

communicator

die Zeitschrift am IfKW der Uni München
no 22 | wise2011



ANGST?!

FEIGE 6

Wir müssten uns keine Sorgen machen
– und sind doch ein Haufen Angsthasen

FURCHTLOS 26

Wie Jochen Schweizer seine Angst verlor
und damit reich wurde

FETISCH 46

Eine Geschichte von Angst und Gummi

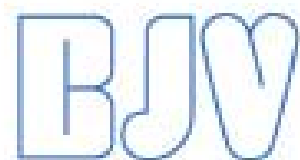


Wir unterstützen Sie!

**Kontakte
Rechtsberatung
Bildungsangebot**

**Der BJV ist die größte
Berufsorganisation
aller Journalistinnen
und Journalisten
in Bayern**

www.bjv.de



Bayerischer Journalisten-Verband

Kompetenz und Qualität

Seidlsmaße 8, 80335 München | Telefon 089-545 04 11 0 | info@bjv.de



(Fotos: Nina Himmer)

Liebe Leser,

„Blinder als blind ist der Ängstliche“, schrieb Max Frisch. Der Ängstliche sieht nicht, was passiert, sieht keine Auswege. Er verharrt. Er ist einer, der die Zukunft verneint genauso wie die Vergangenheit. Er ist gezwungen, in der Gegenwart zu leben.

In diesem Sinne sind wir alle Ängstliche. Das Jetzt wird größer, die Welt komplexer und alles irgendwie schneller. Der Raum für Reflexion wird kleiner. Wo wir kaum noch auf die Vergangenheit zurückgreifen können, bleibt jeder Schritt unsicher – gerade für junge Menschen, die viele Wege zum ersten Mal gehen. Die Bildungsforscherin Abby Wilner nannte das die Quarter-life Crisis (S. 29). Diese Angst dürfte den jungen Generationen anderer Zeitalter fremd gewesen sein. Sie fürchteten sich vor Hunger, Krieg und Naturkatastrophen (S. 6). In der sterilen, modernen Welt sind diese Gefahren jedoch weitgehend ausgeschaltet. Heute haben wir vor dem Unsichtbaren, dem Diffusen Angst (S. 6). Markenzeichen dieser Furcht ist, dass sie zutiefst irrational ist. Wie der Psychotherapeut Borwin Bandelow (S. 34) sagt, fürchten wir uns vor allem vor dem Neuen – auch wenn es ungefährlich ist. Zum Beispiel vor anderen Religionen (S. 22).

Aber Angst ist auch ein lohnendes Geschäft. Ein Blick in die Buch- und Kinocharts zeigt, dass der Mensch sich fürchten will (S. 19 und S. 20). Einer, der das Geschäft mit dem Nervenkitzel kennt, ist Jochen Schweizer. Mit seinen preiswerten Extremsport-Angeboten hat er den Nerv der Menschen getroffen (S. 26).

Für unsere Großeltern sind diese Angebote wohl nichts. Nicht, weil sie zu alt wären. Sondern weil sie schon zu viel Aufregung hatten. Die Verheerungen des Zweiten Weltkriegs traumatisierten sie. Im Ausland beschrieb man das diffuse Gefühl von Unsicherheit, das der Krieg hinterließ, als *German Angst*. Sie ist ein Erbe des Krieges (S. 10), wie die Fliegerbomben, die noch immer in deutschen Böden liegen. Für Bombenentschärfer ist jeder Einsatz ein Risiko (S.14).

Aber nicht alle Ängste sind existenziell. Manche könnte man gar belächeln. Die Paruresis-Sozialphobie etwa, die Angst in öffentlichen Toiletten zu urinieren, ist eine von vielen skurrilen Ängsten (S.38). Für die Betroffenen solcher Phobien stellen sich jedoch noch andere Fragen. Für Helena etwa, die von Luftballons erregt wird, aber zugleich Knallangst hat. Erst als sie sich ihrer Angst stellte, fand sie einen Weg aus dem Dilemma (S. 46).

Letztlich ist Angst Ansichtssache. Der Betrachter entscheidet, was sie bedeutet und wie stark sie werden darf. Dafür muss man allerdings die Augen öffnen.

Viel Spaß beim Lesen!

Die Communicator-Redaktion

- 04 | Angst im Bild – Fotostrecke
- 06 | Wir Angsthasen
- 10 | Kriegskinder in der dritten Generation
- 14 | Entschärfte Angst
- 16 | „Die Angst vor dem Tod bleibt“
- 18 | Die Lust am Gruseln im Kino
- 20 | Die Geburt des Thrillers aus dem Geist der Angst
- 22 | Inszenierte Bedrohung
- 24 | Angst frisst Hirn
- 26 | „Vernunft nimmt einem die Freiheit“ – Interview mit Jochen Schweizer
- 29 | Sind wir Krise?
- 30 | Im freien Fall



- 32 | IfKW News
- 34 | „Wir sollten lieber Angst vor Kugelschreibern haben“
- 36 | Wir haben Angst – Eine Umfrage unter Studierenden
- 38 | Lexikon der Angst
- 41 | Nase zu und durch
- 42 | Elf Meter Bammel – Interview mit zwei Fußball-Profis
- 46 | Bis sie platzen – Fetisch und Phobie
- 48 | Glossen
- 50 | 10 Punkte | Impressum

Wir Angsthasen

VON JAKOB SCHULZ



Sollte Erich Kästner Recht haben, besitzen wir alle eine blühende Fantasie. Schließlich sagte der Schriftsteller einst: „Wenn einer keine Angst hat, hat er keine Fantasie.“ Wir haben beides. Obwohl wir so sicher sind wie niemals zuvor in der Geschichte der Menschheit, leben wir in einem Klima der Furcht. Dabei haben wir die meisten Ängste unserer Vorfahren gerade erst überwunden.

Wir fürchten uns nicht vor Krieg. Wer heute als Soldat in die Schlacht zieht, hat sich vorher gut überlegt, ob er bei der Bundeswehr unterschreibt. Und in europäische Städte krachen

schon lange keine Fliegerbomben mehr. Explosiv ist nur die Frage, ob am anderen Ende der Welt nun ein „Krieg“ oder ein „kriegerischer Konflikt“ ausgefochten wird.

Auch der Hunger, früher Zwillingbruder des Krieges, ist uns fremd geworden. Mit knurrendem Magen muss heute niemand zu Bett gehen. Verlieren wir unseren Job, fallen wir ins Netz des Sozialstaats. Hartz IV ist unbequem, aber nicht die Gosse.

Wir kennen keine staatliche Verfolgung. Die Gedanken sind frei – jeder darf seine Meinung äußern. Natürlich hagelt es auch mal Kritik.

Aber keine Schläge in Gefängnis oder Folterkeller. Noch viele unserer Eltern wuchsen mit der Furcht vor Teufel und Fegefeuer auf. Heute haben diese Horrorgemälde der Kirche für die meisten Menschen ihren Schrecken verloren.

Als ob den Menschen plötzlich die Ängste ausgegangen seien, machen wir sie uns heute einfach selbst. Wir zahlen Geld, um im Kino Horrorfilme zu sehen. Zum Geburtstag gibt es einen Gutschein für den Fallschirmsprung aus tausenden Metern Höhe. Und Bungee-Springen ist gefühlt schon wieder out. Als fehle uns plötzlich die Bedrohung, ist der Spaß an der Angst ein Hobby geworden. Eigentlich unbegreiflich. Schließlich

ist unsere Gesellschaft, aller Aufklärung und Sicherheit zum Trotz, noch immer von Angst beherrscht. Die konkreten Anlässe uns zu fürchten sind weniger geworden. Unsere Ängste haben sich aber nicht verringert. Sie sind heute nur diffuser. Was uns an echten Gefahren fehlt, macht die Fantasie wieder wett.

Wir können gar nicht anders. Angst ist für die menschliche Evolution enorm wichtig. Sie warnt den Menschen vor Gefahr und schützt ihn durch eine Reaktion vor deren Folgen. Der österreichische Zoologe Konrad Lorenz war gar davon überzeugt, dass „in der Naturgeschichte immer diejenigen die besten Überlebenschancen hatten, die sich am meisten fürchteten.“

Prüfungsangst, Lampenfieber und zittrige Hände mögen unangenehm sein, sind aber nicht unbegründet. Im Klausur-Bammel gehen wir die Skripte zum tausendsten Mal durch und stellen uns die fiesesten Prüfungsfragen vor. Die Angst ist unser Wachmacher. Sie bringt Körper und Geist auf Hochtouren, um in herausfordernden Situationen zu bestehen. Trockener Mund und weiche Knie inklusive.

So ist Erich Kästners Verknüpfung von Fantasie und Angst nicht abwegig. Wir haben heute mehr Ängste, als zum Überleben notwendig wären. Schuld daran ist unsere sehr wirksame Fähigkeit, Furcht zu erlernen. Wir sind Meister darin, uns Ängste auszumalen – und unfähig, diese Ängste zu kontrollieren.

Wir verstehen Angst ganz anders als unsere Vorfahren. In der Vergangenheit verbanden Gesellschaften Angst meist mit einer klaren Gefahr. Man hatte Angst vor einem bestimmten Feind, Angst vor Dürre und Angst vor der folgenden Hungersnot.



Problematisch waren die Dinge, die man fürchtete, nicht das bloße Gefühl der Furcht. Heute ist die Angst an sich bedrohlich geworden. Das zeigt sich zum Beispiel im Verhältnis von Kriminalität und der Angst vor derselben. Die Furcht vor Verbrechen sei in den letzten Jahren erheblich mehr gestiegen als die tatsächliche Kriminalität, konstatiert ein *Lagebild der Kriminalität der Bundeszentrale für Politische Bildung*.

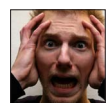
Das Verhältnis zwischen Angst und Bedrohung stimmt nicht mehr. Das 21. Jahrhundert hat mit einem Jahrzehnt des religiös-fundamentalistischen Terrors begonnen – glauben wir zumindest. Und tatsächlich starben tausende Menschen bei Anschlägen islamistischer Attentäter in den westlichen Metropolen New York City, Madrid und London.

Tausende Terroropfer sind eine einschüchternde Zahl. Die wenigsten werden sich aber darüber bewusst sein, dass allein in Deutschland im gleichen Zeitraum ungleich mehr Menschen im Straßenverkehr starben. Es mag zynisch sein, solche Zahlen gegeneinander aufzuwiegen. Es macht aber deutlich, wie offenbar die Terrorangst in Deutschland ist. Mit Maschinenpistolen patrouillierende Polizisten sind eindrucksvoller als jede dröge Verkehrsstatistik.

Wie weit Angst und Bedrohung auseinanderklaffen, zeigt sich auch beim Geld. Diejenigen, die jahrelang sorgsam ihr Sparkonto gefüllt haben, lehnen sich nicht etwa zurück. Denn wo ist das viele Geld heute noch sicher? Man hört Krise und hat Angst vor Ruin, man liest Inflation und fürchtet sich vor dem Armenhaus. Wertpapiere und Fonds gelten plötzlich als gefährlich, derweil steigt der Goldpreis in nie erreichte Höhen. Grundbesitz und Edelmetalle sind Medizin gegen die Angst der Stunde.

Die Angst im Wandel der Zeit

VON CHRISTIAN HÖB



Christian hat Angst vor vollen Kaufhäusern. christian.hoeb@campus.lmu.de

(Fotos: Wikimedia: Barsov, Ekem, flickr/Gauri.Ma, Mikhail Evstafiev, VollwertBIT, Thomas Hedden, A.Savin)

Kaiser Qin Shihuang befiehlt den Bau der chinesischen Mauer. Sie soll den Einfall von Reitervölkern aus dem Norden verhindern.



214 v. Chr.

Um ihr Reich vor germanischen Angriffen zu schützen, bauen die Römer einen Schutzwall: den Limes.



90 n. Chr.

Die Angst vor dem Islam führt zum ersten Kreuzzug. Ein christliches Heer zieht nach Jerusalem, um die Heilige Stadt von den Muslimen zu befreien.



1095 n. Chr.

Der *schwarze Tod* erreicht Europa. 25 Millionen Menschen erkranken und sterben.



1347

Die Angst vor Hexen und Hexern wird zum Massenwahn. Frauen, Männer und Kinder werden gefoltert und landen auf dem Scheiterhaufen.



15. bis 16. Jhd.



Natürlich werden die wenigsten dieser besorgten Rentner im Armenhaus sterben. Die Angst resultiert heute nicht mehr nur aus persönlicher Erfahrung. Stattdessen hat sich die Kultur der Angst weiterentwickelt von einem Leben voller Angst zu einem Leben mit Medien voller Angst. Viele Ängste der Menschen sind nur noch das Ergebnis von Risikoinformationen, die in der Öffentlichkeit kursieren. Angst ist ansteckend. Wie eine Virusinfektion kann Angst eine Epidemie auslösen. Während bei einer Epidemie das Virus der Grund für die Erkrankungen ist, braucht eine Angst-Epidemie keinen Grund. Die Angst allein ist das Virus.

„Das Weltvirus“ titelte im Sommer 2009 *Der Spiegel*. Der Schweinegrippe-Erreger aus Übersee, so das Nachrichtenmagazin, scheine nicht mehr aufzuhalten zu sein. „Menschen töten wird sie auf jeden Fall – bloß wie viele?“ Eine Frage, die die Öffentlichkeit aufwühlen muss. Schließlich war damals noch unklar, ob genug Impfstoff für alle vorhanden ist. Mit dem Titel erfüllt das Wochenmagazin zwar seine Aufgabe, die Leser zu informieren. Doch oft genug nutzt die Presse diese Pflicht als Feigenblatt, um durch Übertreibung und Angstmache ihr geschäftliches Interesse, die Auflagensteigerung, zu kaschieren.

In seiner Antrittsrede 1933 sagte US-Präsident Franklin D. Roosevelt, Furcht sei „das Einzige, vor dem wir uns fürchten sollten“. Das klingt nach inhaltsloser Politiker-Rhetorik, hat aber eine tiefere Wahrheit. Ängste lähmen eine Gesellschaft – und nehmen ihr die Fähigkeit zu erkennen, was gut und was schlecht für sie ist.

Heute geschieht das Gegenteil. Ihre eigenen Interessen immer im Blick, raten uns die Medien dazu, uns zu fürchten. „Bad news are good news“ – schlechte Nachrichten, die Ängste schüren, nimmt das Publikum oft eher wahr als gute

Neuigkeiten. Wer den Fernseher einschaltet, könnte meinen, auf der Welt geschehe nichts anderes als Katastrophen, Mord und Totschlag. Auch in der Politik nutzen Akteure die Angst als Instrument, um Menschen zu beeinflussen. Im Vorfeld des Irak-Krieges 2003 sorgte der Bundesnachrichtendienst mit der Einschätzung für Aufsehen, irakische Raketen könnten tödliche Pockenviren in wenigen Minuten bis in den Süden Deutschlands schießen. Politiker griffen das Thema medienwirksam auf und verknüpften es mit der Frage, inwieweit ein Krieg gegen Saddam Hussein gerechtfertigt sei. Nicht wenige werden die Bilder der 1988 unter Saddam Hussein vergasteten kurdischen Kinder vor Augen gehabt haben. Nicht einfach, unter diesem Eindruck klug zu entscheiden.

Das vermeintliche Jahrzehnt islamistischen Terrors hat uns verändert. Nicht mehr nur Marktplätze und U-Bahnen gelten heute als Ziele von Attentätern. Nun heißt es, auch Kernkraftwerke seien besonders gefährdet. Das kommt aber nicht daher, dass die Terroristen klüger oder besser ausgerüstet sind als früher. Es ist das Resultat unserer sich ständig befruchtenden Ängste.

Dreht man Erich Kästners Zitat um, haben ängstliche Menschen auch viel Fantasie. Wir sollten endlich damit beginnen, besser mit unserer Fantasie umzugehen. Nutzen wir unseren Verstand dazu, Ängste realistisch einzuschätzen. Und erlauben wir es unserer Fantasie, Probleme nicht zu schaffen – sondern zu lösen.



Jakob hat Angst vor dem Monatsende.
jakob.m.schulz@campus.lmu.de

GRÜNER markt

Münchner Bio Markt & Bistro

Zur Mitarbeit in unseren
Münchner Bio-Markt Filialen
suchen wir
**engagierte, flexible
und gut gelaunte
StudentInnen.**

Erfahrung im Lebensmittelbereich
ist nicht erforderlich,
Internationale Vorkenntnisse sind
Blaue mal den 500 sich unter
089 - 48 00 20 28 oder
info@gruenemarkt.de

BIO

Supermarkt
Spezialitäten
Bistro
Catering für Kinder
Partyservice

Umgebung: Öffnungszeiten
Mi - Fr 10 - 20 Uhr
Sa 10 - 18 Uhr

Dem Deutschen Kaiserreich droht ein Zweifrontenkrieg. Reichskanzler Otto von Bismarck schließt das Dreikaiserabkommen mit Österreich-Ungarn und Russland.



1872

Der Konflikt zwischen den USA und der Sowjetunion bedroht die Welt. Der Kalte Krieg schürt die Angst vor einem Atom-Krieg.



1945-1990

Attentate in der Moskauer Metro, versuchter Anschlag am Times Square, Terror-Warnungen in Deutschland. Die Angst vor Anschlägen ist allgegenwärtig.



2010

Münchner Bio-Markt
Munich-Bogen-Str. 3
Tel. 089-48 00 20 28
Münchner Bio-Markt
Munich-Bogen-Str. 7
Tel. 089-48 00 20 28

Münchner Bio-Markt
Korn-Markt-Str. 3
Tel. 089-48 00 20 28

Münchner Bio-Markt
Munich-Bogen-Str.
Tel. 089-48 00 20 28

Münchner Bio-Markt
Munich-Bogen-Str. 13
Tel. 089-48 00 20 28

www.gruenemarkt.de



Kriegskinder in der dritten Generation

Wir erben nicht nur Augenfarbe und Putzfimmel. Auch Angst und Trauma werden in der Familie weitergegeben. Die Schrecken des Zweiten Weltkriegs haben auf diese Weise Spuren hinterlassen, die bis in die Gegenwart führen. VON SARAH SCHMIDT

„Was geht mich das noch an?“ titelte *Die Zeit* Anfang vergangenen Novembers und widmete sich mit einem großen Beitrag der Frage, welche Bedeutung die NS-Zeit für Jugendliche hat. Darüber echouffierte sich mein Großvater. „Irgendwann muss auch mal Schluss sein. Was soll es denn bringen immer und immer wieder die deutsche Vergangenheit aufzukochen?“, erzürnte er sich und verweigerte die Lektüre der betreffenden Texte. Und ich hatte angesichts dieser unverständlich heftigen Reaktion zum ersten Mal eine Ahnung davon, wie sehr uns beide, meinen Opa und mich, Nationalsozialismus und Krieg noch immer „etwas angehen“.

Mein Großvater wurde 1934 geboren. Mit seinen vier Geschwistern wuchs er zunächst in Leipzig auf. Nach einem Bombenangriff zog die Familie zu Verwandten ins niedersächsische Lüneburg. Der Familie ging es gut, mein Urgroßvater kam unverletzt aus dem Krieg zurück. Mein Großvater und seine Geschwister hatten eine unbeschwertere Kindheit – das sind die mir bekannten Rahmendaten zum Aufwachen meines Opas. Die nationalsozialistische Vergangenheit meiner Urgroßeltern wurde in der Familie umfassend aufgearbeitet. Ihre Briefe und Tagebucheinträge sind in einer gebundenen Broschüre zusammengefasst. Warum aber weiß ich nur so wenig darüber, wie

ihre Kinder den Krieg, Bomben und die Einquartierung bei Verwandten erlebt haben?

„Es ist typisch, dass die Generation der Kriegskinder in Bezug auf ihre eigene Biographie merkwürdig schweigsam ist und unbetroffen wirkt“, sagt Michael Ermann, der 1943 zwischen zwei Bombenangriffen im Pommerschen Stettin geboren wurde. Ermann ist nicht nur selbst ein Kriegskind, er hat auch als Professor an der Psychiatrischen Klinik der Ludwig-Maximilians-Universität den Anstoß gegeben, sich mit einem lange verdrängten Thema zu beschäftigen. 2002



Rückblickend ist es naheliegend, dass eine kollektive Katastrophe an Kindern nicht spurlos vorübergehen kann.

spricht Ermann auf einem Kongress zum ersten Mal über die Traumatisierungen der Kinder im Zweiten Weltkrieg: „Da waren alle Leute sehr betroffen von dieser Thematik, die bis dahin so gut wie gar nicht behandelt worden war, weder in der Psychotherapie noch in den Medien. Es war sehr lange übergangen worden, dass die Kinder durch den Krieg Schäden davongetragen haben könnten. Das war untergegangen in der Nachkriegszeit.“

Millionen Kinder lebten mit ihren Familien auf gepackten Koffern, saßen nächtelang in Luftschutzkellern, erlebten, wie ihr Zuhause zerstört wurde, sahen Tod, Gewalt, Verzweiflung. Sie wurden von ihren Familien getrennt. Ihre Väter starben im Krieg oder kehrten physisch und psychisch schwer verletzt zurück. Viele Mütter trauerten, wurden vergewaltigt oder verzweifelte daran, ihre Kinder nicht satt machen zu können.

Rückblickend ist es absolut naheliegend, dass das Erleben einer kollektiven Katastrophe an Kindern nicht spurlos vorübergehen kann. Im



Fall der Kinder, die in Deutschland den Zweiten Weltkrieg erlebt haben, hat jahrzehntelang niemand nach diesen Spuren gesucht, am wenigsten die Kriegskinder selbst. Erst seit ein paar Jahren dringt es langsam ins öffentliche Bewusstsein, wie tiefgreifend die Traumatisierung war und wie weit die Folgen reichen – bis zu uns, den Enkeln.

Mit seinem ersten Vortrag und der Resonanz der Zuhörer war für Michael Ermann die Initialzündung erfolgt. Mit einigen weiteren Kollegen rief er das Projekt *Kriegskindheit* ins Leben. In dieser Studie befragten die Forscher zahlreiche ehemalige Kriegskinder zu ihren Erlebnissen und zu ihrem heutigen Leben. Bei der Auswertung der

Ergebnisse wurden selbst die Experten davon überrascht, wieviele heutige Rentner noch immer von ihrer Kindheit traumatisiert sind.

Ruth Münchow erlebte als Elfjährige im Januar 1945 die Flucht aus Danzig. Zwei Monate dauert die Reise nach Westen mit dem Pferdetrack und mit ihr „die Kälte, der Schnee, die Angst, die Weite“. Zähl erduldet das Mädchen die Strapazen. Auch als Erwachsene bleibt Ruth die „vermeintlich Starke“. Erst im höheren Alter kann sie ihre Schlafstörungen, Alpträume und Angstzustände auf ihre Erfahrungen in der Kindheit zurückführen. Bis heute überfällt die alte Frau bei Insektenstichen Panik. Läuse übertrugen Flecktyphus: „Damals hat man ständig geguckt, ob man jetzt Stiche hat. Das konnte den Tod bedeuten.“

„Ich war jemand, der immer Scherze machte, derjenige, der überall beliebt war – weil er immer gut drauf war“, sagt Kurt Schelling über sich. Schließlich war er schon als Kleinkind ein fröhlicher Junge, der „Sonnenschein“ seiner Eltern. Doch mit Mitte Vierzig verlässt Schelling sein Humor. Stattdessen träumt er von Flugzeugen vor einem dunklen Himmel und muss ständig mit den Tränen kämpfen. Kurt Schelling wurde 1943 in Düsseldorf geboren und erlebte dort sämtliche Bombenangriffe und die Todesängste seiner Mutter. Kurt war ihr Sonnenschein, „weil es ringsum so viel Finsternis gab...“.

Sabine Bode hat mit Ruth Münchow, Kurt Schelling und vielen weiteren Kriegskindern gesprochen. Diese Interviews sind Grundlage mehrerer Bücher, die sich mit dem Thema befassen. In ihren Gesprächen hat Bode immer wieder gehört: „Krieg – das war für uns normal.“ Aber die Journalistin erklärt: „Kinder empfinden immer als normal, was alle betrifft. Wenn der Vater dann in Russland fällt, ist das normal. Im Inneren bedeutet das natürlich trotzdem einen großen Verlust. Aber nach Außen ist man tapfer und tröstet die trauernde Mutter.“

Das alles sind Gründe, warum gerade die Kinder besonders schwer unter dem Krieg zu leiden hatten, aber auch, warum es ihnen so schwer fiel, überhaupt zu erkennen, was mit ihnen passiert war, geschweige denn, dies in Worte zu fassen. So findet das Trauma der Kriegskinder erst Jahrzehnte später und nur zögernd Beachtung.

„Ein sehr wichtiger Grund hierfür ist sicherlich, dass die Erwachsenen generation durch die Schande des Nationalsozialismus und den Zusammenbruch von Ideologien und Werten ungeheuer mit sich selbst beschäftigt war und nur auf sich geschaut hat. Für die Kinder blieb da wenig Platz“, sagt Michael Ermann. Außerdem, so der Münchner Experte weiter, habe sich eine spezifische Dynamik zwischen der Eltern- und

der Kindgeneration entwickelt: „Die Kinder haben die Kriegssituation ihrerseits nun so verarbeitet, dass sie versucht haben, die Eltern zu entlasten und keine großen Probleme zu machen.“ Nicht zuletzt haben dann auch der Wiederaufbau und das Wirtschaftswunder dafür gesorgt, dass „die Betroffenheit über das eigene Schicksal einfach weggearbeitet wurde“.

Die traumatischen Erlebnisse haben die Kriegskinder ganz tief unten in ihrem Bewusstsein verschlossen, ihre Erinnerungen kapselten sie so gut wie möglich ab. „Traumaspezifische Abwehr“ nennen das die Psychotherapeuten. Deshalb fällt den Betroffenen selbst später



Die Erfahrungen der Kindheit prägen stark und wirken sich – häufig unbewusst – auch im Erwachsenenalter aus.



Schauspieler und Musiker zu werden. Alles läuft glatt, die Bühne ist sein Zuhause, privat ist Kaspar verheiratet, doch mit Ende 20

der Zugang zu dem Wissen, seelische Verletzungen erlitten zu haben, so schwer. Dennoch prägen die Erfahrungen aus der Kindheit und wirken sich – häufig unbewusst – auch im Erwachsenenalter aus.

Wolfgang Kampen wird jede Nacht von seiner Mutter geweckt: Bombenalarm! Bis sie den achtjährigen Jungen eines Tages in den Zug der Kinderlandverschickung setzt und den Sohn ganz allein nach Böhmen schickt. Dort wird er zwar fürsorglich aufgenommen, doch Wolfgang erlebt, wie seine Ersatzmutter über einem Brief der Wehrmacht zusammenbricht. Nach ihrem ersten ist auch ihr zweiter Sohn gefallen. Eines Tages kurz nach Kriegsende findet er seine zwei besten Freunde tot im Keller. Eine Flüchtlingsfrau hat sich und ihre Söhne

erschossen. Nach der Rückkehr zu seiner Familie bleibt Wolfgang Kampen seine eigene Mutter fremd. Auch als Erwachsenen gelingt es ihm nicht, ein andauerndes Gefühl latenter Bedrohung abzulegen, obwohl er beruflich erfolgreich ist und ein erfülltes Familienleben führt.

Sabine Bode illustriert am Beispiel von Wolfgang Kampen ein weiteres Phänomen der Kriegskinder-Traumatisierung: die transgenerationale Weitergabe.

Kaspar Kampen, der Sohn von Wolfgang, beschreibt seine Kindheit als glücklich. Seine Eltern unterstützen ihn in seinem Berufswunsch, doch mit Ende 20

erlebt er aus heiterem Himmel eine schwere Lebenskrise. In einer Therapie erkennt Kaspar die Parallelen zu seinen Eltern: „Meine Eltern haben durch den Krieg einfach nicht erfahren, dass die Welt ein sicherer Ort ist. Und genau das Gefühl habe ich dann auch bei mir festgestellt, obwohl es keinen äußeren Anlass dafür gab.“ Im weiteren Verlauf versteht Kaspar Kampen, dass er von seinen Eltern tiefgreifende Ängste übernommen hat, aber auch das Anpassungssystem, diese Empfindung von sich abzuspalten.

Die Kampens sind eine von vielen Familien, in der sich die Erfahrungen der Elterngeneration auf die Generation der Kinder auswirken. Mit dieser Weitergabe beschäftigt sich Sabine Bode in ihrem Buch *Kriegsenkel*. Auch Professor Ermann und seine Forscherkollegen kennen

Wir sind nicht nur Kinder unserer Zeit – auch die vergangener Zeiten.



das Phänomen aus ihrem Projekt: „Man hat begonnen, die transgenerationale Weitergabe zu erforschen, indem man das Schicksal der Holocaust-Überlebenden erforscht hat. Die Inhalte sind bei den Kriegskindern natürlich andere,

aber die psychischen Prozesse sind die gleichen. Die Elterngeneration schweigt über das Schreckliche, das ihr passiert ist. Das erzeugt bei den Kindern Phantasien, die nie verifiziert werden, dann aber Ängste und Depressionen auslösen.“

Kriegskind zu sein ist ein Phänomen in vielen Varianten. Dennoch gibt es eine gemeinsame Kriegskind-Identität: Sie alle sind erschüttert in ihrem Urvertrauen. Deshalb, da sind sich Ermann und Bode einig, könne man von einer Kriegskinder-Generation sprechen.

Es ist eine Generation, die das heutige Deutschland geprägt hat wie kaum eine andere. Weniger durch bahnbrechende Erfindungen, sondern eher durch ausdauernde Normalität. Es ist die Generation des Wiederaufbaus und des Wirtschaftswunders. Geschäftig hat sie daran gearbeitet, ein Leben zu reparieren, das schon sehr früh kaputt gegangen war. Als 68er hat die Generation viel Wut entladen und sich mit den Eltern auseinandergesetzt. Aber nicht mit sich selbst.

Die Kriegskindergeneration hat außerdem ein besonderes Lebensgefühl in Deutschland verankert – *German Angst*. Was sich im englischen Sprachraum als Begriff für die Befindlichkeit des Landes entwickelt hat, beschreibt eine diffuse Angst vor der Zukunft, fehlendes Zutrauen in sich und die Fügungen des Schicksals und eine gewisse Beklemmung, die eigene Identität betreffend.

Diese Grundangst, so glaubt Sabine Bode, teilen nicht nur die ehemaligen Kinder des Zweiten Weltkriegs, sondern sie haben sie an die nachfolgenden Generationen und somit an die ge-

Die Kriegskindergeneration hat ein besonderes Lebensgefühl in Deutschland verankert – *German Angst*.

samte Gesellschaft weitergegeben. Vielleicht ist diese unbewusste Angst der Kriegskinder der Grund dafür, dass Deutschland Weltmeister der Versicherungen ist und hierzulande alles seine Ordnung haben muss. Dafür, dass Reformen nur äußerst zögerlich angestoßen werden. Dafür, dass wir bestens ausgebildet sind, alle Möglichkeiten haben und uns trotzdem Zukunftsängste quälen.

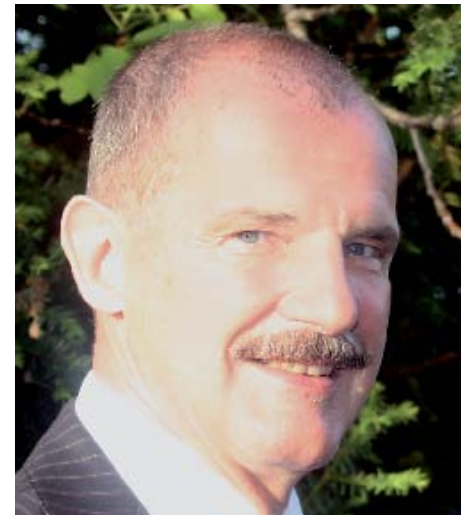
Deshalb ist es nicht nur für die Kriegskinder selbst wichtig, ihre Vergangenheit und so ihr Leben besser zu verstehen. Deshalb ist es auch für uns – für die Kriegsurenkel – wichtig, die Chance zu nutzen, noch einmal mit der Generation unserer Großeltern ins Gespräch darüber zu kommen, welche Schatten die Vergangenheit bis in unsere Gegenwart wirft. Vielleicht ist es ein fehlendes Puzzlestück zum Verständnis, warum wir sind, wer wir sind.

„Fragen Sie unbefangen und gucken Sie, was kommt“, rät uns Sabine Bode. „Aber fragen Sie jetzt nicht: ‚Was hast du gefühlt?‘ und diesen Unsinn, sondern: ‚Was hast du erlebt? Was hast du gesehen? Was hast du wahrgenommen von den ganz alltäglichen Dingen?‘ Ob die Kriegskinder dann die ganz schlimmen Sachen erzählen wollen, das wird sich zeigen.“

Ich werde meinen Großvater fragen.



Sarah hat Angst, Termine zu vergessen. sarah.k.schmidt@campus.lmu.de



Räumen auf in den Trümmern der Kriegskindheit: Psychologieprofessor Michael Ermann und Journalistin Sabine Bode. (Fotos: privat)



VFKW e.V. – Das KW-Netzwerk für Wissenschaft und Wirtschaft

Sie möchten Ihre Verbindung zum Institut für Kommunikationswissenschaft und Medienforschung der LMU intensivieren und auch nach dem Abschluss weiter halten? Sie möchten Ihre Erfahrungen an Studierende weitergeben und berufliche Kontakte pflegen? Sie möchten das Institut und die Studenten unterstützen?

Dann ist der VFKW für Sie die richtige Adresse. Der Verein zur Förderung von Forschung und Lehre am Institut für Kommunikationswissenschaft und Medienforschung der LMU München e.V. hat drei zentrale Ziele:

- Unterstützung von Studierenden der Münchner Kommunikationswissenschaft
- Förderung der Lehr- und Forschungstätigkeiten
- Alumni-Arbeit

Interesse? Werden Sie Teil der IfKW-KommunikationsWelt:
<http://alumni.ifkw.lmu.de> oder vfkw@ifkw.lmu.de

Anzeige



Job-, Stellen-, Praktikabörse für Studierende

Inland und Ausland

Über die Homepage von "Student und Arbeitsmarkt" - www.s-a.lmu.de - geht es direkt zu aktuellen Jobs, ausgeschriebenen Praktika sowie zu freien Stellen von Unternehmen. Außerdem: Berichte von Studierenden, die bei deutschen und ausländischen Firmen ein Praktikum absolviert haben.

LMU München, Student und Arbeitsmarkt
Ludwigstr. 27, 80539 München
Tel.: 089 / 21 80 - 21 91, Fax: - 62 34, s-a@lmu.de

www.s-a.lmu.de



Frank Masche dokumentiert Kampfmittel, die bei der Räumung eines ehemaligen Munitionslagers in Somalia gefunden wurden.

(Foto: privat)

Entschärfte Angst

Wenn Frank Masche eine falsche Entscheidung trifft, kann er sterben. Er entschärft seit zwanzig Jahren Bomben. Porträt eines Mannes, der keine Angst mehr hat – aber Respekt. VON JANINA LIONELLO

Hitze und Staub, die Luft flimmert. Auf der Stirn des Soldaten bilden sich Schweißperlen, als er versucht, die Zünder der Bomben zu finden. Terroristen haben sie im Kofferraum eines Autos platziert. Die Lage scheint aussichtslos, die Drähte der Bomben durchziehen die komplette Karosserie. Ein falscher Handgriff und alles geht hoch. Die Zeit drängt. Dann die Erleichterung: Nach quälend langen Minuten findet er die Zünder und trennt sie gerade noch rechtzeitig mit einem Kabelschneider von den Sprengsätzen. Der Soldat hat gerade viele Leben gerettet. Diese Szene aus dem Oskar-prämierten Film *The Hurt Locker* stellt den Beruf des Bombenentschärfers auf stereotype Art dar: Ein Adrenalin-Junkie, der den Kick braucht, um zu spüren, dass er lebt.

Doch wie sieht es in der Realität aus? Ist der Beruf wirklich so spektakulär? Frank Masche, geboren 1968 in Berlin, muss es wissen: Er ist Kampfmittelentschärfer. Schon nach dem Abitur trat er der Pioniertruppe der Nationalen Volksarmee der DDR bei, wo er das erste Mal mit

Sprengstoff in Kontakt kam. In seiner Ausbildung lernte er sowohl das Anlegen, als auch das Beseitigen von Minenfeldern. Anschließend studierte er Jura. „Eine recht trostlose Zeit“, sagt Frank Masche heute rückblickend. Schon nach vier Semestern erwachte in ihm der Wunsch, nicht nur in Büchern von Gerechtigkeit und Ordnung zu lesen.

Frühe Ernüchterung

In Angola nahm der Sprengstoffspezialist zum ersten Mal an einem humanitären Minenräumungseinsatz teil. Das Land ist eines der am stärksten verminten Länder weltweit. Laut Masche lauern hier noch bis zu zehn Millionen der tödlichen Fallen unter der Erde. Doch schnell musste der Neuling seine träumerische Vorstellung von einer besseren Welt und von Menschen, die ihm dankbar um den Hals fallen, korrigieren: Kurz bevor er in Angola ankam, brannte sein komplettes Lager ab, weil einer der Posten mit einer Kalaschnikow auf herumstreunende Katzen schoss. Dabei

traf er ein Munitionsdepot – es explodierte. „Diese Ignoranz löste in mir große Wut und Enttäuschung aus“, erzählt Masche nun, viele Jahre später, mit ruhiger Stimme. Auch von der erwarteten Dankbarkeit spürte er damals wenig. Oft kam er an seinen Arbeitsplatz, verrichtete unbeachtet seinen Job und verschwand dann wieder ohne allzu großes Aufsehen zu erregen. Heute kann er dank seiner Erfahrung gelassen auf diese Ereignisse zurückblicken.

Seit Beginn seiner Berufstätigkeit war Frank Masche mit verschiedenen Firmen und Organisationen unterwegs. Er räumte in deren Auftrag im Libanon, in Vietnam, auf Sri Lanka, im Sudan, in Irak und Somalia. In Kroatien und Serbien entschärfte er Minen und Granaten aus dem Jugoslawienkrieg und in Guatemala Bomben aus dem Guerillakrieg zwischen Rebellen und dem Militär. Bei Einsätzen in Afghanistan fand Masche eine beträchtliche Vielfalt verschiedenster Munition – teilweise stammte sie aus der ehemaligen Sowjetunion, aus Pakistan oder dem Iran. Hier begegnete

ihm auch ein weiteres Phänomen: Viele der gefundenen Sprengkörper waren oft über große Distanzen verstreut. Die Alliierten hatten bei ihren Angriffen auf Taliban-Camps deren Munitionslager zwar oft „chirurgisch exakt“ getroffen. Doch durch die Wucht der Detonation wurden übrig gebliebene Sprengkörper häufig „höchst unchirurgisch“ über weite Gebiete verteilt, erklärt Masche. Probleme macht dem Entschärfer vor allem der Zustand einer solchen Munition, der oft schwer einschätzbar sei und von „transportfähig“ bis „unberechenbar“ reiche. Momentan leitet er Räumungsarbeiten der Organisation *Mines Advisory Group* in Kambodscha. Als Technical Operations Manager ist er dort für die Koordination eines 300-Mann-Teams verantwortlich.

„Hoch konzentriert und rational“

Wenn Frank Masche eine Bombe sichert, dann unterscheidet sich das stark von den Operationen, die man aus Hollywood-Filmen kennt. Bei humanitären Einsätzen arbeitet man weder unter Zeitdruck, noch verlässt man sich auf sein Glück. Vielmehr müssen Entscheidungen hoch konzentriert und rational getroffen werden. Ein solcher Job ist für die meisten Menschen wahrscheinlich unvorstellbar. Schon der bloße Gedanke daran, sich in der Nähe einer funktionsfähigen Bombe zu befinden, löst bei ihnen nur eine Empfindung aus: Panik. Doch in solchen Momenten, in denen Masche vor einer Bombe oder Mine sitzt und sich Schritt für Schritt



Frank Masche (Mitte) beim Abtransport einer entschärften Fliegerbombe in einem Dorf östlich von Herat in Afghanistan. (Foto: privat)

in das Innenleben des Sprengsatzes einarbeitet, verspürt er keine Angst. Er ist überzeugt, dass „diese diffuse, ungerichtete Emotion“ das Bewusstsein trübt und ihn nur lähmt. Angst lässt den Entschärfer Fehler begehen, die er mit klarem Verstand hätte vermeiden können.

Trotz dieser Einstellung ist sich Masche der Gefahr, der er täglich ausgesetzt ist, durchaus bewusst: Wenn er eine Mine, Bombe oder Granate vor sich hat, geht er mit großem Respekt vor. Denn es ist dieser Respekt und das Bewusstsein über die eigene Sterblichkeit, die ihn davor bewahren, leichtsinnig zu werden und in Routine zu verfallen. Er ist überzeugt: In dem Moment, in dem er den Respekt vor der Gefahr seiner Arbeit verliert, ist es Zeit, sich einen anderen Job zu suchen. Denn so gelassen er wirkt, wenn er die Risiken seines Berufes mit denen eines Fernfahrers oder Elektrikers vergleicht – die Sprengsätze, mit denen Frank

Masche zu tun hat, sind in der Lage, bei der kleinsten falschen Berührung Fahrzeuge in die Luft zu jagen oder Menschen zu töten. Als Experte muss er einen kühlen Kopf bewahren. Dabei hilft ihm das vollkommene Vertrauen in das eigene Können.

Masches Minensammlung

Jeden einzelnen Schritt der Sprengsatzentschärfung hat Frank Masche bereits etliche Male durchexerziert. Er kennt die unterschiedlichsten Arten von Sprengkörpern. Dieses Wissen hat er sich zu einem großen Teil selbst angeeignet. Weil er in Büchern oft abweichende Informationen über denselben Sprengsatz fand, begann er Minen, die er gefunden hatte, zu sammeln, zu vermessen und die Messwerte systematisch in einem Verzeichnis zu erfassen. Sein Ziel: Von allen weltweit verlegten Minen mindestens ein Exemplar zu besitzen. Im Jahr 2002 machte er dieses Material in Neu Golm (Brandenburg) mit der Ausstellung *Studiensammlung Landminentechnik* der Öffentlichkeit zugänglich.

Dass irgendwann einmal alle Kriegsrückstände beseitigt sein werden, scheint angesichts der riesigen Mengen, die immer wieder entdeckt werden, beinahe unmöglich – so die traurige Erkenntnis nach fast zwanzig Jahren Berufserfahrung. Um bei dieser Prognose nicht zu verzweifeln, versteht Frank Masche jeden einzelnen entschärften Sprengsatz als einen winzigen Beitrag zu der großen Mission einer bombenfreien Zukunft.



Nach Schätzungen der Nichtregierungsorganisation *Handicap International* sind weltweit 110 Millionen Minen verlegt.

Im Jahr 2009 wurden 3.956 Unfälle mit Landminen und anderen explosiven Überresten des Krieges verzeichnet – die Opferzahlen gehen jedoch immer weiter zurück.

Die meisten Minen liegen in Afghanistan, Angola, Myanmar, Bosnien, Irak, Kambodscha, Kolumbien, Laos, Mosambik und Russland/Tschetschenien.

Den Ottawa-Vertrag zum Verbot von Anti-Personen-Minen haben 158 Staaten unterzeichnet. Nicht darunter sind beispielsweise Russland, Indien, Pakistan und die USA.



Janina hat panische Knallangst. janina.lionello@campus.lmu.de

In Yohmor (Libanon) wird eine 400 Kilogramm schwere Bombe gezielt zur Explosion gebracht. (Foto: privat)



„Die Angst vor dem Tod bleibt“

Christian Lüdke ist Psychotherapeut. Er hat Menschen betreut, die den Angriff auf das World Trade Center oder den Erfurter Amoklauf miterlebten. Im Interview verrät er, warum wir uns in Extremsituationen so verhalten, als bedrohte uns der Säbelzahn tiger. VON ANNE HÄHNIG

Herr Lüdke, Sie behandeln Menschen, die Todesangst hatten. Kann man sich auf so eine Situation vorbereiten?

Christian Lüdke: Nein, so eine Situation kann man nicht trainieren. Ich habe viele Jahre für die Polizei gearbeitet und versucht, die Polizisten auf so ein Nahtod-Erlebnis vorzubereiten. Das Problem ist: In solchen Situationen schaltet der Körper in einen Automatik-Modus. Wir Menschen können uns dann nicht mehr selbst steuern.

Wie verhält sich ein Mensch, der dem Tod ins Auge sieht?

Lüdke: In lebensbedrohlichen Situationen kennen wir Menschen zunächst nur eine Reaktion: wir flüchten. Wenn wir jedoch nicht wegrennen können, dann kämpfen wir. Wenn auch das Kämpfen aussichtslos ist, dann erstarren wir. Dieses Verhalten ist genetisch vorgegeben und bei allen Menschen gleich.

Woher kommt dieses Verhalten?

Lüdke: Denken Sie an unsere Vorfahren. Wenn die einem Säbelzahn tiger begegnet sind, suchten sie zuerst das Weite. War das nicht möglich, gingen sie an zu kämpfen oder erstarrten eben.

Der Säbelzahn tiger ist ausgestorben. Lebensbedrohliche Situationen sehen heute ganz anders aus. Hilft uns dieser Automatismus überhaupt noch?

Lüdke: Ich glaube schon, ja. In lebensbedrohlichen Situationen ist der gesamte Organismus nur noch auf das Überleben ausgerichtet. Die wichtigen Organe wie Lunge und Herz werden viel stärker durchblutet, in unserem Gehirn wird das Denken, das Fühlen und das Handeln voneinander entkoppelt, um schnell reagieren zu können.

Oft erzählen Menschen nach einer lebensbedrohlichen Situation, dass sie ein helles Licht oder gar ihr Leben noch einmal im Schnelldurchlauf vor Augen hatten. Was hat es damit auf sich?

Lüdke: Das lässt sich medizinisch erklären. Die Stresshormone, die ausgeschüttet werden, bewirken eine Änderung des Stoffwechsels und können sogar einen Sauerstoffmangel hervorrufen. Der wiederum führt dann zu Erscheinungen wie dem hellen Licht. Außerdem haben wir im Gedächtnis ein paar Bilder aus unserem Leben gespeichert, die wir bis an unser Lebensende nicht vergessen, Bilder aus der Kindheit zum Beispiel. Die können in einem Extremfall wie ein Film abgespielt werden.



Christian Lüdke hat Angst in der Badewanne, wenn seine Frau sich die Haare föhnt.

Sie haben Schüler nach dem Erfurter Amoklauf betreut und Journalisten geholfen, die während des Erdbebens in Haiti waren. Wie lange brauchte es, so ein Erlebnis zu verarbeiten?

Lüdke: Das ist sehr unterschiedlich und hängt von zwei Faktoren ab. Erstens: Wer mit seinem Leben zufrieden ist, der kann so ein Ereignis schneller verarbeiten, dem kann es nach drei Monaten schon wieder gut gehen. Wer aber ohnehin unglücklich ist, der wird mit solch einem Erlebnis schwieriger zurecht kommen. Zum Zweiten sind rund sieben Prozent aller Trauma-Patienten schon vortraumatisiert. Sie haben in der Vergangenheit ein schlimmes Ereignis nicht verarbeitet. Das können verdrängte Erlebnisse wie zum Beispiel der Tod des Partners oder eine Vergewaltigung sein und die kommen dann wieder hoch.

Wie behandeln Sie traumatisierte Menschen?

Lüdke: Zunächst einmal sind Ruhe und Abstand unbedingt notwendig. Ich muss die Leute stabilisieren, sie vom Ort des Geschehens weg-

bringen und ihre Aufmerksamkeit auf etwas Positives richten. Ich frage sie zum Beispiel, was die zehn größten Erfolge Ihres Lebens waren. Erst nach dieser Stabilisierung kann ich sie mit dem eigentlichen Ereignis konfrontieren.

Gibt es auch Menschen, denen Sie nicht helfen können?

Lüdke: Leider ja. Das sind meist Kriegstraumatisierte, Folteropfer oder Menschen, die in ihrer frühen Kindheit missbraucht worden. Deren Urvertrauen ist so massiv erschüttert, dass sie sich an niemanden fest binden können, dass ein Teil ihrer Persönlichkeit zerstört ist. Die Erinnerungen an permanente Bombardierungen oder Vergewaltigungen brennen sich in das Gedächtnis ein und führen sogar zu hirnorganischen Veränderungen. Ich kann dann nur dabei helfen, im Alltag zurecht zu kommen.

Die Religionen befassen sich intensiv mit dem Tod. Spielt der Glaube eine Rolle, wenn sich Menschen mit ihrer Todesangst auseinandersetzen?

Lüdke: Die Religion ist ein guter Kraftgeber. Zahlreiche Studien haben belegt, dass gläubige Menschen in so einem traumatischen Ereignis eher einen übergeordneten Sinn erkennen können als Atheisten.

Haben Menschen nach einem traumatisierenden Erlebnis noch größere Angst vor dem Tod oder gehen sie mit ihren Ängsten gelassener um?

Lüdke: Die Summe aller Ängste bleibt gleich, aber die Angstobjekte verändern sich. Wer zuvor vor allem Angst um seinen Job hatte, hat danach vielleicht mehr Angst um die Familie. Auch die Angst vor dem Tod bleibt. Bei vielen Menschen führt ein traumatisches Erlebnis jedoch dazu, dass sie ihr Leben überdenken und neu ordnen. Ihnen wird dann zum Beispiel die Familie wichtiger als der Beruf. Sie schaffen es, dem Trauma etwas Positives abzugewinnen.



Annes große Furcht: Schreibblockaden. anne.haehnig@campus.lmu.de

Preiswerte Mittagmenüs · Durchgehend warme Küche bis 22.00 Uhr · Eis, Kaffee und Kuchen



Angebot für Studenten:

Öfter kommen lohnt sich:
Jedes elfte Essen geht auf's Haus
(gilt für alle Pizza- und Nudelgerichte)

CAFE · RESTAURANT PARADISO

Italienische und griechische Spezialitäten

Gartenterrasse · Lerchenfeldstr. 11 · Straßenbahnhaltestelle Paradiesstraße

Tel. & Fax 299703 · Samstag Ruhetag

Die Lust am Gruseln im Kino



Wir gruseln uns, wir fürchten uns und manchmal würden wir am liebsten wegsehen. Doch wir tun es nicht. Wir starren gebannt auf die Leinwand. Woher kommt sie, unsere Lust an der Angst im Kino?

VON LISA GOLDMANN

Die Angst im Kino begann mit einem Schatten. Ein Schatten, der 1922 über die Leinwand glitt. Es war der Schatten des Grafen Orlok, der sich ins Zimmer seines Opfers, der unschuldigen Ellen, schleicht. Friedrich Wilhelm Murnaus Horrorfilm *Nosferatu – Eine Symphonie des Grauens* versetzt sein Publikum seit fast neunzig Jahren in Angst und gilt als einer der Begründer des Horror-Genres. Und das Publikum fürchtet sich gerne, damals wie heute. Mit derselben Mischung aus Panik und Verzückung, mit der Ellen dem Vampir Orlok erliegt, begegnet der Zuschauer seiner eigenen Angst im Kino. Worin besteht diese Verzückung, warum fürchten wir uns so gerne im Kino? Woher kommt sie, die Lust an der Angst?

wieder vorbei und wir gehen nach Hause. Dass es so einfach nicht ist, liegt an unserer Fähigkeit zur Empathie. Wir können uns in unsere Mitmenschen hineinversetzen und ihre Gefühle nachvollziehen. Genauso können wir auch mit fiktiven Figuren fühlen, ihren Schmerz und ihre Angst spüren. Parasoziale Interaktion beziehungsweise Identifikation nennen Medienpsychologen dieses Phänomen. Die Figuren werden zu unseren Stellvertretern auf der Leinwand, durch sie erleben wir, wovor wir uns tief in unserem Innern fürchten. Uns widerfährt Verrat und Verfolgung, wir müssen einen namenlosen Machtapparat bekämpfen oder riesengroße Superspinnen. Und während wir im echten Leben für unsere Ängste verspottet oder zum Arzt geschickt werden, bekommen

wir im Kino Recht. Die Ängste sind berechtigt, all das Schreckliche gibt es wirklich, wir können uns damit konfrontieren und uns unserer Angst stellen. Das Schöne daran: Die Konfrontation findet in kontrolliertem Rahmen statt, wir sind uns immer bewusst, dass wir am Ende des Films unversehrt nach Hause gehen können und unser Leben hat sich nicht geändert. Es ist ein Spiel mit der Angst ohne Auswirkung, und genau dieser kontrollierte Kontrollverlust bereitet uns Lust und Vergnügen. Auch Regisseure können sich in ihren Filmen ihren Ängsten stellen. Alfred Hitchcock hat gerne behauptet, ängstlicher zu sein als seine Zuschauer.

Das Kino der Angst kann aber auch eine andere Wirkung erzielen. Manche Ängste, einmal aus unserem Unterbewusstsein hervorgezogen, weichen uns so schnell nicht wieder von der Seite. Man denke nur zurück an die eigene Kindheit, als wir nach dem ersten Horrorfilm wochenlang nachts das Licht anließen. Oder wie wir seit *The Blair Witch Project* Angst im Wald haben und seit *The Ring*

Subtiler Horror: In *Nosferatu* (Bild linke Seite) von 1922 fürchtet sich der Zuschauer am meisten vor dem, was nicht gezeigt wird. Dass es auch wesentlich unsubtiler geht, zeigt die Brachial-Horror-Serie *Saw* (Bild oben), in der sehr viele Menschen auf sehr viele verschiedene Arten getötet werden.

(Fotos: Friedrich-Wilhelm-Murnau-Stiftung, Kinowelt)

jedes Mal zusammenzucken, wenn jemand „in sieben Tagen“ sagt. Was uns natürlich nicht davon abhält, beim nächsten Horrorfilm wieder ins Kino zu laufen. Dabei fällt auf, dass vor allem die subtil inszenierten Filme, die mehr andeuten, als sie zeigen und die mit den Urängsten – vor der Dunkelheit, dem Verlassenwerden, der absoluten Hilflosigkeit – spielen, die sind, die am längsten im Gedächtnis bleiben. Sie überlassen unserer Vorstellungskraft, die Lücken zu füllen und brennen sich so noch tiefer in unser Gedächtnis. Wie furchterregend der subtile Horror sein kann, zeigt derzeit meisterhaft Regisseur Darren Aronofsky mit seinem *Black Swan* im Kino. Dort widerfahren der ehrgeizigen Balletttänzerin Nina (Natalie Portman) seltsame Dinge: Sie begegnet immer wieder ihrer eigenen Doppelgängerin, ihr Körper verfällt zunehmend und bald kann sie nicht mehr zwischen Realität und Einbildung unterscheiden. Und der Zuschauer wird mit hineingerissen in den Strudel aus Angst, Verwirrung und Verzweiflung.

Doch nicht nur unsere ganz private Furcht durchleben wir im Kino, auch gesellschaftliche

und kulturelle Ängste werden durchexerziert. So lässt sich am amerikanischen Actionfilm sehr gut ablesen, wovor sich die USA aktuell fürchten. Waren es bis in die 90er Jahre noch meistens die bösen Russen, so wird dieses Feindbild heute mehr und mehr von islamistischen Terroristen oder – beispielsweise in *Stirb Langsam 4.0* – von Computerhackern abgelöst.

Dabei gibt es verschiedene Arten der Angst im Kino und entsprechend unterschiedliche Filmgenres. Krimis und Thriller setzen eher auf Spannung, die aus der Ohnmacht des Zuschauers entsteht: Er weiß, dass gleich etwas Schreckliches passieren wird, aber er kann es nicht verhindern. Die spannendste Szene in *Fenster zum Hof* von Alfred Hitchcock ist genau von diesem Gefühl der Ohnmacht bestimmt. Lisa (Grace Kelly) durchsucht gerade die Wohnung des vermeintlichen Mörders, als dieser unerwartet nach Hause kommt. Der im Rollstuhl sitzende Jeff (James Stewart) sieht es durch sein Fernglas, auch der Zuschauer sieht es – doch beide können Lisa nicht warnen. Horrorfilme wecken dagegen Gefühle von wohliger Grusel

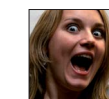
bis zu blankem Schock und Ekel. Wir gruseln uns, wenn etwas passiert, das wir uns nicht erklären und das wir nicht kontrollieren können, wenn zum Beispiel übernatürliche Mächte am Werk sind. Schock und Ekel wiederum entstehen aus der direkten Konfrontation mit dem blanken Horror, wie es wenig subtil in den *Hostel*- und *Saw*-Reihen umgesetzt wird.

Fast jede Angst und Phobie, die es gibt, wurde schon einmal im Kino behandelt: Klaustrophobie (z.B. *Fahrstuhl zum Schafott*), Höhenangst (z.B. *Vertigo*), Paranoia (z.B. Politthriller wie *Die drei Tage des Condors*), Angst vor Spinnen (z.B. *Arachnophobia*) und viele mehr. Aber wie nennt man eigentlich die Angst vor langen Werbeblöcken, knuspernden Popcorn- und Chipsessern, Riesen mit Hut in der ersten Reihe und gesprächigen Banknachbarn mit Körpergeruch?

Dabei ist die Frage zunächst einmal, warum wir uns im Kino überhaupt fürchten. Wir sitzen sicher in bequemen Kinossesseln, gut bezahlte Schauspieler spielen uns eine fiktive Geschichte vor, nach zwei Stunden ist alles



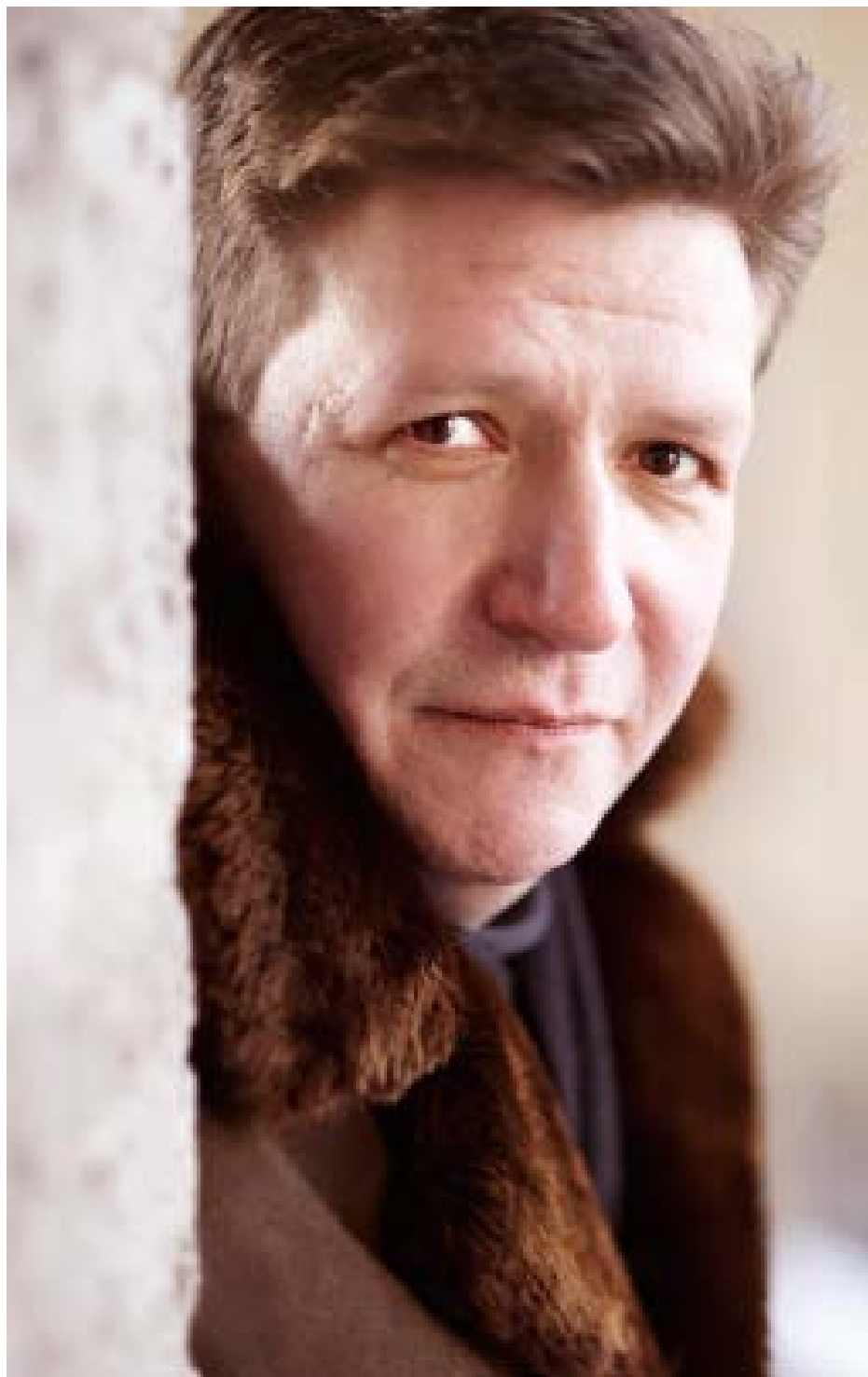
Das Kino gibt den Ängstlichen recht: Alles, wovor sie sich fürchten, gibt es dort wirklich.



Lisa fürchtet sich beim Horrorfilm *Uzumaki*.
lisa.goldmann@campus.lmu.de

Die Geburt des Thrillers aus dem Geist der Angst

An einem Dienstag im August petzten die Zeitungskästen der Stadt in dicken schwarzen Buchstaben: „Autor schürt Angst vor Wiesn-Terror“. Es war der Aufmacher der *Abendzeitung*, der Christoph Scholder zumindest eines bestätigte: Angst schreiben zu können. Ein Gespräch mit einem, der das Fürchten sucht. VON LISA FRIEDA KASSNER



Teil einer ängstlichen Spezies: Thriller-Autor Christoph Scholder

(Foto: Christian Kaufmann)

Es ist eine frühe Schuld, die auf seinen Schultern liegt: Christoph Scholder hat seinen Nachbarn umgebracht. Mit acht Jahren. Sicher, es war Notwehr. Es war unbeabsichtigt. Aber aufgeklärt wurde die Angelegenheit nie: „Unser Nachbar wurde begraben und die Sache auch“, gibt er zu. So jedenfalls steht es in einem Schulaufsatz aus jenen Tagen, in denen Christoph Scholder sich bereits auf den Spuren von Kalle Blomquist befand und die Bücher von Wolfgang Ecke verschlang. Die Atmosphäre der Angst hatte den Jungen gebannt, und seine kindliche Phantasie wusste sie nachzuahmen. „Vermutlich würde man heute eine Horde von Schulpsychologen auf mich los lassen“, sagt der Mann lächelnd.

Anstelle der Psychologen wurde Christoph Scholder nun, 35 Jahre später, mit wütenden Einzelstimmen konfrontiert, die seinen Debütroman *Oktoberfest* als „pietätlos“ brandmarkten. Kurz vor der Wiesn einen Thriller zu veröffentlichen, der das größte Volksfest der Welt den Händen russischer Terroristen überlässt, strapazierte die Toleranz doppelnamenträger Beamter und empörte die Wiesn-Wirte. Keiner der Protestler mochte mit den fiktiven Kollegen fühlen, vielleicht auch deshalb, weil keiner von ihnen das Buch gelesen hatte.

» Zehntausende von Schaulustigen säumten die Straßen der Münchner Innenstadt. Es war bestes Spätsommerwetter. Weiß-blaue Fahnen wehten vor einem weiß-blauen Himmel. Die ganze Stadt hatte sich herausgeputzt. Sogar an den Wagen der Straßenbahnen wehten weiß-blaue Wimpel. Mit dem traditionellen Einzug der Festwirte begann auch dieses Jahr das Oktoberfest. «

Scholder greift mit dem *Oktoberfest*-Plot die diffuse Angst auf, die seit dem 11. September die gegenwärtigen Diskurse bestimmt. „Diese Angst reicht bis in die Kneipengespräche herunter, weil sich im Laufe des Afghanistan-Krieges herumgesprungen hat, dass die Taliban keine starkköpfige Folklore-Truppe, sondern gewalt-

tätige Menschen sind, die versuchen, ihre menschenverachtende Ideologie mit allen Mitteln durchzusetzen“, erklärt der Autor. Er wählt seine Worte mit Bedacht und zieht sie wie Mosaikteile zu sich heran. Zum Zeitgeist mag Scholder diese Angst nicht zählen, denn was für ein Geist sei das schon? Er präzisiert die diffuse Angst als „Sensibilität für eine Bedrohung“, die sich in der Gesellschaft breit gemacht habe. Furcht und Angst inszeniert Scholder stets im Tutti, auch wenn Gut und Böse ihre kampferprobten Solisten in ein hartes Duell schicken. Mit 70.000 Geiseln, Rohdiamanten im Wert von zwei Milliarden Euro und über zweitausend Opfern ist die Angst für große Besetzung arrangiert.

» Die Wirkstoffe sanken auf die fünftausend Insassen des Zeltes herab. Die meisten kippten nach vorne auf die Tische. Einige schafften es noch, aufzustehen, bevor sie zusammenbrachen. Diejenigen, die an den Enden der Bierbänke saßen, fielen seitlich in die Gänge. «

Schwitzen und Zittern herbeischreiben aber kann nur jemand, der die Gesichter der Angst von innen heraus kennt. „Thriller-Autoren sind ängstliche Menschen“, behauptet Scholder vorsichtig. Ihre Empathie mache es ihnen möglich, die Situation ihrer Figuren nachzuempfinden, um sie anschließend zu beschreiben. „Fiktive Angst rekurriert auf reale Angst und bearbeitet sie, überhöht sie, ändert sie und bringt sie zum Oszillieren“, sagt er. Und je näher sich die Geschichte an der Realität bewege, desto furchteinflößender sei die Wirkung: „In dem Moment flirrt es“.

Scholder erdet sein Gefahrenspektakel vor allem durch detailgenaue Beschreibung der Militär-Technologie und wirft die Technik als „Realitäts-Anker“ seiner Fiktion. Dafür hat er jahrelang recherchiert und Interviews geführt. Scholder hat an geheime Türen geklopft, um zu erfahren, wie eine Regierung, wie das Militär in einer so außergewöhnlichen Situation reagieren könnte.

Doch die Beschreibung der Waffen bleibt nicht theoretische Kulisse. Der Autor konfrontiert den Leser mit der Wirkung perfider Tötungsmaschinerie. Viel Theaterblut erfordert seine Fiktion, in der die Wunden zur Nahaufnahme heran gezoomt werden: „Es ist der Versuch, durch die kalte Beschreibung technischer Abläufe beim Leser einen Schock zu provozieren“, bekennt er. Schwer fallen ihm diese Szenen der exzessiven Gewalt. In seiner Phantasie sieht er die Kämpfe vor sich, auf der weißen Wand hinter dem Bildschirm. Scholder schwitzt dabei. „Es ist auch körperlich enorm anstrengend, solche Szenen zu schreiben. Ich bin danach erschöpft.“ Immer wieder sieht er sich mit der Banalität des Bösen



Russisches Nervengas beendet den traditionellen Bierbrausch Tausender in „Oktoberfest“. (Foto: Anton Funzel/Pixelio)

konfrontiert, mit Gewalt, der sich nur mit Gewalt begegnen läßt.

» Er riss die rechte Hand zurück. Kehlkopf, Luft- und Speiseröhre hielt er dabei mit unerbittlichem Griff umklammert. Eine riesige Wunde klaffte im Hals seines Gegners. Blut pulste im breiten Schwall hervor. Der Mann sank sterbend in die Knie. Die Zunge hing noch an der Speiseröhre, die unter seinem Kinn baumelte. Seine Pupillen verdrehten sich zum Himmel. Dann fiel er seitlich in den Sand. «

Neben ihrer Banalität besitzt Gewalt eine existenzielle Ebene. „Wir alle haben Angst vor dem Tod“, sagt Scholder und muss es erläutern, das Gedankenmodell des Philosophen Emmanuel Lévinas: „Wenn sich zwei Menschen treffen, erkennen sie einander in ihrer Angst vor dem Tod und deshalb werden sie sich nichts antun. Das ist der Kern ihrer menschlichen Begegnung.“ Christoph Scholder richtet den Blick in die Ferne, und fragt, ohne Antwort zu wollen: „Was aber mache ich, wenn der Andere vor meinen Augen einen Dritten angreift? Das erfordert eine moralische Entscheidung. Ich schlage mich auf die Seite dessen, der gerade misshandelt wird. Es ist eine Art Religion ohne Gott. Es ist die Begründung von moralischen Entscheidungen und ihrer Notwendigkeit aus der eigenen Todesangst heraus.“ Da ist sie, die Grundsituation der Spannungsgeschichte: Der böse Andere, der den guten Ermittler auf den Plan ruft, damit dieser für moralisches Gleichgewicht Sorge. „Man kann“, vollendet Scholder sein Mosaik, „von so etwas sprechen, wie der Geburt des Thrillers aus dem Geist der Angst.“

Der aber wird erst erträglich durch seinen fiktionalen Charakter: Ein aufregender Gast, bescheiden zwischen Buchdeckeln beheimatet, der sich jederzeit samt aller schillernden Gefahr dorthin zurückweisen läßt.



Lisa hat Angst vor fliegenden Bierkrügen. lisa.kassner@campus.lmu.de

(i) Der Wiesn-Thriller

CHRISTOPH SCHOLDER
OKTOBER
FEST
THRILLER
ORDNER

Droemer-Verlag, 19,95 Euro

Inszenierte Bedrohung

Demonstrationen gegen den Bau von Moscheen, Brandanschläge gegen muslimische Gotteshäuser und Debatten über Kopftuch-Verbote in den Talkshows. Die Skepsis, Angst und Intoleranz gegenüber dem Islam in Deutschland wächst. Das negative Image der Religion wird nicht zuletzt durch die Medien geprägt. VON FRANK SEIBERT



(Foto: Thorsten Gutschalk)

Er hat schwarze Haare, dunkle Augen. Seine Erscheinung gibt seine Herkunft nicht preis. Riyad wirkt auf den ersten Blick nicht wie ein Araber, nicht wie ein Moslem. Er könnte auch Südeuropäer sein – aber einer, der schon länger in Deutschland lebt. Seine Aussprache ist nahezu perfekt. Der 25-Jährige benutzt deutsche Redewendungen und den Genitiv. Doch trotz all seiner Bemühungen, die Sprache zu lernen und sich anzupassen, fühlt sich der junge Syrer nicht wohl in diesem Land. Muslime stünden häufig im Generalverdacht gewaltbereit, fanatisch oder frauenfeindlich zu sein, sagt er.

Riyads Wahrnehmung hat handfeste Hintergründe. Wie negativ das Islam-Bild der Deutschen ist, dokumentierte jüngst eine Studie des Exzellenzclusters *Religion und Politik* der Uni Münster. Die Forscher führten vergangenes Jahr eine große repräsentative Umfrage in fünf europäischen Ländern durch. Das Ergebnis: Deutsche sind deutlich intoleranter gegenüber dem Islam als ihre westeuropäischen Nachbarn. Häufiger als Bürger aus Frankreich, den Niederlanden oder Dänemark sprachen sie sich gegen den Bau von Moscheen und Minaretten aus. Nur rund die Hälfte der Deutschen sind laut der Umfrage der Auffassung, alle religiösen Gruppen sollten gleiche Rechte haben. Das deutsche Verständnis von Religionsfreiheit ist weit geringer als das der befragten Bürger in den anderen Staaten.

Verstehen kann das Riyad nicht. In Deutschland mache man es den Muslimen oft grundlos schwer, ihren Glauben frei auszuleben. Vor fünf Jahren kam er aus der kleinen Stadt Hama nach Bremen, mithilfe eines syrischen Stipendienprogramms. Er und etwa 20 weitere junge Menschen sollen nach dem Ende ihrer Ausbildung in Damaskus Deutsch unterrichten. Inzwischen steht Riyad kurz vor seinem Master-Abschluss in Germanistik. Es sei ihm sehr schwer gefallen, sich in Deutschland einzuleben. „Meine Freunde und ich mussten Tag und Nacht hart daran arbeiten,

» **Bloß 40 Prozent der Westdeutschen haben Kontakt zu Muslimen.** «

soziale Kontakte zu knüpfen“, sagt er. „Die meisten Deutschen gehen kaum auf Fremde zu. Sie meiden den Kontakt und sind gerade Arabern und Muslimen gegenüber skeptisch.“

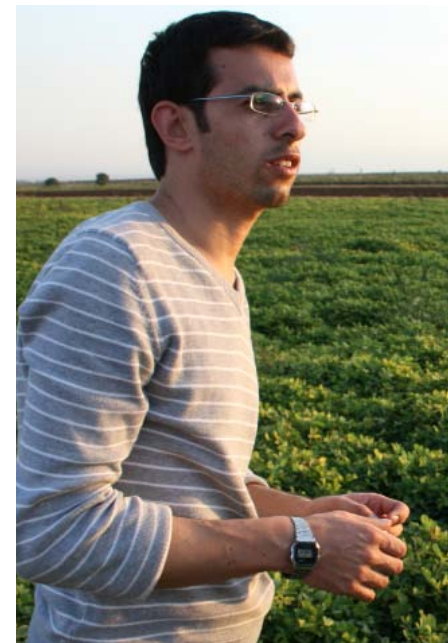
Genau diese Distanz könnte eine Ursache dafür sein, weshalb viele Deutsche Angst vor dem Islam haben, vermutet der Religionssoziologe Olaf Müller. Er ist einer der Forscher, der die Umfrage der Uni Münster zur religiösen Vielfalt in Europa betreute. „Alles, was fremd ist, lehnt der Mensch erst einmal ab. Er sehnt sich nach Sicherheit, nach Verlässlichkeit“, sagt Müller. Die Wissenschaft erklärt dieses Phä-

nomen der Angst mit der so genannten Kontakthypothese. Sie besagt, dass soziale Kontakte dazu beitragen, Vorurteile abzubauen und negative Stereotype zu vermindern – vorausgesetzt, die verschiedenen Gruppen zeigen Bereitschaft, aufeinander zuzugehen und einander Vertrauen zu schenken. Kennen Deutsche aber höchstens den Gemüsehändler um die Ecke, stützen sie sich bei der Beurteilung der „Fremden“ nicht auf ihren eigenen Erfahrungsschatz. Sie nutzen andere Quellen, um sich ein Bild zu machen. Müllers Studie ergab, dass bloß 40 Prozent der Westdeutschen Kontakte zu Muslimen haben. Im Osten sind es weniger als 20 Prozent. Natürlich sei das aber nicht immer nur das Verschulden der Deutschen. Eine weitere Erkenntnis scheint allerdings die Kontakthypothese zu bekräftigen. Befragte, die angaben, häufigen Kontakt zu Muslimen zu haben, berichteten zumeist von positiven Erfahrungen. Dadurch konnten sie viele ihrer Vorurteile hinterfragen und korrigieren.

Riyad kam, so sagt er, ganz ohne Vorurteile nach Deutschland. In Syrien wisse man sowieso sehr wenig über die Deutschen. Nach nur sechs Monaten Sprachkurs wurde er in den Flieger gesetzt – ins kalte, deutsche, Wasser geworfen. „Alles war sehr neu und verwirrend für mich. Anfangs war ich oft allein.“ Das Desinteresse vieler Menschen ihm gegenüber konnte er nicht ver-

stehen. Über die Uni lernte Riyad mit der Zeit einige Deutsche kennen – es sei schwer gewesen, sie davon zu überzeugen, ihm zu vertrauen. Glücklicherweise habe es auch ein paar Studenten gegeben, die Arabisch lernen wollten. Sie haben ihm in sogenannten Sprachtandems als Gegenleistung in Deutsch und Englisch Nachhilfe gegeben. Auch sonst waren sie offen und behilflich. Andere Studenten aber wollten erst gar nicht mit ihm reden.

Misstrauen und Ängste erklärt sich Nicole Haußecker, Kommunikationspsychologin der Uni Jena, durch das Islam-Bild, das deutsche Medien zeichnen. „Sie spielen eine entscheidende Rolle bei der Meinungsbildung. Wenn im Fernsehen oftmals negativ über Muslime berichtet wird, sind die Chancen Vorurteile abzubauen eher gering.“ Haußecker untersuchte im Rahmen einer Studie zur Berichterstattung über Terrorismus zwischen Sommer 2007 und Frühjahr 2009 die Hauptnachrichten des deutschen Fernsehens. Sie fand heraus, dass der islamistische Terrorismus als eine unbestimmte, aber allgegenwärtige Bedrohung dargestellt wird. „Bei einer unbestimmten Gefahr liegt kaum Bildmaterial vor und deshalb wurden vielfach Bilder eingesetzt, die Bezüge zum Islam herstellen, beispielsweise Moscheen oder Kopftücher“. Das Privatfernsehen dramatisiere zwar die Berichte über islamistischen Terrorismus eher als die öffentlich-rechtlichen Sender, dennoch sei eine Angleichung erkennbar. Beide würden ein explosives Vokabular und eine dramatische Sprechweise verwenden. Die von den Zuschauern empfundene Bedrohung könne zu einer Ablehnung von Muslimen führen, wenn zu ihnen häufig ein negativer Bezug hergestellt wird. „Es stellt sich auch die Frage, inwiefern die Medien diese Angst absichtlich schüren, um ihre Quote zu verbessern.“



Riyad auf einem Feld in seiner Heimatstadt Hama. (Foto: Frank Seibert)

Die Angst und Ablehnung drückt sich in ganz unterschiedlichem Maße aus. Müllers Studie zur religiösen Vielfalt in Europa ergab, dass viele Befragte der Aussage zustimmten, die Ausübung des islamischen Glaubens müsse stark eingeschränkt werden. Mehr als die Hälfte der Ostdeutschen war dieser Auffassung. Karim Moustafa, der Medienbeauftragte des Zentralrates für Muslime in Deutschland, ist entsetzt von diesen Ergebnissen. „Die grundgesetzlich verbriefte Freiheit der Religionspraxis scheint vielen gleichgültig zu sein“, sagt er. „Und das trotz einer schwer belastenden Vergangenheit, die gerade einmal 70 Jahre zurückliegt.“ Sowohl Politiker, die die Angst für ihre Meinungsmache förmlich instrumentalisieren würden, als auch die Medien trügen Verantwortung für das ablehnende Verhalten. „Integrationsprobleme, die häufig andere Ursachen haben, werden in der Berichterstattung immer wieder dem Islam zugeschrieben. Die Medien vereinfachen und bedienen dadurch tief verwurzelte Vorurteile.“

Riyad bekam die Auswirkungen dieser Vorurteile zu spüren. Er fühlte sich hilflos. Es war schwer, sich in einem fremden Land in der Universität zurecht zu finden. Kaum jemand sei wirklich bereit gewesen, ihm zu helfen. In seiner entfernten Heimat würde man anders auf Fremde reagieren, versichert er. Man würde sich für das, was man nicht kennt, sehr interessieren. „Die meisten Deutschen wissen kaum etwas über den Islam. Oft sind es die typischen Klischees.“

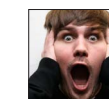
Klischees und Vorurteile zu beseitigen fällt schwer. Sie sitzen in den Köpfen fest. Noch schwieriger ist es, wenn keine Kommunikation zustande kommt. Deutsche wären oft gar nicht bereit, einen ernsthaften und offenen Dialog zu führen, sagt Moustafa vom Zentralrat der Muslime in Deutschland. „Döner und Kebab werden gerne gegessen, in den Urlaub fliegt man am liebsten ins sonnige Tunesien oder in die Türkei, aber bei Wohnungsvermietungen an Menschen mit Migrationshintergrund hört der Dialog dann oft auf.“ Viele muslimische Gemeinschaften würden versuchen, den Vorurteilen durch Einla-



(Foto: Günter Havlena/pixello)

dungen zum Fastenbrechen im Ramadan oder Diskussionsveranstaltungen in den Moscheen zu begegnen. „Erreichen können wir aber nur die Dialogbereiten.“ Wie man negative Eindrücke im Vorhinein vermeiden und so auch Vorurteilen vorbeugen könnte, macht Nicole Haußecker klar. Sie fordert die Medien auf, ihr Berichtsverhalten zu ändern. „Ich würde es für einen großen Fortschritt halten, wenn nicht bei jeder Form von terroristischer Bedrohung eine Verknüpfung zum Islam als Religion hergestellt werden würde. Es ist nicht sinnvoll, eine Moschee einzublenden, wenn über Terrorismus berichtet wird, nur weil ich als Journalist gerade kein anderes Bildmaterial zur Verfügung habe. Dann sollte man lieber auf Bildmaterial verzichten.“

Für Riyad steht sein Entschluss schon fest. Sobald er den Abschluss in der Tasche hat, werden die Koffer gepackt. Er möchte nicht in Deutschland bleiben. Der Syrer möchte zurück in seine Heimat. Riyad hat sich um die Integration bemüht. Langsam gibt er aber seine Bestrebungen auf, in der deutschen Wirklichkeit anzukommen. „Ich wollte ein positives Bild von einem Moslem vermitteln. Zumindest habe ich es versucht.“



Frank fürchtet Terror, nicht aber Muslime. seibert.frank@campus.lmu.de

Angst frisst Hirn

Ein Gespräch über Angst, Gier und Geld mit den Autoren von *Neurofinance. Wie Vertrauen, Angst und Gier Entscheidungen treffen.* VON SVENJA HERING

st Angst eigentlich sinnvoll?

Christian Elger: Sie ist im Laufe der Evolution zwingend notwendig gewesen. Angst hat immer auch eine gute Seite. Sie bewirkt nicht nur, dass die Kaninchen beim Anblick der Schlange fast gefriert, sondern auch, dass es die angstauslösende Situation zu meiden beginnt.

Weshalb ist Angst dann ein schlechter Ratgeber in Sachen Geld?

Elger: Angst ist ein schlechter Ratgeber, weil der Umgang mit Geld eigentlich eine sehr rationale Komponente hat. Je mehr Sie in Gelddingen emotional getrieben werden, desto mehr bewegt sich Ihre Entscheidung weg vom Ökonomischen, Rationalen. Nicht nur in Geldangelegenheiten. Der Verlust von Geld löst angstähnliche Gefühle aus. Dabei wird die Innenregion des Gehirnes aktiviert, wo Unangenehmes wie Schmerz wahrgenommen wird. Die Angst, zu kurz zu kommen, treibt uns dazu, dass wir Dinge, die wir ursprünglich gar nicht kaufen wollten, mit einem Mal als vermeintlich einmalig erachten und in Auktionen den Preis kritisch hochtreiben. Alle rationalen Elemente werden durch ein das Gehirn derart dominierendes Gefühl wie die Angst herunterreguliert.

Warum verhalten wir uns derart gierig, wo wir doch gleichzeitig Angst haben sollten, unser Geld zu verlieren?

Schwarz: Es gibt einerseits die Verlustangst,

die wir im Buch thematisiert haben. Die andere Seite der Medaille aber ist die Angst, irgendwie zu kurz zu kommen. Oder dass man hinter Vergleichspersonen zurücksteht. Beispiel Börsenparkett: Man sieht, dass die anderen immer große Gewinne einfahren, man selbst aber nicht. Dann kann diese Angst dazu führen, dass man etwas wagt, was man sonst nicht wagen würde. Es kann aber auch Ehrgeiz sein, der dann eine Rolle spielt.

Elger: Die Gier ist eine Sucht, das Belohnungssystem zu befriedigen. Bei Leuten, die furchtbar gerne Schokolade essen, ist es im Grunde genommen genau dasselbe. Die essen dann kontinuierlich Schokolade, obwohl sie wissen, sie werden dick, und am Ende ist die Tafel dann einfach weg. Das geht sogar mir so. Ich esse auch eine Tafel auf. Und kann mich nicht mit einem Stückchen befriedigen.

Eine Tafel Schokolade kostet im Zweifelsfall aber nur einen Euro.

Elger: Bei Gelddingen hat das natürlich fatale Konsequenzen, weil da eine ökonomische Gesamtkomponente dahinter steht, die entweder fürs Individuum oder für die Volkswirtschaft eine Katastrophe sein kann. Ein ganz entscheidender Punkt ist, dass im Finanzsystem häufig Hemmungen wegfallen, die durch

den direkten menschlichen Kontakt entstehen. Derjenige, der das Geld anlegt, hat in der Regel keinen Kontakt mehr mit der Person, die ihm das Geld gibt. Das sind ja bei den Großbanken viele tausend kleine Sparer.

Nochmal zurück zur Gier. Die Angst, zu kurz zu kommen, ist also größer als die Angst, Geld zu verlieren. Eine neurowissenschaftliche Erklärung für jene Horde gieriger Banker, die sich an den Finanzmärkten verzockt und die Finanzkrise mitausgelöst hat?

Elger: Hier geht es weniger um die klassische Angst. Beim Finanzakteur wurde ein anderes System konditioniert, nämlich das Belohnungssystem. Er hat Angst, sein Belohnungssystem nicht befriedigen zu können. Ein Geldgewinn führt jedes Mal zu einer unmittelbaren Befriedigung des Belohnungssystems, das ist das höchste Gefühl, das wir haben, im positiven Sinne. Wir haben also Angst, dieses Gefühl nicht mitzukriegen. Wie Süchtige auf der Suche nach dem nächsten Kick. Was auch für meine These spricht ist, dass die Banker in Londons Nobelwohnorten jetzt schon wieder ihre Boni feiern. Das weiß ich von einem Arbeitskollegen, der auch dort wohnt.

„Ich esse auch die ganze Tafel Schokolade. Ein Stückchen kann mich nicht befriedigen.“



2010, das Jahr der Griechenland-Krise. Kann der Mensch einfach nicht mit Geld umgehen? Hirnforscher Christian E. Elger meint, man kann es lernen – indem man Schnäppchen widersteht. (Foto: Patrick Pelster)

(i) Zu den Personen

Professor Christian E. Elger ist Direktor der Universitätsklinik für Epileptologie in Bonn, Fellow des Royal College of Physicians des Vereinigten Königreiches und Preisträger des Züchlerpreises für Hirnforschung.

Friedhelm Schwarz ist Wirtschaftsautor und befasst sich mit Themen an der Schnittstelle zwischen Wirtschaft und Gesellschaft. Sein Schwerpunkt ist die Neuroökonomie.

Man kann sich das gar nicht vorstellen: Das Land ist in der größten Krise, der Staat hat die Banken massiv unterstützen müssen und jetzt gehen die schon wieder mit ihrem Bonus nach Hause und feiern das öffentlich.

Unglaublich.

Elger: Das ist für mich überhaupt nicht nachvollziehbar. Aber das zeigt, was auch andere Experimente beweisen: Wenn das Belohnungssystem aktiviert wird, werden Sie völlig kritiklos. Die Regionen im mittleren Frontallhirn, die rational abwägen, werden in ihrer Aktivität runtergefahren.

Aber auch die Anleger gierten nach immer höheren Renditen.

Elger: Die Suchtkomponente existiert natürlich auch bei den Anlegern. Man kann sich ja nicht vorstellen, dass Leute, die wie im Fall Madoff irrsinnige Summen auf irrsinnige Weise investiert haben, nicht intelligent genug waren, die drohenden Probleme nicht ahnen zu können. Also ist auch bei ihnen das rationale Verhalten überregelt worden durch ein nicht-ökonomisches, irrationales Verhalten. Das ist genauso, wie wenn Sie jemals eine Prise Kokain nehmen. Wir haben einmal mit RTL II in der Kaufingerstraße ein Experiment gemacht. Dabei haben wir Leuten fünf Euro auf die Hand oder 20 Euro in einer Woche angeboten. Über 80 Prozent der Leute nahmen lieber sofort die fünf Euro. Dabei betrug der angebotene Zinssatz über 7.000 Prozent.

Es gibt Menschen, die Angst nicht wahrnehmen. Bernie Madoff, dessen Fall Sie im Buch schildern, spürte offensichtlich wenig bis gar keine Angst. Ein Psychopath?

Schwarz: Psychopathen kennen das Gefühl der Angst überhaupt nicht, sie sind im Prinzip

angstfrei. Sie sind aber auch nicht immer gleich Massenmörder oder Sexualstraftäter. Es gibt Abstufungen und milde Formen. Wie etwa jemand, der extrem ehrgeizig ist und extrem scharf auf Geld. Der würde sich entsprechend aggressiv an den Finanzmärkten verhalten und würde eben gerade keine Angst kennen; er hätte keine Angst, Verluste zu machen oder entdeckt zu werden. Man könnte wahrscheinlich sagen, dass Madoff ein Beispiel für so einen Psychopathen ist. Man konnte anhand von Fernsehaufnahmen sehen, dass er immer sehr kühl und ruhig blieb, selbst als er zu 150 Jahren Gefängnis verurteilt wurde.

„Bernie Madoff blieb stets kühl und ruhig. Selbst als er zu 150 Jahren Gefängnis verurteilt wurde.“

Die Mehrheit der Bevölkerung plagt sehr wohl die Angst, ihr Geld zu verlieren. Nicht nur in Krisenzeiten.

Schwarz: Verlustangst ist ein sehr starkes Angstgefühl, das auch hinsichtlich der Finanzkrise eine wichtige Rolle spielte. Wenn man Sorge hat, seinen Besitz zu verlieren, führt das mitunter dazu, dass man sich teilweise unvernünftig verhält. Die Verlustangst ist stärker als die Vorfreude, ein an sich auch schon starkes Gefühl. Das belegen verschiedene neurowissenschaftliche Experimente. Menschen verkaufen beispielsweise häufig erst dann eine Aktie, wenn ihr Preis auf dem Tiefpunkt angelangt ist und kaufen umgekehrt erst dann, wenn der Kurs seinen Höhepunkt erreicht hat. Aus Angst, nichts mehr vom diesem Kuchen abzubekommen.

Angst frisst Hirn. Aber ohne Emotionen lassen sich nun mal keine Entscheidungen treffen. Kann der Mensch mit Geld einfach nicht umgehen?

Schwarz: Wahrscheinlich kann der Mensch mit Geld einfach noch nicht umgehen. Wenn wir davon ausgehen, dass ein Verhalten, das – überspitzt formuliert – zu Zeiten des Neanderthalers geprägt wurde, bei uns Regie führt, ist Geld ein verhältnismäßig neues Instrument. Von daher können wir damit nicht umgehen – und das belegen auch Forschungen in diesem Bereich.

Ein hoffnungsloser Fall?

Elger: Man kann lernen, damit umzugehen, wenn man Distanz schafft. Nehmen wir mal an, Sie gehen irgendwo hin und sehen etwas, auf das es 50 Prozent

Rabatt gibt, und haben den Drang, es zu kaufen. Wenn Sie eine zeitliche Distanz dazwischen legen und am nächsten Tag nochmal hingehen, ist dieser Drang nicht mehr unmittelbar. Das Belohnungssystem, das unser rationales Denken überregelt, ist auf unmittelbare Befriedigung ausgelegt. Und wenn diese unmittelbare Befriedigung nicht erfolgt, habe ich gewonnen. Dann hat der rationale Gedanke, der angstfreie, gierfreie Gedanke eine Chance, durchzukommen. Sonst hat er sie nicht.



Svenja fürchtet den Schönheitswahn. svenja.hering@campus.lmu.de

Anzeige

dju in ver.di

Deutsche Journalistinnen- und Journalisten-Union

Qualität und Unabhängigkeit im Journalismus sichern, Aus- und Weiterbildung fördern, Arbeitsbedingungen verbessern – das sind zentrale Aufgaben der dju.

Recht und Tat sind uns nicht weniger wichtig. Ob Ausbildungswege, Honorare, rechtliche Aspekte und Rechtsschutz – als Mitglied der dju können Sie die kompetente Beratung in allen beruflichen Fragen erwarten.

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung!

Besuchen Sie uns im Web:

www.dju-bayern.de und www.dju-verdi.de

dju.

Deutsche Journalistinnen- und Journalisten-Union

Kontakt:

dju in ver.di

Landesbezirk Bayern

Schwanthalerstr. 64, 80336 München

Ihr Ansprechpartner: Bernd Mann

Tel. 089 / 59977 – 7081

bernd.mann@verdi.de

„Vernunft nimmt einem die Freiheit“

Der Unternehmer Jochen Schweizer steht für Extreme der Superlative. Mit seinem Unternehmen verkauft der frühere Stuntman erfolgreich außergewöhnliche Erlebnisse aller Art. Doch wie extrem ist er eigentlich selbst? JANA GIOIA BAURMANN sprach mit dem Privatmensch Jochen Schweizer.

Herr Schweizer, wann hatten Sie das letzte Mal Angst?

Jochen Schweizer: Vor zwei Jahren in Kapstadt bei einem Autorennen.

Sind Sie da selbst mitgefahren?

Schweizer: Nein, ich saß auf der Tribüne. Mein Sohn Max saß im Rennauto und hatte einen grauenhaften Unfall. Das Auto hat sich fünfmal in der Luft überschlagen, ist dann gegen eine Betonwand geflogen und blieb schließlich auf dem Dach liegen. Diese zwanzig Sekunden, in denen nichts geschah, wo einfach das Auto da lag, weit und breit kein Streckenposten in Sicht war und man jeden Augenblick damit gerechnet hat, dass es zu brennen anfängt – da hatte ich richtig Angst.

Was passierte nach diesem ersten Angstmoment?

Schweizer: Max war zwar voll in meinem Blickfeld, aber quasi unerreichbar für mich. Alles schien eine Ewigkeit zu dauern. Wie erleichtert war ich, als er plötzlich einen Fuß durch das nicht mehr vorhandene Fenster streckte, sich hinaus wand und einfach da stand. Dann liefen die ersten Streckenposten hin, ich habe nicht genau gesehen, was die da machen. Plötzlich klingelt mein Handy. Es war Max vom Handy eines Streckenposten, der meine Anspannung gespürt haben muss. Das war eine riesen Erleichterung.

Sie beschreiben sich selbst als einen angstfreien Menschen. Hat sich diese Angst verändert, seit Sie Kinder haben?

Schweizer: Ich bin nicht angstfrei, aber ich kann mit Ängsten gut umgehen. Man wird verletztlich. Was meine Person betrifft, ist es absolut erstaunlich, dass ich jetzt mit 53 Jahren mit bester Gesundheit so im Leben stehe, so leben kann, wie ich lebe und überhaupt noch am Leben bin. Das empfinde ich als Geschenk. Wenn

man Kinder hat, wird man verletzlich, denn das kann man nicht beeinflussen. Und ich möchte schon die Reihenfolge eingehalten wissen: Also zuerst will ich gehen und dann die Kinder.

Vor einem Ihrer Sprünge als Stuntman hat Ihr Sohn Sie angerufen und Sie gebeten, es nicht zu tun. Glauben Sie, dass es für Ihre Kinder manchmal schwierig war, so einen mutigen Vater zu haben?

Schweizer: Natürlich. Das ist eine Belastung.

Sie sind dann trotzdem gesprungen. War Ihnen das damals egal?

Schweizer: Nein, es war mir in diesem Moment einfach nicht möglich, anders zu handeln.

Sie haben Ihre Autobiografie geschrieben. „Warum Menschen fliegen können müssen“, lautet der Titel. Können beinhaltet ja auch, dass man es nicht immer machen muss, jedoch die Fähigkeit dazu haben soll. Wann ist also der Moment, in dem man fliegen können muss?

Schweizer: Es ist ein riskanter Titel, denn er beinhaltet drei Infinitive und einen Zeigefinger. Der Verlag wollte einen anderen, aber ich finde, dass er am Stärksten das ausdrückt, was ich für mich als richtig und wichtig erachte: Nämlich unbedingt die Potenz zu haben, etwas leisten zu können, aber nicht den Zwang haben, es leisten zu müssen. Das ist ein großer Unterschied. Der Titel impliziert auch: Ein jeder kann höher hinaus. Jeder Mensch ist auf einer bestimmten Flugfläche unterwegs, ganz unterschiedlich. Ich glaube jedoch, dass jeder Mensch auf der Welt ein individuelles Talent hat, ein Talent, das nur er hat. Und dieses Talent zu entdecken, das ist die eine Aufgabe und die andere ist es, dieses Talent zur Entfaltung zu bringen. Und der Mensch, der das tut, lebt ein erfolgreiches und erfülltes Leben.

Wann haben Sie Ihr Talent entdeckt?

Schweizer: Mein Talent ist es, Menschen dazu zu bringen, Dinge zu tun, die sie nicht tun würden, wenn sie mir nicht begegnet wären. Bewusst



(Foto: Jochen Schweizer)

habe ich das sehr spät entdeckt, so mit Anfang 50. Also noch gar nicht so lange her. Aber danach gelebt habe ich schon seit meiner Kindheit.

Als Kind hatten Sie Höhenangst, später liebten Sie die Höhe und die Freiheit. Wie hängen diese beiden Zustände – also Angst und Freiheit – für Sie zusammen?

Schweizer: Die Angst zu überwinden, bedeutet Freiheit. Eine Angst ist etwas, was mich einschränkt, mich behindert. Die Angst zu kontrollieren, zu überwinden, zu besiegen bedeutet, ich befreie mich. Ich werde frei.

Sind Sie vernünftig?

Schweizer: Nein. Ich glaube, dass die Vernunft im kognitiven Sinne, also was in der Gesellschaft als vernünftig bezeichnet wird, einem die Freiheit nimmt. Man muss unvernünftig sein. Man muss die Unsicherheit wählen. Nur darin liegt die Chance. Wer nur nach Sicherheit strebt, wird nicht sehr hoch fliegen – aber man kann auch nicht abstürzen.

Wer nicht wagt, der nicht gewinnt?

Schweizer: Wer etwas riskiert, kann verlieren. Wer nichts riskiert, verliert garantiert.

Muss man demnach Angst erlebt haben, um zu wissen, wie sich Glück anfühlt?

Schweizer: Klar. Wie soll ich empfinden, was Glück bedeutet, wenn ich vorher noch nie unglücklich war? Wie kann ich Erfolg genießen, wenn ich nicht Misserfolg erlebt habe? Ich glaube sogar, dass Erfolg Misserfolg bedingt. Man muss auch scheitern, um lernen zu können. Eine schmerzgenerierte Erkenntnis sozusagen.

Sie sagen, dass Sie die Angst anderer spüren und riechen können. So zum Beispiel auch, als Sie einer amerikanischen Journalistin in New York beim House Running eine Hochhauswand hinab halfen. Sie machte sich vor lauter Angst in die Hose. Ist Angst der Moment der Wahrheit?

Schweizer: Ich persönlich muss nicht mutig sein, um mich da oben auf eine Hauskante zu stellen. Für mich ist das Pillepalle. Leute, die mich dafür bewundern, irren sich. Denn wenn ich davor keine Angst habe, was ist dann die Kunst? Etwas anderes ist es, wenn ein Mensch furchtbare Höhenangst hat: Wenn sich diese Person dann an den Rand stellt, sich raus lehnt, dem Seil vertraut und in die Tiefe geht, dann ist das wahrer Mut.

Sie würden sich selbst also nicht als mutig bezeichnen?

Schweizer: Nein, das habe ich nicht gesagt. Nur eben in dieser Situation nicht. Diese Situation erfordert von mir keinen Mut, denn ich bin daran gewöhnt.

Wann sind Sie also mutig?

Schweizer: Es gibt Momente, in denen ich meine Kraft konzentrieren muss, um etwas zu bewältigen. Auf Risikosituationen bereite ich mich normalerweise sehr gut vor, aber die Gefahr an sich habe ich schon immer eher leicht genommen. Ich kann selbst in riskanten Situationen noch lachen.

Haben Sie Angst vor dem Alter?

Schweizer: Nein, Angst nicht, es findet eben statt. Man merkt einfach, dass man mit 53 Jahren nicht mehr die gleichen körperlichen Möglichkeiten wie mit 25 hat. Das muss man akzeptieren. Ich kann zwar den Alterungsprozess verlangsamen – ich treibe täglich Sport, ernähre mich gesund, trinke selten Alkohol, rauche nicht – ; aber er ist unvermeidbar. Es ist unangenehm: Man kann nicht mehr so schnell Skifahren und wenn man sich verletzt, braucht es länger, bis man sich wieder regeneriert hat.

Ist Angst ein guter Wegweiser?

Schweizer: Angst ist zunächst mal gar nicht so schlecht. Angst zu haben bedeutet, dass man sich bewusst mit einer Situation beschäftigt – und entscheidet man sich dafür, es dennoch zu tun, bereitet man sich sehr gut darauf vor. Insofern ist Angst nicht schädlich. Es gibt aber verschiedene Arten der Angst. Angst, die einen lähmt – die ist ganz schlecht. Und es gibt eine Angst, die einen dazu bringt, sein volles Potential abzuschöpfen – das ist die gute Angst.

Wo sitzt die Angst bei Ihnen?

Schweizer: Im Solarplexus.

Was passiert dann?

Schweizer: Angst ruft unterschiedliche Reaktionen hervor, es gibt Menschen, die werden ganz aufgeregt, und solche, die ganz ruhig werden. Ich gehöre zu Letzteren, werde ganz ruhig, hochaufmerksam. Angst schärft meine Wahrnehmung.

Kommen wir zum Unternehmer Jochen Schweizer. Sie verkaufen Angsterlebnisse ...

Schweizer: ... nein, das tue ich nicht. In erster Linie verkaufe ich Freude.

Aber ist es nicht die Angst, die in diesem Fall die Freude erzeugt? House Running, Fallschirmspringen, Bungeespringen – da kommt der Moment, in dem man Angst hat. Man überwindet ihn, schüttet Adrenalin aus, ist glücklich und zufrieden.

Schweizer: Nein, ich glaube, es gibt verschiedene Motivationen. Letztlich ist das Produkt von Jochen Schweizer stets die Freude. Unsere Erlebnisgeschenke bereiten den Menschen Freude. Was davor steht, ist ganz unterschiedlich: Anspannung, Konsum, sensible Erlebnisse oder eben Action.



Kennt keine Angst: Jochen Schweizer.

(Foto: Patrick Pelster)

Sie sagen, dass es Ihre Berufung sei, Menschen das weiterzugeben, was Sie selbst erlebt haben. Dass Ihre Kunden Dinge tun, die sie ohne Sie nicht getan hätten. Erlebt man also das gleiche wie Sie?

Schweizer: Subjektiv ja, objektiv nein. Entscheidend ist, was sich in deinem Kopf abspielt. Das Leben ist nicht das, was geschah, sondern das, was wir erinnern. Und alle Erinnerungen sind subjektiv. Ein Kunde erinnert einen Houserun aus sechzig Metern Höhe in einer Dimension, die so groß ist, wie ich meinen Weltrekord-Bungee-Fallschirmsprung erinnere. Daher ist das Erlebnis für den Kunden genauso groß, wie mein Erlebnis, in 2.500 Metern Höhe an einem hunderte Meter langen Bungee-Seil aus einem Helikopter zu springen.

Sie haben als Stuntman gearbeitet, Filme gedreht, führen ein eigenes Unternehmen. Nun haben Sie ein Buch geschrieben. Hatten Sie Angst vor den Reaktionen?

Schweizer: Nein, ich war darauf vorbereitet. Und ich kann mich nicht blamieren. Ich bin kein Schriftsteller, aber ich bin authentisch. Entscheidend ist, dass ich zufrieden bin mit dem, was ich da geschrieben habe. Und ich stehe hinter dem Ergebnis.

Wie ist es, bestimmte Situationen noch einmal zu schreiben? Ist das Gefühl ein anderes?

Schweizer: Ja, und es ist sehr intensiv. Der Tod meines Freundes Wolfram war ein Kapitel, bei dem ich mich betrunken habe als ich es schrieb. Ich habe die Situation noch einmal durchlitten.

Wer hat mehr Angst: Der Unternehmer oder der Privatmensch Jochen Schweizer?

Vor was kann ich Angst haben? Vor was sollte ich denn Angst haben?

Krankheit, zum Beispiel?

Schweizer: Da haben Sie recht – das würde mir stinken.

Was ist mit der Angst vor dem Tod?

Schweizer: Nein. Ich versuche das hinauszuzögern, aber der Tod ist eine unabdingbare Konsequenz des Lebens. Wir werden sterben. In gewisser Weise verstehe ich nicht, weshalb so viele Menschen Angst vor dem Tod haben. Ich hätte eher die Angst, schlecht zu leben. Es ist viel wichtiger, wie wir leben, als uns die Frage zu stellen, wann wir sterben. Natürlich versuche ich am Leben zu bleiben und das, so lange es geht. Aber bevor ich als Wurm dahinvegetiere, versuche ich lieber zu fliegen – auch, wenn ich dann sterben sollte.



Jana hat Angst in Untertunneln. jana.gioia.baurmann@campus.lmu.de

Sind wir Krise?

Im Studium beginnt er, der Wettbewerb der Lebensläufe. Gute Noten, sinnvolle Nebenjobs, förderliche Praktika – irgendwann fragt man sich jedoch, was das alles bringen soll. Und was man selbst überhaupt leisten kann. Über die Lebenskrise mit 25 Jahren.

VON JANA GIOIA BAURMANN



(Foto: Patrick Pelster)

Mein 25. Geburtstag war ein entscheidender Tag“, sagt Leonie und lächelt gequält. „Gewissermaßen ein Einschnitt. Noch immer studiere ich. Und ich frage mich, was danach kommen soll.“ Leonie zweifelt. Und sie hat Angst. Vor dem Jetzt, der Zukunft, der Ungewissheit, die mit einem Mal überall zu lauern scheint: Habe ich eigentlich das Richtige studiert, fragt Leonie sich oft. Und: Braucht mich die Arbeitswelt überhaupt? Ungewiss war bis vor kurzem auch die Finanzierung ihres Studentendaseins. Bislang konnte sie von Halbwaisenrente und Kindergeld leben, nun muss ihr Vater sie finanziell unterstützen. „Ein scheiß Gefühl.“

Leonie befindet sich in der Schwebel. Zwischen Uni und Beruf, zwischen Jugend und Erwachsensein, zwischen Spaß haben und Verantwortung übernehmen. Die Populärpsychologie spricht von einer Quarterlife Crisis oder auch Emerging Adulthood. Ende der 1990er Jahre etablierte sich der Begriff in den USA, um die Identitätskrise der Mittzwanziger zu beschreiben. Ähnlich wie die Midlife Crisis ist auch die Quarterlife Crisis kein psychologisches Krankheitsbild. Es ist eine Sinnkrise. Die Sinnkrise einer jungen Generation.

Nach der Schule haben wir die Weichen für die Zukunft gestellt – und uns damit erst einmal abgesichert. Zu studieren bedeutete, die nächsten Jahre an der Uni zu verbringen. Beruf und all das, was danach kommen sollte, lag in weiter Ferne. Doch nach den ersten Semestern voller Partys, verschlafener Vorlesungen und langer Kaffeepausen schwebt plötzlich das Wort ‚Beruf‘ wie eine dunkle Wolke über einem. Und die Frage: Ja, was will ich überhaupt? „Mein Freund studiert Medizin, für ihn ist klar, was er danach machen wird“, erzählt Leonie. „Aber mit Geisteswissenschaften? Das

ist alles und irgendwie auch nichts.“ Leonie möchte „was mit Medien machen. Schon in der Schule wusste ich das.“ Was mit Medien möchte aber auch ein Fünftel der Teilnehmer im Max Frisch-Seminar machen, das Leonie in diesem Semester besucht. Zu der dunklen Wolke ‚Beruf‘ gesellt sich nun eine weitere: der Lebenslauf. „Man beginnt, sich mit anderen zu vergleichen. Und man bekommt Angst, dass man nicht ausreicht.“ Wo macht man seine Praktika, wie viele sollten es sein, welche Kontakte konnte man knüpfen? Das Schlimmste war, sagt Leonie, als ihr ein Kommilitone erzählt hat, dass er bereits zehn Praktika gemacht habe. Er war damals im achten Semester. „Ich wurde ganz panisch. Man kann sich plötzlich nicht mehr einschätzen, man traut sich nichts mehr zu.“ Leonie spricht jetzt sehr hastig, ihre Wangen sind gerötet. Eine an-

Man bekommt Angst, dass man nicht ausreicht.

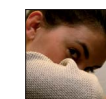
dere Kommilitonin, erzählt sie weiter, habe auf ihrer StudiVZ-Seite einen Karriere-Graphen eingerichtet. Momentan zeige der Pfeil nach oben. Es geht steil bergauf. Leonie seufzt.

Die amerikanischen Autorinnen Alexandra Robbins und Abby Willner kennen Leonies mulmiges Gefühl und widmeten der Angst mit *Quarterlife Crisis. Die Sinnkrise der Mittzwanziger* 2003 ein ganzes Buch. Die Quarterlife Crisis beschreiben sie darin als Zustand der Unsicherheit, in dem sich vor allem Menschen zwischen 21 und 29 Jahren befänden. Betroffene, schreiben Robbins und Willner, hätten Angst vor der Zukunft und fürchteten vor allem, keinen den eigenen intellektuellen Fähigkeiten entsprechenden Job zu finden. Auch seien sie sich unsicher, ob das, was sie bisher im Leben geleistet haben, wirklich genug sei.

Der kritische Leser mag an dieser Stelle zum Protest ansetzen, schließlich können diese Symptome ja in jeder Lebensphase auftreten. Nach Meinung von Robbins und Willner häuften sie sich jedoch vor allem bei jungen, akademisch gebildeten Menschen, die nach einem erfolgreichen Studium mit der Berufswelt in Kontakt kommen.

Diese Welt mit ihren unzähligen Möglichkeiten steht uns mit einem Mal offen – und sie überfordert uns. Welcher Weg ist der richtige? Kann man umkehren? Die Studierenden-Sozialerhebung 2009 des österreichischen Instituts für Höhere Studien (IHS) zeigt, dass die Angst von 13 Prozent unter den 21-Jährigen auf 18 Prozent unter den 26- bis 30-Jährigen steigt. Gefragt danach, welche Ängste das seien, gaben mehr als ein Fünftel der 26- bis 30-Jährigen an, von Existenzängsten betroffen zu sein, jeder Vierte litt unter Leistungsdruck und Versagensängsten.

Angst hat die Tendenz, zur Verzweiflung zu treiben. Mit Zweifeln lässt sich leben, die Verzweiflung jedoch geht an die eigene Substanz: Die Beine, auf denen man eigentlich selbstständig stehen soll, werden schwach, der Boden unter den Füßen dünn. Man kann die Quarterlife Crisis belächeln, schließlich ist es ja doch irgendwie ein Luxusproblem. Zudem haftet dem Begriff ein Hauch amerikanischen Benennungswahns an – jede Befindlichkeit braucht eine medizinische Zuweisung. Belassen wir es also bei Sinnkrise. „Die Krise“, schrieb Max Frisch, „kann ein produktiver Zustand sein. Man muss ihr nur den Beigeschmack der Katastrophe nehmen.“



Jana flüchtet vor gebrauchten Spüllappen. jana.gioia.baurmann@campus.lmu.de

Anzeige

SDI MÜNCHEN
Sprachen und Kommunikation



Deutsch als Fremdsprache

Neue Kurse

■ Sprachkurse 8 Wochen
28.02. – 21.04.2011 | 02.05. – 24.06.2011 | 690€ / 650€

■ TestDaF-Vorbereitung
4 Wochen (15 Termine)
14.03. – 08.04.2011 | 300€

Deutsche Sprachprüfung II
TestDaF Impara il tedesco

Lerne Deutsch Aprende o alemão
Learn German Almanca öğren
www.sdi-muenchen.de

Sprachen & Dolmetscher Institut München
Hochschule für Angewandte Sprachen –
Fachhochschule des SDI
Fachakademie · Berufsfachschule
Baierbrunner Straße 28 · 81379 München
089/288102-0 · daF@sdi-muenchen.de



Musiker erleben den Auftritt auf der Bühne oft als Drahtseilakt: Zitternde Knie, trockener Mund, Gedächtnislücken. Sie sprechen von Lampenfieber. Aber was ist das eigentlich? Und wieso stresst uns Publikum so?

VON FELIX VICTOR MÜNCH

Im freien Fall

Als Kind hatte ich das überhaupt nicht. Du gehst einfach raus auf die Bühne, machst dein Ding und freust dich auf das Eis danach.“ Erst am Musikgymnasium in Belgrad begannen auch Sandra Vucenovics Hände zu zittern. Das verlagerte sich irgendwann in die Beine und machte es der Pianistin unmöglich, sauber zu pedalisieren. Manchmal musste sie das Pedal, das am Klavier für lang nachhallende Töne und somit klangvolle, gebundene Passagen verantwortlich ist, sogar einfach weglassen.

Gerade dann, wenn es wichtig wäre, die volle Kontrolle zu haben, steigt bei Menschen, die sich mit Publikum konfrontiert sehen, das Lampenfieber. Was Menschen auf der Bühne oft durchleben, lässt sich für „Auftrittslaien“ wohl am besten mit Prüfungsangst veranschaulichen. Man stelle sich vor, eine Prüfung vor allen Teilnehmern der Klasse und unter den Augen des Lehrers auf dem Overheadprojektor in Schönschrift absolvieren zu müssen: Zittrige Hände oder Blackouts sind fast schon vorprogrammiert. Da hilft auch Erfahrung nicht viel.

Obwohl das Phänomen weit verbreitet ist – viele nehmen an, jeder hätte Lampenfieber in irgend-

einer Form – ist die wissenschaftliche Forschung dazu noch nicht weit fortgeschritten. „Alles, was schiefgeht, ist ‚Lampenfieber,‘“ kritisiert Adina Mornell, Professorin für Instrumental- und Gesangspädagogik an der Hochschule für Musik und Theater München. Denn Lampenfieber ist nicht gleich Lampenfieber. Während der eine auf ein Aktivierungslevel gebracht wird, das seiner Muskulatur keine ruhige Minute gönnt, wird der andere gelähmt wie ein von einem Lichtkegel überraschter Igel. Die unzähligen Symptome reichen von Gedächtnislücken, zitternden oder kalten Händen und Hitzewallungen über Magen-Darm-Beschwerden bis hin zu Panik-Attacken.

Mornell war eine der ersten, die versuchte, sich empirisch-analytisch mit dem Problem zu befassen. Ihr wissenschaftliches Interesse für das Thema wurde 1998 auf einem Kongress der Deutschen Gesellschaft für Musikphysiologie und Musikermedizin geweckt. Während körperliche Probleme wie Haltungsschäden oder Sehnenscheidenentzündungen von Medizinern verstanden, behandelt und ver-

hindert werden können, wurde ihr klar, „dass das Thema ‚Aufführungsangst‘ zwar für viele wichtig war, aber dass es wenig zum Thema gab. Einige Vorträge waren gar auf Intuition statt auf Wissenschaft gebaut.“ Da sie selbst auch Pianistin ist, sah sie die Möglichkeit, sich in diesem bisher von Musiklaien beackerten Gebiet nützlich zu machen – aus der Sicht einer Wissenschaftlerin mit praktischer Erfahrung.

In ihrem Buch über Lampenfieber beschreibt Mornell die Ursachen für einen Teufelskreis der Angst: Meist mit Beginn der Pubertät beginnen

junge Künstler, sich aus Sicht ihrer Umwelt zu reflektieren: Das Publikum könnte

sie hässlich finden. Sie könnten sich blamieren, ihre Eltern und Lehrer enttäuschen, dem Komponisten nicht gerecht werden, ihren Traum vom Musikerberuf gefährden. Solche und ähnliche Gedanken führen zu physischer Angst, die entweder hemmend oder zu anregend wirken kann – man bekommt einen Blackout. Zittrende Hände oder eine unkontrollierbare Stimme führen

» Lampenfieber ist nicht gleich Lampenfieber. «



Adina Mornell (Foto: Detlef Levin)

zu Fehlern. Diese Schlüsselerlebnisse führen zu mehr Aufregung beim nächsten Auftritt: Angst nährt Angst. Die gesteigerte Erregung des zentralen Nervensystems führt dazu, dass die Erinnerung an vermässelte Auftritte in der Vergangenheit noch leichter abzurufen ist. Im schlimmsten Fall handicapt der Künstler sich selbst, indem er der Aufregung aus dem Weg geht und die Auftrittssituation so lange wie möglich verdrängt: Er übt weniger und vermeidet, sich den Ernstfall vor Augen zu führen. Das führt wieder zu mehr Aufregung beim Auftritt. Ein sich selbst verstärkender Kreislauf schließt sich.

Im Bereich der Sportpsychologie sei man schon viel weiter, meint Mornell. Das Trainieren in Gruppen ist hier Standard. In diesen wird offen über mögliche Patzer geredet. Die Frage, „Was passiert, wenn ... ?“, ist kein Tabu. Sportler versuchen sich immer wieder mit der kritischen Wettkampfsituation auseinanderzusetzen. „Die meisten Musiker hören immer nur: Üben, üben, üben“, sagt Mornell. Aber auch eine vermeintlich perfekte Vorbereitung kann die Aufführungsangst nicht vertreiben.

Sandra Vucenovic hat gelernt, mit ihrem Lampenfieber umzugehen. Seit zwanzig Jahren begleitet sie in München Musikstudenten bei Auftritten am Klavier. Vucenovic erinnert sich an eine Anspielprobe mit einem Geiger in Belgrad: „Er war so aufgeregt, dass er trotz Noten die Anfänge vergessen hat. Die rechte Hand war so steif, dass er Schulterschmerzen bekam. Das Konzert war sehr wichtig für ihn. Da wären Leute gekommen, die entschieden hätten, ob er in der Philharmonie spielen darf. Eine Stunde vor dem Konzert hat er den Veranstalter kontaktiert: Er sei ausgerutscht und habe Schmerzen im Ellenbogen, so dass er nicht streichen könne. Das war die krasseste Geschichte, die ich in diesem

Kontext erlebt habe: Er konnte nichts mehr von dem, was am Tag vorher noch einwandfrei lief.“

Angesichts solcher Erlebnisse hat Vucenovic Verständnis, dass viele auf chemische Hilfsmittel zurückgreifen: Beta-Blocker, die die Wirkung von „Stresshormonen“ hemmen. Auch wenn sie es bedauert: „Ich habe einmal in meinem Leben einen Beta-Blocker genommen. Ich weiß es noch wie heute: Beethoven-Variationen, es ging darum, wer beim Abschlusskonzert spielen darf. Ich war wie ein Zombie. Ich habe technisch perfekt gespielt, aber die Empfindungswelt war verschwunden.“ Obwohl sie beim Abschlusskonzert spielen durfte, würde sie es nie wieder tun.

„Es müsste irgendwie Bestandteil des Musikstudiums werden, wie man mit Lampenfieber umgeht“, meint Vucenovic. Denn viele hängen ihren Traumberuf deswegen wieder an den Nagel. Das ist in einigen Musikhochschulen bereits angekommen. In München bietet Adina Mornell eine Vorlesung zum Umgang mit Lampenfieber an. Je früher das Bestandteil der Ausbildung wird, desto besser. Deshalb wird sie für die angehenden Musikpädagogen zum Pflichtprogramm gehören.

Lampenfieber an sich ist nichts Schlechtes. Schafft man es, das richtige Maß Aufregung mit auf die Bühne zu nehmen, kann das zu Höchstleistungen führen. Erfahrene Fallschirmspringer haben den Höhepunkt der körperlichen Erregung kurz vor dem Absprung. Neulinge direkt danach im freien Fall. Auch bei erfahrenen Musikern wurde beobachtet, dass die Generalprobe sie viel nervöser macht als die Aufführung selbst. „Ich gehe an einem Tag vor einem wichtigen

Konzert den ganzen Ablauf mental durch,“ beschreibt Vucenovic ihre Methode. „Da wird die meiste Nervosität vorher abgebaut. Es bleibt eine positive Aufregung, die einen beflügelt und nicht hemmt.“ Dazu rät auch Mornell ihren Schützlingen, die normalerweise versuchen, so wenig wie möglich an den drohenden Auftritt zu denken.

Ein Patentrezept gebe es nicht, meint Mornell. Deshalb hält sie auch wenig von den meisten auf dem Markt erhältlichen Ratgebern. Ihnen fehle die wissenschaftliche Grundlage, sie seien nicht auf die Einzelperson bezogen und oft von musikalischen Laien geschrieben. Sie selbst versuche vor allem, Methoden der Selbstreflexion vor und nach dem Auftritt zu vermitteln.

Manche Menschen betrifft dies alles nicht. Sie scheinen für die Bühne geboren. Fast schon instinktiv nutzen sie die Aktivierung und übertreffen ihre Probenleistung bei Weitem: „Solche Rampensäue gibt es“, lacht Vucenovic und erzählt von einer Studentin: „Sie ist in den Proben auch gut. Aber sie geht auf die Bühne und blüht auf. Das ist immer drei Stockwerke über ihrer Probenleistung.“ Die Regel ist das nicht. Martha Argerich, eine der bedeutendsten Pianistinnen unserer Zeit, geht seit Langem nicht mehr allein auf die Bühne: Man sagt, vor Solo-Auftritten musste sie sich regelmäßig übergeben.



Felix kämpft öfter mit dem Naturtremolo. felix.v.muench@campus.lmu.de



Berufskrankheit Lampenfieber: Mit zittrigen Händen wird jeder Auftritt zur Qual. (Foto: Patrick Pelster)



IfKW

News

Stillstand bedeutet Rückschritt, weiß ein deutsches Sprichwort. Am IfKW kann davon keine Rede sein: Christoph Neuberger kommt, und auch eine Menge neuer Mitarbeiter im Mittelbau bringen frischen Input und Vielfalt in Forschung und Lehre. Das IfKW ist also gut gerüstet, um mit dem erwarteten Studierendenandrang im Wintersemester 2011/12 klar zu kommen. VON NINA SPRINGER

G8 ante portas. Im Sommer werden in Bayern und Niedersachsen zwei Jahrgänge gleichzeitig Abitur machen: Der letzte Schuljahrgang, der das Gymnasium nach neun Schuljahren verlässt, und der erste, der nach der Umstellung auf das achtjährige Gymnasium (G8) seine Hochschulreife ein Jahr früher erreicht. Laut Kultusministerien beider Länder werden im Sommer rund 170.000 Schüler die Gymnasien in Niedersachsen und Bayern verlassen - allein für Niedersachsen sind das rund ein Fünftel Abiturienten mehr als in den vergangenen Jahren. Ein Teil davon wird sich vermutlich direkt nach dem Abschied von der Schulbank um einen Platz an einer Universität bewerben - laut Statistischem Bundesamt liegt die Studienanfängerquote derzeit bei 46 Prozent. Hinzu kommt das geplante Aussetzen der Wehrpflicht ab Juli dieses Jahres. Das Deutsche Studentenwerk rechnet daher zum kommenden Wintersemester bundesweit mit mindestens 50.000 zusätzlichen Bewerbern.



Die Top-Nachricht des Winters ist sicherlich, dass Christoph Neuberger (Foto) im Dezember den Ruf auf die Medienwandel-Professur angenommen hat und zum Sommersemester aus Münster an das IfKW nach München wechselt. „Eine

exzellente Lösung – ein hervorragender Journalismusforscher“, freut sich Heinz Pürer über die Nachricht, dass der Münsteraner Professor seine Nachfolge antritt, da Pürer 2012 in den Ruhestand verabschiedet wird. Christoph Neuberger (Jahrgang 1964) studierte Journalistik, Politikwissenschaft, Soziologie und Philosophie in Eichstätt und Tübingen, habilitierte 2001 über *Journalismus im Internet* und lehrte seit 2002 in Münster.

dition darüber, wer auf die G8-Professur Medienqualität berufen wird, steht noch aus. Beworben haben sich u.a. Uwe Hasebrink, Jörg Matthes, Marcus Maurer und Oliver Quiring (der *Communicator* berichtete). Generell lässt die Personalsituation am Institut also keinen Grund zur Sorge. Das Professorium wird außerdem schon bald durch die Besetzung der Medienwandel-Professur verstärkt, und auch neue Projektstellen konnten geschaffen werden. Der *Communicator* stellt an dieser Stelle die neuen Mitarbeiter vor.

Auch im Mittelbau ist einiges in Bewegung. Neue Wege schlugen Sonja Lorenz und Sabine Pflieger sowie Alexander Haas und Sebastian Doedens ein. Haas wechselte zum Jahresbeginn an die Uni Hohenheim, die anderen drei ehemaligen IfKWler in die freie Wirtschaft. Der Lehrbereich Fröhlich wird nun von drei neuen Mitarbeiterinnen verstärkt: Seit Oktober 2010 arbeiten Irene Helmes und Lianne Sauerwald im Drittmittelprojekt *The Role of Media in Escalating and De-escalating International Armed Conflicts (MEDIA Conflicts)*. Gefördert wird das Projekt durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung. Die Stelle der Auslandsbeauftragten in der Nachfolge auf Sabine Pflieger wurde von Clarissa Schöller übernommen. Neben ihr hat sich auch ein weiterer Absolvent des KW-Masterstudienganges für das Berufsfeld Wissenschaft entschieden: Till Keyling vertritt seit Oktober Dominik Leiner, der nach einer Elternzeit voraussichtlich im August dieses Jahres ans Institut zurückkehren wird.

Zudem haben auch Cornelia Wallner und Thomas Wiedemann ihr Büro in der Schellingstraße 3 bezogen. Cornelia Wallner gehört dem Lehrbereich von Wolfgang Peiser an und folgt auf Nathalie Huber. Thomas Wiedemann ist seit Oktober als Projektmitarbeiter am Lehrbereich von Michael Meyen tätig und befasst sich in einem von der Deutschen Forschungs-

gemeinschaft geförderten Projekt mit dem Publizistikwissenschaftler Walter Hagemann (1900–1964). Hagemann, laut *Spiegel Online* ein ‚unbequemer Querdenker‘, war Gründungsmitglied der CSU, wurde jedoch aus der Partei ausgeschlossen, unter anderem weil er inmitten des Kalten Krieges die Abrüstung forderte. Schließlich floh Hagemann in die DDR. Ein spannender Stoff, auch und nicht nur für die Sektion Geschichte der Kommunikationswissenschaft.

Die neuen wissenschaftlichen Mitarbeiter am IfKW: Clarissa Schöller, Cornelia Wallner und Irene Helmes (vorne von links nach rechts) sowie Thomas Wiedemann, Philip Baugut und Till Keyling (von links nach rechts). (Foto: Nina Springer)



Für die deutsch-schweizer Beziehungen von Bedeutung ist weiterhin die Meldung, dass Andreas Fahr in diesem Wintersemester eine Gastprofessur an der Universität Zürich übernommen hat. In der schönen Schweiz hat der Privatdozent die Studierenden vor allem in seinem Spezialgebiet unterrichtet, dem Umgang mit rezeptionsbegleitenden Messverfahren. Am IfKW vertrat ihn seine Frau Annette Fahr, die in Forschung und Lehre ähnliche Schwerpunkte setzt. Annette Fahr hatte am IfKW studiert und als wissenschaftliche Mitarbeiterin gearbeitet, anschließend bei Hans-Bernd Brosius promoviert. Seit 2007 ist sie als freie Markt- und Medienforscherin tätig.

tion des KW-Nebenfachstudiums zuständig ist. Die Lehrveranstaltungen übernehmen Thomas Wiedemann und Philip Baugut. Baugut ist seit verganginem Sommer als wissenschaftlicher Mitarbeiter Teil des *Munich Center on Governance, Communication, Public Policy and Law* (MCG), eine von der LMU getragene interdisziplinäre Arbeitsgemeinschaft, zu der aus der Kommunikationswissenschaft Carsten Reinemann und Hans-Bernd Brosius gehören.

Über zwei einschneidende Veränderungen gilt es noch zu berichten: Zum einen werden die Bachelorstudierenden eine kleine Weile auf ihre Studiengangskordinatorin Claudia Riesmeyer verzichten müssen. Riesmeyer erwartet Nachwuchs und wird ab 28. Februar voraussichtlich sechs Monate Elternzeit nehmen. Ihre Koordinations- und Beratungsaufgaben werden an Veronika Karnowski übergehen, die auch für die Koordina-

Die zweite bedeutsame Veränderung: Auch Karl Pauler, langjähriger Stützpfiler des Instituts, widmet sich in Zukunft neuen Aufgaben. Dazu gehören die Kunst, sportliche Herausforderungen und ein weißer Morgan-Oldtimer, denn Karl Pauler verabschiedete sich Ende des vergangenen Jahres in den Ruhestand. Seit 1988 koordinierte und leitete der Geschäftsführer operativ die Geschicke des Instituts und der damaligen

Magisterstudierenden, hatte all die Tätigkeiten im Portfolio, die heute von den zentralen Koordinationsstellen übernommen werden und kümmernte sich noch dazu um das Personalwesen. Zum Dezember übernahm Nachfolger Bernhard Goodwin die offiziellen Aufgaben. Eine wichtige Amtshandlung im Jahr 2011 wird wohl der zum Wintersemester geplante Rückzug in die Oettingenstraße 67 sein.



Nina hat im See Angst vor großen Fischen. springer@ifkw.lmu.de



Links: Direktor Carsten Reinemann (rechts) überreicht Karl Pauler im Namen des IfKW-Teams einen Gutschein für Malbedarf – eine Passion, der Karl Pauler in Zukunft öfter fröhnen will.

Rechts: Das gesamte Institut und Weggefährten wie Markus Behmer (links im Bild; seit Sommer 2009 Professor in Bamberg) sind der Einladung gefolgt, um den langjährigen Geschäftsführer Karl Pauler in den Ruhestand zu verabschieden. (Fotos: Gabriele Hirth)



„Wir sollten lieber Angst vor Kugelschreibern haben“

Boykott von Lebensmitteln, der panische Ruf nach Impfstoffen oder gar Angriffe auf Krankenhäuser: Wenn es um Seuchen geht, reagieren Menschen oft irrational. Borwin Bandelow ist Experte für Angststörungen und weiß, warum wir in puncto BSE, Schweinegrippe oder Cholera gerne in Panik verfallen. Und warum daran nicht die Medien Schuld sind. EVA HEIDENFELDER hat mit ihm gesprochen.

Herr Bandelow, im Mittelalter schotteten die Menschen aus Angst vor der Pest ganze Städte ab, in Indien werden Leprakranke noch immer verstoßen, in Haiti entlud sich in diesem Jahr die Panik vor der Cholera im Überfall auf ein Krankenhaus, das „Ärzte ohne Grenzen“ zur Behandlung von Infizierten eröffnen wollte. Warum haben Menschen solche Angst vor Seuchen?

Borwin Bandelow: Krankheiten werden ja durch winzige Viren oder Bakterien ausgelöst, die mit bloßem Auge nicht zu erkennen sind. Und genau davor hat der Mensch generell Angst: Vor Dingen, die er nicht sehen, die er nicht anfassen kann. Das ist ganz natürlich und auch eine Art Schutzmechanismus. Deshalb war es im Mittelalter auch ganz richtig, sich vor der Pest abzuschotten: Niemand wusste, was die Krankheit auslöste, also war es das Beste, jeglichen Kontakt zu den Erkrankten zu unterbinden. Der Überfall in Haiti war

jedoch völlig unberechtigt. Bei der Cholera wissen wir, wodurch sie ausgelöst wird und wie man sie behandeln kann. Die Infizierten im Krankenhaus waren isoliert und wurden medikamentös versorgt, von ihnen ging keine Gefahr aus. Doch gerade in armen Ländern, wo das Bildungsniveau leider noch recht niedrig ist, fehlt es dem Großteil der Bevölkerung an derlei medizinischem Verständnis.

Als Ende der Neunziger bekannt wurde, dass die Rinder-Seuche BSE auch auf den Menschen übertragbar ist, aßen viele Deutsche überhaupt kein Rindfleisch mehr – obwohl Wissenschaftler mehrfach betonten, dass nur der Verzehr von Gehirn und belastetem Gewebe gefährlich sei. Warum sind auch recht gebildete Leute vernünftigen Argumenten nicht mehr zugänglich, wenn es um Seuchen geht?

Bandelow: Gerade wenn über einen neuen Erreger berichtet wird, verhalten sich viele Menschen irrational. Denn wir neigen dazu,

vor dem Angst zu haben, was neu für uns ist. Haben wir uns jedoch an eine Gefahr gewöhnt, integrieren wir sie ganz selbstverständlich in unseren Alltag. Das beste Beispiel ist wie so oft das Autofahren: Jährlich sterben mehr als 4.000 Deutsche bei Verkehrsunfällen, dennoch bewegen wir uns täglich mit dem Auto fort. Es ist jedoch, um wieder auf BSE zurückzukommen, kein einziger Fall bekannt, bei dem sich die Krankheit in Deutschland auf einen Menschen übertrug. Wir sollten lieber Angst vor Kugelschreibern haben: Jährlich sterben 300 Deutsche daran, dass sie einen verschlucken.

2009 war quasi das Jahr des Schweins: Intensiv berichteten alle Medien über das H1N1-Virus, ließen Experten öffentlich um das Für und Wider von Schutzimpfungen streiten. In der Bevölkerung machte sich daraufhin die Angst breit, der Impfstoff könnte nicht für alle reichen. Am Ende aber blieben die Länder auf überschüssigen Impfdosen sitzen. Sind die Medien Schuld an derlei skurrilem Verhalten?

Bandelow: Nein. Wer eher Panik vor Krankheiten schürt, sind ehrgeizige Wissenschaftler, die sich mit einer Entdeckung brüsten oder übervorsichtige Minister, die vor einer etwaigen Gefahr warnen wollen – natürlich über die Medien. Die dann immer zu Unrecht beschuldigt werden, Aufruhr zu verursachen. Der Boulevard hat in Teilen sicherlich zu viel über die Schweinegrippe berichtet. Beziehungsweise manchmal auch eine Panik in der Bevölkerung gesehen, die reell gar nicht da war. Aber eine intensive Berichterstattung über ein Thema spiegelt letztendlich dennoch wider, was die Bevölkerung bewegt, spricht: Eine Zeitung schreibt das, was ihre Käufer gerade lesen wollen. Und gerade die Deutschen sind ein ängstliches Völkchen: In kaum einem anderen Land der Welt haben die Menschen derart viele Versicherungen abgeschlossen.

Die lebenslustigen Italiener, die ängstlichen Deutschen, die depressiven Finnen: Diese Klischees stimmen also wirklich?



Gefährlicher als die Schweinegrippe: Der unsachgemäße Gebrauch von Büroartikeln.

(Foto: Patrick Pelster)

Bandelow: Zumindest schlummern sie in unseren Genen. Vor 100.000 Jahren galt: Je nördlicher ein Volk lebte, desto vorausschauender musste es sich darum kümmern, den Winter zu überleben. Denn von Oktober bis Ostern hat die Natur in diesen Gefilden wenig Nahrhaftes zu bieten. Wer keine Angst hatte, zu verhungern, war dem Tod geweiht, denn er legte nicht rechtzeitig genügend Vorräte für die kalte Jahreszeit an. Und diese Sorge haben uns unsere Vorfahren vererbt. Man kann wirklich sagen: Je nördlicher ein Land auf dem Globus liegt, desto ängstlicher sind seine Bewohner – auch heute noch.

Das „Dolce Vita“ der Italiener ist also gefährlich, die deutsche Panik gesund?

Bandelow: In einem gewissen Umfang ja. Das Nord-Süd-Gefälle der Angst macht sich zum Beispiel in der Zahl der Verkehrstoten bemerkbar. So ist die Zahl der Toten pro gefahrenem Kilometer in Griechenland fast dreimal so hoch wie in Deutschland, in Finnland aber um ein Fünftel geringer – vielleicht, weil die Menschen im Norden vorsichtiger fahren und sich anschnallen.

Wie könnten die Medien dazu beitragen, dass sich die Bevölkerung erst dann um ihre Gesundheit sorgt, wenn es berechtigt ist?

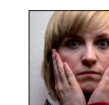
Bandelow: Sie könnten schlicht und ergreifend Aufklärungsarbeit leisten. Gerade in ärmeren Ländern, in denen die Menschen oft weder lesen noch schreiben können, genießen Radio und Fernsehen eine hohe Glaubwürdigkeit. In Afrika beispielsweise sind viele Menschen noch immer der festen Überzeugung, vom HI-Virus würde geheilt werden, wer mit einer Jungfrau schläft. Dieser Aberglaube könnte mit gezielter Berichterstattung schneller aus der Welt geschafft werden.

Ein kleiner Blick in die Zukunft: Wie wird das rasant wachsende Medium Internet die Berichterstattung über Seuchen und Epidemien verändern?

Bandelow: Natürlich trägt das Netz dazu bei, dass sich Neuigkeiten schneller verbreiten, wie eben auch das Aufkommen einer neuen Krankheit. Doch mit einem Mausklick können sich die Menschen gleichzeitig auch schneller und besser darüber informieren. Ich sehe das Medium Internet deshalb als echte Chance, dass Überreaktionen künftig weniger werden.

(i) Zur Person

Borwin Bandelow, Jahrgang 1951, ist Facharzt für Neurologie und Psychiatrie und lehrt an der Universität Göttingen Psychiatrie und Psychotherapie. Er ist Experte auf dem Gebiet der Angsterkrankungen und leitet als geschäftsführender Oberarzt am Uniklinikum Göttingen eine Spezialabteilung für Patienten, die an Angststörungen erkrankt sind. Auf diesem Gebiet hat er schon einige wissenschaftliche, aber auch populärwissenschaftliche Artikel und Bücher veröffentlicht. Zudem ist Borwin Bandelow Herausgeber des *German Journal of Psychiatry* und Präsident der Gesellschaft für Angstforschung.



Eva hat Angst vor Gestank.
eva.heidenfelder@campus.lmu.de



Ein bisschen Panik sei durchaus gesund, sagt Angstexperte Borwin Bandelow.

(Foto: privat)

Wir haben Angst

Wie viele Punkte? Borussia wer? Der Blick auf die Bundesliga-Tabelle jagt den Bayern derzeit Schrecken ein. Doch wovor haben die Münchner wirklich Angst? Der *Communicator* hat sich umgehört.

VON MARKUS BÖHM UND SVENJA HERING



...vor Spinnen.

„Am schlimmsten sind Spinnen mit Haaren. Wenn eine davon in meiner Badewanne sitzt, fange ich zu weinen an. Meine einzige Rettung ist dann der Staubsauger. Den lasse ich anschließend noch zehn Minuten laufen, damit das eklige Vieh im Staub erstickt.“ LAURA PLATZ (20), STUDENTIN DER SOZIALEN ARBEIT



...vor schwindelerregenden Höhen

„Mit 16 Jahren stand ich zum ersten Mal auf dem Willis Tower in Chicago. Mit 442 Metern ist der schon extrem hoch, das hat Überwindung gekostet. Der Blick runter ist schwindel- und furchterregend zugleich. Aber genau dieses Angstgefühl gibt mir den Kick.“

RICHARD HOMES (19), STUDENT DER WIRTSCHAFTSPÄDAGOGIK



...vor dunklen Ecken

„Auch in München gibt es Gegenden, in denen ich abends lieber nicht allein unterwegs bin. Großhadern und Neuperlach zum Beispiel. Wenn mir komische Typen begegnen, gehe ich sofort schneller.“

KATJA LÖBEL (21), STUDENTIN DER BIBLIOTHEKSWISSENSCHAFT



...vor Einsamkeit im Alter

„Es ist mein Albtraum, im Alter allein zu sein. Wenn etwa der Ehepartner mit 70 stirbt und man selbst hat noch viele Jahre vor sich. Im Krankenhaus wurde ich mal von einer alten Frau angesprochen. Sie fragte: ‚Warum kann ich nicht einfach sterben?‘ Sowas vergisst man nicht.“

JANA GLASER (21), STUDENTIN DER MEDIZIN



...vor steigenden Zigarettenpreisen

„Die Kippen sind jetzt schon viel zu teuer. Wie soll das weitergehen? Ich fürchte mich vor dem Tag, an dem ich über fünf Euro für eine Schachtel zahlen muss. Spätestens bei der nächsten Preiserhöhung steige ich auf selbst gedrehte Zigaretten um.“

MELANIE WINKLER (23), LEHRAMT-STUDENTIN



...vor Kicker-Niederlagen

„Jetzt gerade habe ich akut Angst davor, dass mein Kumpel mich beim Kickern schlägt. Das wäre superpeinlich, mein sozialer Status wäre gefährdet. Denn der Kerl ist höchstens so gut wie 1860 München. Und ich bin der FC Bayern.“

TOBIAS WAGNER (20), STUDENT DER POLITIKWISSENSCHAFT



Markus hat Angst vor Eigentoren.
boehm.markus@campus.lmu.de



Svenja hat tierischen Bammel vor Pferden.
svenja.hering@campus.lmu.de



...vor Horrorfilmen

„Hostel, Saw, Es – solche Filme gehen gar nicht. Ich weiß nicht, ob es am Alter liegt, aber mein Nervenkostüm macht das einfach nicht mehr mit. Wenn mein Freund eine Horror-DVD einlegt, flüchte ich sofort ins Nebenzimmer. Dort gucke ich *Bauer sucht Frau*.“

VRONI GÄRTNER (22), LEHRAMT-STUDENTIN



...vor Hamstern und Mäusen

„Ich verstehe nicht, wie jemand diese Tiere süß finden kann. Ich finde es superekelig, wenn sie durch ihre Boxen huschen. Ein Zimmer mit einer lebenden Maus betrete ich nur, wenn sie in einem Käfig sicher eingesperrt ist.“

ADRIANNA SEVILLA (18), ABITURIENTIN

(Fotos: Patrick Pelster)

Lexikon der Angst

Angst ist ein Gefühl ähnlich wie Liebe oder Scham - es gehört zum Leben des Menschen dazu. Doch Angst kann auch krankhaft werden. Manche Menschen fürchten sich vor Maulwürfen, andere vor dem Urinieren in öffentlichen Toiletten. Ein kleines Alphabet der Phobien VON FABIAN HERRMANN UND ANNE HÄHNIG.

Ailurophobie

die Angst vor Katzen, lässt selbst gestandene Männer mit dem Drang zur Weltherrschaft zittern. Napoleon Bonaparte, der sagemumwobene französische Herrscher, soll unter panischer Angst vor Katzen gelitten haben. Die American Psychiatric Association will gar herausgefunden haben, dass sich weltweit 15 Millionen Menschen vor den beliebten Haustieren fürchten. Wirksamstes Katzen-Fernhaltemittel ist für alle Phobiker eine Herausforderung: Sie müssen die Tiere permanent ansehen. Das nämlich mögen Katzen überhaupt nicht und wenden sich ab.

Bacteriophobie

die Angst vor Bakterien, kann in einen Waschzwang münden – oder in den Zwang, nur zu Hause auf Toilette zu gehen. Berühmtestes Beispiel ist die Schauspielerin Megan Fox, die sich davor ekelt, öffentliche Toiletten aufzusuchen. Fox ist es auch, die nie ohne eigenes Besteck in ein Restaurant geht. Schließlich will sie nichts in

sich so sehr vor Bohrer, Mundstaubsauger und Spritze, dass sie die Besuche beim Zahnarzt bewusst vermeiden. Bei fünf Prozent der Deutschen bleibt das Krankenkassen-Bonusheft gänzlich leer. Sie nehmen sogar Lücken im Gebiss, Löcher in den Zähnen und Parodontose in Kauf, um niemals zum Zahnarzt gehen zu müssen.

Epistaxiophobie

die Angst vor Nasenbluten. Sie ist eigentlich völlig überflüssig, denn Nasenbluten ist in der Regel ungefährlich. Das jedoch kann die Nasenblut-Phobiker nicht beruhigen, sie achten pingeligst darauf, immer Taschentücher dabei zu haben und kontrollieren permanent, ob und was aus ihrer Nase läuft.

Friggaphobie

die Angst vor dem Freitag, betrifft vor allem abergläubische Menschen, die der Überzeugung sind, am Freitag, dem 13., wird mindestens ein schlimmes Unglück passieren. Wenn dann auch

In den vergangenen 20 Jahren stieg die Zahl der älteren Menschen (65 Jahre oder älter) in der Bundesrepublik um 42 Prozent.

Hadephobie

die Angst vor der Hölle, ohne die die meisten Weltreligionen erhebliche Legitimationsschwierigkeiten bekämen. Vom Judentum über das Christentum bis zum Islam – alle Religionen beschäftigen sich vor allem mit der einen Frage: Was passiert mit mir nach dem Tod – und wie entgehe ich der Hölle?

Isolophobie

die Angst vor der Einsamkeit, bezeichnet die krankhafte Furcht davor, nicht in Gesellschaft von Menschen zu sein. Das kann eine ganz alltägliche Situation wie zum Beispiel das Mittagessen in der Mensa sein – oder aber die Angst davor, keinen Partner zu finden. In westlichen Industriestaaten ist diese Angst wahrlich nicht unbegründet. So waren im vergangenen

Koprastasophobie

die Angst vor Verstopfungen. Es gehört zu den Privilegien von kleinen Kindern, mit den eigenen Exkrementen zu spielen, ohne sich dabei zu ekeln. Wenn die Eltern jedoch davon Wind bekommen, ist der Spaß in der Regel vorbei und die Kinder lernen, dass das, was da im Klo landet, „pfui“ ist und keinesfalls berührt werden sollte. Und wenn Eltern das Ganze noch etwas angsteinflößender ausschmücken wollen, dann erzählen sie, dass einen das Verdaute vergiften kann, wenn es im Bauch bleibt. Koprastasophobiker können diese Geschichte auch als Erwachsene nicht vergessen und sehnen täglich den Stuhlgang herbei.

Lalophobie

die Angst vorm Sprechen. Böse Zungen behaupten, Gülcan Kamps und Mario Barth würde eine gewisse Portion Lalophobie in Anbetracht ihrer scheinbar unerschütterlichen Sprechsucht durchaus gut tun. Unter Angst vor dem Spre-

Novercaphobie

die Angst vor der Stiefmutter. Hänsel und Gretel, Schneewittchen, Aschenputtel – der halbe Grimm'sche Märchenwald ist voll von Leidgeplagten, deren traumatische Erlebnisse für eine ausgeprägte Novercaphobie taugen. Dabei handelt es sich allerdings um Extremformen. Üblicherweise leiden darunter eher seelisch verletzte Erwachsene, die sich danach sehnen, eine mütterliche Person zu finden, die sich voll und ganz ihren Bedürfnissen verschreibt. Da solche Menschen in der Realität dann selten zu finden sind, werden schnell Abneigung und Furcht vor der „bösen Stiefmutter“ entwickelt.

Ostakonophobie

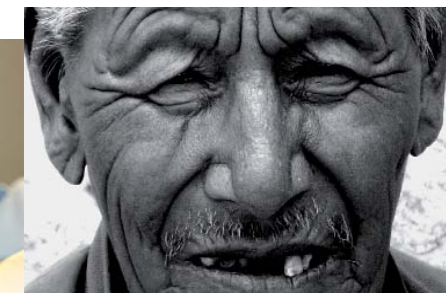
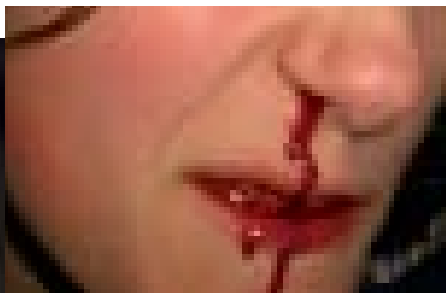
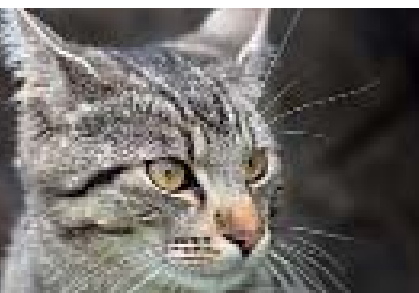
die Angst vor Schalentieren. Sie sind die Feiglinge des Tierreichs. Wer sich hinter einer Schale verstecken muss, hat etwas zu verbergen. Ein wenig Skepsis ist deshalb durchaus angebracht.

Paruresis-Sozialphobie

die Angst vor dem Urinieren in öffentlichen Toiletten. Männer können immer und überall und haben es beim Wasserlassen sowieso viel leichter als Frauen? Von wegen! Für rund eine Million deutsche Männer wird die Erleichterung regelmäßig zur Qual – zumindest wenn sie auf öffentlichen Toiletten vonstatten gehen soll. „Syndrom der schüchternen Blase“ nennen Psychologen die Erkrankung auch. Ausgelöst wird die Paruresis-Sozialphobie oftmals bereits durch Schlüsselerlebnisse in der Pubertät. Therapien lässt sie sich, indem die Betroffenen das Problem am Schopfe packen und zunächst in Begleitung eingeweihter „Pee-Buddys“ den Gang zum Ort des Geschehens wagen.

Rhytiphobie

die Angst davor, Falten zu bekommen. Der Fortschritt bringt nicht immer Vorteile mit sich.



Fotos: flickr/Werner Mandl, Nina Himmer (3), flickr/DocDee, flickr/alles-schlumpf, flickr/pseudoliterat (v.l.)

den Mund nehmen, das jeder x-Beliebige vor ihr schon abgeleckt hat.

Chemophobie

die Angst vor Chemikalien, erreicht viele naturwissenschaftlich unbegabte Schüler vor allem dann, wenn der Chemieunterricht beginnt. Wirksame Behandlungsmethode: das Fach Chemie abwählen.

Dentophobie

die Angst vor dem Zahnarzt. Rund die Hälfte aller Deutschen hat Angst vor dem Dentisten, wiederum 20 Prozent der Bevölkerung scheuen

noch eine schwarze Katze (siehe Ailurophobie) die Straße kreuzt, steht für Friggaphobiker der Weltuntergang kurz bevor. Nicht untersucht ist bisher, ob die Lektüre von Daniel Defoes „Robinson Crusoe“ und seinem besten Freund „Freitag“ eine wirksame Behandlungsmethode ist.

Gerontophobie

die Angst vor dem Altern und alten Menschen im Allgemeinen. Die Vorstellung, irgendwann schwächer, gebrechlicher und vor allem hilfloser zu werden, treibt Gerontophobiker Schweißperlen auf die noch faltenfreie Stirn. Für sie ist die Zukunft in Deutschland wenig empfehlenswert.

Jahr rund 40 Prozent aller deutschen Haushalte reine Single-Wohnungen.

Japanophobie

die Angst vor Japan und der japanischen Kultur. Sie sind höflich, lachen immer, sind diszipliniert, arbeiten emsig, wohnen in winzigen Wohnungen und mögen es bunt – folgt man dem Bild, das die üblichen Klischees von den asiatischen Inselbewohnern zeichnen, muss man Japaner einfach lieb haben. Das sehen aber längst nicht alle so. Japanophobiker meiden die Nähe zu dem Land, seinen Bewohnern sowie zu seiner Kultur und Sprache.

chen leiden jedoch vor allem Stotterer. Eine Therapie bei einem Logopäden kann die Angst verringern – schließlich haben auch Marilyn Monroe und Bruce Willis früher einmal gestottert und ihre Lalophobie überwunden.

Medecophobie

die Angst davor, dass andere die eigene Erektion aufgrund der Hosen-Ausbeulung bemerken könnten. Es handelt sich hier um eine klassische Angst pubertierender Jungs im Schwimmbad. Sie ist eng verwandt mit der Venustraphobie, der Angst vor schönen Frauen (siehe unten), deren Anblick die Wahrscheinlichkeit einer unkontrollierbaren Erektion nur noch steigert.

Tatsächlich gelten die meisten Schalentiere aufgrund ihres hohen Eiweißgehalts zwar als besonders hochwertiges und potenzsteigerndes Nahrungsmittel, sind aber oft schwer verdaulich, verderben schnell und haben zu Lebzeiten die Angewohnheit, Giftstoffe aus dem Wasser zu filtern und in ihrem Fleisch zu speichern. Angesichts der fortschreitenden Meeresverschmutzung gibt es davon reichlich. Oftmals wird Konsumenten nach dem Verzehr deshalb so übel, dass sie eine Abneigung gegen die Wasserbewohner entwickeln.

In grauer Vorzeit, als es noch keine Spiegel gab, waren die Menschen weit weniger eitel. Ein Stück Bronze oder ein schmutziger Tümpel fallen ein deutlich milderer Urteil über das eigene Aussehen als ein schonungslos reflektierender Spiegel. Auch Schneewittchen wäre so vielleicht ihre Novercaphobie erspart geblieben. So aber musste sie – „Spieglein, Spieglein an der Wand“ sei's geschuldet – vor der eitlen Stiefmutter fliehen. Heute helfen immerhin diverse Mittelchen gegen die Falten. Von Schauspieler Leonardo di Caprio ist beispielsweise überliefert, dass er wenige Tage vor seinem 35. Geburtstag in einem Kosmetikladen in Los Angeles für umgerechnet etwa 1.000 Euro Gesichtsmasken, Seifen und Lotionen erstanden haben soll.

Selachophobie

die Angst vor Haien. Die Angst vor Haien ist wohl ebenso weit verbreitet, wie sie unbegründet ist. Viel gefährlicher als die Meeresbewohner ist das Element, in dem sie leben. Durchschnittlich einer von 3,5 Millionen Menschen ertrinkt, während es schon 11,5 Millionen Menschen braucht, bevor einer vom Hai erwischt wird. Dennoch lieben die meisten Menschen Wasser. Ebenso wie kaum einer Probleme mit Schweinen hat, obwohl die allein in den USA und Kanada jährlich etwa 40 Menschen töten, während Hai-Attacken vor den Küsten Nordamerikas sechsmal weniger Opfer fordern. Es ist wahrscheinlich der durch zahlreichen Hollywoodstreifen geförderte Mythos vom „Menschenfresser“, der vielen Menschen Angst macht.

Taphophobie

die Furcht davor, lebendig begraben zu werden. Angst vor Enge, Dunkelheit, Tod – kaum eine Phobie bündelt vermutlich so viele andere Ängste wie die Taphophobie. Die Furcht davor, fälschlicherweise für tot erklärt zu werden und sich in einem Sarg in der Erde wiederzufinden, ging vor allem in früheren Zeiten so weit, dass Totengräber anboten, eine Klingel mit in den Sarg zu legen oder Ärzte vor der Beerdigung sicherheitshalber einen Herzstich anzusetzen.

diese Vorstellung tatsächlich an der nordischen Mythologie anlehnt, ist umstritten. Dank der astrophysikalischen Forschungsergebnisse der vergangenen 2.000 Jahre ist heute aber jedenfalls klar, dass die Angst unbegründet ist. Trotzdem kommt sie noch vor. Die Betroffenen empfinden den Himmel dann häufig als einen Abgrund, in den sie stürzen könnten. Jeder Aufenthalt im Freien kann deshalb Panikattacken auslösen.

Venustraphobie

die Angst vor schönen Frauen. Charly Sheen würde es vermutlich nicht im Traum einfallen, vor schönen Frauen zurückzuschrecken. Da der Hollywood-Beau in seiner Erfolgsreihe „Two and a Half Man“ bekanntlich überwiegend sich selbst spielt und dabei permanent auf Frauenjagd ist, darf angenommen werden, dass er auch im wahren Leben nichts anbrennen lässt. Andere Menschen müssen aber in der Gegenwart schöner Frauen schlimmste Angstzustände erleiden und vermeiden es tunlichst, die holde Maid anzusprechen oder anzusehen.

Wiccaphobie

die Angst vor Hexen. Wer unter Wiccaphobie leidet, hat eine übertriebene Furcht vor Hexen, Hexerei, mitunter auch vor allem, was mit dem Mittelalter zu tun hat. Oftmals liegt der Angst

zusammenzucken. Xenoglossophobiker verspüren eine starke Abneigung gegen fremde Sprachen und Laute und versuchen tunlichst, deren Gebrauch zu meiden. Eng in Verbindung steht die Xenoglossophobie mit der Xenophobie, also der allgemeinen Angst vor Fremden.

Zemmiphobie

die Angst vor Maulwürfen. Die Vorderbeine zu grauvollen Grabwerkzeugen mutiert, 44 messerscharfe Zähne, die nur darauf warten, ihre ahnungslose Beute in Stücke zu reißen, verborgen unter der Erde lauernd und plötzlich aus dem Nichts auftauchend – kaum ein Tier ist so erbarmungslos und furchteinflößend wie der europäische Maulwurf. Kein Wunder, dass manche Menschen das hinterlistige Säugetier scheuen. In den meisten Fällen wird aus der Phobie aber eher Aggression gegen die Insektenfresser. Vor allem dann, wenn sich wieder einer aus dem liebevoll gepflegten Dreizentimeter-Rasen bohrt.



Fotos: flickr/USFWS Pacific, flickr/PaulStarPics, flickr/zenera, flickr/fxgeek (v.l.)

Ein bekannter Vertreter der Taphophobie war Märchenonkel Hans Christian Andersen, der sich nach seinem Tod die Pulsadern aufschneiden ließ, bevor er 1875 in Kopenhagen beigesetzt wurde.

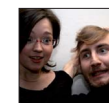
Uranophobie

die Angst vor dem Himmel. Wir befinden uns im Jahr 50 v. Chr. Ganz Gallien ist furchtfrei. Vollkommen furchtfrei? Nein! Eine unbeugsame Phobie leistet hartnäckig Widerstand... Das Einzige, was die Protagonisten in René Goscinny's und Albert Uderzos Zeichentrick-Klassiker „Asterix und Obelix“ aus der Fassung bringen kann, ist die Angst davor, dass ihnen der Himmel auf den Kopf fällt. Inwieweit sich

ein Kindheitstrauma zugrunde, wenn etwa das Märchenbuch vielleicht ein paar Mal zu häufig ausgepackt wurde. Zu grausigen Auswüchsen, wie den massenhaften Hexenverbrennungen im Mittelalter, bringt die Angst heute niemanden mehr. In manchen Stammesgemeinschaften Afrikas ist die Angst vor Hexerei aber auch heute noch ein Mittel der sozialen Kontrolle, das den Älteren Autorität gegenüber den Jüngeren verleiht, die sich vor dem Gebrauch okkulten Kräfte fürchten.

Xenoglossophobie

die Angst vor Fremdwörtern und fremden Sprachen. Wer unter Xenoglossophobie leidet, wird schon vor dem Termin für seine Angst



Anne und Fabian fürchten sich vor Wespen.
anne.haehneg@campus.lmu.de
fabian.herrmann@campus.lmu.de

Nase zu und durch

Im Teenie-Klassiker *American Pie* lachte unsere Generation über „Heimscheißer“ Finch. Heute können wir ihn verstehen: Der Besuch so mancher LMU-Toilette ist eine Mutprobe. Besonders furchtbar ist die Situation beim Audimax. Ein Lagebericht. VON MARKUS BÖHM

Montagnachmittag, 14:34 Uhr, Herrentoilette A 271: Ein dauerspülendes Pissoir imitiert einen Brunnen. Gegenüber ist eine Klobrille fein säuberlich mit Papier ausgelegt. Neben einer Klobrille steht ein Kaffeebecher. Eine Zelle weiter erinnern feine braune Spuren an die morgendlichen Anstrengungen der Studenten. Achtlos geworfene Tücher pflastern den Boden. An der Wand klebt ein Antifa-Sticker: „Her zu uns!“ Willkommen auf den Klos einer Elite-Uni. Einem Ort, an dem viele Studierende ihre gute Erziehung vergessen.

„Die Anlagen im Hauptgebäude sind einfach nur ekelhaft“, meint Literatur-Studentin Charlott und verzieht das Gesicht. „Man versucht, den Toilettengang hier möglichst zu vermeiden.“ Mit dieser Einschätzung spricht sie vielen ihrer Kommilitonen aus der Seele. Wer die Wahl hat, erleichtert sich lieber zuhause oder in benachbarten Gebäuden. Den schlechtesten Ruf, aber auch die höchste Besucherfrequenz, haben seit Jahren die Toiletten neben dem Audimax. Zwischen den Vormittags-Vorlesungen kommt es dort regelmäßig zu Staus. Disco-Feeling in denkmalgeschützten Hallen. Die Warteschlangen umweht eine Brise Urin, die bis in den Flur zieht. „Alter, was geht denn hier?“, fragt ein überraschter Erstsemester und sprintet zur nächsten Glastür.

Warum staut es sich ausgerechnet vor den heruntergekommensten Klos? Gibt es keine Alternativen? „Klar gibt es die, aber viele Studierende kennen sie nicht“, glaubt Michael Dobrjanskyj, ein Mann, der die LMU-Lagepläne besser kennt als andere ihre Nachbarschaft. „Bei den Toiletten im Erdgeschoss reicht es zum Beispiel, 20 Meter in die Adalberthalle weiterzugehen. Die dortigen Räume sind viel sauberer und leerer.“

Seit drei Jahren leitet Dobrjanskyj die Hausverwaltung des Stammgeländes. So weiß er, dass es in der LMU moderne und gepflegte, aber auch alte und dreckige Toiletten gibt – und das letzteres wenig förderlich für das Image der Elite-Uni ist. „Die Toiletten-Situation ist nicht optimal“, formuliert es Dobrjanskyj. Dann wird er deutlicher: „In den alten Anlagen sind viele Rohre verengt, es kommt häufig zu Verstopfungen. Und auf einigen Fluren ist die Geruchsbelästigung enorm.“ Eine Aussage, die die Studierenden sofort unter-

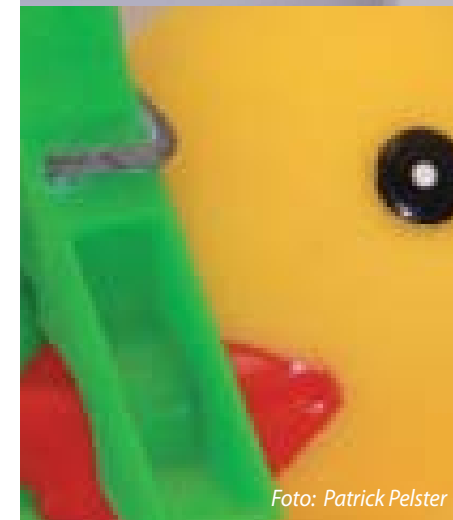


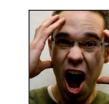
Foto: Patrick Pelster

schreiben würden. Denn einige Klos stinken bereits, bevor die ersten WC-Hooligans morgens in die Schlacht ziehen.

Was also tut die Verwaltung, wenn sie das Problem kennt? „Wir werden die sechs Toilettenräume rund um das Audimax komplett erneuern und dabei auch die Kabinenzahl erhöhen“, verrät Dobrjanskyj. „Dieser Umbau ist aber aufwändig und benötigt viel Vorlaufzeit. In den Sommerferien 2012 ist es soweit.“ Anderthalb Jahre heißt es also noch „Nase zu und durch“.

Für die meistbenutzten Toiletten im Hauptgebäude und in der Schellingstraße 3 gibt es übrigens schon jetzt eine Putz-Doppelschicht. Zweimal täglich, zwischen 5 und 7 Uhr und erneut gegen 13 Uhr, reinigen Münchner Firmen die Anlagen. Und anders als ein Blick in die Putzlisten suggeriert, werden auch alle anderen Klos einmal pro Tag gereinigt. „Nicht alle Putzkräfte tragen sich in die Liste ein“, erklärt Dobrjanskyj die Lücken von bis zu sechs Tagen. „Jeden Morgen machen zudem unsere Hausmeister einen Kontrollgang und schauen, ob auf den Toiletten alles in Ordnung ist.“

Zumindest im Raum A 271 scheint das Konzept aufzugehen: Am nächsten Morgen spült das Pissoir nicht mehr ununterbrochen und auch der Kaffeebecher sowie der Antifa-Sticker sind weg. Nur Brems Spuren gibt es schon wieder neue.



Markus hat Angst vor dicken Büchern.
boehm.markus@campus.lmu.de

(i) Diese Klos gibt es in der LMU

Allein im LMU-Hauptgebäude am Geschwister-Scholl-Platz gibt es 57 Toilettenräume. 22 davon sind Frauen vorbehalten, 23 den Männern. Hinzu kommen zwölf Behinderten-WCs. Die neuesten Anlagen befinden sich im Theologicum (Räume C 070 und C 071). 2009 legten 20 Reinigungskräfte rund 24.000 Rollen Toilettenpapier und 5.700 große Kartons mit Abtrockentüchern aus. Finanziert werden die Sanitäranlagen aus Haushaltsmitteln.

Elf Meter Bammel

Zwei Spieler, ein Ball, elf Meter. Ein Gespräch mit Torwart Philipp Tschauner vom TSV 1860 und BVB-Neuzugang Moritz Leitner über Anspannung und Selbstvertrauen, die Angst vor dem Versagen und Elfmeterhelden.

VON JANA GIOIA BAURMANN UND LISA GOLDMANN



(Foto: Nina Himmer)

Moritz Leitner schnappt sich den Ball, läuft zum Elfmeterpunkt – Philipp Tschauner und er stehen sich nun gegenüber. Philipp ist leicht in die Knie gegangen, den Oberkörper nach vorne gebeugt. Moritz setzt zum Schuss an. Wir sind auf dem Trainingsgelände des TSV 1860 München in der Grünwalder Straße. In der Fußballwelt würde es jetzt wahrscheinlich erst einmal um Fakten gehen wie Position (Torwart und Mittelfeldspieler), Trikotnummer (12 und 35), Alter (25 und 18), Größe (1,96 versus 1,74 Meter) und Marktwert (500.000 sowie eine Million Euro). Wir aber kommen mit einem Satz des Literaten Peter Handke: „Die Angst des Tormanns beim Elfmeter“. Gibt es die eigentlich wirklich? Und wer hat in solch einer Situation mehr Angst – Torwart oder Schütze? Treffer. Philipp ist in die falsche Ecke gesprungen. Wir beginnen das Gespräch, auf dem Rasen, vor dem Tor.

Philipp, es heißt, du wurdest beim Elfmeterschießen entdeckt?

Philipp: Ja, das stimmt. Damals habe ich bei einem Hallenturnier fünf Elfmeter gehalten. Anschließend wurde ich zu einem Probetraining beim 1. FC Nürnberg eingeladen. Aber das war einfach nur Glück. Ich war noch so jung und habe mir keine Gedanken gemacht, als ich im Tor stand.

Was bedeutet ein Elfmeter für einen Torwart?

Philipp: Es gibt ja ganz unterschiedliche Elfmeter-Situationen. Das Elfmeterschießen am Ende eines Spiels oder den Strafstoß während

des Spiels. Beim Strafstoß wiederum macht es einen Unterschied, ob ich ihn selbst verschuldet habe oder ein anderer Spieler. Wenn ich Schuld war, stelle ich mich sofort ins Tor und versuche, die Situation zu retten. Ansonsten versuche ich erst einmal, den Schiedsrichter zu überzeugen und den Strafstoß zu verhindern.

In jedem Fall aber ist ein Elfmeter ein Höhepunkt für den Torwart. Wie geht es dir in dieser Situation? Hast du Angst?

Philipp: Nein, Angst habe ich keine, aber ich bin angespannt und hoch konzentriert. Meine bisher aufregendste Elfmetererfahrung war 2008 in einem Pokalspiel gegen Bayern München. Franck Ribéry wurde außerhalb des Sechzehnmeterstraums gefoult, es gab eine große Diskussion, auch ich habe auf den Schiedsrichter eingeredet. Als klar war, dass es einen Strafstoß geben wird, bin ich zurück ins Tor und habe ab

diesem Zeitpunkt nichts mehr um mich herum wahrgenommen, nicht einmal den Pfiff des Schiedsrichters. Ribéry hat dann geschossen, wurde aber zurückgepfiffen und musste noch mal schießen. Ich glaube, nach diesen zwei Elfern hatte ich einen Puls von 200, obwohl ich mich fast nicht bewegt habe.

Gedankenversunken spielt Philipp an dem Tapeband, das um Daumen, Zeige- und Ringfinger seiner rechten Hand geklebt ist. Fast könnte man meinen, die Szene von einst spiele sich nun vor seinem inneren Auge ab: Franck Ribéry lupfte den Ball direkt in die Mitte des Tores – und traf. „Der zweite Elfmeter war für mich einfacher als der erste, da man beim ersten nie genau weiß, wo der Torhüter hin springen wird“, sagte Ribéry auf der anschließenden Pressekonferenz. „Ich habe gesehen, dass Tschauner ziemlich nervös war und springen würde. So war klar für mich, dass die Mitte frei



Den Ball fest im Blick: Moritz Leitner ...



zieht ab, ...

sein würde.“ Ribéry, das Schlitzohr. „Ein cooler Hund“, hatte Philipp nach dem Spiel über ihn gesagt. Jetzt, auf dem Trainingsplatz, strahlt auch Philipp eine enorme Ruhe aus. Man merkt ihm die Medienroutine an, die vielen Fragen, die er bereits beantwortet hat. Geduldig hört er zu.

Die Statistik spricht nicht gerade für den Tormann: In fast 80 Prozent der Fälle trifft der Schütze.

Philipp: Und genau das ist für den Torwart das Befreiende. Wenn du nicht hältst, ist das ganz normal, wenn du aber hältst, bist du der große Held. Deswegen ist die Euphorie beim Torwart nach einem gehaltenen Elfer noch größer als beim Schützen, wenn er trifft. Und es motiviert die Mannschaft noch mehr, wenn der Torwart einen wichtigen Strafstoß hält. Du kannst nur gewinnen.

Ist dann der Schütze der Einzige, der verlieren kann?

Moritz: Auf jeden Fall. Alle erwarten, dass du triffst, die Fans, die anderen Spieler, der Trainer. Und wenn du nicht triffst, denkt jeder, was ist denn das für eine Pflaume, bekommt so viel Geld und trifft nicht einmal bei einem Elfer das Tor.

Hat man als Schütze in so einer Situation Angst?

Moritz: Kommt auf den Spieler an. Es gibt Spieler, die einfach nicht zum Elfmeterschießen gemacht sind, weil sie mit dem Druck nicht klar kommen. Ich selbst darf ja noch keine Elfmeter schießen, ich bin noch zu jung. Das machen meist die erfahreneren Spieler. Man braucht Selbstvertrauen und ein gewisses Alles-ist-mir-total-egal-Gefühl. Aber ich will später unbedingt auch Elfmeter schießen.

Philipp: Das wirst du auch, wart's nur ab.

Moritz' Augen strahlen. Er wirkt verspielt und doch sehr selbstbewusst. Man kann sich ihn im



schießt und ...



Mittelfeldspieler und Torwart: Moritz Leitner (li.) und Philipp Tschauner. (Foto: Jana Gioia Baurmann)

Stadion vorstellen, da vorne am Elfmeterpunkt, wenn es um etwas geht. Bereits mit sechs Jahren stand er für die Jugendmannschaft des TSV 1860 München auf dem Platz, 2011 wird er zum Erstligisten Borussia Dortmund wechseln. „Kometenhaft“ nannte 1860-Trainer Reiner Maurer seinen Aufstieg. Redet Moritz, spricht der 18-Jährige aus ihm. Jung. Ein bisschen hastig. Mit bayerischem Akzent. Steht er auf dem Platz, ist er das „Supertalent“. Ebenfalls jung. Jedoch nicht hastig, sondern gekonnt gelassen.

Was für Tricks habt ihr?

Moritz: Als Schütze sieht man sich den Torwart an, ob er lange stehen bleibt oder sich früh für eine Ecke entscheidet. Wenn er früh springt, verzögere ich kurz und schiebe den Ball dann in die andere Ecke.

Philipp: Genau deswegen bleibe ich gerne ein bisschen länger stehen und schaue, wohin der Ball fliegt. Manchmal kommt er ja auch direkt in die Mitte. Aber wenn du wartest und er fliegt in eine der Ecken, hast du keine Chance. Und es gibt natürlich noch andere Tricks.



trifft.

(Fotos: Jana Gioia Baurmann)

Was für welche?

Philipp: Naja, es gibt verschiedene Möglichkeiten, den Spieler zu verunsichern. Ich kann ihn beschimpfen, mich beschweren, dass der Ball nicht genau auf dem Elfmeterpunkt liegt, oder ich lege den Ball vor mich hin und der Schütze muss kommen und ihn holen. Der Spieler ist einfach klar im Vorteil, da muss man zu solchen Tricks greifen.

Philipp lächelt. Wir erinnern uns an Jens Lehmanns inzwischen legendär gewordenen Zettel während der WM 2006. Elfmeterschießen Deutschland gegen Argentinien, Lehmann zog plötzlich einen Papierfetzen aus seinem Stutzen hervor. Ein psychologischer Spickzettel. Überhaupt, die Psyche. Wir kommen zur nächsten Frage.

Also alles eine Frage der Psychologie?

Philipp: Das Mentalespielt auf jeden Fall eine große Rolle. Habe ich schon viele Elfmeter gehalten? Wie habe ich heute gespielt? Wie tritt der Schütze auf? Gegen so jemanden wie Ribéry im Tor zu stehen, kann schon nervös machen. Dementsprechend stehe ich dann im Tor und strahle entweder Selbstbewusstsein aus oder Unsicherheit. Das merkt der Schütze dann natürlich.

Moritz: Beim Schützen ist das genauso. Wenn du schon öfter getroffen hast und an dem Tag ein gutes Spiel gemacht hast, dann triffst du auch. Aber wenn du merkst, heute läuft es gar nicht gut, dann hast du auch vor dem Elfmeter Bammel.

Philipp: Es gibt auch Torhüter, die können einfach keinen Strafstoß halten. Raphael Schäfer vom 1. FC Nürnberg zum Beispiel hat in seiner ganzen Karriere noch keinen gehalten. Simon Jentzsch vom FC Augsburg hingegen hat in

der laufenden Saison von sechs oder sieben Strafstoßen vier gehalten, das ist Wahnsinn. Aber beide sind gute Torhüter.

Arbeitet ihr auch mit Spielerstatistiken?

Philipp: Beim Elfmeterschießen zur Spielentscheidung schon. Da hat man genug Zeit zur Vorbereitung. Man schaut sich an, ob der Spieler eine bevorzugte Ecke hat, eher hoch schießt usw. Aus dem Spiel heraus, wenn alles schnell gehen muss, beobachte ich eher den Anlauf des Spielers und versuche, daraus Schlüsse zu ziehen.

Der Sportwissenschaftler Roland Loy will errechnet haben, dass 99 Prozent aller Elfmeter, die in die obere Torhälfte zielen, reingehen.

Philipp: Die hohen Bälle sind schwerer zu halten. Aber 99 Prozent kommt mir schon sehr viel vor.

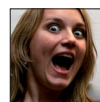


Philipp Tschauner in Position. (Foto: Baurmann)

Moritz: Die hohen Bälle sind leider auch schwerer zu schießen. Wenn du nur halbhoch schießt, hat der Torwart größere Chancen zu halten und wenn du zu hoch schießt, geht der Ball übers Tor. Die meisten Schützen schießen daher eher flach.

„Elfmeterschießen üben, des is a Schmarrn. Des kannst net üben“, soll Paul Breitner gesagt haben. Trainiert ihr es trotzdem?

Philipp: Nur vor Pokalspielen. Aber wir machen manchmal kleine Wetten, wenn ich zwei von fünf halte, müssen mir die Schützen einen ausgeben oder so.



Lisa hatte schon immer Angst vor Bällen.
lisa.goldmann@campus.lmu.de



Jana hat Angst vor humorlosen Menschen.
jana.gioia.baurmann@campus.lmu.de

IMMA

Schutz Beratung Prävention

PRAKTIKUM Öffentlichkeitsarbeit

Sie unterstützen die Öffentlichkeitsreferentin im Tagesgeschäft, übernehmen Recherchen, organisatorische Aufgaben und allgemeine Büroarbeiten. Sie sind in der Lage die Online-Aktivitäten für IMMA zu betreuen und Aktualisierungen auf der Internetseite vorzunehmen. Sie helfen bei der Planung von internen Projekten. Sie arbeiten bei der Erstellung von Informationsmaterial mit.

Anforderungen:

- Studium von Geistes-, Sozial- oder Kommunikationswissenschaften
- Interesse an gesellschaftspolitischen Themen
- Affinität zu modernen Medien (MS-Office-Kenntnisse, idealerweise auch Typo 3)
- Engagement und Lembererschaft
- hohes Maß an Kommunikationsfähigkeit
- schnelle Auffassungsgabe
- selbstständige und gewissenhafte Arbeitsweise

Wir bieten eine vielseitige Aufgabe und die Möglichkeit unter Anleitung eigenständig bei einer renommierten Jugendhilfeeinrichtung zu arbeiten. Sie gewinnen einen Einblick in Öffentlichkeitsarbeit, Fundraising und Kommunikation von Non-Profit-Organisationen. Das unbezahlte Teilzeit-Praktikum ist auf eine Dauer von mindestens 3 Monaten angelegt. Wir freuen uns auf Sie!

IMMA e.V. Initiative für Münchner Mädchen ist Träger von sechs Einrichtungen der Jugendhilfe. Alle Angebote richten sich an Mädchen und junge Frauen sowie deren Bezugspersonen und an Fachkräfte.

Weitere Informationen zu IMMA e.V. unter <http://www.imma.de>

Auskünfte zur Öffentlichkeitsarbeit gibt Elisabeth Dieterle

Telefon: 089/ 23 88 91 14

Mail: elisabeth.dieterle@imma.de

www.fes.de/journalistenakademie



PROGRAMM 2011

Kontakt:
Friedrich-Ebert-Stiftung
JournalistenAkademie
Marion Fiedler
53170 Bonn
Tel.: 0228 - 8837124
Fax: 0228 - 8839210
Marion.Fiedler@fes.de

FRIEDRICH
EBERT
STIFTUNG

IMMA e.V.

Initiative für Münchner Mädchen
Grenzhauserstraße
14125 München 98
89419 München

Telefon: 089/ 23 88 91 14
Fax: 089/ 23 88 91 15
E-Mail: info@imma.de
www.imma.de

Bank für Sozialleistungen
Girokonto: 2509 0500
Spendenkonto: 2509 0500
BLZ: 2509 0500

Genehmigt durch
den Landeswahlleiter
für Bayern
Wahlkreisnummer
1400000000



Die Facetten der Angst sind mannigfaltig. Als Unbehagen kann sie uns im Alltag leiten. Als Vorsicht schützt sie uns vor Dummheiten. Als Schreck lässt sie uns schnell auf Gefahren reagieren. Doch wenn sich übertriebene, irrationale Angst in uns einschleicht und festsetzt, wird der natürliche Schutzmechanismus zur Krankheit. Aus Furcht wird Phobie.

Das Spektrum dieser psychischen Störung reicht von Flugangst über die Angst vor Spinnen bis hin zu obskuren Ausprägungen wie der Erythrophobie, der Angst vor der Farbe Rot. Mit dem Objekt ihrer Phobie konfrontiert zu werden:

für die Betroffenen eine Horrorgeschichte. Solche Situationen zu vermeiden wird zum Drang, der den Alltag beherrschen kann.

Eine vollkommen andere Empfindung als Angst ist die Lust. Statt davor zu fliehen, fühlen wir uns zum Objekt unserer Lust hingezogen. Objekt – das gilt für manche Menschen ganz wörtlich. Für Fetischisten kann die Berührung, manchmal schon der bloße Anblick bestimmter Gegenstände, sexuelle Erregung und Befriedigung bedeuten.

Doch was passiert, wenn so ein Gegenstand, der Fetisch, für eine Person zugleich der Auslöser einer Phobie ist? Was abwegig klingen mag, ist für manche Menschen Realität: Sie haben Angst vor ihrem Lustobjekt.

Helena und Ben kennen sich nicht, doch etwas verbindet sie. Beide vereinen Fetisch und Phobie für einen Gegenstand in sich, den die meisten wohl weder mit Lust noch mit Angst verbinden – den Luftballon. Sie sind Ballonfetischisten und leiden gleichzeitig unter Knallangst, der so genannten Ligyrophobie.

Für die dreißigjährige Helena aus Schwaben fühlen sich Luftballons weich und anschmiegsam an. Sie pustet sie auf und drückt sie, schaut wie hart sie sind oder rollt darüber.

„Mehr möchte ich nicht verraten, aber es gibt viele Möglichkeiten, einen Luftballon spielerisch zu nutzen.“ Befindet sich ein Luftballon jedoch in den Händen einer Person, der Helena nicht vertraut, oder spielt ein Fremder damit, macht sich ihre Phobie bemerkbar. „Zuerst bekomme ich Angst und fühle mich ganz klein, hilflos der Situation ausgeliefert. Ich würde dann gerne abhauen, versuche aber so gut es geht, dagegen anzukämpfen“, erzählt sie. Diesen Kontrollverlust und die Angst, die er auslöst, hat Helena schon als Kind gespürt.

Sie erinnert sich noch genau an einen Tag, als ihre Geschwister mit Luftballons spielten: „Zuerst habe ich mitgemacht. Doch dann ist der Ballon plötzlich im Kaktus gelandet und zerplatzt. Peng!“. Seit diesem Knall ist die Angst da und begleitet sie. Fortan musste sich Helena immer eine Fluchmöglichkeit offenlassen. In jeder Situation, in der es knallen konnte, in jeder Situation, in der ihr die Kontrolle entglitt, kam die Panik. Ihr wurde heiß und kalt, sie musste weg. So endeten Faschingsfeiern für die junge Helena oft, bevor sie überhaupt begannen. Sie kam nur bis zur Eingangstüre, dann war Schluss.

Doch allmählich mischte sich auch Neugier zur Furcht. Helena begann, den Drang zur Flucht zu bekämpfen und sich mit ihrer Angst zu konfrontieren. „Dabei musste ich allerdings ziemlich hart lernen, Geduld zu haben“, erinnert sie sich. Falls es doch einmal brenzlig wird, weiß sie sich zu helfen: „Ich nehme dann meinen mp3-Player mit. Laute Musik wirkt Wunder.“

Heute lebt Helena ihren Fetisch zu Hause aus, wenn sie allein ist: „Wenn mich niemand beobachtet, dann habe ich ein Hochgefühl und empfinde Freude mit meinen Ballons.“ Ihren Freund in dieses Spiel mit einzubeziehen ist dennoch undenkbar für sie. „Er kann damit kaum umgehen und versteht nicht, wie sich meine Angst mit dem Fetisch verbindet.“



(Fotos: Nina Himmer)

Bis sie platzen

Weich, schmiegsam und angsteinflößend – was vereint diese Eigenschaften? Eine Begegnung mit zwei Menschen, die die Antwort kennen.

VON PIOTR HELLER UND MARIO KOPPEN

Anders ist das bei ihrer Phobie, die sich neben platzenden Luftballons auch auf andere knallende Geräusche bezieht. Helens Freund weiß, dass ihr Donner, Schreckschüsse und Böller ein Graus sind, und unterstützt sie. „Ich kann mich hundertprozentig darauf verlassen, dass er immer zur Stelle ist, zum Beispiel an Silvester“, sagt die Erzieherin. Daher kann sie auch Luftballons bei sich in der Wohnung herumliegen lassen, ohne Angst haben zu müssen. „Mein Freund würde nie einen direkt neben mir platzen lassen – mit dieser Gewissheit kann ich die Situation ertragen.“

Die Momente, in denen sie alleine mit ihren Ballons „übt“, wie sie es nennt, kann Helena heute genießen. Die Angst vor dem Objekt der Lust mischt sich dann mit etwas Anderem: der Lust an der Angst.

Dieses Gefühl kennt auch Ben aus dem Breisgau. Der Zivildienstleistende liebt es, Ballons aufzublasen, und spielt dabei mit seiner Furcht. „Ich sehe gerne zu, wie der Luftballon immer größer wird“, sagt er. „Wenn er dann schon relativ groß ist, kommt noch mehr Adrenalin hinzu, wegen der Angst, er könnte platzen.“

Für ihn fühlen sich Ballons besonders an: „Manche sind hart, andere sind weich. Sie sind sehr anschmiegsam, angenehm warm, einfach ein tolles Gefühl. Und wenn ich einen sehe, der besonders schön aussieht, dann will ich ihn haben.“

Genau wie Helena sitzt Ben auch gerne auf Ballons. „Wenn man nicht gerade einen billigen aus dem Supermarkt hat und ihn nicht ganz prall aufbläst, ist das kein Problem, Luftballons

halten deutlich mehr aus, als die meisten denken“, erklärt er.

Andererseits hindert Bens Phobie ihn daran, den Fetisch voll auszuleben. Wenn er mit Luftballons spielt, spielt die Angst, sie könnten platzen, immer mit. Vorsicht ist geboten, dass sie nicht an etwas Spitzes geraten. Wenn er eine attraktive Frau sieht, die einen Luftballon platzen lassen will, prallen Gefühlswelten aufeinander. „Da ist dann einerseits das Erotische, dass sie mit einem Luftballon herumspielt, andererseits aber auch das Wissen, dass genau dieser Luftballon bald knallen wird“, sagt der 19-Jährige.

Auch für Ben ist es der Luftballon in fremden Händen und der mögliche Kontrollverlust, der die Angst auslöst. Ben macht es zwar nichts aus, Luftballons auf Partys oder auf der Straße zu sehen, er bleibt dann meist gelassen. Doch sobald jemand anderes anfängt, mit ihnen zu hantieren, schlägt die Gelassenheit in Panik um.

Die Knallangst hat er schon seit seiner Kindheit, erst in der Pubertät kam der Fetisch nach und nach dazu. Als Ben die besondere Anziehungskraft bemerkte, die Luftballons auf ihn ausüben, verwirrte ihn das zunächst: „Ich verstand, dass sie mich sexuell erregen, aber es waren ja Ballons, keine nackte Frau oder etwas in der Art, das konnte ich nicht verstehen.“ Zur anfänglichen Neugier mischten sich auch Sorgen. „Ich dachte erst, dass ich nun keine normale Sexualität mehr habe. Irgendwann fand ich jedoch heraus, dass das wohl ein Fetisch ist, den auch andere haben.“

Heute hat er ein gelassenes Verhältnis zu seinem Fetisch. Die Lust auf Ballons – für Ben ist sie eine

Erweiterung seiner Sexualität, ein Bonus. Seine eigenen Luftballons zählt er schon gar nicht mehr genau, so um die 300 müssen es sein. Manchmal bläst er einige auf und spielt damit, manchmal lässt er sie auch wochenlang in der Schublade liegen. In der Partnerschaft will er nicht immer einen Luftballon ins Liebespiel einbauen, ganz ohne geht es jedoch auch nicht. „Da muss man einfach Kompromisse machen und aufeinander eingehen.“

Mit seiner Phobie geht Ben selbstbewusst um. Dass viele seine Angst nicht nachvollziehen können, wundert ihn: „Die Leute sagen: ‚Das ist nur ein Luftballon, davor muss man doch keine Angst haben, und haben dann vielleicht selber Angst vor Spinnen. Die können einem in der Regel aber genauso wenig tun wie Ballons.‘ Auch sein Fetisch wird manchmal missverstanden. „Viele haben das Bild, Luftballons seien nur für Kinder, und sehen uns fast schon als Pädophile. Das ist natürlich Quatsch.“

Für Helena und Ben sind es eben nicht „nur“ Luftballons, nicht etwas für Kinder. Für sie sind die Gefühle, die sie für Ballons hegen, ein wichtiger Teil ihres Lebens. Mit all ihren Widersprüchen.



Mario hat Angst vor Messern.
mario.koppen@campus.lmu.de



Piotr hat Angst vor der Angst.
p.heller@campus.lmu.de

Irgendwie muss es ja heißen

VON SVENJA HERING

Victoria Beckham, vom New Yorker einst zur Queen der Fußballer WAGs („wives and girlfriends“) auserkoren, ist mal wieder schwanger. Während die Gossenblätter jetzt erstmal mächtig Angst um Vics Gesundheit heucheln, haben Mama und Papa Beckham ganz andere Sorgen. Es gilt, ihren Ruf als Babynamentrendsetter zu verteidigen. Mit Brooklyn, Romeo und Cruz hat das Ehepaar Beckham ja schon ganz gut vorlegen können. Doch mittlerweile wird es schon tricky mit den Vornamen. Alles ist erlaubt und die Konkurrenz wird immer einfallsreicher. Nacktkoch Jamie Oliver brachte mit dem Namen seines jüngsten Sohnes selbst gestandene Anthroponomastiker ins Schwärmen. Das literarisch inspirierte Namensquartett Buddy Bear Maurice, Poppy Honey Rosie, Daisy Boo Pamela und Petal Blossom Rainbow ist angeblich eine Hommage an Olivers Lieblingsbuch Winnie Puuh. Genial. Aber zurück zu Vicky. Toponyme, besonders amerikanische Städtenamen, sind seit Diego Pooth alle besetzt. Und auch sonst ziemlich raus. Jungsnamen mit X sind auch so eine Sache. Bei Maddox, Pax und Knox war das ja noch cool. Doch dann folgten Ashlee Simpsons Sohn Bronx (eine Kombination aus dem Stadtteil- und dem X-Trend, und somit in doppelter Hinsicht raus) und – oh Gott – Sarah Connors einer Zwilling Lex. Dafür sind dank Alicia Keys Söhnchen Egypt und Harvey Weinsteins Gör India Pearl Länder jetzt ganz groß im Kommen. Wenn du dich ein bissi beeilst, Vicky, dann kannst du da noch ganz heiße Namen abstauben wie Bangladesh oder French Polynesia. Und, ganz neu: Südsudan. Auch Namen mit Y sind jetzt in. Weil das kommt ja nach X. Klingt logisch, nicht? Deshalb mein Vorschlag an euch: Yngwie. Ein südgermanischer Gott. Nice, oder? Und Alexios Einwand auf babynamen.de, das klänge nach „irgendwie“ und der Namensträger sei daher „geboren, um gemobbt zu werden“, liebe Beckhams, trifft auf euch ja gar nicht zu. Denn ihr sprecht ja Englisch.

G
L
O
S
S
E
N

Die Talk-WG

VON JANA GIOIA BAURMANN

Maybrit Illner bekommt einen neuen Nachbarn: Reinhold Beckmann. Denn Reinhold wird umziehen. Seine neue Adresse: Am Donnerstag, 22.45. Maybrit und Reinhold kennen sich schon lange, bald werden sie fast nebeneinander wohnen, auf gleicher Höhe, nur eben in verschiedenen Häusern. Praktisch ist das, kann man doch den Vorhang lüften, erspähen, was der andere so treibt. Und sehen, wer da so alles ein und aus geht: Heiner Geißler, Hans-Olaf Henkel oder Ursula von der Leyen, zum Beispiel. Und 2,4 Millionen Normalbürger – im Durchschnitt. Maybrit ist eben beliebt. Schwierig wird es nun, wenn Reinhold direkt nebenan wohnt. Denn die Heiners, Ursulas und Normalbürger zählen auch zu seinen Freunden. Und die müssen sich in Zukunft entscheiden, an welcher Tür sie zuerst klingeln.

Angst, alleine gelassen zu werden, hat Reinhold jedoch nicht, wie er kürzlich in einem Interview verriet: „Maybrit wird immer politisch talken und bis zum Beginn unserer Sendung schon

eine halbe Stunde laufen. Wer bei ihr bis dahin alles erfahren hat, ist bei mir herzlich willkommen.“ Aha. Nach einem Bier soll also der Tisch gewechselt werden. Irgendwie unentspannt. Und überhaupt, die vielen Wechsel momentan: Günther, Frank, Anne – sie alle ziehen in dieselbe Gegend. Das wäre gar nicht schlimm, wären ihre Freunde nicht auch die von Maybrit und Reinhold. Und die sollen von nun an jeden Abend bei einem der Fünf vorbeikommen, nur um dort schon wieder mit Heiner oder Ursula über die immer gleichen Themen zu reden? Das langweilt, ist stressig und macht den Normalfreunden auch ein bisschen Angst. Vielleicht wäre es geschickter gewesen, wenn Maybrit, Reinhold – und wie sie alle heißen – in eine große WG gezogen wären: ein Küchentisch, ein Kühlschrank, viel Bier. Und einmal in der Woche eine große Party.



Wo die German Angst wohnt

VON SARAH MÜHLBERGER

Zwischen Schwarzwald und Schwäbischer Alb ist die Welt noch in Ordnung. Hier liegt Rottweil, die älteste Stadt Baden-Württembergs, ein besonders kuscheliges Fleckchen Süddeutschlands. Im Winter erfreuen sich die 25.000 Einwohner an der Rottweiler Fasnet, im Sommer am Klassikfestival *Sommersprossen*. Rottweil hat einen mittelalterlichen Stadtkern, ein Puppen- und Spielzeugmuseum, ein Aufnahmeitual für Zugezogene, weniger als vier Prozent Arbeitslose. Vor allem aber hat Rottweil Angst! Kein anderer Landkreis in Deutschland hat mehr, ganze 26 Telefonanschlüsse sind in Rottweil unter diesem Namen gemeldet, mit 15 landet der Rhein-Neckar-Kreis weit abgeschla-

gen auf dem zweiten Platz. Ach, Baden-Württemberg. Auch beim Thema Angst mal wieder Nummer eins, Glückwunsch. Dabei schienst du eigentlich – Rottweil ausgenommen – lange Zeit ziemlich wenig Angst zu haben.

Seit nunmehr 20 Jahren untersucht die R+V Versicherung in ihrer gleichnamigen Studie *Die Ängste der Deutschen*. Gehörtest du demnach 2009 noch zu den Bundesländern, die sich am wenigstens ängstlich gaben, lagst du 2010 nur auf Platz 8, im jämmerlichen Mittelfeld. Im vergangenen Jahr hast du dich besonders vor Naturkatastrophen und vor einer Überforderung der Politiker gefürchtet, während fast alle anderen Bundesländer in erster Linie vor

steigenden Lebenshaltungskosten und schlechteren Wirtschaftsbedingungen zitterten. Derartige Ängste tangieren dich nur anstandshalber, du bist ja schließlich „gut aufgestellt“, wie man auf Wirtschaftsdeutsch so schön sagt. Dass nun aber ausgerechnet die Großmäuler aus Berlin und Bayern auf Rang eins liegen, wurmt dich trotzdem, oder? Okay, Berlin: geschenkt, die haben nichts mehr zu verlieren, das macht verwegen. Aber Bayern? Dein ewiger PISA-Rivale, Fußballfeind und Kaufkraftkonkurrent? Das tut natürlich weh. Doch fürchte dich nicht, tapferes Baden-Württemberg, schon im Juni werden die deutschen Ängste neu vermessen. Und Rottweil kann dir keiner nehmen.

ZEHN PUNKTE ANGST

- 1 Etwa sieben Prozent der deutschen Bevölkerung leiden unter einer Angststörung.
- 2 Entgegen aller Gerüchte haben Elefanten keine Angst vor Mäusen. Experimentell gezeigt hat das Bernhard Grzimek – seinerzeit Tierarzt, Tierforscher, Tierfilmer und somit erwiesenermaßen Tierexperte. Grzimek konfrontierte in den 1940er Jahren Elefanten mit Mäusen. Die Dickhäuter wichen zwar zunächst zurück, beschnupperten die kleinen Nager aber anschließend neugierig und stampften sie dann einfach tot.
- 3 Ein zweitägiges Seminar gegen Flugangst kostet bei der Lufthansa 780 Euro.
- 4 Auch Stars bleiben von Ängsten nicht verschont: Orlando Bloom hat panische Angst vor Schweinen und Johnny Depp vor Clowns. Megan Fox fürchtet sich dem *Express* zufolge sogar vor dem Atem anderer Menschen.
- 5 Gibt man bei Google „Angst vor“ ein, bietet die Suchmaschine folgende Vorschläge an: Angst vor Nähe, langen Wörtern, dem Tod, Schwangerschaft, Menschen.
- 6 Die Türkisch-Van-Katze hat keine Angst vor dem Wasser. Deshalb kennt man sie auch unter dem Namen „Schwimmkatze“.
- 7 Auf amazon.de werden 108.883 Produkte zum Stichwort „Angst“ angeboten.
- 8 Unser Schweiß enthält Moleküle, durch die andere Menschen unsere Angst riechen können und ebenfalls unterbewusst in Alarmbereitschaft versetzt werden. Wissenschaftler der Universität Düsseldorf haben außerdem herausgefunden, dass Angstschweiß bei Menschen Empathiegefühle auslöst.
- 9 Auch sonst stellt Angst mit unserem Körper alles Mögliche an: Wir sind aufmerksamer, unsere Reaktionsgeschwindigkeit steigert sich ebenso wie die Anspannung unserer Muskeln, da ihnen mehr Energie bereitgestellt wird. Blutdruck und Herzfrequenz steigen, die Atmung wird schneller und flacher, unsere Seh- und Hörnerven werden empfindlicher. Sogar die Blasen-, Darm- und Magentätigkeit wird gehemmt.
- 10 Das Zentrum der Angst im menschlichen Gehirn ist die Amygdala (zu deutsch: Mandelkern), die paarig angelegt ist. Werden beide Amygdalae zerstört, führt das zum Verlust von Furcht- und Aggressionsempfinden und somit zum Zusammenbruch der lebenswichtigen Warn- und Abwehrreaktionen.

Impressum

Herausgeber
Institut für Kommunikationswissenschaft
und Medienforschung der LMU München
c/o Nina Springer (V.i.S.d.P.)

Chefredaktion
Nina Springer, Christian Pfaffinger,
Rico Grimm (Chef vom Dienst)

Bildredaktion
Nina Himmer, Patrick Pelster

Layout
Christian Pfaffinger, Matthias Beldzik, Franziska
Draeger, Janina Lionello, Jessica Schober, Jakob
Schulz, Mareike Zeck, Nina Springer

Anzeigen
Markus Böhm, Anne Hähnig, Svenja Hering,
Christian Höb, Mario Koppen, Janina Lionello,
Patrick Pelster, Christian Pfaffinger, Sarah
Schmidt, Jakob Schulz, Mareike Zeck,
Nina Springer (verantwortlich)

Text-Redaktion
Jana Gioia Baumann, Markus Böhm, Lisa
Goldmann, Anne Hähnig, Eva Heidenfelder,
Piotr Heller, Svenja Hering, Fabian Herrmann,
Christian Höb, Lisa Frieda Kassner, Janina
Lionello, Mario Koppen, Sarah Mühlberger,
Felix Victor Münch, Denise Peikert, Patrick
Pelster, Sarah Schmidt, Jakob Schulz, Frank
Seibert

Titelbild
Patrick Pelster

Anschrift der Redaktion
Communicator – z. Hd. Nina Springer
Institut für Kommunikationswissenschaft
und Medienforschung der LMU München
Schellingstraße 3 – 80799 München
Tel.: 089 2180-9500
Mail: springer@ifkw.lmu.de

Belichtung und Druck
www.wir-machen-druck.de

Auflage
2.500 Exemplare

DIE BAYERISCHE LANDESZENTRALE FÜR NEUE MEDIEN



gestalten

- :: Genehmigung privater
Rundfunkanbieter
- :: Vielfälticherung
- :: Programmbeobachtung
- :: Werberegeln
- :: Jugendschutz
- :: Technische Verbreitung
- :: Kabelbelegung

forschen

- :: Mediennutzung
- :: Programmforschung
- :: Medienwirtschaft
- :: Rundfunktechnik

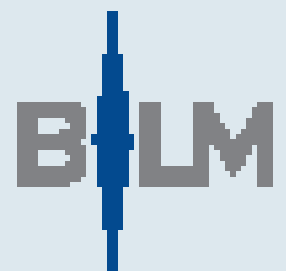
Tördern

- :: Programmförderung
- :: Film- und
Fernsehförderung
- :: Aus- und Fortbildung
- :: Medienpädagogik /
Medienkompetenz
- :: Technische Infrastruktur

Informieren

- :: Bürgeranfragen
- :: Internet
- :: Publikationen
- :: Veranstaltungen

www.blm.de



01./02. JULI 2011 Havana Festival Nights



NEHE PLUBHAREN MÜNCHEN
HAAG AN DER AMPER

OPEN AIR SCHEIFFERS-AREAL
MIT SPECIAL PROGRAM

LOSOS & K. Prasad in Festivalnacht II II

Stinner Kuchelitzel & Franck in Festival Nacht II

Amelander & Schmitt in Festivalnacht II

Festival Focus in Festivalnacht II

Stinner Kuchelitzel & Franck in Festival Nacht II

Amelander & Schmitt in Festivalnacht II

Festival Focus in Festivalnacht II

Amelander & Schmitt in Festivalnacht II

Powered by



Tickets unter:

www.havananights.de