. 35). Sie sind also gewissermaßen *objektiv* feststellbar.

Der Angsteffekt ist fast ausschließlich biologisch gesteuert und neurobiologisch darstellbar. Die Wahrnehmung und *Interpretation*, also das Erleben dieser Körperempfindungen als Angst, Schrecken oder Furcht, und der Umgang damit sind dagegen höchst *subjektiv*. Dabei spielen dann psychologische, psychosoziale, gesellschaftliche und kulturelle Aspekte eine größere Rolle. Die meisten der erwähnten Körperphänomene sind, wenn sie in gesundem, maßvollem Umfang auftreten, normale körperliche Funktionen (physiologische Bereitstellungen), die das Überleben in einer Bedrohungssituation durch Kampf oder Flucht ermöglichen sollen. Insofern ist das Empfinden von Angst zunächst eine gesunde, sinnvolle und zweckmäßige (Freud 1926d, S. 164) Reaktion auf eine reale (äußere) Gefährdung, ein Warnsignal. Wir bezeichnen sie deshalb auch als „*Realangst*“. Die sogenannte „*Signalangst*“ (Freud 1915e, S. 282) fordert das Ich zu einer Handlungsreaktion gegenüber der Bedrohung auf. Sie schützt so das Ich-Selbst vor Gefahren und sichert Leben beziehungsweise Überleben.

*Als quälend erleben wir vor allem unsere Hilflosigkeit angesichts  
der Unfassbarkeit des Angstempfindens.*

In diesem Sinne ist Angst also *not-wendig* (Rotter 1997, S. 52), ein äußerst nützliches seelisches *Alarmsystem*.

Allerdings besitzt die Angst ein *Janusgesicht*. Angst kann uns zu höchsten Leistungen anspornen, in einer Gefahr die letzten Reserven mobilisieren. Aber die Angst kann uns genauso lähmen. Nicht nur den Körper, sondern auch den Geist (sie macht „kopflös“): Angst ist bekanntlich ein „schlechter Ratgeber“, und in einem Klima der Angst ist noch selten etwas Konstruktives gediehen! „*Angst essen Seele auf*“ wie der Fassbinder-Film so treffend titelt.

Als quälend erleben wir vor allem unsere *Hilflosigkeit* angesichts der Unfassbarkeit des Angstempfindens. Der Psychoanalytiker Wilfred Bion (1962, S. 432) spricht von der „namenlosen Angst“, die uns am stärksten bedrängt. Sobald wir der Angst eine Bedeutung (Plänklers 2004, S. 201 f.) zuweisen können, sie begreifen und einordnen können – ihr einen Namen verleihen können –, scheint sie uns schon ein wenig erträglicher. Erst wenn die Angst benannt werden kann, sie uns also nicht mehr unmittelbar mit voller Wucht befällt, sondern vermittelt (symbolisiert), kann sie sich von der konkreten Realangst („a dog is a dog is a dog“, Winnicott 1971, S. 33) in Signalangst (Symbolangst) mit verminderter energetischer Besetzung (Freud 1933a, S. 96 f.) verwandeln. Deshalb ist allein eine Information über die Angst schon angstreduzierend (Briendl 2006, S. 23).

Die Angst gehört in unserem Erleben zu den „negativen“, unlustvollen (Freud 1926d, S. 162) Gefühlen, ja nach Freud (1900a, S. 140) ist sie die „entsetzlichste aller Unlustempfindungen“, und wir können dieses Gefühl mit am schlechtesten aushalten. Und darum sind wir spontan bestrebt, die Angst womöglich zu vermeiden und, wenn sie auftritt, sie möglichst schnell zu beseitigen oder zumindest zu lindern. Wir alle träumen sehnsuchtsvoll von einer angst-, schmerz- und stressfreien Welt (Auchter 2002).

Nach psychoanalytischer Auffassung sind mit jeder Entwicklungsphase eines Menschen spezifische Ängste verbunden (Freud 1926d, S. 172; 1933a, S. 95). Zum Beispiel die Geburtsangst, die Trennungsangst, die Angst vor Liebesverlust, die Kastrationsangst, die Gewissensangst und schließlich die Todesangst. Werden, Wachstum, Entwicklung und Übergänge (darunter auch die *Supervisionserfahrung!*) sind regelhaft ohne Unsicherheit,

Unlust, Angst und Schmerz nicht vorstellbar. Ein erfolgreiches Durcharbeiten und damit Bewältigen der entsprechenden Ängste, ihre Annahme oder ihre Überwindung werden von der Psychoanalyse mit den seelischen Entwicklungsfortschritten eines Menschen gleichgesetzt. Besonders die lebensgeschichtlichen Krisen- und Übergangsphasen (zum Beispiel: „vom Säugling zum Kleinkind“, vom Kleinkind zum „Schulkind“, Pubertätszeit und Adoleszenz usw.) sind regelmäßig mit mehr oder weniger starken Ängsten (Reifungsangst) verbunden (Kast 2005, S. 53 ff.). Bestimmend dafür, ob die Angst sich lähmend oder motivierend auswirkt, ist unter anderem die Quantität der Angst. Angst in maßvoller Form kann nämlich als Herausforderung erlebt werden, die zu Kreativität, zu schöpferischen Leistungen, ja Höchstleistungen anspornen kann. Vereinfacht heißt das „*Yerkes-Dodson-Gesetz*“ (1908): Eine mittelstarke Angst treibt Menschen zu Bestleistungen an. Das ist auch die Funktion des sogenannten „Lampenfiebers“. Der Volksmund differenziert sehr fein zwischen „Angst macht dumm“ und „Not macht erfinderisch“.

Ein Misslingen der normalen Angstbewältigungsaufgaben im Entwicklungsverlauf führt nach psychoanalytischer Vorstellung zu den verschiedenen Formen von *Angsterkrankungen*. Ihr gemeinsames Charakteristikum ist die Unverhältnismäßigkeit im Bezug auf das Ausmaß der Angst beziehungsweise die Anlässe oder Objekte der Angst. Die Ängste erscheinen, nicht selten sogar den Betroffenen selbst, unreal oder irrational. Krankhafte Ängste sichern oder schützen nicht mehr das Leben, wie die Signalangst, sondern sie schränken das Lebendigsein ein. Angst spielt darüber hinaus bei allen seelischen Erkrankungen eine bedeutsame Rolle (Pollak 2004, S. 35). Sigmund Freud (1926d, S. 181) weist der Angst eine „Ausnahmestellung in der seelischen Ökonomie“ zu. Er erklärt das Angstproblem zu einem „Knotenpunkt“, an welchem die verschiedensten und wichtigsten Fragen zusammenreffen, ein „Rätsel, dessen Lösung eine Fülle von Licht über unser ganzes Seelenleben ergießen müsste“ (Freud 1916–17a, S. 408).

„Angst [ist] in Einsamkeit und Verlassenheit ... schon verändert, wenn sie mit einem Gegenüber geteilt ist“ (Schultze-Jena 2004, S. 149; Schmidbauer 2005, S. 111). „Geteilte Angst ist halbe Angst“ (Kast 2005, S. 139). *Beziehung* ist also ein wesentliches Antidot gegen die

## Die erste und größte unbewusste Quelle der Angst des Menschen ist der Mensch selber.

16

Angst! Der natürliche Widerpart der Angst ist die *Sicherheit*. Sicherheit basiert wesentlich auf Präsenz, Konstanz, Kontinuität, Kommunikation, Transparenz und Authentizität.

Bildhafte Darstellungen der Angst konzentrieren sich vor allem auf das Gesicht. Vor Entsetzen aufgerissene Augen und ein aufgerissener Mund oder (etwas später) die Hand vor dem Mund (um den Angstschrei zu unterdrücken) oder die Hände vor dem Gesicht, die Augen oder die Ohren zuhaltend (als Ausdruck der Angstabwehr). Dies hängt vermutlich damit zusammen, dass die angeborenen Basisemotionen, die Primäraffekte, in allen Kulturen durch die gleiche Gesichtsmuskulaturaktivität ausgedrückt und wahrgenommen werden (Fonagy u. a. 2004, S. 163), die schon dem Säugling zur Verfügung steht. Und die Face-to-Face-Interaktion zwischen Mutter und Baby bildet ein mimisches affektives Kommunikationssystem, das – wie wir heute wissen – auch eine enorm wichtige Funktion in der Selbstentwicklung besitzt (Fonagy u. a. 2004). Das Gesicht ist also ein ganz archaisches Ausdrucks- und Kommunikationsinstrument, gerade auch für Affekte, also auch für die Angst.

Mit dem Phänomen Angst bewegen wir uns schließlich auch im Spannungsfeld zwischen Individuum und Gruppe beziehungsweise Gesellschaft. Angst ist neben dem psychosomatischen immer auch ein *psychosoziales* Phänomen.

Ungeachtet der methodologischen Problematik der Übertragbarkeit individualpsychologischer Perspektiven auf sozialpsychologische Phänomene lassen sich meiner Überzeugung nach Gruppen-, Großgruppen- oder gesellschaftliche Angsterfahrungen und ihre Folgen nicht hinreichend verstehen, wenn nicht individualpsychologische Aspekte mit ins Kalkül gezogen werden. Umgekehrt haben individuelle Ausdrucksformen der Angst immer auch gruppenspezifische, kulturspezifische und gesellschaftsspezifische Hintergründe (Michaels 2006, S. 80). Deshalb schlägt der Religionswissenschaftler Axel Michaels (2006, S. 81; kursiv T. A.) vor: „Angst ist nur als ‚Leib-Seele-Gesellschafts-Problem‘ erfassbar.“

### Angst als kollektives Phänomen

Angst kommt also nicht nur als ein individuelles Phänomen vor, sondern überall auf der Welt auch als ein kollektives, ein Massenphänomen. Kollektive Ängste sind kon-

textabhängig, bei ihnen spielen soziale, ökonomische, gesellschaftliche, kulturelle, politische und zeitgeschichtliche Dimensionen eine bedeutsame Rolle.

„Lebensgefühl Angst“ titelte DER SPIEGEL im August 2006. Manche meinen, dass die Deutschen dafür besonders empfänglich seien: Im Ausland hat man dafür sogar einen Begriff: „*German Angst*“. Die Kölner Publizistin Sabine Bode (2006), hat dazu ein Buch publiziert: „*Die deutsche Krankheit – German Angst*“. Sie führt diese diffuse unterschwellige Angst der Deutschen, die sich unter anderem in gesellschaftlicher Lähmung und der Unfähigkeit zu Reformen manifestiere, auf die kollektiv unverarbeiteten Ängste aus dem Zweiten Weltkrieg zurück. Ähnlich wie Alexander und Margarethe Mitscherlich (1967) den Grund der (deutschen) Ängste in der unverarbeiteten *Trauer* über die Nazizeit finden und Gesine Schwan (1997) in der unverarbeiteten *Schuld* aus dieser Zeitepoche.

Ein ähnlicher Zwiespalt, wie ihn Sigmund Freud (1930a) für die *Kultur* beschrieben hat, charakterisiert auch das Verhältnis zwischen Angst und Gesellschaft. Die Gesellschaft beziehungsweise gesellschaftliche Strukturen wie Gesetze oder Gerichtsbarkeit *reduzieren* einerseits die Ängste, die der Mensch vor dem Menschen, zum Beispiel seinen Destruktionsneigungen, haben muss. Andererseits können gesellschaftliche Verhältnisse, seien es Machtstrukturen, seien es beispielsweise Folgen von Sicherheitsbestrebungen (das heißt Freiheits Einschränkungen), ihrerseits Ängste *mobilisieren* oder *verstärken*.

**Welche Ursachen für die globale Verbreitung des Lebensgefühls „Angst“ können wir bestimmen?** Die erste und größte unbewusste Quelle der Angst des Menschen ist der Mensch selber. „Das gerne verleugnete Stück Wirklichkeit ... ist“, betont Sigmund Freud (1930a, S. 470 f.), „dass der Mensch nicht ein sanftes, liebesbedürftiges Wesen ist, das sich höchstens, wenn angegriffen, auch zu verteidigen vermag, sondern dass er zu seinen Triebbegabungen auch einen mächtigen Anteil von Aggressionsneigung rechnen darf. Infolgedessen ist ihm der Nächste nicht nur möglicher Helfer und Sexualobjekt, sondern auch eine Versuchung, seine Aggression an ihm zu befriedigen, seine Arbeitskraft ohne Entschädigung auszunützen, ihn ohne seine Einwilligung sexuell zu gebrauchen, sich in den Besitz seiner Habe zu setzen, ihn

*Mit all dieser „flüchtigen Moderne“ (Bauman 2003) verbunden ist eine nicht zu unterschätzende Angst des Subjekts vor abnehmender, mangelnder oder fehlender sozialer Anerkennung.*

zu demütigen, ihm Schmerzen zu bereiten, ihn zu martern und zu töten. *Homo homini lupus*; wer hat nach all den Erfahrungen des Lebens und der Geschichte den Mut, diesen Satz zu bestreiten?“

Gerade die Folgen der Klimaveränderung mit verstärktem Auftreten von Tornados, Hurrikans und Überschwemmungen oder Erdbeben samt ihren Folgeerscheinungen wie Tsunamis bekräftigen die zeitlosen Ängste vor den *Naturgewalten*. Daneben wächst aber die Angst vor Zerstörung der lebensnotwendigen Natur durch den Menschen selbst („man-made disaster“). Das wäre die *ökologische* Dimension der Angst.

Weltweit tragen zu der ängstlichen Befindlichkeit wohl unter anderem die enorme *Beschleunigung* (Rosa 2005) und *Verkomplizierung* der modernen technologischen Entwicklungen entscheidend bei. Sie führen dazu, dass immer mehr Menschen das Gefühl bekommen, nicht mehr mithalten zu können oder nicht mehr mitzukommen. Viele bleiben erschöpft und enttäuscht auf der Strecke. Das löst bei denen, die weiterhetzen, Ängste aus, dass es ihnen genauso gehen können, sie verstärken ihre Anstrengungen, bis es zum „erschöpften Selbst“, wie der Sozial- und Kulturwissenschaftler Alain Ehrenberg (2004) das genannt hat, kommt, das in seiner *Depression* versinkt.

Auch die zunehmende *Unüberschaubarkeit* und *Undurchschaubarkeit* unserer komplexen, vernetzten Welt, die uns gleichzeitig durch die modernen Medien immer schneller immer näher kommt („globales Dorf“), erzeugt bei vielen Menschen heftige Irritationen und unbewusste Angstspannungen. Ein Wahrnehmungsproblem besteht darin, dass viele Gefahren entweder zu groß (oder zum Beispiel zu langfristig) sind („Ozonloch“, „Klimaveränderung“) oder zu klein (oder zu schnell) wie zum Beispiel Strahlung (nukleare, UV). Deshalb können wir *keine unmittelbare* Angst vor solchen „unsichtbaren“ Gefährdungen entwickeln, sondern sie müssen uns beispielsweise durch die Medien vermittelt werden, damit sie Schutzreaktionen auslösen. Das Unbekannte und Unkontrollierbare solcher Gefahren verstärkt die Ängste. Auch die erwähnte Beschleunigung in allen Lebensbereichen stellt erheblich höhere wahrnehmungsmäßige Verarbeitungsanforderungen an den Menschen. Sind wir alldem mit unseren seelischen Verarbeitungskapazitäten gewachsen?

Der Sozialwissenschaftler Dieter Claessens hat schon 1980 in seinem Buch „Das Konkrete und das Abstrakte“ herausgearbeitet, dass wir Menschen einen wirklichen, auch gefühlsmäßigen Bezug nur zu dem *sinnlich fassbaren, sichtbaren, begreifbaren Nahliegenden*, dem Konkreten, und nicht zum Abstrakten herstellen können. Claessens beruft sich bei seiner Analyse unter anderem auf den Philosophen Günter Anders ([1956] 1988, S. 28), der einmal formulierte: „Sechs Millionen bleiben für uns eine Ziffer, während die Rede von zehn Ermordeten vielleicht irgendetwas in uns anzuklingen vermag und uns ein einziger Ermordeter mit Grauen erfüllt.“

Erst der verstrahlte Salat in unserem Garten (bei der Explosion des Atomkraftwerks von Tschernobyl 1986) oder aktuell (2010) die Erdölkatastrophe im Golf von Mexiko lassen uns die Angst vor technologischen Entwicklungen *sinnlich* erfahren.

Auch alle wissenschaftlichen und technischen Fortschritte besitzen ein Janusgesicht. Sie erleichtern und beschützen das menschliche Leben und führen so zu einer Entängstigung einerseits. Dieselben Entdeckungen können jedoch immer auch gegen den Menschen verwendet werden, zum Beispiel als Kriegsmittel, und machen so den Angstverlust wieder wett oder führen gar zur Verstärkung von kollektiven Ängsten.

Untergründig angstausslösend dürfte für viele auch der zunehmende *Verlust klarer Strukturen* und *Grenzen* in der modernen Welt sein, so beispielsweise zwischen realer und virtueller Welt, zwischen innen und außen, zwischen fremd und vertraut, zwischen heimlich und unheimlich. Womit auch ein *Orientierungsverlust* und damit eine *Verunsicherung* einhergehen. Der Bindungs- und Haltverlust des postmodernen „flexiblen Menschen“ (Sennett 1999), seine erhöhte Mobilität, die „ontologische Bodenlosigkeit“ (Keupp 1999, S. 138), die sich verbreitende Fixierung auf das Hier und Jetzt, das „Verschwinden der Vergangenheit“ (Dornes 1999), der Verlust von Traditionen, Ritualen und Geschichte tragen ebenfalls zur Verstärkung des kollektiven Grundgefühls Angst bei. Mit all dieser „flüchtigen Moderne“ (Bauman 2003) verbunden ist eine nicht zu unterschätzende Angst des Subjekts vor abnehmender, mangelnder oder fehlender sozialer *Anerkennung*. Der Schriftsteller Wylan H. Auden veröffentlichte bereits 1947 eine Geschichte, die schon im Titel das Lebensgefühl Angst trefflich auf den Punkt

## *Vielleicht haben sich nicht nur die Bedrohungen verändert, sondern vor allem die Wahrnehmung dieser Gefahren?*

18

bringt: „*The Age of Anxiety*“ („*Das Zeitalter der Angst*“). Insofern kann man mit Michael Schlagheck (1997, S. 8) sicher von einem „existenziellen Problem“ der Angst sprechen.

Ein weiteres Problem neben der *Entwurzelung* ist, dass die *Fragmentierung*, die „Auflösung in immer kleinere Teile“, ein immer größeres Ausmaß im modernen Leben einnimmt (Flüchtigkeit, Flexibilität, Teilidentitäten) und ihren Beitrag zur Verstärkung seelischer Probleme leistet. Die Charakterstörung des postmodernen Menschen äußert sich in einer extrem anpassungsfähigen „flexiblen“ „Charakterpanzerung“ (W. Reich). Diese seelische Rüstung soll den dahinter versteckten „*Bruchstück-Menschen*“ (von Minden 1988) mit der Zerstückelung seines Selbst und der Spaltung und Fragmentierung seiner Beziehungen und Bindungen und korrespondierenden Ängsten verbergen. Die Fragmentierung und Atomisierung immer komplexerer Strukturen führen auch dazu, dass es für den Einzelnen leichter wird, *keine Verantwortung* für sein Tun zu übernehmen – was ebenfalls beängstigend ist.

Die technologischen Entwicklungen ziehen schließlich einen grundlegenden *Strukturwandel* der Arbeitswelten nach sich. Immer mehr Tätigkeiten in der Produktion werden heute von Maschinen, Computern und Robotern übernommen. Dagegen steigt der Bedarf der Dienstleistungen ständig (besonders in zunehmend „alternden“ westlichen Industrienationen). Wie alle Entwicklungen und Veränderungen geht auch der Strukturwandel mit bewussten und unbewussten Ängsten einher. Die *ökonomischen* Motive der Angst werden durch die globalen Wirtschaftsprobleme („Wirtschaftskrise“, „Finanzkrise“) weiter verstärkt.

### **Zur Aktualität kollektiver Ängste**

Was sich durch die rasante Entwicklung der modernen Kommunikationsmittel sicher verändert hat, ist die *Unmittelbarkeit* der Teilnahmemöglichkeit an allen möglichen Bedrohungen. Der schockierende Angriff auf das WTC am 11. September 2001 fand in der Weltöffentlichkeit weitgehend „live“ statt. Jederzeit konnten wir uns im Internet Liveaufnahmen von der unablässig sprudelnden Ölquelle im Golf von Mexiko in Echtzeit anschauen. Terror, Krieg, Gewaltakte und Naturkatastrophen kommen uns in Bild und Ton blitzschnell überwältigend nahe. Genau

diese ständige Medienpräsenz liegt übrigens auch im bewussten und unbewussten Kalkül von Terroristen. Ihre (Un-)Taten werden medial beschleunigt und vergrößert.

Die Grundbedrohungen des Menschen sind im Laufe der Weltgeschichte eigentlich immer dieselben geblieben: Gefahr der Unterdrückung und Ausbeutung, Gefahr der körperlichen und/oder seelischen Verletzung, Todesgefahr. Sicher haben die technischen Entwicklungen den Menschen immer neue Möglichkeiten der Zerstörung, Verletzung, Tötung und Vernichtung geschaffen. Sicher hat sich dadurch die Quantität einer Bedrohung erhöht. Qualitativ dürften aber alle neu entwickelten Waffen in ihrer Zeit jeweils einen unglaublichen Schrecken verbreitet haben. Nach wie vor – und unbewusst wissen wir alle darum – ist auf der Welt so viel Atommunition vorhanden (und wird neue produziert, nicht nur in Nordkorea und im Iran!), dass wir damit die ganze Welt und alle Menschen mehrfach in die Luft jagen können („Overkill“). Könnte dieses unbewusste Wissen um die (reale) *Selbstvernichtungsmöglichkeit* nicht einen Beitrag zu dem untergründigen universalen Angstempfinden leisten? Und natürlich stellt die Vorstellung von einer Verknüpfung zwischen einem apokalyptischen Fundamentalismus und Massenvernichtungswaffen eine globale lebensbedrohliche Situation dar.

Vielleicht haben sich nicht nur die Bedrohungen verändert, sondern vor allem die *Wahrnehmung* dieser Gefahren?

**Terrorismus.** Als eine der größten Bedrohungen der Menschheit wird derzeit von vielen der „*Terrorismus*“ betrachtet. „Terror“ ist ein lateinisches Wort und bedeutet übersetzt „Angst“, „Schrecken“, „einschüchternder Eindruck“, „schreckender Gegenstand“, „Schreckensnachricht“. Politisch taucht der Begriff „terreur“ beziehungsweise „terrorisme“ während der Französischen Revolution auf und wird vor allem auf die Schreckensherrschaft der Jakobiner 1793/94 angewandt (Etymologisches Wörterbuch des Deutschen 1995, S. 1426; Laqueur 1982, S. 11 f.).

Erst im 20. Jahrhundert bezeichnet das Wort Terrorismus beziehungsweise Terrorist das Tätigwerden extremistischer Einzeltäter oder Gruppen, die mit gewaltsamen Anschlägen und Attentaten bestimmte staatliche Ordnungen bekämpfen und (mehr oder weniger) bestimmte

*Die Massenhysterie macht „kopflös“, alle Rationalität, Vernunft und Hemmung werden über Bord geworfen. So wird die Gefahr vergrößert, und wer sich nicht retten kann, kommt um!*

politische oder ideologische Ziele und/oder Machtansprüche durchzusetzen versuchen (Schoeck 1969, S. 328; Hoffman 1999, S. 13 ff.)

„Terrorismus“ ist die Ausübung von Terror. Dabei können wir grundsätzlich einen „Terror von oben“ (Chomsky 2001; Hoffman 1999, S. 27), eine Gewalt- und Schreckensherrschaft der Mächtigen (zum Beispiel Staatsterror) – darin liegt auch, wie erwähnt, der politische Ursprung des Begriffs in der Französischen Revolution –, und einen „Terror von unten“, der Ohnmächtigen oder sich ohnmächtig Fühlenden, unterscheiden (Funke 1977, S. 11). In der Literatur, den Medien und der Politik wird häufig allein der Terror durch politisch Ohnmächtige oder Machtlose, Unterdrückte und Verzweifelte (Kasch 1978, S. 54) mit Terrorismus gleichgesetzt (zum Beispiel Hacker 1973, S. 21). Dieser entwickelt sich aus verschiedenen Beweggründen, zum Beispiel im Rahmen religiöser Protestbewegungen, politischer Revolutionen oder sozialer Aufstände (Laqueur 1982, S. 13). Der Soziologe Wolfgang Sofsky (1997) beschreibt als ein Beispiel für Terror von oben das Konzentrationslager der Nazis als die „*Ordnung des Terrors*“.

Die gewaltsamen Instrumente des Terrors und des Terrorismus wie Verletzung, Beschädigung, Mord und Zerstörung sollen der Erregung von Furcht, der Erzeugung von Unsicherheit, der Einschüchterung und der Druckausübung dienen. Terror ist in erster Linie eine „psychologische Kriegsführung“. „Terrorismus ... ist primär eine Kommunikationsstrategie“ (Waldmann 2000, S. 13), er will eine „Botschaft übermitteln“ (Hoffman 1999, S. 209). Der Terrorist (der „Angstmacher“) versucht an schon vorhandene und unvermeidliche Ängste (zum Beispiel Todesangst) zu appellieren und sie zugunsten seiner Interessen zu schüren.

Die größere Gefahr als die direkte Auswirkung eines Terroraktes – so schrecklich er für die Betroffenen sein mag – stellen möglicherweise jedoch die *indirekten* Auswirkungen des Terrorismus dar. Auf dem Altar scheinbarer Vergrößerung von Sicherheit werden zum Beispiel nach dem 1. September 2001 zunehmend Freiheitsrechte der Demokratie geopfert: „Freiheit stirbt mit Sicherheit“.

**Massenpanik.** Ein spezielles Phänomen sind affektive Großgruppenreaktionen wie eine Massenpanik oder Massenhysterie. Sie sind vor allem begründet in der Ent-

individualisierung des Subjekts in der Menge, die zu einer grundsätzlichen, regressiven, größeren, affektiven Durchlässigkeit und damit einer leichten Gefühlsinfektion innerhalb einer Masse beiträgt (Freud 1921c). Angst und Panik sind (sozial) „ansteckend“. Die moderne Neuropsychiologie kann diese Ansteckung in der Aktivierung der sogenannten „Spiegelneuronen“ als „Miterregung“ sichtbar machen. Bei der Massenpanik erfolgt massenhaft eine Regression auf archaischste egoistische Überlebenstechniken nach dem Motto „Rette sich, wer kann“. Die Massenhysterie macht „kopflös“, alle Rationalität, Vernunft und Hemmung werden über Bord geworfen. So wird die Gefahr vergrößert, und wer sich nicht retten kann, kommt um!

Auch hierin erweist sich, dass der andere bezüglich der Angst für uns ein Janusgesicht aufweist. Die Beziehung zum anderen kann genauso eine Quelle und Ursache der Angst sein, wie der andere durch sein beruhigendes und versicherndes Verhalten die wichtigste Quelle der Angstreduktion sein kann. Das gilt für den Einzelnen ebenso wie für die Gruppe, auch sie kann der Angstbindung ebenso dienen, wie gerade die Gruppe auch Angst mobilisieren und verstärken kann (Pühl 1988, S. 11), eben wie bei einer Massenpanik. Andererseits kann die Großgruppe auch eine wichtige bergende („*containende*“) und damit angstreduzierende Funktion übernehmen.

Beim Zerfall der DDR waren Kirchenräume und Großgruppen in Kirchen wichtige angstmindernde Orte, die auch zu einer Deeskalation von Angst und damit Gewaltgefahren beitrug. Auch angesichts von Naturkatastrophen und anderen bewegenden, traurigen oder beängstigenden Großgruppenereignissen stellen Kirchen und andere religiöse Räume häufig wichtige emotionale Rückzugsräume dar. In affektiven Krisen benötigen die Menschen Orte geteilter Gefühle.

Es existiert eine unaufhebbare Spannung zwischen einem *Verschmelzungsbedürfnis* (wie bei der Fußballbegeisterung, Musikevents oder auf Parteitagen) mit einer Gruppe oder Menge einerseits und einer *Verschmelzungsangst* oder präziser einer *Angst vor dem Selbstverlust* in der Masse andererseits, die dann *Panik* auslösen kann.

*Größte Profiteure der Angst sind die Versicherungsgesellschaften. Die Deutschen geben heute dreimal so viel für Versicherungen aus wie vor 20 Jahren – insgesamt rund 140 Milliarden Euro im Jahr (DER SPIEGEL 3/2006).*

20

### **Formen kollektiver Angstabwehr**

Da Ängste in der Regel zu den höchst unlustvollen Gefühlen gehören, suchen nicht nur Individuen, sondern auch Kollektive nach Möglichkeiten, die Angst zu eliminieren und/oder, wenn nicht möglich, dann wenigstens zu reduzieren. Wolfgang Schmidbauer (2005, S. 36) betrachtet gar in gewissem Anschluss an Sigmund Freud (1933a) die „menschliche Kulturentwicklung als eine Geschichte von Versuchen, Ängste zu binden“ und zu überwinden. Im Folgenden möchte ich nun einige solcher *kollektiver Abwehrphänomene* gegen die Angst etwas näher betrachten.

### **Vermeidung, Verdrängung und Verleugnung von Angst.**

Die einfachste Abwehrform, der Angst aus dem Wege zu gehen, ist, angstvolle Situationen zu vermeiden. Die Risikoscheu kann auch eine habituelle Form annehmen, so entsteht die ängstliche Persönlichkeit, im Volksmund der „Angsthase“, im Extremfall der Angstkranke, der sich nirgendwo mehr hinzubewegen wagt. Eine weitere Variante der Angstabwehr besteht in der Verdrängung oder Verleugnung der Angst (Hüther 1997, S. 43). Wir stecken dabei den Kopf in den Sand oder treten eine „Flucht nach vorne“ an. Das ist der berühmt-berüchtigte „Tanz auf dem Vulkan“. Die Redewendung vom „laut Singen im dunklen Wald“ beschreibt das: weil man nämlich eigentlich Angst hat, aber so tut, als hätte man überhaupt keine.

Der Psychoanalytiker Michael Balint (1960) hat mit seinem Konzept der „*Angstlust*“ diesen Aspekt des Umgangs mit der Angst zu fassen gesucht. Darunter zählt Balint zum Beispiel die Freude von Kindern, in die Luft geworfen und wieder aufgefangen zu werden, oder die Jahrmarktvergnügungen wie Karussellfahren, Achterbahnfahren und Ähnliches. Bei diesen „Thrills“, Herausforderungen, die mit einem Gefühl des Schwindels einhergehen, geht es um den „Verlust des Gleichgewichts, der Standfestigkeit, des zuverlässigen Kontakts mit der sicheren Erde“ (Balint 1960, S. 20). Andere Formen solcher „Thrills“ sind Extremsportarten wie Bergsteigen, Bungeespringen [„am Seil hängen“] (Schmidbauer 2005, S. 143 ff.), Fallschirmspringen oder schnelles Motorradfahren und anderes mehr. Man kann unter das *kontraprophische* Verhalten auch das Lesen von Kriminalromanen oder Betrachten von Kriminalfilmen oder Horrorfil-

men rechnen. Als das Wesentliche bei all diesen Erfahrungen beschreibt Michael Balint (1960, S. 20): einerseits das bewusste und absichtliche (selbstbestimmte, aktive) Aufsuchen dieser „Gefahren“ und andererseits die mehr oder weniger zuversichtliche Hoffnung, wieder auf den „festen Boden“ oder in die sichere Geborgenheit zurückkehren zu können.

**Angstabwehr durch Versicherungen.** Als Angstabwehr direkter ist natürlich die Suche nach Versicherungen. Größte Profiteure der Angst sind die Versicherungsgesellschaften. Die schönsten Altbauten und die größten Neubauten gehören – den Versicherungsgesellschaften! Die Deutschen geben heute dreimal so viel für Versicherungen aus wie vor 20 Jahren – insgesamt rund 140 Milliarden Euro im Jahr (DER SPIEGEL 3/2006). Allein in Deutschland arbeitet mehr als eine Viertelmillion Menschen in Versicherungen (Schmidbauer 2005, S. 8). Aber nicht nur die Versicherungen, sondern die gesamte „Sicherheitsindustrie“ (zum Beispiel Sicherheitstechnik, Sicherheitsdienste und andere) schlägt aus den Ängsten der Menschen saftige Profite. Können diese riesigen Wirtschaftsunternehmen an einer Reduktion von Ängsten interessiert sein?

### **Angstabwehr durch Verstärkung von Überwachung und Verschärfung von Kontrolle.**

Ein weiterer Versuch der gesellschaftlichen Angstreduktion besteht in dem Versuch ständig wachsender Kontrolle und Überwachung (Videoüberwachung, Qualitätssicherungsmaßnahmen). Das ist auch ein unbewusster Hintergrund für das unaufhörliche Wuchern der Bürokratie und der Regeln und Gesetze – bis hin zur einheitlichen europäischen Festlegung der Krümmung einer Salatgurke. Mit der fortwährenden Erhöhung von gesetzlichen Regulierungen und der Aufblähung von Verwaltungsapparaturen soll unbewusst eine Erhöhung gesellschaftlicher Sicherheit erreicht werden. Der ZEIT-Journalist Georg Diez (2006) spricht von unserer „Hochsicherheitsgesellschaft“. Wie schwer die sich zum Beispiel damit tut, mit Gefahren aus der Natur zu leben, die den Traum einer friedlichen und damit angstfreien Koexistenz stören, wird an ihrem hysterischen Umgang mit Bären und Wölfen deutlich. Der Begriff „Hochsicherheitsgesellschaft“ trifft die Befindlichkeit unserer Gesellschaft vermutlich mehr als der von dem Sozialwissen-

„Angst differenziert nicht, sie vereinfacht.“ (Wolfgang Schmidbauer)

schaftler Ulrich Beck (1986) eingeführte Begriff der „Risikogesellschaft“. Denn das Risiko soll ja gerade vermieden werden. Der Psychoanalytiker Stavros Mentzos (1988) hat differenziert Formen *interpersoneller und institutioneller Abwehr* von Angst beschrieben.

**Angstabwehr durch Strafandrohung.** Drohungen spielen auch im juristischen Bereich eine nicht unwichtige Rolle. Auf der Angsterzeugung ruht der sogenannte *Präventivcharakter* von strafrechtlichen Bestimmungen. Die Strafandrohung wirkt jedoch nach allen Untersuchungen nur bei geringfügigeren Delikten abschreckend. Obgleich nachgewiesenermaßen bei Kapitalverbrechen der Vorbeugungscharakter von Strafandrohungen vollkommen unwirksam ist, erleben wir mit schöner Regelmäßigkeit, dass angesichts von Schwerverbrechen zum Beispiel immer wieder der Ruf nach der Todesstrafe laut wird und die Politiker unisono nach einer Verschärfung von Gesetzen schreien. Dies dient ausschließlich der eigenen und gesellschaftlichen Angstbeschwichtigung und ist deshalb auch in der Regel folgenlos!

Das vermeintliche Abschreckungsmoment der Todesstrafe könnte sich vielleicht sogar als kontraproduktiv erweisen. Wenn schon, ist es dann nicht viel fürchterlicher, mit der Vorstellung umgehen zu müssen, ein Leben lang im Gefängnis eingesperrt und seiner Schuld ausgesetzt zu sein? Könnte da der Gedanke an einen kurzen Prozess, der mit dem Tod endet, nicht eher einen angstmindernden und erlösenden Charakter besitzen?

**Angstabwehr durch Konservatismus.** Zur Angstabwehr gehört auch ein gesellschaftlicher, politischer und religiöser Konservatismus, der (ängstlich) am Bestehenden festhalten, nichts loslassen und keine Veränderungen zulassen will. Der alles selber in die Hand nehmen („alles im Griff haben“) und nichts anderen überlassen möchte. Für die Mächtigen in einer Demokratie wäre es vielleicht am besten, wenn es gar kein Volk gäbe (Bertolt Brecht)! Zu den konservierenden Abwehrtechniken gehören auch die *Wiederholungen*, wie sie uns in Riten, Zeremonien, Rhythmus oder Zwängen („*Wiederholungszwang*“) begegnen. Ihren Ursprung haben sie alle in den versichernden und damit angstreduzierenden *frühesten* Erfahrungen des Menschen, zum Beispiel den *rhythmischen* (Körper-)Geräuschen und Bewegungen, denen der

Fötus im Mutterleib ausgesetzt ist und die nach der Geburt durch Körperkontakt und die Stimme der Mutter weitergeführt oder zum Beispiel mit Spieluhren zum beruhigten Einschlafen nachgeahmt werden.

**Angstabwehr durch Vereinfachung von Komplexität.** Der zunehmenden Vernetzung von globalen Zusammenhängen und der damit verknüpften wachsenden – und Angst machenden – Komplexität und Unüberschaubarkeit wird vielerorts die Vereinfachung von Komplexen entgegengesetzt. Das ist der „*terrible simplificateur*“, der schreckliche Vereinfacher. Besonders radikale Gruppierungen und Parteiungen (rechts und links) bedienen sich dieses Instruments der Simplifizierung. „Angst differenziert nicht, sie vereinfacht“, bringt das Wolfgang Schmidbauer (2005, S. 34) in eine treffende Formel.

**Angstabwehr durch Projektion.** Eine weitere verbreitete Form der Angstabwehr besteht darin, zu versuchen, einem anderen die Angst einzujagen, die einen selber quält.

Angst macht uns das, was wir nicht kennen, was uns *fremd* ist, unvertraut. Wir versuchen, dieser Angst zu entgehen, indem wir „das Fremde“ ablehnen. Ein starkes Motiv für Fremdenhass und Fremdenfeindlichkeit ist eine dahinter stehende große Angst vor Überfremdung (Identitätsverlust), eine Fremdenangst (Xenophobie) (Michaels 2006). Die *Fremdenangst* leistet somit einen entscheidenden Beitrag zur Entwicklung von *Fremdenfeindlichkeit* (Auchter 1990). Wenn man sich seiner Identität nicht sicher ist, wird die Abwehr und Abgrenzung gegen den Anderen, den Fremden zur Angstabwehr umso notwendiger. „Wir hassen das, was wir nicht kennen“ (Freud 1915b, S. 329). Dagegen vermindern eine relativ sichere Identität und ein Kennen des Fremden (der dadurch weniger fremd wird) die Fremdenfeindlichkeit. Dafür spricht auch die umgekehrte Proportionalität zwischen dem Ausmaß des Fremdenhasses und dem Ausländeranteil einer Gegend. Je weniger Fremde, desto größer die Fremdenfeindlichkeit.

Die Projektion des „fremden eigenen Bösen“ in die Mit- oder Außenwelt scheint zunächst eine Entlastung zu bieten, denn das Bedrohliche ist dann nicht mehr unfassbar in uns. Allerdings ist der Preis, dass wir fortan Angst vor dem „bösen Anderen“ haben müssen. Verena Kast

*Die „Handysucht“ unserer Tage lässt sich ebenfalls als ein unbewusster Versuch verstehen, zum Beispiel Trennungs- und Verlassenheitsängsten zu entgehen.*

22

(2005, S. 63) beschreibt die Kontraproduktivität dieses Vorgehens: „Dunkelangst entsteht, wenn wir Dunkles auf die dunkle Außenwelt projizieren. Damit wird die nächtliche Außenwelt dämonisiert. Angst schafft Dämonen, Angst schafft Monster, aber Monster machen natürlich auch Angst.“

#### **Angstabwehr durch Verwandlung von Angst in Schmerz.**

Eine andere Form des Umganges mit der Angst ist der Versuch einer Verwandlung der (unfassbaren) Angst in (spürbaren) Schmerz, zum Beispiel durch Selbstverletzungen (Schmidbauer 2005, S. 8). Dadurch dass ich mich im Schmerz spüre, kann sich meine Angst vor dem Selbstverlust, der Leere oder der Spannung verringern. Schon Sigmund Freud (1923b, S. 253) formulierte: „Der Schmerz scheint ... vorbildlich für die Art, wie man überhaupt zur Vorstellung seines Körpers kommt.“ In diesen Bereich fallen auch das vor allem unter Jugendlichen verbreitete modische „Piercing“ und das ebenso modische „Tätowieren“. Schmidbauer (2005, S. 95) nennt sie „Schönheitsverletzungen“ und kommentiert: „Hier spielt das Motiv der demonstrativ überwundenen Angst eine wichtige Rolle.“ Diese Mode begann mit den „Sicherheitsnadeln“(!), die sich die Jugendlichen durch alle möglichen und unmöglichen Körperteile stachen. Sie bedeuten eine symbolische Versicherung gegen Ängste (Sicherheitsnadeln, Ringe).

Auch die jugendliche Modeerscheinung der sogenannten „Gothics“ oder „Grufties“, jener schwarz verkleideten, bisweilen wie ein Toter geschminkten jungen Menschen, die einem an Bahnhöfen oder sonstwo begegnen, lässt sich als unbewusster Abwehrversuch gegen die Todesangst begreifen.

Viele Initiationsriten oder Männlichkeitsriten haben ebenfalls etwas mit Angstabwehr beziehungsweise Angstüberwindung angesichts von „Übergängen“ und Veränderungen zu tun („Mutproben“). Kollektive Veranstaltungen und Gebräuche wie Fastnacht (Hexen, Geister) oder neuerdings „Halloween“ haben unübersehbaren Angstabwehrcharakter. Man „macht“ (anderen) Angst zur Abwehr der Angst, die einen selbst bedroht.

Die „Handysucht“ unserer Tage lässt sich ebenfalls als ein unbewusster Versuch verstehen, zum Beispiel Trennungs- und Verlassenheitsängsten zu entgehen. Wer ein Handy besitzt, ist „niemals alleine“, „immer erreichbar“,

kann sich wie mit einer elektronischen Nabelschnur ständig mit „bedeutsamen Anderen“ in Verbindung fühlen.

Auch kann man sich fragen, ob die ständige Musikbrieselung junger Leute ebenfalls einer Abwehr dient, nämlich der Angst vor der Ruhe, der Stille, die unbewusst mit der „ewigen Ruhe“, das heißt dem Tod gleichgesetzt wird.

#### **Angstabwehr durch Suche nach dem „Heilen und Ganzen“.**

Kollektiven Ängsten entgegenwirken soll auch die Suche nach (orientierungsvermittelnden, sicherheitsversprechenden) Heilsgewissheiten wie sie zum Beispiel in Religionen oder Ideologien angeboten werden. Unter diesem Aspekt betrachte ich die derzeitigen Fundamentalisierungstendenzen und Fanatisierungsbewegungen in der muslimischen Welt ebenso wie zum Beispiel in den Vereinigten Staaten von Amerika und anderswo als eine kollektive unbewusste Reaktion auf Bedrohungsgefühle, die aus den erwähnten *verunsichernden* modernen Entwicklungen (zum Beispiel: Globalisierung, Technisierung, Bürokratisierung, Fragmentierung, Flexibilisierung, Mobilität, Flüchtigkeit, Flüchtlingsbewegungen) herrühren. Der Fundamentalismus verspricht dagegen *absolute Sicherheit*, mit anderen Worten: die *Illusion totaler Angstfreiheit*.

Das ungestillte Sicherheitsbedürfnis ängstlicher Menschen kann zu einem angstgesteuerten Sichfesthalten und Sichanklammern an bestimmte Weltanschauungen, bestimmte Kollektive und an bestimmte „Führer“ beitragen. Auf diese Weise wird dogmatischen, fundamentalistischen (Pfürtner 1991, S. 106) oder fanatischen (Hole 1995, S. 20; Conzen 2005) Positionen der Weg bereitet. Ideologische „Führer“ verkünden als „Heilsbringer“ absolute und damit völlig sicher erscheinende Heilsgewissheiten („ewiges Heil“). Der gesunde Gläubige glaubt zu mindestens 50,1 Prozent und ist bis zu 49,9 Prozent von Zweifeln erfüllt. Der krankhaft Gläubige muss alle seine Zweifel durch einen 99,9-prozentigen Glauben abwehren (Reik 1923).

**Angstabwehr durch Größenwahn, Machbarkeitswahn, der „Prothesengott“.** Schon Sigmund Freud (1930a, S. 451) hatte darauf hingewiesen, dass sich der Mensch immer wieder zur Abwehr seiner Kleinheits- und Unvollkommenheitsängste zu einem „Prothesengott“ mache.

*Wenn wir uns unsere Angst vor Autounfällen bewusst machen würden, würde sich vermutlich kein Mensch mehr auf die Autobahn mit ihren Hochgeschwindigkeiten begeben.*

Ein Beispiel dafür ist der „absolut sichere“ Raketen-schutzschild, den George W. Bush über Amerika errichten wollte, oder seine ebenso illusionäre Ankündigung, so lange zu kämpfen, bis der Terrorismus *vollständig* ausgelöscht sei. Auch die *Gier* und *Unmäßigkeit* wirtschaftlicher und politischer Führungsfiguren nach Macht und Geld lassen sich psychodynamisch auf die Abwehr beängstigender unbewusster Insuffizienz- und Kleinheitsgefühle zurückführen.

Wie begrenzt der menschliche (technologische) *Machbarkeitswahn* tatsächlich ist, zeigte uns zum Beispiel die Tsunamikatastrophe von 2004 (Briendl 2006, S. 15) oder aktuell die Ölkatastrophe im Golf von Mexiko. Die wirkliche „Machbarkeit“ des Menschen besteht vor allem in seiner *Zerstörungsfähigkeit* (die Welt erlaubt sich, pro Jahr die Summe von ungefähr 900 Milliarden Euro für Zerstörungsgeräte [Waffen] auszugeben! Etwa 15-mal mehr als für Entwicklungshilfe!).

**Angstabwehr durch Verwandlung von Angst in Aggression und Gewalt (Einschüchterung): Kriegführung.** Eine weitere Form der Angstabwehr ist die Verwandlung der Angst in Aggression („Angstbeißer“) und Gewalt. „Gewalt wurzelt letztlich in verzweifelter Ohnmacht und in verzweifelter Angst“, schreibt Verena Kast (2005, S. 58). Der erwähnte kontraproduktive Versuch der Abwehr durch *Projektion* führt in die Gewaltspirale. So fixiert man unbewusst das Übel, zu dessen Überwindung man einst bewusst angetreten ist (wie Irak- und Afghanistankrieg zeigen).

Man kann sich auch an reale Angst gewöhnen, wenn man ihr fortwährend ausgesetzt ist. So kennt man das Phänomen, dass Kriegsteilnehmer (Soldaten, aber auch Zivilisten) nach und nach gefühlsmäßig abstumpfen (Gefühlstauheit) – und so auch ihre Angst nicht mehr spüren. Wenn es diese Anpassung an Angstsituationen nicht gäbe, wären wir nicht (oder nur sehr eingeschränkt) lebensfähig. Wenn wir uns unsere Angst vor Autounfällen bewusst machen würden, würde sich vermutlich kein Mensch mehr auf die Autobahn mit ihren Hochgeschwindigkeiten begeben.

**Angstabwehr durch Jugendwahn und Gesundheitswahn.** Letztlich dient der Jugendwahn einer zunehmend alternenden Gesellschaft als Abwehr gegen die Angst vor dem Äl-

terwerden („Anti-Aging-Industrie“), die letztlich *Todesangst* ist. Das Wahnhafte wird am „Gesundheitswahn“ sehr deutlich, bei dem einerseits zum Beispiel die zu meist völlig überflüssigen „Lebensmittelergänzungstoffe“ einen boomenden Markt darstellen, während gleichzeitig reale Gesundheitsrisiken willig und billigend in Kauf genommen werden (billige Lebensmittel, Rauchen, Trinken). „Wer Sorgen hat, hat auch Likör“, schreibt Wilhelm Busch (zit. n. Bandelow 2006, S. 100). Alkohol wird seit Urzeiten dazu benutzt, Angst zu bekämpfen, zu betäuben. „Fast die Hälfte aller Alkoholiker hat eine Angsterkrankung“ (ebd., S. 106). „Wir betäuben uns mit Arbeit, Genussmitteln und hektischen Unternehmungen, um die Angst vor dem Alleinsein nicht zu spüren“ (Briendl 2006, S. 20; Kast 2005, S. 215).

In der ARD-Dokumentation „*Die Angst-Industrie*“ verweist der Wissenschaftsjournalist Tilman Achtnich genau auf dieses merkwürdige Phänomen, dass nämlich die Deutschen in bestimmten Bereichen Sehnsüchte und Forderungen nach einem „Nullrisiko“ an den Tag legen (zum Beispiel Schadstoffe in Lebensmitteln, Asbestsanierung, BSE-Vorsorge) und damit bestimmte Gefahren maßlos überschätzen, während sie in anderen Bereichen wirkliche, viel höhere Risiken klaglos in Kauf nehmen (zum Beispiel Rauchen: 100.000 Tote/Jahr, Alkohol, Straßenverkehr).

**Angst und Religion.** Sigmund Freud (1927c, S. 339) betrachtet die „Erfindung“ von Göttern ebenfalls als einen Versuch, der Angst vor der Natur, dem Tod und dem Mitmenschen zu begegnen. „Eine ambivalente Rolle im Blick auf die Angst spielen auch die Religionen, vor allem die monotheistischen. Sie kennen neben ihren Verheißungen und Tröstungen auch Drohungen“ (Badewien/Loos 2006, S. 7). Die Religionen setz(t)en vor allem die Angst vor der Bestrafung zum politischen, geistigen und wirtschaftlichen Machterhalt ein. Ich nenne nur die Stichworte „Inquisition“, „Jüngstes Gericht“, „Fegefeuer“, „Hölle“, „ewige Verdammnis“.

#### Das Geschäft mit der Angst

Vor allem in drei sozialen Bereichen wird die Angst zu einem Werkzeug sozialer Kontrolle und Machtinstrumentalisiert: in der Politik, der Wirtschaft und der Religion. Alle drei neigen dazu (oft im Verbund mit be-

*In vielen Wirtschaftsbereichen stimulieren Experten zunächst Ängste, um dann anschließend ihre Dienstleistungen oder Produkte gewinnbringend an Mann und Frau zu verkaufen.*

24

stimmten Medien), zunächst Ängste zu schüren, um dann Abhilfe (durch sie selbst) gegen diese Ängste zu propagieren (Kast 2005, S. 215). Die Produktion von Angst ist zu einer Schlüsseltechnologie der Macht geworden.

So sind manche politischen Führungen durchaus daran interessiert, die Angst vor dem Terrorismus aufrechtzuerhalten. Politisch und medial wird das diffuse Bedrohungsgefühl, die „dumpfe Angst“, verstärkt und dann durch Konkretisierung in der Furcht, vor den Terroristen kanalisiert. „Die Angst erhält damit eine erkennbare Richtung, wird zur konkreten Furcht und angebliche Gegenmaßnahmen werden willig angenommen“, so der Medienwissenschaftler Peter A. Henning (2006, S. 49). Die Angst dient(e) konservativen Politikern dazu, bestimmte politische Interessen (zum Beispiel Einschränkung bürgerlicher Freiheiten und Rechte) durchzusetzen.

Die Wirtschaft, besonders der militärisch-industrielle Komplex, muss ebenfalls an einer Aufrechterhaltung der Ängste vor dem Terror (und dem Islam) interessiert sein, denn sie verdient an der Angstabwehr durch Kriegführen. Aus der Angstmache lässt sich im eigentlichen Sinn des Wortes „Kapital schlagen“. Und zwar in zweifacher Weise: erstens durch Waffenproduktion (diese Waffen müssen dann auch eingesetzt werden, damit neue produziert werden können – das geschieht in „begrenzten Waffengängen“ wie dem Golfkrieg, dem Afghanistankrieg, dem Irakkrieg, dem Libanonkrieg) und zweitens durch Aufträge zum Wiederaufbau. Nicht selten sind es dieselben riesigen Industriekomplexe, zu denen Waffenfirmen ebenso gehören wie zum Beispiel Baufirmen. So ist der Krieg vielleicht nicht „Vater aller Dinge“, wie Heraklit meinte, aber durchaus der Vater wirtschaftlicher „Erfolge“. Die kriegerische Zerstörung macht Sinn, denn sie hält die Wirtschaft in Gang. Die betroffenen Menschen sind halt „Kollateralschäden“.

Ein anderes Beispiel ist die verbreitete Angst vor der Arbeitslosigkeit. Zweifellos gibt es eine beängstigend hohe Arbeitslosigkeit. Aber sie wird von Interessierten auch instrumentalisiert, sie wird „gezielt dazu ausgenutzt, um eine weitere Spreizung der Lebenseinkommen durchzusetzen“ (Henning 2006, S. 66). Henning (ebd. S. 66) erwähnt als ein weiteres Beispiel für das Geschäft mit der Angst die „Apotheken-Umschau“. Sie stecke voller Vertiefungen der Zukunftsangst und übertriebener Warnungen vor gesundheitlichen Risiken – und biete

gleichzeitig ein üppiges Angebot von Medikamenten zu ihrer Vermeidung oder Bekämpfung. In vielen Wirtschaftsbereichen stimulieren Experten zunächst Ängste, um dann anschließend ihre Dienstleistungen oder Produkte gewinnbringend an Mann und Frau zu verkaufen (Schmidbauer 2005, S. 149).

Bestimmte Boulevardmedien machen natürlich auch immer wieder mit Katastrophen- und Panikschlagzeilen Auflage. Aggression, Gewalt und *Destruktion* faszinieren die Massen. Aber auch in den seriösen Medien besetzen Katastrophenmeldungen nicht selten die ersten Plätze in den Nachrichten.

Freud (1933a, S. 468) problematisiert die scheinbar selbstverständliche Idealforderung vieler Kulturgesellschaften: „Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst.“ Sie werde der Wirklichkeit, in der der Nächste nicht liebenswert sei, sondern auch hassenswert, nicht gerecht. Akzeptabel erscheint Freud (1933a, S. 469) eine Formulierung wie: „Liebe deinen Nächsten, wie dein Nächster dich liebt.“ Die Idealforderung verleugne das Bedrohliche, das auch vom Nächsten ausgehen könne. So haben die Psychoanalytiker Paul Parin, Fritz Morgenthaler und Goldy Parin-Matthey (1971) einem ihrer ethnopsychanalytischen Bücher den durchaus realistischeren Titel gegeben: *„Fürchte deinen Nächsten wie dich selbst.“*

Das Problem bei allen individuellen und kollektiven Abwehrtechniken besteht darin, dass damit die Angst möglicherweise aus dem *Bewusstsein* verbannt werden kann, aber *nicht* aus dem *Sein*. Die ins Unbewusste verdrängte Angst wird sich dann – und das ist das Gefährliche – unbewusst, das heißt wenig vom bewussten Ich zu kontrollierende Ausdruckswege suchen.

Ich möchte an dieser Stelle auch die Frage aufwerfen: „Ängstigen wir uns eigentlich richtig?“ Haben wir vor den richtigen Dingen Angst, oder betätigen wir uns wie ein kollektiver Neurotiker, der seine Angst aufs Kleinste verschiebt, damit er sich vor den tatsächlichen Problemen nicht ängstigen muss? Jede Woche wird von den Politikern, den Medien oder anderen interessierten Gruppen eine neue „Angstsau“ durchs Dorf gejagt, damit aber gleichzeitig die von der letzten Woche aus den Schlagzeilen verdrängt – die möglicherweise nie wieder auftaucht (zum Beispiel Rinderwahn, Vogelgrippe, Schweinegrippe). Auch das ist eine Form kollektiver Verdrän-

*Seitdem der Mensch sowohl das Angstmachen als auch das Angstmindern selbst in die Hand genommen hat, kann er keinen Gott und keine Götter mehr dafür verantwortlich machen.*

*Seitdem der Mensch sowohl das Angstmachen als auch das Angstmindern selbst in die Hand genommen hat, kann er keinen Gott und keine Götter mehr dafür verantwortlich machen.*

gung der wirklich beängstigenden Probleme unserer Tage.

### Schlussüberlegungen

Seitdem der Mensch – im Zeitalter der Aufklärung – sowohl das Angstmachen als auch das Angstmindern selbst in die Hand genommen hat, kann er keinen Gott und keine Götter mehr dafür verantwortlich machen. Er muss auch seine Angst als Teil von sich selbst betrachten. Der Psychoanalytiker Fritz Riemann (1961, S. 120; kursiv T. A.) fasst seine Überlegungen zum Thema paradox so zusammen: „Die Angst ... ist weniger ein möglichst zu vermeidendes Übel als ein Faktor der Entwicklung, uns vertiefend und vermenschlichend, wenn wir uns echt mit ihr auseinandersetzen, was bedeutet, dass jeder in dem ihm angemessenen Maße sie zugleich zu *überwinden* versucht, *zugleich annehmen* muss“.

Es gibt also nur ein Leben mit der Angst. Alle Versuche einer vollständigen Eliminierung von Angst sind letztlich zum Scheitern verurteilt. Womöglich müssen uns deshalb manche der individuellen und kollektiven krankhaften Abwehrversuche gegen die Angst mehr Angst machen als die Angst selber (Schmidbauer 2005, S. 8).

Letztlich müssen sowohl der Einzelne als auch die Gesellschaft eine Entscheidung darüber treffen, ob sie weiterhin an der unerfüllbaren Illusion eines vollkommen angstfreien Zustandes festhalten wollen (mit all dem, was das an Preis kostet) oder ob sie die Herausforderung, das menschliche Wagnis eingehen, sich mit der Realität eines Lebens zu bescheiden, zu dem in gewissem Maße immer auch Angst gehört. Angst ist menschlich, und wenn nicht, muss sie vermenschlicht werden!

### Literatur

- Anders, G. ([1956] 1988): Die Antiquiertheit des Menschen. München: Beck.
- Auchter, T. (1990): Das fremde eigene Böse. Zur Psychoanalyse von Fremdenangst und Fremdenhaß. In: Universitas 45, S. 1125–1137.
- Auchter, T. (2002): Erlösung als Prozess. In: Balint Journal 3, S. 34–38.
- Auden, W.H. (1947): The Age of Anxiety. New York: Random House.
- Badewien, J./Loos, H.E. (Hrsg.) (2006): „Angst essen Seele auf“. Vom Umgang mit Ängsten. Bad Herrenalb: Herrenalber Forum.
- Badewien, J./Loos, H.E. (2006): Vorwort. In: Badewien, J./Loos, H.E. (Hrsg.) (2006), S. 7–8.
- Balint, M. (1960): Angstlust und Regression. Beitrag zur psychologischen Typenlehre Stuttgart: Klett.
- Bandelow, B. (2006): Das Angstbuch. Woher Ängste kommen und wie man sie bekämpfen kann. Reinbek: Rowohlt.
- Bauman, Z. (2003): Flüchtige Moderne. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Bauriedl, T. (1988): Die Wiederkehr des Verdrängten. Psychoanalyse, Politik und der Einzelne. München: Piper.
- Beck, U. (1986): Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Bion, W. (1962): Eine Theorie des Denkens. In: Psyche 17, S. 426–435.
- Bode, S. (2006): Die deutsche Krankheit – German Angst. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Briendl, I. (2006): Archetypen der Angst und das sich ängstigende Individuum. In: Badewien, J./Loos, H.E. (Hrsg.) (2006), S. 9–30.
- Chasseguet-Smirgel, J. (1988): Zwei Bäume Im Garten. München/Wien: Internationaler Psychoanalytischer Verlag.
- Chomsky, N. (2001): War against people. Menschenrechte und Schurkenstaaten. Hamburg: Europa.
- Claessens, D. (1980): Das Konkrete und das Abstrakte. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Conzen, P. (2005): Fanatismus. Psychoanalyse eines unheimlichen Phänomens. Stuttgart: Kohlhammer.
- Diez, G. (2006): Die Jagd auf Bruno, den Rüpel. In: DIE ZEIT 23, S. 53.
- Dornes, M. (1999): Das Verschwinden der Vergangenheit. In: Psyche 53, S. 530–571.
- Dreher, A.U./Juszcak, M./Schmidt, M. (Hrsg.) (2004): Theorie und Klinik der Angst. Tagungsband der DPV-Tagung November 2004. Bad Homburg.
- Ehrenberg, A. (2004): Das erschöpfte Selbst. Depression und Gesellschaft in der Gegenwart. Frankfurt am Main/New York: Campus.
- Etymologisches Wörterbuch des Deutschen. Pfeifer, W. (Hrsg.) (1995). München: dtv.
- Fonagy, P./Gergely, G./Jurist, E.L./Target, M. ([2002] 2004): Affektregulierung, Mentalisierung und die Entwicklung des Selbst. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Freud, S.: Alle Arbeiten von Freud werden zitiert gemäß der Werkkonkordanz von Meyer-Palmedo, I./Fichtner, G. (1989), Frankfurt (Fischer). Die Seitenangaben im Text beziehen sich auf die Gesammelten Werke (G.W.)
- Funke, M. (Hrsg.) (1977): Terrorismus. Untersuchungen zur Strategie und Struktur revolutionärer Gewaltpolitik. Bonn: Bundeszentrale für politische Bildung.
- Hacker, F. (1973): Terror. Mythos – Realität – Analyse. Wien/München/Zürich: Molden.
- Henning, P.A. (2006): Angst in der Mediengesellschaft. In: Badewien, J./Loos, H.E. (Hrsg.) (2006), S. 44–68.
- Hoffman, B. (1999): Terrorismus, der unerklärte Krieg. Neue Gefahren politischer Gewalt. Frankfurt am Main: Fischer.
- Hole, G. (1995): Fanatismus. Freiburg: Herder.
- Hüther, G. (1997): Biologie der Angst. Wie aus Stress Gefühle werden. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Kasch, W.F. (1978): Terror – Bestandteil einer Gesellschaft ohne Gott? In: Geißler, H. (1978): Der Weg in die Gewalt. Geistige und gesellschaftliche Ursachen des Terrorismus. München/Wien: Olzog, S. 52–68.
- Kast, V. ([1996] 2005): Vom Sinn der Angst. Freiburg: Herder.
- Keupp, H. (1999): Subjektsein heute. In: Wege zum Menschen 51, S.136–152.
- Krause, R. (2000): Affekt, Emotion, Gefühl. In: Mertens, W./Waldvogel, B. (Hrsg.) (2000): Handbuch psychoanalytischer Grundbegriffe. Stuttgart: Kohlhammer, S. 30–37.
- Laqueur, W. (1982): Terrorismus. Frankfurt am Main: Suhrkamp.