

Angst und Furcht

Auf Gefahren vorbereitet wird der Körper, indem er in einen Zustand der Angstbereitschaft versetzt wird. Zur Definition von Angst schreibt Lars Koch, sie sei

»eine Grundemotion des Menschen, die als ein ebenso körper- wie kognitionsbezogener Kompass wesentlich das Verhältnis des Individuums zur Welt, zu anderen Menschen und zu sich selbst beeinflusst. Im Sinne eines evolutionsbiologisch wirksamen Schutzmechanismus fungiert Angst als Signal, das auf äußere Gefahren aufmerksam macht und zur lebenserhaltenden Handlung – etwa Angriff, Flucht oder Unterlassung – motiviert. Sie kann aber auch – etwa in der Schreckstarre – eine lähmende Wirkung entfalten.«³

Alles, was über die Welt und das Leben in ihr in Erfahrung gebracht werden kann, wurde irgendwann mit den Sinnesorganen wahrgenommen und durch den Verstand erkannt. Dazu schreibt Bruce Goldstein:

»Wahrnehmen ist mit dem Erkennen eng verbunden. Gegenstände, Personen, Ereignisse und Umweltausschnitte müssen erkannt, also in das bisherige Wissen eingeordnet werden. Dieses Erkennen schließt das Wahrnehmen der Handlungsgebote mit ein. Und das Agieren und Handeln selbst muss von der Wahrnehmung gesteuert und kontrolliert werden. Aufgrund dieser Tatsachen bestehen zwischen dem Wahrnehmen, dem Gedächtnis, den kognitiven und motivationalen Prozessen und der Motorik vielfältige Beziehungen.«⁴

Dieses Zusammenspiel von sinnlichem Wahrnehmen und Erkennen ist auch im Hinblick auf Gefahren beobachtbar, ungeachtet dessen, ob die Gefahren real oder bloß eingebildet sind. Aufgrund der Wahrnehmung und deren bewusster oder unbewusster Bewertung kommt es zu den

3 Koch 2013b, S. 1.

4 Goldstein 2002, S. 35.

körperlichen und kognitiven Reaktionen, welche die Durchführung der nötigen Handlungen ermöglichen, um das Leben zu erhalten.

Die damit verbundenen Emotionen kann man in verschiedene Kategorien unterscheiden. Søren Kierkegaard hat in *Der Begriff der Angst* als Erster zwischen »Angst« vor dem Unbestimmten und »Furcht« als Reaktion auf eine konkrete Bedrohung unterschieden.⁵

Heinz Walter Krohne hält in seinem Buch *Angst und Furcht*, in dem er verschiedene psychologische Forschungstendenzen zusammenfasst, fest, dass auch in der Psychologie neuere kognitiv orientierte Ansätze weitgehend zwischen diesen beiden Begriffen unterscheiden. Aus ihrer Sicht hängt die Auslösung von Angst oder Furcht nämlich von »spezifischen Hinweisreizen bzw. der Interpretation der Situation durch den Organismus ab«.⁶ Furcht liegt demnach dann vor, wenn eine Gefahr eindeutig zu bestimmen ist und Reaktionen wie Angriff, Flucht oder Vermeidung möglich sind. Das bedeutet, dass ein Objekt oder eine Gegebenheit im Hinblick auf Merkmale wie Ort, Art, Intensität, Auftretenszeitpunkt und Ähnliches zugeordnet werden kann. Furcht ist ein Motiv, das direkt lebenserhaltende Maßnahmen anstrebt, Angst dagegen ist in erster Linie ein Motiv, weitere Informationen über die Bedrohung in Erfahrung zu bringen.⁷ Krohne beschreibt ein Beispiel, mit dem er diesen Unterschied veranschaulicht:

»Ein Auto fährt durch die Savanne, als der Fahrer plötzlich vor sich auf dem Weg eine Herde Elefanten sieht, die auf ihn zukommt. Er wendet das Auto, gibt Gas und entfernt sich so schnell wie möglich von dieser Stelle. In diesem Fall entspricht Furcht der Wahrnehmung der Gefahr und der dabei erlebten körperlichen Erregung; diese Wahrnehmung wird in die Entscheidung, so schnell wie möglich zu fliehen, umgesetzt sowie in die Motivation, diese Flucht so lange wie nötig aufrechtzuerhalten. Anders verläuft die Situation, wenn der Fahrer etwa in der Dunkelheit nur die Geräusche von Elefanten hört, ohne aber genauer die Richtung bestimmen zu können, aus der diese kommen. Auch hier

5 Vgl. Ermann 2019, S. 17.

6 Krohne 2017, S. 59.

7 Vgl. ebd., S. 60.

fühlt er sich bedroht und erlebt eine entsprechende Erregung. Er wird sich zwar zur Flucht bereit machen, kann aber noch nicht die Richtung festlegen, in die er fliehen will. Die Wahrnehmung einer nicht genau bestimmbar bedrohenden Gefahr und damit die Unfähigkeit, sofort eine angemessene Reaktion ausführen zu können, verbunden mit dem Bedürfnis, mehr Informationen über die Gefahr zu erhalten, konstituieren die Emotion Angst.«⁸

Man könnte also sagen, dass Gefahren, die eindeutig einschätzbar sind und eine Abwehrreaktion ermöglichen, eine Erleichterung bedeuten, weil der Organismus eine Möglichkeit gefunden hat, um eine Gefahr zu beheben. Ist die Gefahr nicht klar identifizierbar, werden hingegen andere Prozesse ausgelöst: Gefahren, von deren Existenz man weiß oder von denen man glaubt, dass sie existieren, die man jedoch nicht verlässlich wahrnehmen und einschätzen kann, stimulieren die Fantasie. Dies dient dazu, sich ein Bild bzw. eine Vorstellung von ihnen zu machen, was dann wiederum eine angemessene Reaktion ermöglichen soll. Mentale Repräsentationen in Bezug auf abstrakte Gefahren können also durch Angst ausgelöst werden, um mehr Wissen über eine Bedrohung in Erfahrung zu bringen. Diese Vorstellungen bzw. das so generierte Wissen können die Angst aber auch verstärken. Das geht mitunter aus den folgenden Überlegungen Sigmund Freuds hervor.

In seiner 25. Vorlesung *Die Angst* beschreibt Freud verschiedene Formen von Angst, unter anderem diejenige körperliche Reaktion, die er als »Realangst« bezeichnet.⁹ Diese sei eine Reaktion auf die Wahrnehmung einer äußeren Gefahr, also einer antizipierten Schädigung, und sei mit dem Fluchtreflex verbunden. Wann genau bzw. vor welchen Objekten oder in welchen Situationen sie auftrete, hänge größtenteils vom Wissen und vom Machtgefühl der betreffenden Person bezüglich der Außenwelt ab.¹⁰ Angst ist also subjektiv und wird nicht bei allen Menschen unter denselben Bedingungen und im selben Ausmaß ausgelöst. Außerdem

8 Ebd.

9 Freud 1982, S. 381.

10 Vgl. ebd.

beschreibt Freud, dass manchmal ein Mangel an Wissen Angst auslöst, während in anderen Situationen gerade ein Mehrwissen die Angst befördert, weil es ermöglicht, eine Gefahr frühzeitig zu erkennen.¹¹ Freud unterscheidet auch zwischen Angst und Furcht und hält diesbezüglich fest: »Angst bezieht sich auf den Zustand und sieht vom Objekt ab, während Furcht die Aufmerksamkeit gerade auf das Objekt richtet.«¹²

Auch Martin Heidegger teilte in einer Vorlesung mit dem Titel *Was ist Metaphysik?* seine Theorie über die menschliche Angst mit den Zuhörenden. Er bringt die Angst mit dem Nichts, dem Gegenteil des Seienden, in Verbindung und beginnt mit der Frage, ob es im menschlichen Dasein eine Stimmung gebe, in der das Nichts offenbar werde. Dies bejaht er und sagt, dass es, wenn auch selten, dann jedoch in der Stimmung der Angst geschehe.¹³ Denn:

»Man hat immer Furcht vor etwas oder Furcht um ... Man ist auf etwas Bedrohliches fixiert; so wird der sich Fürchtende kopflos. Dies ist in der Angst nicht möglich; sie ist in sich zu tief und schwer, als dass in ihr Kopflosigkeit möglich wäre. Angst ist Angst vor, aber nicht vor diesem oder jenem; Angst ist Angst um ... aber nicht um dieses oder jenes. [...] Angst vor und um ... ist unbestimmt vor und um was. Man sagt: »es ist einem unheimlich«. Was heißt »es«? Können wir an ihm das Nichts bestimmen? [...] [W]ir schweben in Angst; das Seiende [sic!] im Ganzen lässt uns schweben, es ist zwar noch da, aber wir können uns an nichts mehr halten. In diesem durch die Angst enthüllten Nichts entgleiten wir uns selbst. Das Nichts offenbart sich und umdrängt uns.«¹⁴

Ein wenig später ergänzt er:

»[W]ir sind ohnmächtig in der Angst, es geschieht keine Vernichtung des Seienden, wohl aber eine Negation, eine Nichtung. Das Nichts wird offenbar in seiner Uebermacht, sodass wir vor es gestellt, das

11 Vgl. ebd.

12 Ebd., S. 382.

13 Vgl. Heidegger 2018, S. 90.

14 Ebd.

Seiende als solches erfassen. Im Versinken des [S]eienden [sic!] in Belanglosigkeit und Nichtigkeit wird uns der Abgrund des Nichts als solcher offenbar.«¹⁵

Auch in Herman Melvilles Roman *Moby-Dick* finden sich Beschreibungen von Angst im Angesicht einer nur vermeintlich bestimmbaren Bedrohung: Kapitän Ahab, der auf seinem Schiff »Pequod« mit seiner Besatzung auf Walfang ist, wird von wahnhafter Rachelust getrieben. Er will Moby-Dick, den Wal, der ihm in einem Kampfe einst sein Bein abgerissen hat,¹⁶ unter allen Walfischen in Atlantik, Indischem Ozean und Nordpazifik ausfindig machen, um in einer endgültigen Schlacht mit ihm abzurechnen. Unter den Mitgliedern der Crew kursieren wilde Gerüchte und Geschichten, und sie durchleben wahrscheinlich beides, Angst und Furcht – nicht nur vor den für die Walfänger ganz grundsätzlich gefährlichen Pottwalen, sondern vor allem vor Moby-Dick. Ihm werden ungewöhnliche Bosheit und Heimtücke nachgesagt, wodurch er in der Vorstellung der Seeleute unter der Vielzahl von Walfischen prägnant und abweichend hervortritt.¹⁷ Es kommt zu der Annahme, es handle sich bei Moby-Dick um einen Wal, der nicht vergleichbar sei mit anderen Walen, und dass auch die von ihm ausgehende Gefahr keineswegs zu vergleichen sei, mit dem, was die Walfänger bereits kennen. Auch äußerlich unterscheide er sich von den übrigen Walfischen: Seine dicke Haut sei von prägnanten Narben und Teilen von alten Harpunen besetzt. Unter anderem stecke noch immer eine Harpune in seinem Körper, mit der ihn Ahab im Kampf angegriffen hatte. Und so fügt sich aus mehreren Anhaltspunkten ein Schreckensbild zusammen, um Moby-Dick aus den überwältigenden Wassermassen der Meere und der Vielzahl von Pottwalen herauszuschälen und als einzigartiges Geschöpf identifizier- und lokalisierbar zu machen. Auf den ersten Blick könnte man also denken, Moby-Dick sei ein konkretes »Objekt« und die Matrosen empfänden ihm gegenüber Furcht. Weil er aber, bis es am Ende der Geschichte doch noch

15 Ebd., S. 90.

16 Vgl. Melville 1977, S. 202f.

17 Vgl. ebd.

zu einer Begegnung kommt, eine unsichtbare und nicht zu verortende Vorstellung bleibt, sind es wahrscheinlich eher Angstgefühle, die die Walfänger in Bezug auf den weißen Wal durchleben.

Nebst Angst und Furcht wird im Hinblick auf Moby-Dick aber auch noch von einer anderen Empfindung erzählt, die sich unheimlich und grauenvoll anfühle. Dies erinnert an eine Ergänzung des Phänomenologen Hermann Schmitz, der die Unterscheidung Kierkegaards mit einem weiteren Begriff in Verbindung bringt: Er spricht vom Begriff der Bangnis, unter welchem er die Konfrontation des Menschen mit einem »atmosphärisch umgreifenden, ungeteilten Ganzen des Unheimlichen« versteht.¹⁸ Es ist eine Form von Angst, deren Ursache noch abstrakter ist.¹⁹

Schreck

Freud benennt in der Vorlesung zur Angst außerdem eine weitere mögliche Reaktion auf Gefahr, nämlich den Schreck. Er hält darüber fest: »Schreck scheint hingegen einen besonderen Sinn zu haben, nämlich die Wirkung einer Gefahr hervorzuheben, welche nicht von einer Angstbereitschaft empfangen wird. Sodass man sagen könnte, der Mensch schütze sich durch die Angst vor dem Schreck.«²⁰ Der Begriff des Schrecks verdeutlicht, wie flüchtig der Übergang sein kann vom Entstehen oder Bestehen einer Bedrohung und der Möglichkeit, sie zu erkennen, bis zu ihrer Verwirklichung bzw. Nichtverwirklichung, denn Gefahr kündigt sich der menschlichen Wahrnehmung nicht immer mit ausreichenden Hinweisen an.

18 Schmitz 1981, S. 283.

19 Vgl. Bauman 2006, S. 4f.

20 Freud 1982, S. 382.