

Norbert Jung, Fachhochschule Eberswalde

Zur Natur der Angst

Wie kann sich ein Psychotherapeut einer naturwissenschaftlichen Sicht eines Phänomens nähern, dem er in schillernd vielfältiger Weise im täglichen Erleben gegenübersteht, also jenseits von wissenschaftlicher Objektivität? Einen Weg bietet bereits die Klugheit unserer Sprache an: Vertauschen wir die Begriffe des Titels, so lautet er: Zur Angst der Natur.

Dies ist kein poetisches Wortspiel, wie sich zeigen wird: Das, was wir Menschen denkend und fühlend Angst nennen, ein Begriffsprodukt unserer artspezifischen Sprache, ist als Sein und Tun in der Natur in mannigfacher Weise vorhanden. Teil des Ordnung schaffenden Geistes in der Natur, wie es Gregory BATESON, einer der wissenschaftlichen Väter WATZLAWICKS, nannte¹ oder jener Kognition, wie sie CAPRA² als universale Eigenschaft biologischer Systeme versteht (s.a. MATURANA u. VARELA³).

Dabei, und dies muß als Vereinbarung zwischen uns erfahrungsgemäß stets neu formuliert werden, gehen wir von einem Ansatz aus, den Sigmund FREUD als zweite große Kränkung des Abendlandes bezeichnete, nämlich von der DARWIN'schen Deszendenztheorie⁴. Sie gab uns das Verständnis, daß alles typisch Menschliche, das uns so weit aus dem restlichen Tierreich herauszuheben scheint, systemhaft aus der Natur und also einfacheren, „primitiven“ Formen entstanden ist. So wie Zahl, Verschiedenheit und Fülle der Zweige eines wachsenden Baumes auf den Wurzeln und der Zahl und Art der Äste fußt, also von deren Beschaffenheit abhängt, so konnte in der Evolution Neues stets nur auf der Benutzung von Altem aufbauen. Im Neuen sind stets die Wurzeln, aus denen es wuchs, zu finden (s.a. JUNG⁵). Entwicklung ist ein Zeitgeschehen, die Zeit ist eindimensional, es gibt keine Rückwärtsentwicklung, lediglich ein Absterben, ein Vergehen. Biologische Systeme also als sichtbar gewordene Zeit. Angst als sichtbar gewordene Erkenntnis der Natur, als Produkt von Naturentwicklung.

Was ist Angst?

Es ist ein Wort, das üblicherweise ein Erleben meint ,das alle kennen. Was oft übersehen wird: Es ist ein **Verhalten**, ein inneres oder äußeres: Das Streben weg von Gefahr und hin zu

¹ BATESON, G. 1985 (1972): Ökologie des Geistes. Frankfurt/M: Suhrkamp

² CAPRA, F. 1996: Lebensnetz. Ein neues Verständnis der lebendigen Welt. Bern...: Scherz

³ MATURANA, U. u. F. J. VARELA 1987: Der Baum der Erkenntnis. Bern...: Scherz/Goldmann

⁴ DARWIN, CH. 1871: The Descent of Man. London (Dt. Ausg. 1908: Die Abstammung des Menschen. Leipzig: Kröner

⁵ JUNG, N. 1988: Angst - biologisches oder psychologisches Phänomen? In: SEEFELDT, D. et al. (Hrsg.) Angst und Angstbewältigung. Mat. Potsdam. Psychother. Symp. 1988, Ges. f. Ärztl. Psychother., Potsdam, S. 34-50

Sicherheit. Der Tierpsychologe und Tiergärtner H.HEDIGER⁶ nennt es den Funktionskreis der Gefahrvermeidung, TINBERGEN&TINBERGEN⁷ sprechen vom Verhaltenssystem „Meideverhalten“.

Flucht, Meidung, Ausweichen und Beseitigung der Gefahr und Erreichung von Sicherheit sind das Ziel dieses Strebens. So formuliert, vereint uns dies mit unseren Wurzeln im Tierreich: Es gilt für Mensch und Tier.

Aber hier kollidieren leicht die unterschiedlichen disziplinäre Begriffsverständnisse von Biologie und großen Teilen der Psychologie: *Verhalten* ist in der Biologie sehr viel weiter gefaßt, als es meist in der Psychologie (z.B. FRÖHLICH 1997⁸) geschieht. Es umfaßt in der verhaltensbiologischen Definition alle „Organismus-Umwelt-Beziehungen auf der Basis des Informationswechsels“ mit dem Ziele der Optimierung von Angepaßtsein (Fitness), individuell und über die Generationen (TEMBROCK⁹). Das heißt, daß auch innere Vorgänge, wie die Wahrnehmungen und ihre Verarbeitung, die Entstehung von Stimmungen, Emotionen und Kognitionen Aktivitäten und damit Teile des Verhaltens sind. Denn sie münden immer in diese Interaktion zwischen Organismus und Umwelt. Abb. 1 veranschaulicht die internen und externen Verhaltensprozesse als Informationssysteme.

Damit sind sichtbares Verhalten (Handeln, nonverbale und verbale Kommunikation etc.), vegetatives Erregungsmuster, Wahrnehmungsselektion und Emotion lediglich verschiedene „readouts“ ein und derselben Ursache, der bisher direkt nicht erfaßbaren Antriebsaktivierung (cf. KRAUSE 1983, 1997¹⁰). Die Emotion und also auch die Angst hat damit stets ein Verhaltensziel (Teleonomie des Verhaltens) und kann beim Menschen als bewußtwerdende oder wahrgenommene Handlungsbereitschaft zur Flucht (incl. Meidung) und/oder Gewinnung von Sicherheit bezeichnet werden. Abb.2 skizziert vereinfacht diesen Sachverhalt:

Emotion, Gefühl	Auslösung		Erschließ- bare Kognition	Ziel		Wirkung
	Reizer- eignis	Planinterfe- renz (KRAUSE)		Verhalten	Folgestatus (KRAUSE)	
Angst / Furcht (Panik)	Bedrohung	Selbsterhal- tung gefährdet	„Gefahr“	Davonlau- fen	Handlungsunter- brechung, Aufmerksamkeits- maximierung	Schutz

Abb 2.: Funktionen der Grundemotion Angst (nach KRAUSE 1997 und PLUTCHIK 1980¹¹)

Zur ausführlicheren ethologischen und physiologischen Beschreibung und Definition von Angst vgl. JUNG 1988 (l.c.).

⁶ HEDIGER, H. 1979: Tierpsychologie in Zoo und Zirkus. Berlin: Henschel

⁷ TINBERGEN, N.U.E.A. 1984: Autismus bei Kindern. Berlin...: Parey

⁸ FRÖHLICH, W.D. 1997: Wörterbuch der Psychologie. München: dtv

⁹ TEMBROCK, G. (HRSG) 1978: Verhaltensbiologie. (Wörterbücher der Biologie). Jena: Fischer

¹⁰ KRAUSE, R. 1997: Allgemeine psychoanalytische Krankheitslehre. Bd. 1. Stuttgart: Kohlhammer

Organismus

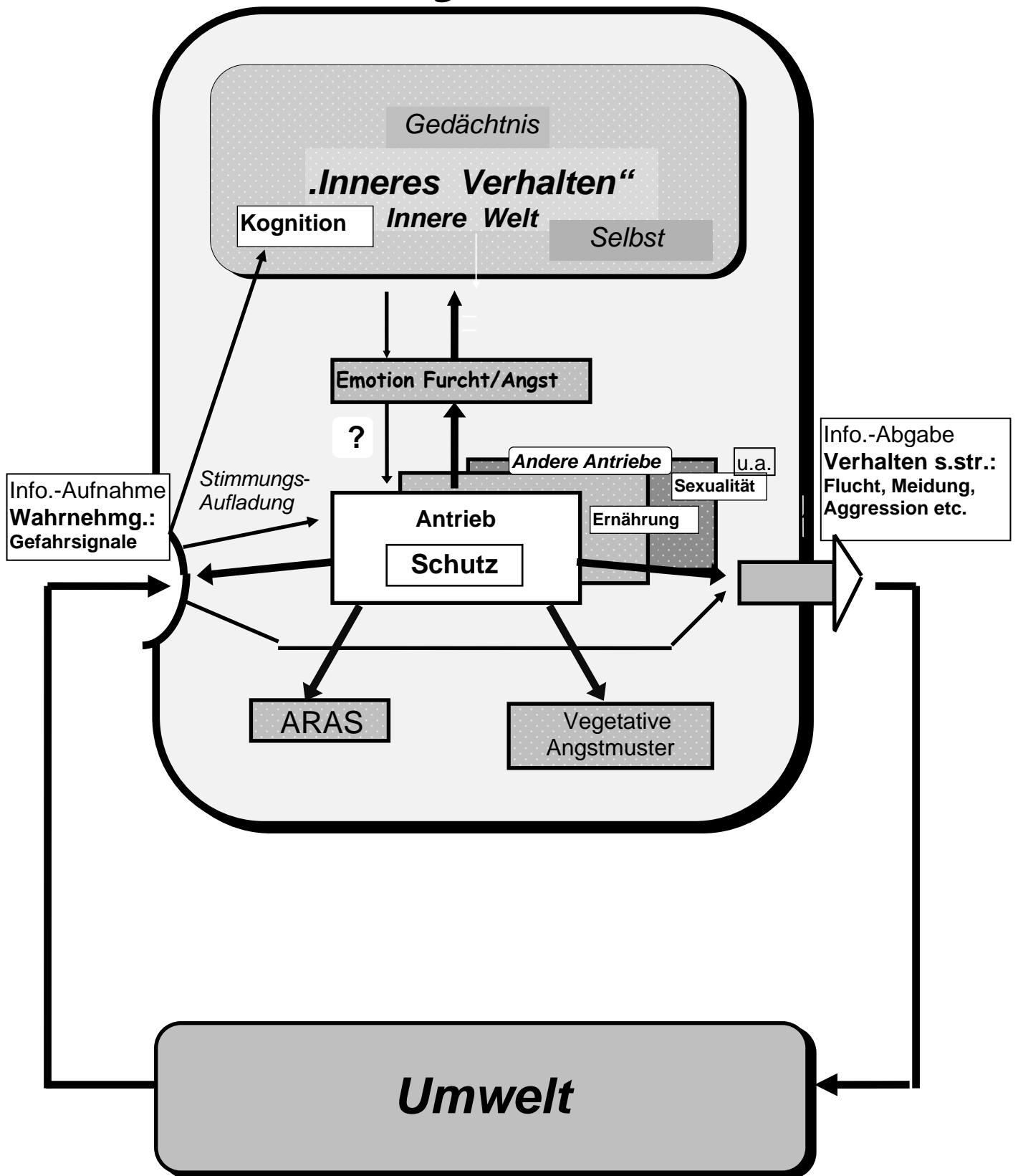


Abb.1: Verhalten des Menschen als Organismus-Umwelt-Informationswechsel (JUNG, vereinfacht nach EHRHARDT, HASSENSTEIN,TEMBROCK)¹²

¹¹ PLUTCHIK, R. 1980: Emotion. A psychoevolutionary synthesis. New York: Harper & Row

¹² EHRHARDT, K.J. 1975: Neuropsychologie 'motivierten' Verhaltens. Stuttgart: Enke
 HASSENSTEIN, B. 1980: Instinkt, Lernen, Spielen, Einsicht. Einführung in die Verhaltensbiologie. München: Piper
 TEMBROCK, G. 1992: Verhaltensbiologie. Jena: Fischer

Aus Abb.1 wird ersichtlich:

- Der Antrieb ist die unbewußte Ausrichtung des Organismus auf Verhalten gegenüber denjenigen Klassen von Umweltobjekten, die zu dem aktivierten „Bedürfnis“ im Sinne der psychobiologischen Fitness (Angepaßtheit) passen /benötigt werden.
- Der Antrieb A. wird erfaßbar und erfahrbar nur durch seine „readouts“ (KRAUSE): motorisches und exkretorisches Verhalten A., Gefühl A., vegetatives Muster A., Arousal, Kognition A., Wahrnehmung A. Diese „Readouts“ ereignen sich synchron. Sichtbares Verhalten und Emotion bspw. sind ebenso wie Emotion und Vegetative Reaktion lediglich zwei Seiten des gleichen Prozesses.
- Die unterschiedlichen Antriebe konkurrieren miteinander: Ist ein Antrieb überschwellig aktiviert, so unterdrückt er alle anderen (Höchstwertdurchlaß, HASSENSTEIN 1980 l.c.).
- Erreichen die Stärken von Außenreiz und aktivierter Antrieb (Bereitschaft) einen bestimmten Wert, so wird entsprechendes Verhalten ausgelöst (Prinzip der doppelten Quantifizierung, HASSENSTEIN 1980 l.c.) (gilt für Furcht, d.h. gerichtete Angst).

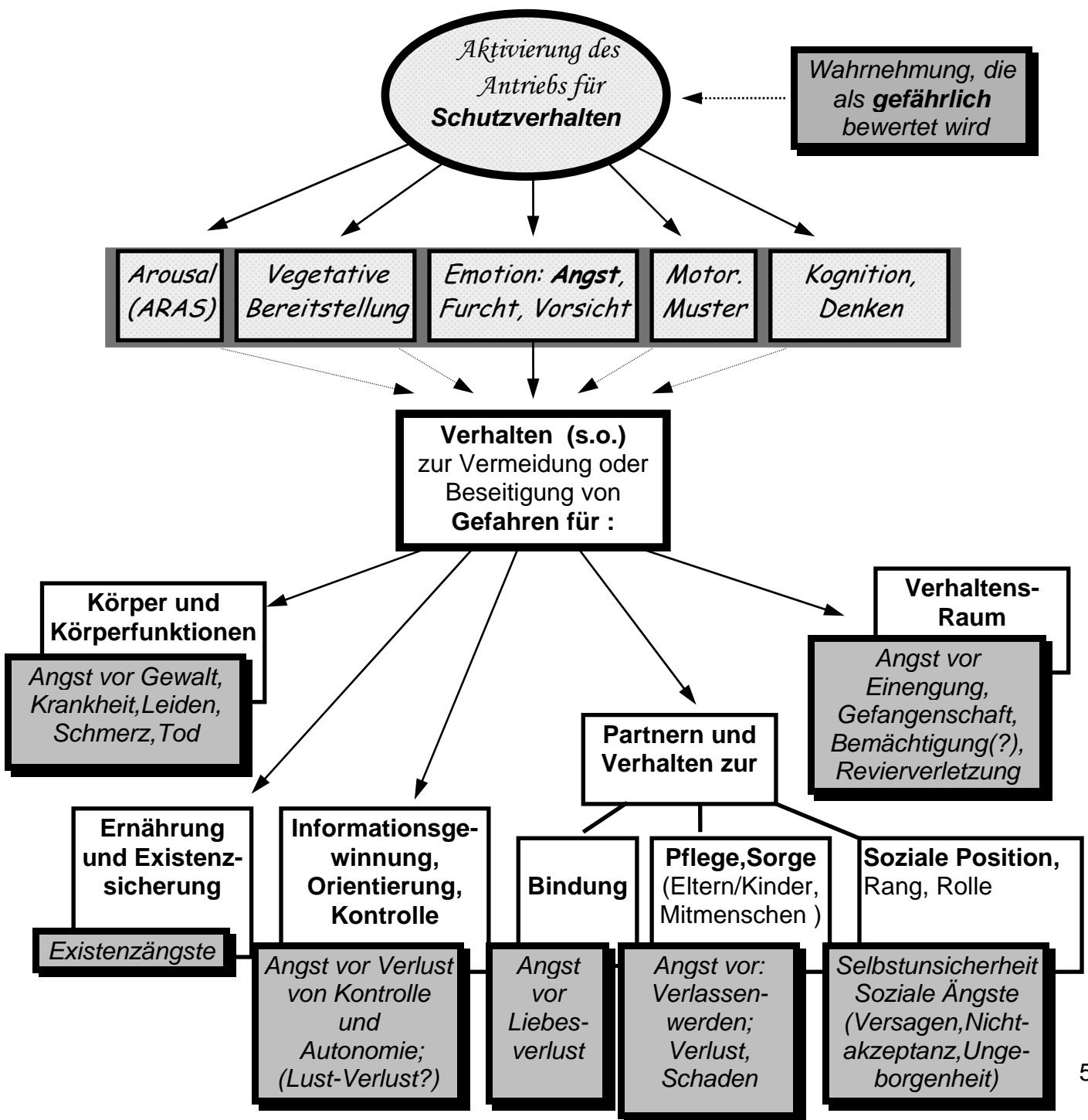
Wie kam die Angst in die Welt?

Vor ca. 3 Mrd. Jahren entstanden nach heutiger Vorstellung die ersten Zellen, das erste Leben. Hatten sie Angst? Dazu bestand kein Grund: Die Gene produzierten vermutlich identische Individuen, die Zellen waren sozusagen Fließbandprodukte, die die stets gleichen Gene trugen. Wurde ein Individuum vernichtet, so starb kein Genom, denn das lag ja in den anderen Zellen noch tausendfach vor. Das Genom mußte die Zellen also nicht mit einem entsprechenden Schutzverhalten ausstatten. Die Natur ist faul - sie tut nur das Notwendige. Was heißt aber: „Genom“? Das ist sich selbst reproduzierende eine Vorschrift von Reaktionsmöglichkeiten, in der Umwelt existieren zu können, von ihr zu leben. Ein anderes Genom bedeutet: andere Möglichkeiten. Die Logik unserer Hypothese führt nun schnell auf einen Punkt: Solange das Genom A identisch in allen Individuen vorliegt, braucht es sich nicht im Individuum zu schützen, es existierte ja in tausenden von Individuen identisch. Es geht also um *Möglichkeiten*. Wenn aber, wie in fast allen heute lebenden Organismen in jedem Exemplar ein etwas anderes Genom, also andere Möglichkeiten, Potenzen der Umwelanpassung vorhanden sind, dann sollten diese einmaligen Genome ihre Individuen mit Schutzverhalten ausstatten. Und dies geschah um einer entscheidenden Erfindung des Lebens willen: der Eroberung der vielgestaltigen Umwelt durch Erzeugung möglichst vieler Varianten. Der Trick, den die Evolution zur effektiven Variantenerzeugung erfand, hieß : Mischung der Genome und das bedeutete Zweigeschlechtigkeit und damit Sexualität. Auf diesen Gedanken baute TEMBROCK¹³ die Hypothese auf, daß die Angst mit der Erfindung von Zweigeschlechtigkeit und Sexualität in die Welt kam und besonders notwendig wurde. Sie wäre damit in ihrem naturgeschichtlichen Urgrund der Verhaltensantrieb zum Schutze und zur Sicherung von Individualität, von Einmaligkeit und damit auch einmaligen Lebensmöglichkeiten. Schließt sich hier nicht logisch die therapeutische Erfahrung an, daß es ein Grund für vielleicht die tiefste Angst ist , wenn ein Mensch sich nicht mehr als Individuum spürt (Angst vor Identitätsverlust)? Sowohl symbiotische als auch psychotische Ängste

¹³ TEMBROCK, G. (im Druck) :Naturgeschichte der Angst. Darmstadt:Wiss. Buchgesellschaft

spiegeln dieses jahrmillionen alte Muster möglicherweise wieder. Auch jener psychotische geistig schwerst Behinderte kommt mir in den Sinn, der in einer Zeit gesteigerter Unruhe eine Fensterscheibe einschlägt, um mit der gespreizten Hand in die Scherben zu schlagen und sich tief zu verletzen: So spürt er sich wieder, Schmerz ist nicht das Schlimmste, was ein Mensch erleiden kann,

<p><u>Funktionskreis 'Schutz'</u> (Gefahrvermeidung)</p>	<p>Verhaltensbereitschaft: Flucht vor Reiz Emotion: Angst, Furcht Verhalten: Flucht, Meidung, Ausweichen, Vor-sicht, Schutzsuche, Totstellen/'Lähmung', Aggression. Mensch: psychische Abwehr/ Verdrängung ins Unterbewußte, „Ausreden“ etc.</p>
---	---



Andere Ängste, wie etwa die vor Hilflosigkeit, Verantwortung o.ä. können in dem einen oder anderen Kontext erscheinen, da sie mit anderen psychologischen Komponenten verbunden sind. Altruistische Ängste (um Mitmenschen) entstammen wahrscheinlich dem Pflegekontext. Neurotische Ängste sind hier u.a. wegen der Stellvertreterfunktion nicht enthalten (Phobien, Angst vor eigener Aggression, Panikattacken, depressive Ängste etc.)

Abb.3: Der Funktionskreis Schutz

sondern jene Urangst. Bestimmte Autogressionen wären so Ausdruck tiefster

Existenzangst. Wir dürfen sie tief im Unterbewußten an der Grenze zum Außerbewußten vermuten, da sie schon weit vor dem Beginn der Hominisation in den Hirnen der tierlichen Vorfahren verankert war, spätestens seit der Entwicklung der Landwirbeltiere vor 400 Millionen Jahren. Der Grundantrieb der Angst kann also, das wäre aus dieser Hypothese zu resümieren, als Drang zur Abwehr von Gefährdung von Individualität überhaupt gesehen werden (TEMBROCK l.c.). Verständlich, daß sich die Angst daher nicht nur der Flucht und Meidung, sondern auch der Aggression bedient.

Was kann Individualität gefährden?

Unversehrtheit des Körpers, Ungestörtheit des Tuns, Raum zum Leben und Vorhandensein von Partnern sind biologische Seinsbedingungen. Die entsprechenden Ängste lassen sich zuordnen (Abb.3).

Biologisch gesehen, gibt es für den Menschen vier Kategorien der Gefährdung der Individualität:

- Die **Gefährdung der Existenzgrundlagen** durch Versiegen oder Fehlen (Nahrungsmangel, Kälte und Hitze, körperlicher Lageverlust etc.),
- die **Gefährdung durch Freißfeinde, Parasiten** bzw. andere Tierarten, also Raubtiere, giftige Tiere wie Spinnen, Schlangen, Skorpione etc. ,
- die **Gefährdung durch fremde Artgenossen** (der böse Fremde, der schwarze Mann usw.) und die **Gefährdung des Sozialkontaktes** und der Bindung zu den vertrauten Artgenossen, zur eigenen Gruppe.

Es ist unschwer nachzuvollziehen, daß für jede dieser Kategorien sinnvollerweise bestimmte Verhaltensweisen der Angst bzw. Furcht benötigt werden, um die Gefahr zu meiden oder abzuwenden.

Das beginnt bereits bei der Wahrnehmungsorientierung.

EIBL-EIBESFELDT & SÜTTERLIN (l.c.) verwenden eine ähnliche Einteilung:

1. Angst vor Tieren/ Freißfeinden
2. Angst vor Artgenossen/Mitmenschen:
 - Urmißtrauen/der Fremde
 - Partnerverlust
 - Gruppenbezogene Ängste:
 - Dominanzfurcht
 - Angst vor Gesichts- und Statusverlust
 - Strafängste bei Regelverstößen: Schuldgefühle
3. Phantasiegeborene Ängste (Gefährdungs-Antizipation)

Die phantasiegeborenen Ängste sind für Angststörungen offenbar die bedeutsamsten. Ob es Vorformen im Tierreich gibt, ist schwer auszumachen.

Der Punkt „**Gefährdung des Sozialkontaktes**“ darf uns oberflächlich stutzen machen: Gefährdung von Individualität durch Verlassenwerden, durch Fehlen von Sozialpartnern, ist das denkbar? Biologisch ist dieser Zusammenhang durchaus sinnvoll: Einerseits ist, wie oben ausgeführt, ist die mächtigste Triebkraft der biologischen Entwicklung die Heterosexualität, um per Genmischung neue Varianten zu erzeugen. Um dies zu gewährleisten, müssen Partner erreichbar sein. Die höheren Tiere haben insbesondere mit der Erfindung der Partner- und Gruppenbindung -die wiederum auf der Erfindung der Brutpflege basiert- die Chance erhöht, einen Sexualpartner zu finden. Biologische Individualität hat also den Sinn, durch die sexuelle Verbindung mit einer anderen Individualität eine neue Individualität zu erzeugen. Darin steckt also ein biologischer Sinn der Entstehung von Sozialität. Die heutige oft so oberflächliche Entgegensetzung von Sozialität in der Gruppe und Individualität wird damit ad absurdum geführt: Ohne Sozialität, ohne die anderen Menschen keine Individualität. Wir alle haben diese Erfahrung gemacht, im Guten oder auch schmerzhaft: In der vertrauten Gruppe spüren wir unser Anderssein am intensivsten, können wir aber auch, im positivsten Falle, unsere individuellen Potenzen am besten verwirklichen. Es sei nur auf den Zusammenhang von Angstfreiheit, Sicherheit, Anerkennung, Geborgenheit und Kreativität, Erkundungs- und Spielbereitschaft hingewiesen.

Sind nun diese Quellen biologischer Grundängste nicht heute irrelevant geworden, da der Mensch sich seit spätestens 10 000 Jahren aus der Abhängigkeit von der Natur befreit und dies in der Neuzeit fast perfektioniert hat? Finden wir sie heute noch wieder?

Bei der „**Gefährdung durch den fremden Artgenossen**“ wird uns dies in der Konkurrenzgesellschaft noch am ehesten nachfühlbar. Soziologische Untersuchungen in Deutschland weisen die Angst am Arbeitsplatz in Unternehmen inzwischen als Massenphänomen aus: 92,8 % haben Angst um ihren Arbeitsplatz, 83% Angst vor Offenheit ,63% sehen sich überfordert, 45% haben Angst wegen gesundheitsbedingtem Arbeitsplatzverlust, 38% wegen Alters, 85% sehen keinerlei Mitspracherecht, haben Angst vor Sanktionen bei Kritikäußerungen¹⁴. Solche Ängste fallen nicht von einem konstruktivistischen Himmel, sie wachsen auf dem Boden unserer Naturhaftigkeit und werden durch gesellschaftliche Signale, Strukturen und Prozesse gefördert und ausgelöst.

Hier ist auch ein heißes Eisen zu nennen, weil es ein gesellschaftliches Tabu berührt: Die Fremdenfurcht oder Xenophobie. Daß ein Kleinkind gegen Mitte bis Ende des ersten Lebensjahres jene so wichtige Fremdphase durchmacht, ist allen Eltern bekannt. Daß diese xenophobe Tendenz aber latent in unserem Unterbewußten erhalten bleibt, wird oft vehement abgelehnt. Je fremder in

¹⁴ ORB/Rundfunk 15.12.96; 18.30 .PANSE, W. u. W.STEGMANN 1997: Kostenfaktor Angst. Mi-Verlag.

Gestalt, Verhalten und Aussehen, desto größer Angst und Aggression. HASSENSTEIN¹⁵ nennt diese „Reaktion des Entsetzens vor dem entstellten Artgenossen“ „Gespenst-Reaktion“

Wir haben Grund zu der Annahme, daß hinter Fremdenfeindlichkeit auch Fremdheitsangst steckt und daß dies eine biologisch angelegte Tendenz ist, die durch gesellschaftliche Prozesse freigesetzt werden kann. Es geht stets um biologisch angelegte Verhaltenstendenzen, wenn Kinder zu Toleranz gegenüber dem Anderartigen erzogen werden müssen, ihre Angst und Ablehnung dagegen sich jedoch spontan durchsetzt (cf. EIBL-EIBESFELDT 1984¹⁶).

Die **Gefährdung durch Freßfeinde** ist heute in der Industriegesellschaft real nicht mehr gegeben, es sei denn im Abenteuerurlaub. Dennoch liegt die Angst vor der Natur unter der Oberfläche parat. Eines der Kulturzentren der Industriegesellschaft, der Horror- und Science-fiction-Film, rufen Abend für Abend mit instinktiver Treffsicherheit bei Millionen von Zuschauern Ängste mittels archetypischer Figuren hervor: Ängste vor dem tötenden und verletzenden Artgenossen (der Fremde), vor dem entstellten Artgenossen und vor Tierwesen . Wie sehen die Gestalten aus, die uns gruseln machen? Welche Gestalt hat das Grauerregende, haben die Aliens? Sie weisen einerseits Merkmale des entstellten Artgenossen auf: leere, weiße oder rote Augenhöhlen, Haut- und Fleischdefekte bis auf die Knochen , starre Mimik oder starre technische Masken. Andererseits werden Tiermerkmale benutzt: gefährliche Zähne, Schuppenpanzerhaut, Insektenaugen, Reptilienvisagen lange Ohren, Krallen, tierliche Lautgebungen. Das funktioniert, obwohl wir doch lerntheoretisch geschult annehmen müßten, daß wir solche realen Naturgefahren längst gebannt haben. Das Böse ist das Tier: Tierisch nennen wir brutales Verhalten, obwohl soetwas typisch menschlich ist. Die alte Angst vor der Natur, vor den Raubtieren scheint tief in unserer Natur zu stecken. Diese Angst schuf die neolithische Ackerbau- und Viehzucht- Revolution , um Sicherheit zu schaffen gegen Gefahr und Abhängigkeit von der Natur. - Nehmen wir noch einmal das Beispiel Film. Daß die Technik („Risikotechnologie“) Anlaß genug gibt zur Ängstigung über unsere Welt, ist vielen rational klar. Aber es gruselt uns nicht, wenn eine Maschine im Film erscheint. Es gruselt uns erst dann, wenn diese Maschine Tiergestalt hat (Die Kampfmaschinen in „Star Wars“) ein Hybrid zwischen Tier und Maschine ist. Wenn wir Angst vor Maschinen bekommen, sind es durch rationale Antizipation entstandene Ängste von Vorstellungen, was passieren kann oder wird. Selbst eine gefährliche Maschine macht primär keine Angst.

Warum wird Angst kommuniziert?

Dies alles gehört zur phylogenetischen Ebene: So kam die Angst sinnvollerweise in die Gene und damit in die menschliche Natur. Es sei aber auch kurz ein sozialer Aspekt auf der aktualgenetischen Verhaltensebene gestreift, der therapeutisch relevant sein könnte: Angst

¹⁵ HASSENSTEIN, B. 1973: Verhaltensbiologie des Kindes. München: Piper.

¹⁶ EIBL-EIBESFELDT, I. 1984: Die Biologie des menschlichen Verhaltens. München: Piper

wird ausgedrückt und **kommuniziert**. Immer wenn etwas ausgedrückt wird, steckt eine (biologische) systemische Zweckmäßigkeit darin. So sind, um über die Mimik Handlungsbereitschaften, Emotionen, Appelle und Beeinflussungen auszudrücken im menschlichen Antlitz allein 20 Muskeln (auf jeder Gesichtshälfte) nur zu diesem Zwecke von der Evolution geschaffen worden (cf. ELLGRING 1986¹⁷). Ausdruck des inneren Zustandes mußte also in der Menschheitsentwicklung eine ganz wesentliche Rolle gespielt haben. Auch Angst wird im Tierreich kommuniziert. Der Hunde- und Katzenhalter kennt die Angstzeichen seines Tieres und verhält sich entsprechend. Die Warnrufe der Vögel sind vielfach bekannt.

Die soziale Funktion ist dabei, den Artgenossen auf eine Gefahr hinzuweisen, die er (noch) nicht wahrgenommen hat. Der Gruppen- und arterhaltende Vorteil ist klar. Man versuche einmal, sich an eine Herde äsender Rehe oder Wildgänse heranzupirschen: Immer ist es aus der Gruppe mindestens ein Tier, das gerade sichert und die Gefahr erspüren und kommunizieren kann. Im einfachsten Falle wird auf einen angeborenen Gefahrreiz (z.B. überfliegende Greifvogelsilhouette für Hühner) mit Warnsignal und Flucht reagiert. Das so wirksam die Flucht motivierende Gefühl der Angst kann jedoch auch per Lernverhalten an bestimmte Umweltobjekte „angekoppelt“ werden. In Versuchen mit Affen wurde folgendes herausgefunden. Sieht ein Affe A bei einem Affen B einen Ausdruck von Angst, so entsteht in ihm auch Angst! Das Gefühl wird also übertragen (Ansteckung, erfahrene Therapeuten kennen dieses Erleben). Im Falle der Affen wird der Angstaussdruck von Tier B natürlich ausgelöst, weil da ein Gefahrensignal entdeckt wurde. Tier A, unmittelbar von der Angst angesteckt, sucht nun den Auslöser, entdeckt ihn auch und wird nunmehr (1 Lerndurchgang!) auf diesen Auslöser seinerseits mit Angst und Angstaussdruck reagieren, wenn es ihn wahrnimmt. D.h.: Sowohl die ausgedrückte Angst als der verursachende Auslöser werden übertragen. Der biologische Sinn liegt auf der Hand. Experimentell hat man jedoch auch herausgefunden, daß das nicht mit beliebigen Objekten als Auslöser funktioniert: Zeigt man Affen A per Videomontage den Angstaussdruck des Affen B im Zusammenhang mit einer Blume, bleibt eine spätere Angstreaktion beim Erblicken dieser Blume aus: Es gibt also innere Suchbilder dafür, was potentiell Angst auslösen könnte (z.B. Tiere). (EIBL-EIBESFELDT & SÜTTERLIN I.C.). Benutzen wird diese Ergebnisse einmal hypothetisch für die Kommunikation Therapeut - Angstpatient. Der Patient äußert verbal und nonverbal (Mimik, Stimme, Körperhaltung) Angst. Diese würde sich dann primär auf die Emotion des Therapeuten übertragen, er würde sie erleben. Zudem würde das angstausslösende Objekt (was natürlich auch eine Situation sein kann) mitgeteilt, was sich auch im Therapeuten verkoppeln würde: Dieses Objekt würde ihm künftig zumindest unbewußt Angst machen. In der Praxis heißt es oft bei empathischem oder

¹⁷ ELLGRING, H. 1986: Nonverbale Kommunikation. In: ROSENBUSCH/SCHOBER (Hrsg.): Körpersprache in der schulischen Erziehung. Baltmannsweiler: Päd. Vlg. Schneider

identifikatorischem Erleben des Therapeuten, daß der Patient die entsprechenden Ängste aus der Lebensgeschichte des Therapeuten aktiviert hat. Nach dieser Hypothese könnte es jedoch auch sein, daß es gar nicht die lebensgeschichtlichen Angsterfahrungen des Therapeuten sein müssen, die da aktiviert werden, sondern daß er (natürlich auch mittels seiner Vorstellungskraft) fremde Ängste sozusagen „implantiert“ bekommt, die eigentlich nicht die seinen sind. Er bekäme Angst für eine Gefahr, ohne je eine eigene Erfahrung damit gemacht zu haben.

Falls diese Hypothese auch für den Menschen zuträfe (und das dürfte eher wahrscheinlich sein), wäre verständlich, warum der Angstpatient eine solche enorme Belastung für den Therapeuten ist. Andererseits wäre es dann für den Therapeuten schwierig, zu entscheiden, was die eigenen und was die „implantierten“ Ängste sind, denn eine Abwehr gegen seine lebensgeschichtlichen Ängste hat auch er! Hier wäre Erfahrungs-und Forschungsbedarf.

Schafft der Kampf gegen Natur-Angst neue Ängste?

Für die ökologischen Bewegung und die Umweltpsychologie ist ein Tatbestand von Bedeutung: Für bestimmte durch die Industrialisierung verursachte Prozesse in der Umwelt, die uns wirklich und zunehmend gefährden, haben wir keine Sensoren und keine Gefühlsreaktionen¹⁸., seien es Radioaktivität, das Ozonloch oder chemische Industrieprodukte. Das hatte die Natur nicht vorgesehen. Wir sind emotional immer noch die alten Steinzeitmenschen (EIBL-EIBESFELDT 1991¹⁹, LORENZ 1973²⁰).

Wir produzieren nunmehr selbst Gefahren in der uns umgebenden Natur, für die wir aber kein emotionales Warnsystem haben. Nun könnten wir analytisch die ökologische Zerstörung der Welt als gigantische Projektion aggressiver und masochistischer Impulse auf die Außenwelt denken. Dann wäre das Unterbewußte die Quelle des Übels. Wir können es aber auch umkehren: Das in uns über Jahrtausende gespeicherte Spannungsfeld zwischen Mensch und Natur als lebendige Quelle des Unbewußten. Das Aufsteigen der über Jahrtausende genetisch gesammelten Erfahrungen mit einer Natur, in der man sich behaupten mußte. „Fressen und Gefressenwerden gehört unlösbar zum Leben der Tiere.“ (EIBL-EIBESFELDT u.SÜTTERLIN 1992²¹).Dann kämen zu den artspezifischen Archetypen C.G.JUNGS²² solche außerhalb der menschlichen Art , nämlich einstmals realer biologischer Gefahren des Menschen hinzu. Ängste, die nicht nur aus unserer Kindheit stammen, sondern aus unserer Natur- und Urgeschichte, wären dann der Motor für den industrialisierten Menschen, der sich nicht mehr

¹⁸ CUBE,F.v. U. V.STORCH (Hrsg.)1988: Umweltpädagogik. Heidelberg:Schindele

¹⁹ EIBL-EIBESFELDT,I. 1991: Der Mensch - das riskierte Wesen. München-Piper

²⁰ LORENZ,K. 1973: Die Rückseite des Spiegels. München: Piper

²¹ EIBL-EIBESFELDT, I. u. CH.SÜTTERLIN 1992: Im Banne der Angst. Zur Natur-und Kunstgeschichte menschlicher Abwehrsymbolik. München: Piper

²² cf. JUNG,C.G.(1995) Die Archetypen und das kollektive Unbewußte.Gesammelte Werke, 9.Bd. Solothurn:Walter

auf das Wohl und Wehe der Natur einlassen will (und es vielfach auch schon nicht mehr kann).

In der Jahrzehntausende währenden Kulturgeschichte des Homo sapiens war die Beschwörung böser Geister in allen Kulturen tägliche Aufgabe. Wo keine Angst ist, braucht man nichts zu beschwören. Die Angst vor Gefahren aus der Umwelt, vor dem Ungewissen gab den Geistern Gestalt. Was taten die Menschen dagegen? Sie setzen Abwehrfiguren und -symbole, sowie Rituale, also ein Tun, ein inneres Handeln gegen diese Ängste vor Gefährdungen, die ja immer wieder Wirklichkeit wurden. Die Abwehrsymbole entstammen interessanterweise vielfach aus dem sexuellen Kontext (phallische Darstellungen), möglicherweise ein Hinweis auf den eingangs erwähnten Zusammenhang zwischen Sexualität und Urangst. Irenäus EIBL-EIBESFELDT und Christa SÜTTERLIN (1992) haben dazu in ihrem außerordentlich spannend zu lesenden Buch „Im Banne der Angst“ einen großen Fundus kulturgeschichtlicher Belege vorgelegt. Was setzen wir heute gegen diese archaischen, in uns verborgenen Ängste? Sind es die Riten der Naturwissenschaft?

Warum, so fragt der Ökopsychologe Theodore ROSZAK²³ wurde die Idee einer „Handvoll wissenschaftlicher Denker des 16. und 17. Jahrhunderts“ (BACON, DESCARTES, LOCKE), die Idee der Simplifizierung der Welt durch ein mechanistisch-physikalisches Weltbild, so vehement in der Gesellschaft aufgegriffen, daß es bis heute einen unglaublichen Siegeszug feiert, per Behaviorismus bis hinein in die Seelenkunde?

„In ihrem ungeduldigen Bestreben, ihrem Ansatz zum Verständnis der verblüffenden *Komplexität* der Natur praktische Klarheit zu verleihen, schnitten sie den Teil der Welt ab, der sich für die wissenschaftliche Beobachtung als schwer faßbar und.... quantifizierbar erschien: den Bereich des Gefühls und der persönlichen Erfahrung.“ (ROSZAK)

Der Naturpädagoge G.Winkel²⁴ schlußfolgert in gleicher Weise, daß die Menschen auf den Glauben setzten,

„die Konfliktförmigkeit ihres Weltverhältnisses außer Kraft“ zu setzen „durch einseitige Fixierung auf den Kontext der Objektivierung“ als „Erfolgsbahn“.

Diese Konfliktförmigkeit aber stammt aus der Abhängigkeit der Lebewesen von der Umwelt, der Natur.

Was mag der innere, vielleicht unbewußte Grund gewesen sein, der diese Forscher zu solcher Sichtweise trieb und alle diejenigen erfaßte, die diese Theorien über die Welt dankbar aufnahmen und bis auf den heutigen Tag verbreiteten? Wieso hat ein Weltbild, das mit den Dualismen Geist vs. Körper, Kultur vs. Natur, Angeborenes vs. Erworbenes, wertfreie Materie und wertvoller Geist und damit seinem Machbarkeits- und Wissenschaftsfetischismus nirgendwo unter den hunderten Kulturen unserer Erde seinesgleichen hat, die ganze Welt mit seinem Denken und Handeln überzogen und an den Rand der Vernichtung gebracht?

²³ ROSZAK, TH. 1994: Ökopsychologie. Stuttgart: Kreuz

²⁴ WINKEL, G. 1995: Umwelt und Bildung. Seelze: Kallmeyer

Wir können vermuten, daß eine der unbewußten Triebkräfte jene alte Angst vor der Natur war, die auch die neolithische Revolution hervorbrachte. Kontrolle der Natur, Macht und Machen waren die Zauberformeln. Heute, Sie wissen es, holen diese Ängste uns wieder ein, nun aber verbunden mit Schuld: *Diese* Gefährdungen in der Umwelt haben *wir* geschaffen, und zwar paradoxerweise aus dem Grunde, den Gefährdungen durch die Natur zu entgehen.

Für die Psychotherapie entsteht hieraus auch die Anfrage, inwieweit er in seinem Tun nicht auch die Beziehungen des Menschen zur ökologischen Welt, zur Natur einbeziehen muß (vergleichbar dem „Globe“ in der Themenzentrierten Interaktion Ruth COHNS).

Mit naturwissenschaftlich-mechanistischen Heilsprophezeiungen ist diesen Ängsten vor der Umweltzerstörung nicht mehr beizukommen. *Ein* biologisch bereitliegender Schlüssel dazu wäre eine andere biologische Verhaltenstendenz, nämlich unser latentes Streben nach nichtanonymer Sozialität, also Zugehörigkeit zu einer Gruppe und das damit verbundene Bedürfnis nach emotionaler Bindung an diese. Sie ist, und hier schließt sich der Kreis, biologisch gesehen der beste Garant für die Sicherung unserer Individualität und gegen die Angst ihrer Gefährdung.

Doz. Dr. rer. nat. Norbert Jung
FH Eberswalde, FB Landschaftnutzung und Naturschutz
LB Ökologische Kommunikation
Schicklerstr. 3
16225 Eberswalde
email: njung@fh-eberswalde.de

Str. 26 Nr. 11c
13129 Berlin