

COPYRIGHT

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt. Es darf ohne Genehmigung nicht verwertet werden. Insbesondere darf es nicht ganz oder teilweise oder in Auszügen abgeschrieben oder in sonstiger Weise vervielfältigt werden. Für Rundfunkzwecke darf das Manuskript nur mit Genehmigung von Deutschlandradio Kultur benutzt werden.

Deutschlandradio Kultur, Zeitfragen

9. Juli 2007, 19.30 Uhr

Es ist immer fünf vor zwölf - Die Ängste der Deutschen

Von Ingrid Füller

O-Ton 1a (Bolz)

Wenn man ein Angstthema verkündet, dann sind wir sofort bereit, uns zu unterwerfen und mitzuzittern.

O-Ton 1b (Bode)

Ich denke, German Angst äußert sich nicht nur in Schwarzmalerei, sondern in einer Hoffnungslosigkeit und in dem Suchen nach Katastrophen.

Musik (schnell, schrill, hämmernd – darauf:)

Spr. vom Dienst

Es ist immer fünf vor zwölf - Die Ängste der Deutschen

Eine Sendung von Ingrid Füller

Musik (wieder hoch und unter Zitator/Zitatorin legen, die schnell abwechselnd sprechen)

Zitatorin

Die Ängste der Deutschen auf Rekordniveau!

Zitator

Jeder Zweite blickt mit großer Angst in die Zukunft!

Zitatorin

Die Menschen haben Angst vor...

Zitator

... steigenden Lebenshaltungskosten

Zitatorin

... Arbeitslosigkeit

Zitator

... unheilbaren Krankheiten

Zitatorin

... Pflegebedürftigkeit

Zitator

... Altersarmut

Zitatorin

... Verlust des Lebenspartners

Zitator

... Einsamkeit

Zitatorin

... Kriminalität

Zitator

... Terroranschlägen

Zitatorin

... Klimakatastrophen

Zitator

... einem langen Sterben

Zitatorin

... einem frühen Tod

Zitator

kurz: vor fast allen Risiken des Lebens.

Musik (weg)

Erzählerin

Ein Gespenst geht um in Deutschland: die Angst. Zahlreiche Umfragen offenbaren, dass die Menschen hierzulande ängstlicher sind als in anderen westlichen Industrienationen. Auch der „Datenreport 2006“, der vom Statistischen Bundesamt, dem Wissenschaftszentrum Berlin und weiteren Institutionen erstellt wurde, weist auf die hohe

Angstbereitschaft der Deutschen hin. Ganz offensichtlich sind wir ein Volk von Schwarzsehern, denn wir blicken deutlich pessimistischer in die Zukunft als alle anderen Europäer. Dabei geht es uns keinesfalls schlechter als unseren Nachbarn. Wir sind weder ärmer noch bedrohter als zum Beispiel Briten, Franzosen, Skandinavier, Italiener oder Spanier. Warum also reagieren wir so sensibel - um nicht zu sagen übertrieben - auf Risiken und Gefahren, denen andere Völker ebenso ausgesetzt sind wie wir? Gibt es historische Gründe für die typisch deutsche Schwarzmalerei? Liegt es gar an unserem Wesenszug, über den schon Johann Wolfgang von Goethe sagte:

Zitator

Es ist der Charakter der Deutschen, dass sie über allem schwer werden, dass alles über ihnen schwer wird.

O-Ton 2 (Bolz)

Ich glaube, das ist eine länger zurückliegende deutsche Vergangenheit, nämlich eine deutsche Vergangenheit, die im Wesentlichen darin besteht, nicht rechtzeitig zu großem, auch nationalem Selbstbewusstsein gefunden zu haben.

Erzählerin

Professor Norbert Bolz, Leiter des Instituts für Medienwissenschaft an der Technischen Universität Berlin

O-Ton 3 (Bolz)

Wir sind eine Nation der Ängstlichen, wir sind eine Nation ohne großes Selbstbewusstsein gegenüber der Obrigkeit, und wir verhalten uns sehr ängstlich gerade auch gegenüber der politischen Sphäre und gegenüber der Sphäre der Massenmedien. D.h. wir lassen uns von der Öffentlichen Meinung sehr viel mehr imponieren als andere Länder. Es fehlt uns als Bürgern, als einzelnen Bürgern die Souveränität, eine eigene Meinung zu haben, einfach mal Nein zu sagen zur political correctness, mal Nein zu sagen zu dem, was als das große Thema des Tages angesagt wird. Da sind

wir sehr viel konformistischer. Und ich glaube, es ist der deutsche Konformismus, der stärker ist als in anderen europäischen vergleichbaren Ländern, der uns auch ängstlicher werden lässt.

Erzählerin

Natürlich sorgen sich auch andere Völker zum Beispiel um die Sicherheit der Arbeitsplätze und der Altersrenten. Doch nirgendwo schlagen diese Sorgen so sehr aufs Gemüt wie bei uns. Der Franzose Daniel Goeudevert, einst Chef der Kölner Fordwerke, beschreibt die deutsche Mentalität in seinem Buch „Wie Gott in Deutschland“ so:

Zitator

Man erwartet einfach immer gleich das Schlimmste. Dann ist man am ehesten gegen Enttäuschung gefeit Und von Besserung ist in all den Analysen und Kommentaren zumeist gar nicht die Rede, ja, Besserung erscheint nicht einmal erwünscht, und wer dennoch darauf hofft, wird gern milde belächelt und als naiv abgestempelt.

Erzählerin

Unsere kollektive Gefühlslage hat sich längst im Ausland herumgesprochen. Da der deutschen Angst anscheinend eine besondere Tiefe und Schwere anhaften, halten die Angelsachsen den Begriff für nicht übersetzbar – und sprechen von der „German Angst“. Das geflügelte Wort stammt aus der Wirtschaft. Die Amerikaner verstehen darunter den Hang der Deutschen, sich tausend Gedanken zu machen, anstatt angemessen auf die Realität zu reagieren.

O-Ton 4 (Bode)

German Angst ist eine Angst, die lähmt. German Angst produziert die Vorstellung, man kann überhaupt nichts machen. Man kann das einfach nur hinnehmen und jammern und beklagen, aber es sind einem die Hände gebunden.

Erzählerin

Sabine Bode, Autorin des Buches „Die deutsche Krankheit – German Angst“. Die Kölner Publizistin erinnert sich an viele Aufenthalte in Großbritannien. Dort gingen die Menschen etwa mit finanziellen Verlusten, Risiken und Unsicherheiten ganz anders um als wir.

O-Ton 5 (Bode)

Ich war in der Zeit, als Maggie Thatcher England regiert hat und die ihr Land modernisiert haben, häufiger in England. Das war in den 80er Jahren, und da ist mir aufgefallen, dass die älteren Menschen eigentlich nur Witze darüber gerissen haben. Also, dieser berühmte englische schwarze Humor. Ich hab mich kaputt gelacht. Und ich hab' gedacht, was ist denn hier los in dem Land? Die müssten jetzt doch alle klagen, das war's aber nicht. Es ist einfach ungeheuer hilfreich, wenn man so einen Charakter hat. Die Engländer haben auch Angst gehabt, auch berechtigte. Sie hatten sehr stark ihre Altersvorsorge in Immobilien angelegt, sie hatten ihre Einfamilienhäuschen und mussten sie reihenweise verkaufen. Da sind wirklich viele Menschen in die Armut geraten. Nur: Sie haben sich wieder erholt!

Erzählerin

Sich wieder erholen – schon der Gedanke erscheint den verängstigten Deutschen abwegig. Lieber gar nichts erhoffen - als falschen Hoffnungen erliegen. Sabine Bode führt die mangelnde Zuversicht und die kollektiven Ängste der Deutschen vor allem auf die Kriegserfahrungen der älteren Generation zurück. Diese habe weder ihre Schuld noch ihr eigenes Leid ausreichend betrauert – und die verdrängten Gefühle unbewusst an die nachfolgenden Generationen weitergegeben. Die Autorin der „German Angst“ erläutert ihre These an einem Beispiel: Während etwa in britischen oder französischen Familien nach dem Krieg aufmunternde Geschichten erzählt wurden, machten in deutschen Familien vorwiegend „dunkle Andeutungen“ die Runde.

O-Ton 6 (Bode)

Familiengeschichten haben oft den Inhalt, wir haben Schweres erlebt, wir sind vor großen Herausforderungen gestanden, aber wir haben es geschafft. Wir haben es

überwunden, ich hab' mir was einfallen lassen, ich war pfiffig. Wir waren stark. Wir haben zusammengehalten, ganz wichtig! Das stärkt den Lebensmut, und die Botschaft bleibt hängen: egal, was passiert, es wird gut ausgehen. Und Kinder, die das mit in die Kindheit hineingelegt bekommen, werden starke Kinder. Und die werden auch nicht ängstlich, wenn das Leben schwierig wird, die wissen auch, dass das Leben mal schwierig wird, weil das dazugehört.

Erzählerin

Eine solche lebendige Erzähltradition habe es in deutschen Familien nur selten gegeben. Die meisten Überlieferungen bestanden aus diffusen Bildern.

O-Ton 7 (Bode)

Was waren das für schlimme Zeiten! Nicht nur die Kriegszeit, auch die Vorkriegszeit, die Zeit als es noch diese furchtbare Arbeitslosigkeit gab, als in Deutschland viel gehungert wurde, als es im Ruhrgebiet noch die Hungermärsche gab, wo die Leute sich in Badekleidung gezeigt haben, wie verhungert sie aussahen. Schreckliche Zeiten! Das wurde aber auch nicht erzählt, wie wir den Hunger überwunden haben und die Arbeitslosigkeit, weil das waren ja schon Adolfs Zeiten. Also blieben diese düsteren Andeutungen übrig.

Erzählerin

Ein solches Erbe, so die Kölner Autorin, verunsichere die Nachkommen. Es laste auf ihnen wie eine schwere Hypothek und äußere sich in übersteigerten Verlust- und Verarmungsängsten. Auf ihren Lesungen machte Sabine Bode oft die folgende Beobachtung:

O-Ton 8 (Bode)

Wenn später im Austausch die Stichworte fielen „Einsparungen“ und „Renten“, da ging eine Panik durch den Raum. Das waren aber Menschen, die von ihrem Erscheinungsbild her wirklich gut situierte Ruheständler waren. Und ich konnte mir das erst wirklich nicht erklären. Als sich das aber häufte, dachte ich, das ist die Angst zu verelenden.

Erzählerin

Verlust- und Abstiegsängste wachsen häufig parallel zum Vermögen: Je mehr jemand besitzt, desto stärker fürchtet er, alles oder Teile davon wieder zu verlieren, sei es an das Finanzamt oder an der Börse, durch Einbruch oder Diebstahl und im schlimmsten Fall durch eine Entführung. Kein Wunder also, dass die Deutschen, die sich so sehr an den wirtschaftlichen Erfolg des Landes gewöhnt hatten, schon auf die ersten Anzeichen einer Krise hoch sensibel reagieren. Wenn Eltern dann noch die eigenen unbewältigten Existenzängste weitergeben, kann das bei ihren Kindern ein übersteigertes Sicherheitsbedürfnis auslösen.

O-Ton 9 (Bode)

Für mich ist der Satz sehr aufschlussreich gewesen: „Wir sind alle nur ein Jahr von Hartz IV entfernt“. Das heißt, wir können alle in einem Jahr verarmen! Glauben Sie, dass ein Land sich erholen kann von schwierigen Zeiten, wenn die Mehrheit der Bevölkerung diese Vorstellung hat? Das glaube ich, ist zurückzuführen auf diese düstern Andeutungen: Arbeitslosigkeit ist was Schreckliches, und eigentlich ist es ne Katastrophe, und da kommt man nie mehr raus.

Erzählerin

Es gibt zwar keine wissenschaftlichen Studien, die belegen, dass die ausgeprägte Angstanfälligkeit der Deutschen ihre Wurzeln in der deutschen Geschichte des letzten Jahrhunderts hat. Doch auszuschließen ist es nicht. Vielleicht schuf die spezifische deutsche Vergangenheit tatsächlich den Nährboden, auf dem Sorgen und Ängste besonders gut gedeihen. Immerhin ist in der Psychologie das Phänomen der frei flottierenden oder vagabundierenden Ängste bekannt. Diese latent vorhandenen Ängste, die durch eine Gesellschaft geistern, stammen meist aus früheren Zeiten und wurden nicht aufgelöst. Sie haften sich leicht an aktuelle Probleme – und lassen diese dann viel bedrohlicher erscheinen, als sie tatsächlich sind.

O-Ton 10 (Richter)

Es gibt durchaus gute, ernstzunehmende theoretische Überlegungen, dass diese frei flottierenden Ängste, die jeder von uns mehr oder weniger hat, sich dann auch als gesellschaftliches Phänomen an bestimmten Themen zeitweise festmachen. Also zum Beispiel – heute redet kaum noch einer drüber; jedenfalls ich lese es in den Medien nicht mehr so – die Angst vor Atomkrieg.

Erzählerin

Rainer Richter, Präsident der Bundespsychotherapeutenkammer und Professor an der Poliklinik für Psychosomatik und Psychotherapie am Universitätsklinikum in Hamburg-Eppendorf.

O-Ton 11 (Richter)

Das wurde ja richtig systematisch bearbeitet und auch geschürt, die Angst vor einem Atomkrieg. Das war ne Realangst, völlig richtig, im Kalten Krieg. Aber dieses Ausmaß der Angst war eigentlich relativ unerklärlich, so dass man sagen muss, es ist sicher jetzt z.B. die Angst vor Terroranschlägen. Ich glaube, dass das ein Thema ist, wo sich heute auch diese frei flottierenden Ängste festmachen.

Musik (schnell, schrill, hämmernd – darauf:)

Zitator

Terrorgefahr und rechte Gewalt nehmen zu!

Zitatorin

Der Klimawandel ist unumkehrbar:

Zitator

15.000 Hitzetote pro Jahr und Milliardenverluste für die Wirtschaft!

Zitatorin

Grippewelle hat den Norden erreicht!

Zitator

Vogelgrippe-Alarm in England!

Musik (weg)**O-Ton 12 (Bode)**

Vogelgrippe ist ein gutes Beispiel: Wir sehen die Katastrophe auf uns zukommen. Wir sind alle hoch alarmiert. Ich kenne nicht wenige Leute, die sich diesen Impfstoff besorgt haben, auch sehr vernünftige Leute eigentlich. Dann ist die Katastrophe vorbei, d.h. sie ist gar nicht aufgetreten, sie hat sich gar nicht ausgebreitet – keine Erleichterung, sondern Ausschau nach der nächsten Katastrophe!

Erzählerin

Offenbar suchen sich die vagabundierenden Ängste immer wieder neue Objekte. Ein beliebtes Objekt ist die Gesundheit, ein ganz besonderes Sorgenkind der Deutschen. Nicht wenige Ausländer, die deutsche Städte besuchen, wundern sich über die hohe Arztdichte und die zahllosen Apotheken. Seid Ihr denn so krank?, hört man sie fragen. Ganz zu schweigen von einem typisch deutschen Leiden, das im Ausland immer wieder Heiterkeit erregt: der niedrige Blutdruck. „German disease“ nennen nicht nur die Briten ein Symptom, das eigentlich eine gute Voraussetzung für ein langes Leben bietet, in Deutschland aber mit Medikamenten behandelt wird. Norbert Bolz von der Technischen Universität Berlin:

O-Ton 13 (Bolz)

Gerade Menschen, die sehr gesund sind, können oft geradezu hysterisch aufmerksam sein auf die geringsten Anzeichen von Krankheit oder von Unbehagen. Und Menschen, die es gewohnt sind, dass ihrem Leben hart mitgespielt wird, sind oft enorm gelassen gegenüber den schlimmsten Zumutungen an ihre alltägliche Lebensführung. Es ist in der Tat paradox: Je besser es uns geht, umso schlechter fühlen wir uns.

Erzählerin

Doch damit nicht genug: Je sicherer wir sind, desto unsicherer fühlen wir uns. Denn manche Ängste wachsen schneller als reale Gefahren. So nimmt zum Beispiel die Furcht vor Kriminalität zu, obwohl in den vergangenen Jahren in vielen Städten Diebstähle und Einbrüche deutlich zurückgingen.

O-Ton 14 (Bolz)

Die Erklärung dafür ist wahrscheinlich die, dass uns die Massenmedien in einer geradezu an Hysterie grenzenden Weise sensibilisieren für jeden einzelnen Fall der Bedrohung. Die Massenmedien können ja auch gar nicht anders, als uns die Gefährdungen des modernen Lebens an einzelnen exemplarischen Fällen mit Namen und Gesichtern vorzuführen. Und es fällt uns dann als Zuhörern, Lesern, Zuschauern sehr, sehr schwer, eine angemessene Gewichtung zwischen dem Einzelfall, der einem dramatisch präsentiert wird, und der Wahrscheinlichkeit des Bedrohtseins herzustellen. Im Grunde sind die Massenmedien überfordert bei der Erwartung von Objektivität, und auch die Zuhörer und Zuschauer sind überfordert in der Erwartung, sich ein realistisches Bild von den Bedrohungen zu machen.

Musik (schnell, hämmernd)**Zitator**

Überfall im Supermarkt!

Zitatorin

Schlafendes Ehepaar gefesselt und ausgeraubt!

Zitator

Räuber schleift 85jährige Frau hinter sich her!

Zitatorin

Brutaler Raubmord im Schlafwagen!

Musik (weg)**Erzählerin**

Solche Meldungen schüren Angst. Wo ist man denn heute noch sicher? fragen sich die, die selbst noch nie im Supermarkt, in der Bahn, auf der Straße oder in der eigenen Wohnung überfallen wurden. Norbert Bolz:

O-Ton 15 (Bolz)

Wir können eindeutig von einer Verschärfung dieser Situation des Sich-gefährdet- und Bedrohtsehens ausgehen. Und der Grund ist sicherlich der, dass die Menschen in immer sichereren Verhältnissen leben. Das scheint paradox zu sein, ist aber eigentlich nur logisch. Je sicherer und besser ich in Wohlstandsgesellschaften lebe, umso unerträglicher wird die minimale Bedrohung, die doch unauflösbar ist. Und da wir uns daran gewöhnt haben, für alles, was geschieht, irgend jemanden verantwortlich zu machen, und zwar meistens Behörden der Öffentlichkeit, also politisch Verantwortliche, gibt es im Grunde nichts mehr, was wir als normales Lebensrisiko zu akzeptieren bereit sind, sondern immer muss an irgendeinem Geschehen jemand schuld sein.

Erzählerin

Angst und Unsicherheit münden oft in Kontrollzwang. Der Drang, möglichst alles zu kontrollieren, treibt in Deutschland besondere Blüten. Nicht nur, weil wir gegen alle nur denkbaren Risiken des Lebens versichert sind. Wir sind auch rasch irritiert, wenn sich irgendetwas am geplanten Ablauf der Dinge ändert. Kleine Missgeschicke und Ärgernisse, die in anderen Ländern zu den normalen Widrigkeiten des Lebens zählen und achselzuckend hingenommen werden, lösen hierzulande oft Bestürzung aus.

Sabine Bode:

O-Ton 16 (Bode)

Der Versuch zu kontrollieren, was man nicht kontrollieren kann, spricht für mich immer aus Menschen, die das Gefühl haben, sie müssen immer für Notzeiten gewappnet sein. Es darf nicht irgendetwas passieren, was mich vor ein Problem stellt, weil, das kann ich nicht lösen. Das ist natürlich ne schreckliche Vorstellung. Vor kurzem

saß ich in Bremen im Taxi vor einer ausgefallenen Ampel. Da war die Taxifahrerin völlig fertig und sagte, wie kann das passieren? Das kann doch nicht passieren! Ich sagte, hören Sie, das ist ein elektrisches Gerät, das kann mal ausfallen... Nein, das kann nicht passieren.

Musik (schnell, schrill, bedrohlich)

Zitator

Jugendliche Schläger: gewaltbereiter und brutaler!

Zitatorin

Kinderschänder läuft frei herum!

Zitator

Warnung vor der Hasenpest!

Zitatorin

Die Erdachse kippt!

Zitator

Nicht nur in Paris, auch in Berlin brennen die Autos!

Zitatorin

Hohe Strahlenbelastung durch Handys!

Zitator

Immer mehr Krebsfälle in Europa!

Musik (weg)

O-Ton 17a (Bode)

Was ist der Nutzen dieses ständigen Anfachens von Ängsten? Ich laufe über die Straße und bin eigentlich guter Laune und lese die Schlagzeile in der Bildzeitung „Die Frau von Popstar sowieso - Namen nie gehört – hat Brustkrebs“. Die Frau kenne ich sowieso nicht. Und dann ist dieser schöne Tag weg, und in meinen Gedanken denke ich an eine Freundin, die gerade gestorben ist an Brustkrebs. Wem nutzt das? Wofür ist das gut?

O-Ton 17b (Bolz)

Man muss realistischerweise davon ausgehen, dass alle Massenmedien um die knappe Ressource Aufmerksamkeit kämpfen. Wir als Kunden, als Bürger, als User, als Zuschauer und Leser sind bombardiert von einer Fülle von Nachrichten und Informationen, und wenn ein Sender seine Informationen durchsetzen will auf dem Markt der Aufmerksamkeit, dann muss er sich den Mitteln der Sensation und des Skandals bedienen. D.h. also es gibt eine natürliche Belohnung für Skandalisierungen, für großartige Sensationen, und deshalb neigt jeder in den Massenmedien, ob er will oder nicht, das mag ganz unbewusst geschehen, dazu, die Geschichte, über die er berichtet, über die Maßen zu dramatisieren.

Erzählerin

Sensationslüsterne Medienberichte lösen nicht nur Ängste aus. Paradoxerweise können sie auch Ängste binden. Wer auf dem Bildschirm Katastrophen und Tragödien verfolgt, die sich nicht vor der eigenen Haustür abspielen, kann sich im Sessel zurücklehnen und erleichtert aufatmen, weil er selbst nicht betroffen ist. Eine ähnliche Funktion haben Krimis: erpresst, verfolgt und getötet werden nur die anderen, während man selbst das Geschehen vom sicheren Heim aus beobachtet. Ein weiteres Beispiel:

O-Ton 18 (Richter)

Wenn ich hochriskante Sportarten auch nur im Fernsehen anschau und merke, wie gefährlich das ist und wie viel Angst man hat, wenn man mit 130 wie ein Wilder einen Berg runter fährt uns so zu sagen seine eigene Knautschzone ist, und merkt, die überleben das, dann hilft das dem Zuschauer auch mit, mit seinen eigenen Ängsten besser fertig zu werden.

Erzählerin

Rainer Richter, Präsident der Bundespsychotherapeutenkammer.

O-Ton 19 (Richter)

Und wenn er dann immer noch Mühe hat, betreibt er selber so ne Sportart, um sich zu beweisen, ich halte diese Angst aus. Wir nennen das dann kontraphobisch. Also die kontraphobischen Hobbys, die haben mit Sicherheit zugenommen. Und man könnte diese Zunahme indirekt als Hinweis nehmen, dass möglicherweise die Ängstlichkeit zunimmt, abgelesen jetzt an der Häufigkeit von kontraphobischen Freizeitaktivitäten.

Erzählerin

An gesellschaftlichen Entwicklungen, die Anlass zu Angst und Sorge geben, herrscht gewiss kein Mangel. Dabei geht es nicht nur um bedrohte Arbeitsplätze, um wachsenden Konkurrenz- und Leistungsdruck in den Betrieben oder um den Klimawandel. Ein wichtiger Angstauslöser sind auch die immer komplexer werdenden politischen, wirtschaftlichen und technologischen Abläufe, die für den einzelnen nicht mehr durchschaubar sind und sich seiner Kontrolle entziehen. Norbert Bolz:

O-Ton 20 (Bolz)

Kontrollverlust bedeutet wiederum, ich muss die Verantwortung für das, was geschieht, auf andere Instanzen abwälzen können, sonst erscheint mir das, was da geschieht, als unerträgliche Bedrohung. Je komplexer unsere Welt wird, umso weniger können wir sie durchschauen, umso weniger können wir sie meistern, und umso mehr sind wir darauf angewiesen, uns gegen diese Welt zu versichern. Alle Lücken, die sich dann auftun, sind für uns unmittelbar bedrohlich und machen uns hilflos. Insofern stehen wir in einer Welt der erlernten Hilflosigkeit, gegen die wir uns dann wie kleine Kinder an den Staat und seine Instanzen wenden.

Erzählerin

Bis vor nicht allzu langer Zeit boten sowohl der westdeutsche Sozialstaat als auch der ostdeutsche Versorgungsstaat einen Schutzwall vor existenzieller Not. Beide Systeme haben das ausgeprägte Sicherheitsbedürfnis der Menschen jahrzehntelang

befriedigt. Doch mit der hohen Arbeitslosigkeit, den Kosten der Wiedervereinigung, der Globalisierung, den diversen Gesundheitsreformgesetzen und der nicht endenden Diskussion um die Sicherheit der Renten nehmen Verlust- und Verarmungsängste zu.

Musik (schnell, schrill, hämmernd – darauf:)

Zitator

Wo soll das alles noch enden?

Zitatorin

Wird die Rente für die Miete reichen?

Zitator

Werden Arztkosten unbezahlbar?

Zitatorin

Explodieren die Benzinpreise?

Erzählerin

In die Zukunft projizierte Ängste sind in aller Regel bedrohlicher als das gefürchtete Ereignis selbst. Denn, wenn es eintritt, besteht die Möglichkeit zu handeln. Angstphantasien wirken meist lähmend. Doch wer sich einer angstbesetzten Situation stellt und sie bewältigt, macht die Erfahrung, dass er weniger hilflos ist, als er ursprünglich dachte. Wie ein Mensch auf Risiken und Gefahren reagiert, ob ruhig, gelassen, aktiv oder überängstlich, hängt von mehreren Faktoren ab.

O-Ton 21 (Richter)

Es gibt Menschen mit einer höheren Disposition zu ängstlichen Reaktionen, möglicherweise auch einer Disposition für Angsterkrankungen. Und diese Disposition ist mit Sicherheit sowohl biologisch bestimmt als auch sozial, durch die Lebensgeschichte, durch die Beziehungserfahrung, die ein Mensch im Laufe seines Lebens gemacht hat. Es sind mit Sicherheit beide Komponenten, die eine Rolle spielen.

Erzählerin

Rainer Richter, Professor für Psychosomatik am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf.

O-Ton 22 (Richter)

Aber ganz bedeutsam sind die ersten Beziehungserfahrungen in den ersten 3, 4 Lebensjahren, die ein Mensch macht. Wenn ein Mensch die Erfahrung macht, dass er sich auf die für ihn wichtigen Bezugspersonen – und das sind in der Regel die Eltern – verlassen kann, also wenn ein Baby bestimmte Dinge braucht, es muss gewickelt werden, es hat Hunger oder es ist zu laut oder zu kalt und macht die Erfahrung, dass dann relativ schnell jemand kommt, wenn es schreit, dann wird so ein Kind weniger ängstlich sein, später im Leben als ein Kind, das immer wieder die Erfahrung gemacht hat, mal kommt jemand und mal kommt keiner und manchmal bleibt man ganz lange allein mit diesen unangenehmen Zuständen. Und diese Menschen neigen im späteren Erwachsenenleben dazu, auf Ereignisse, die grundsätzlich angstausslösend sein können, in besonderer Weise ängstlich zu reagieren, besonders stark.

Erzählerin

Offenbar sind weite Teile der deutschen Bevölkerung nicht in einem familiären Klima aufgewachsen, in dem sie genug Selbstvertrauen und Zuversicht entwickeln konnten. Ein solch verängstigtes Kollektiv zu beruhigen, ist nicht leicht. Vor allem, wenn in der Öffentlichkeit und in den Medien weiter irrationale Ängste geschürt werden. Norbert Bolz von der Technischen Universität Berlin verweist auf eine regelrechte „Angstindustrie“, die sich aus mehreren Komponenten zusammensetzt.

O-Ton 23 (Bolz)

Es gibt erstens natürlich den Beitrag der Massenmedien zur Angstindustrie. Es gibt zum zweiten einen eminenten Anteil von Politik an der Angstindustrie, denn sehr vie-

le Politiker leben davon, den Bürgern Angst zu machen, um ihnen dann ihre eigene Parteiprogrammatik als Befreiung von der Angst zu verkaufen. Und drittens gibt es in buchstäblichem Sinn ein industrielles Interesse an der Angst der Bürger: die Sicherheitsindustrie, all diejenigen, die von der alltäglichen Sicherheit der Wohnung bis hin zur Sicherheit von Computerprogrammen uns ständig Bedrohtheit einreden und suggerieren, damit sie ihre industrielle Abhilfe an den Mann bekommen können. Denken Sie nur an Messen wie die Security in Essen. Da wird mit der Angst der Menschen ein gewaltiges Geschäft gemacht. Und wir dürfen wohl vermuten, dass die Angstindustrie in den nächsten Jahren noch enorm wachsen wird.

Erzählerin

Gerade die Medien könnten mit sachlicheren Informationen und dem Verzicht auf reißerische Überschriften viel zum Abbau von Ängsten beitragen. Doch der Medienwissenschaftler hegt keine großen Erwartungen:

O-Ton 24 (Bolz)

Man muss, glaube ich, realistischerweise sagen, in den großen Massenmedien wie Rundfunk und Fernsehen gibt es für eine Kultur der Gelassenheit und Nachdenklichkeit einfach keinen logischen Ort. Dort herrscht die Sensation, dort herrscht der Skandal, dort herrscht die Ausnahme, und die Nachricht von Normalität hat dort einfach keine Resonanz und keinen Widerhall. Insofern müsste man eine derartige Aufklärungshoffnung auf ganz spezifische Medien setzen, die allerdings auch ein bisschen auf dem Rückzug sind, denn die Welt der Bücher kann doch mit der Welt des Fernsehens schon lange nicht mehr mithalten, und auch das Internet scheint mir kein genuines Medium der Aufklärung zu sein. Gerade dort verbreiten sich paranoische Phantasien in Windeseile, und die neuesten Medien scheinen mir eher noch Treibsätze für die Angstindustrie zu sein und nicht etwa Medien der Aufklärung. Insofern bin ich doch ein bisschen skeptisch. Das wird die Sache von Einzelnen bleiben, hier größere Gelassenheit zu entwickeln.

Erzählerin

Die Prävention von Angst muss möglichst früh ansetzen: im Elternhaus, im Kindergarten und in der Schule. Erwachsenen, die bereits viele Ängste verinnerlicht haben, fällt es meist schwer, sich davon wieder zu befreien. Dass sich dennoch viele darum bemühen, zeigt die wachsende Nachfrage nach Entspannungskursen aller Art. Autogenes Training, Muskelentspannung, Yoga und zahlreiche Meditationsformen haben Hochkonjunktur. Es scheint, als sehne sich ein immer größerer Teil der Bevölkerung

danach, die Dinge weniger dramatisch zu sehen und einen entspannteren Lebensstil zu finden. Rainer Richter:

O-Ton 25 (Richter)

Ich glaube, dass die Zunahme dieser ganzen kontemplativen Entspannungsmethoden auch dadurch bestimmt ist, dass wir immer weniger Raum, Zeit und Muße dafür haben, uns in dieser Art und Weise mit uns selber zu beschäftigen. Also nicht, indem wir uns überlegen, wie können wir noch toller, noch schneller, noch stärker und sonst wie werden, sondern indem wir uns entspannen, über etwas meditieren, eben nicht Nachdenken, sondern meditieren.

Erzählerin

Zahlreiche psychologisch geschulte Buchautoren betonen, dass sich übermäßige Ängste und Sorgen mit diversen Techniken bewältigen lassen. Eine davon besteht darin, im inneren Dialog den eigenen Befürchtungen immer wieder mit Skepsis zu begegnen:

Musik (beruhigend, harmonisch)

Zitator

Wie wahrscheinlich ist es, dass das gefürchtete Ereignis tatsächlich eintritt?

Zitatorin

Gibt es wirklich nur diese eine befürchtete Möglichkeit oder bestehen Alternativen?

Zitator

Welche konstruktiven Schritte sind möglich?

Erzählerin

Solche Gedanken beruhigen. Sie wirken bremsend auf jene Gehirnzentren, die Angstsignale in den ganzen Körper senden. Mehr Gelassenheit entwickeln, das bedeutet nicht, Risiken und Probleme zu verdrängen, sondern auch in schwierigen Situationen die Ruhe zu bewahren. Nach einer aktuellen Studie des Hamburger Zukunftsforschers Horst Opatowski lässt die „German Angst“ langsam nach. Der Wissenschaftler führt das jedoch auf die wachsende Wirtschaft und die sinkenden Arbeitslosenzahlen zurück. Was aber, wenn der Aufschwung nicht von Dauer ist? Ob sich die Stimmung dann wieder verdüstert? Oder werden schon vorher *neue* Ängste durch die Gesellschaft geistern? Kaum auszudenken, die Deutschen könnten eines Tages sagen: „So schlimm wird es schon nicht sein!“, wenn ...

Zitator

... drei Vögel bei Usedom verenden

Zitatorin

... der Strom ausfällt

Zitator

... die Ölpreise steigen

Zitatorin

... die Aktienkurse fallen

Zitator

... die Einnahmen geringer sind als erwartet

Zitatorin

... und überhaupt....

Zitator

... so manches im Leben ganz anders kommt als geplant.

Spr. vom Dienst

Es ist immer fünf vor zwölf - Die Ängste der Deutschen

Von Ingrid Füller

Es sprachen: Uta Prella, Bettina Kurth und Simon Boer

Ton: Thomas Monnerjahn

Regie: Stefanie Lazai

Redaktion: Stephan Pape

Produktion: Deutschlandradio Kultur 2007