

Wolfhard H. Koenig
Dipl.-Psych. et math.
www.praxis-koenig.de

Kirchenleite 15
82057 Icking
+491728478975

Angst

In tiefenpsychologischer Sicht (Teil1)

Angst ist ein absolut interdisziplinäres Thema.

Vertreter vieler verschiedener Disziplinen beschäftigen sich intensiv mit ihr: neben den Psychologen sind es die Mediziner, die Theologen, die Philosophen und schließlich die Biologen, bes. die Evolutionsbiologen. Alle untersuchen Entstehung und Bedeutung jenes ebenso merkwürdigen wie mächtigen Gefühlszustandes, den wir Angst nennen (S.I). Und an uns Astrologen wird dieses Thema in Beratungen ebenso herangetragen: Was können wir aus dem Horoskop zu Entstehung, Bedeutung und Bewältigung von Angstzuständen sagen?

Dazu benötigen wir zunächst eine klare Vorstellung über das Wesen der Angst und darüber, wann und warum sie zur Krankheit werden kann.

Im Grunde müssten wir uns also mit allen oben genannten Disziplinen auseinandersetzen. Da dies sehr aufwendig wäre, genügt es vielleicht, sich mit jenem Wissen auseinanderzusetzen, das in der modernen Tiefenpsychologie seinen Niederschlag gefunden und zu sinnvollen Therapiekonzepten geführt hat.

1. Angst ist ein unverzichtbarer Alarm- und Schutzmechanismus des Menschen.

Angst ist ebenso wie Schmerz eine positive Erfindung der sich entwickelnden Organismen in der Evolution: beide dienen dem Überleben und sind unverzichtbar. Beide können aber entgleisen und zu Krankheiten werden. Dabei sind Angst und Schmerz in ihrer evolutionären Entwicklung sehr eng verwandt. Schmerz allerdings ist noch zentraler und bedeutungsvoller: es gibt eigene Nervenbahnen die für eine schnelle und effektive Schmerzleitung zuständig sind. Überleben und Unversehrtheit des Organismus hängen elementar davon ab, dass wir durch Schmerzempfindungen vor unmittelbaren körperlichen Gefahren gewarnt werden. Dabei sind Schmerzreflexe zum Schutz unseres Körpers schneller, als es unser Verstand sein könnte: wenn z.B. ein Fremdkörper in unser Auge fliegen will, reagieren wir blitzschnell mit dem Lidschlussreflex. Angst nun ist evolutionär gesehen eine Ergänzung und Fortsetzung der Schmerzfunktion. Angst soll uns vor Gefahren warnen, die zwar nicht unmittelbar unseren Körper betreffen, also noch nicht zum Schmerz geführt haben, aber ev. für Überleben und Gesundheit bedrohlich werden können. Wenn wir etwa nachts durch eine dunkle Gasse gehen oder bei heftigem Regen schnell auf der Autobahn fahren, werden wir normalerweise in eine Art Alarmstimmung geraten, die z.B. mit erhöhter Wachsamkeit, schnellerem Puls und einer Gefühlsanspannung einhergeht, die wir Angst zu nennen pflegen. Der Nutzen

ist, dass wir in beiden Situationen uns der Gefahr für Leib und Leben bewusster werden und mit erhöhter Wachsamkeit der Gefahrensituation begegnen. Während aber Schmerz erst auftritt, wenn eine Noxe (ein schädigender Reiz) uns unmittelbar trifft, warnt uns Angst schon bei Eintritt einer Situation, die Gefährdungspotentiale enthält. Schmerz und Angst gehören also positiverweise zu unserem Leben.

2. Wann werden Schmerz und Angst zu Krankheiten?

Schmerz kann chronisch werden und sich von jeder positiven Schutz- oder Signalfunktion ablösen. So kann ein Patient etwa seit Jahren an chronischen Schmerzen des Trigemini-Nerves im Gesicht leiden, verbunden mit heftigen Schmerzattacken, und ohne dass ein Sinn offensichtlich wäre noch ein vernünftiger Anlass. Schließlich helfen oft weder Schmerzmittel noch Operationen, und der Schmerz ist schädigend für Organismus und Seele geworden. Meist lässt sich eine medizinische Erklärung nicht finden. Wir bezeichnen diese Schmerzzustände dann als psychosomatisch, d.h. wir gehen davon aus, dass sie psychisch bedingt sind. Sie können Ausdruck von Selbstbestrafung aufgrund unbewusster Schuldgefühlen sein etc. Dieses genauer zu verfolgen würde aber zu einem anderen Thema führen.

Auch von der Angst wissen wir, dass sie „entgleisen“ kann. Sie kann zu unbeherrschbaren Angstzuständen ohne einen nachvollziehbaren Grund führen, oder zu plötzlichen Panikattacken, die wir nicht verstehen und die unser Leben außerordentlich erschweren können. Wir können eine Hundephobie entwickeln, die uns nicht mehr ruhig auf die Straße gehen lässt oder eine Höhenphobie, so dass wir nicht mehr über Brücken fahren können.

Wann aber können wir sagen, dass eine Angst entgleist ist? In München war ich einmal bei einer Veranstaltung des Vereins „Mütter gegen Atomkraft“ eingeladen. Dabei diskutierten Atomkraftgegner mit Atomkraftbefürwortern. Erstere schilderten eindringlich die Gefahren von Atommeilern, letztere bestritten das Vorliegen ernsthafter Gefahren. Die Gegner unterstellten den Befürwortern die Verleugnung von Gefahr und Angst, also eine Art kontraphobische Haltung. Die Befürworter unterstellten den Müttern und Gegnern hysterische, also neurotische Angst. Ich sollte nun aus psychologischer Sicht Stellung nehmen. Ich konnte nur sagen, dass es im Prinzip eine gesellschaftliche, ja vielleicht sogar politische Entscheidung ist, um die es geht. Wie weit ist die Sorge der Gegner gerechtfertigt, wann fängt sie an, übertrieben oder neurotisch zu werden, wo verläuft die Grenzlinie? Und wie weit ist die Überzeugung der Befürworter von der Sicherheit der Reaktoren gerechtfertigt, wann fangen sie an, Gefahren zu verleugnen, also auf neurotische Weise ohne Angst zu sein (Kontraphobie) und wo verläuft die Grenzlinie? Jede Gesellschaft und Zeit wird hier eventuell andere Grenzen ziehen, andere Festlegungen vornehmen.

Wenn eine Seminarteilnehmerin zur Diskussion stellt, dass sie als Frau nach Einbruch der Dunkelheit nur mit Angstgefühlen auf die Straße geht, stellt sich die Frage: ist das noch berechtigte Angst oder schon eine Phobie? Sicherlich

hängt dies auch davon ab in welcher Stadt, in welchem Land sie lebt. Dennoch gehen die Meinungen im allgemeinen auseinander: wie weit handelt es sich noch um Realangst, ab wann beginnt neurotische Angst?

Damit haben wir aber schon zwei der wichtigsten Begriffe, die Freud in seiner Angsttheorie definiert hat: **Realangst** liegt vor, wenn das Ausmaß der Angst dem Ausmaß der vorliegenden Bedrohung entspricht. **Neurotische Angst** liegt vor, wenn die Intensität des Angstanfalls in keinem Verhältnis zur Gefahr steht. Wenn z.B. ein Patient in seiner Küche eine kleine Spinne sieht, von Panik erfüllt die Wohnung verlassen muss und nur mit Unterstützung durch den Nachbarn wieder zurück kehren kann, dann haben wir sicher mit neurotischer Angst zu tun und darüber dürfte leicht ein Konsens herzustellen sein.

In krassen Fällen fällt uns diese Unterscheidung leicht, aber ab wann würden wir die Atomangst als übertrieben, als neurotisch bezeichnen? Die Frage der Grenzlinie wird vielleicht in jeder Zeit und von jeder Gesellschaft anders gesehen.

Damit sind wir aber bei einem grundsätzlichen Ergebnis angelangt: die Definition von „Neurose“ oder „psychisch krank“ ist nicht objektiv begründbar, sondern hängt immer auch untrennbar mit gesellschaftlichen und politischen Gegebenheiten zusammen.

In der alten Sowjetunion wurden scharfe Gesellschaftskritiker als „Querulanten“ in der Psychiatrie verwahrt. Ab wann ist eine Gesellschaftskritik „wahnhaft“ oder „querulatorisch“?

Im Gegensatz zu vielen medizinischen Erkrankungen, die naturwissenschaftlich definierbar sind (z.B. lässt sich das Vorliegen einer Entzündung über eine Blutuntersuchung, das Vorliegen eines Beinbruchs über eine Röntgenaufnahme etc. nachweisen), haben wir im Bereich der **Neurosen** nur ein einziges Kriterium: **die Unverhältnismäßigkeit der Reaktion zum Anlass!** Die Flucht aus der Wohnung wegen einer kleinen Spinne ist im neurotischen Sinne unverhältnismäßig. Aber prinzipiell stellt sich die Frage wer entscheidet, was unverhältnismäßig ist.

Es ist also wichtig festzuhalten, dass wir zwischen Realangst und neurotischer Angst immer eine (gesellschaftlich definierte) Grauzone haben (Skizze 1).

3. Es gibt heute zwei sehr verschiedene Auffassungen von Angst, entsprechend den zwei großen psychologischen Theorien, die wir haben: **Behaviorismus** und **Tiefenpsychologie**.

a. Nach behavioristischer (verhaltenstherapeutischer) Auffassung ist neurotische Angst erlernt: entsprechend ängstigende Erfahrungen lagen im Übermaß vor und haben sich eingeprägt. Wenn z.B. ein Hund die Erfahrung macht, öfter von Männern mit einem Spazierstock geschlagen zu werden, so wird er anfangen, alle Männer mit einem Spazierstock zu fürchten und aus der Furcht heraus vielleicht angreifen. Diese generalisierte Angst wäre dann sicher ein Problem für

Hund und Hundehalter. Lässt man diesen Hund nun positive Erfahrungen machen, z.B. in dem man ihn anleint und ihm dann oft genug von Männern mit einem Spazierstock Futter verabreichen lässt, so wird die negative Erfahrung langsam schwächer werden, die Lernerfahrungen überlagern sich.

Neurotische Angst entsteht hier durch **fehlgelaufene Lernprozesse** und wird durch gezielte neue Lernprozesse (**Desensibilisierung**) korrigiert. So schlicht diese Vorstellung von Angst auch ist, in der Praxis und besonders bei der Desensibilisierung von Angsterkrankungen (z.B. Hunde- oder Spinnenphobien) hat sie unbestreitbare Erfolge.

b. Weitgehend anders ist das Modell der Tiefenpsychologie.

Hier entspricht die vorhandene Angst völlig dem ungelösten und unbewussten Grundkonflikt, auf den sie sich bezieht. Beispiel: ein 14 Jahre alter Junge lebt allein mit seiner Mutter, sein Vater starb, als der Junge 5 Jahre alt war. Zuerst klammerte sich der Junge an die Mutter, die er als „ödipalen Besitz“ verteidigte, der ihm von keinem Vater streitig gemacht wurde. Dann wiederum klammerte sich die Mutter an den Jungen, der in die Rolle des Partnerersatzes geraten war. Die Mutter fing an, die Kontakte des Jungen zu unterbinden, ihn zu isolieren und seine Schuldgefühle bei Trennungsimpulsen zu schüren. Der Junge musste sich hilflos in einem „Spinnennetz“ (wie er später sagte) gefangen fühlen, sah weit und breit keine Chance zu entkommen. Dieses „Gefangen-Sein“ musste den Jungen gerade in der Pubertät, mit den dort natürlichen Ablösungsimpulsen zutiefst ängstigen. Plötzlich entwickelte er eine Spinnenphobie, suchte jeden Abend vor dem Einschlafen sein Zimmer nach Spinnen ab, geriet beim Anblick einer Spinne in Panik etc. Tiefenpsychologen sprechen davon, dass hier die **eigentliche Angst durch den Abwehrmechanismus der Verschiebung** abgewehrt wurde. Die Angst vor der Mutter und der anscheinend unauflösbaren Bindung an sie wurde verschoben auf die Angst vor Spinnen. Die Spinnen sind **symbolische „Ersatzobjekte“**: sie symbolisieren das Eingefangen-Werden der Opfer in unsichtbaren Netzen, in denen diese dann hilflos baumeln...

Zugleich haben wir mit einem „**sekundären Krankheitsgewinn**“ zu tun. Die Beziehung zur Mutter wird von unerträglicher Angst entlastet, was wesentlich ist, da der Junge ja noch Jahre mit ihr halbwegs verträglich auskommen muss. Die Angst tritt nun in vollem Umfang am „Ersatzobjekt“ Spinne auf. Dort können wir sie nicht mehr verstehen, weil wir nicht wissen, was der Junge wirklich fürchtet und auch er selbst versteht seine Angst nicht. Wesentlich ist hier aber, dass die Angst auch in ihrem ganzen Umfang und Ausmaß kein „Irrtum“ oder „fehlgelaufener Lernprozess“ ist, sondern voll berechtigt, wenn man sie vom „**Ort der Verschiebung**“ auf den eigentlichen „**Ort der Angst**“ zurückführt. Der Junge befindet sich tatsächlich in einer ihn verzweifelt ängstigenden Situation.

Die tiefenpsychologische Therapie besteht nun aus zwei Schritten: erstens muss die Verschiebung rückgängig gemacht werden, der wirkliche Ort der Angst, d.h. der wirkliche Angst machende Konflikt, muss gefunden und bewusst werden,

zweitens muss der eigentliche Konflikt bearbeitet und gelöst werden. Der Therapeut müsste hier also in das Familiengefüge eingreifen und die neurotische Bindungssituation zwischen Mutter und Sohn bearbeiten.

Hier müssen wir uns also entscheiden zwischen diesen zwei wesentlichen, verschiedenen Auffassungen von Angst.

Einmal Angst als fehlgelaufener Lernprozess: die Angst ist ihrem Wesen nach ein Irrtum, ein falsches Lernergebnis, das korrigiert werden muss und kann.

Spinnenangst wird dann durch schrittweise Konfrontation mit Spinnen „trainiert“ und durch neue Lernerfahrungen gemildert.

Oder Angst als Reaktion auf einen aktuell unlösbaren Konflikt, oder aber auf einen solchen Konflikt in der Vergangenheit, der verdrängt und unbewusst gemacht wurde, der berechtigterweise tiefe Ängste erzeugt, die aber abgewehrt, damit unbewusst gemacht und verschoben werden müssen: am Ersatzobjekt oder Ersatzort aber ist die Angst nicht mehr verstehbar und erscheint „unverhältnismäßig“. Eine Lösung kann hier nur in einer Bearbeitung des eig. Grundkonfliktes bestehen.

Das **Horoskop** zeigt in den **Planeten** die **Grundmotive** des Menschen an, d.h. seine Grundkonflikte, die aus dem Gegeneinander der Motive (Planeten) entstehen. Das Horoskop zeigt nicht einzelne Ereignisse oder Verhaltensweisen, sondern ist eine symbolische Spiegelung und Darstellung der **Motivdynamik** in der Seele des Menschen. Es zeigt also z.B. den (abgewehrten und unbewussten) Grundkonflikt des Jungen an, die Bindung an seine Familie bzw. Mutter, nicht aber die Spinne als Ersatz-Angstobjekt.

Also muss sich die Astrologie mit der tiefenpsychologischen Sichtweise der Angst verbünden, da beide Disziplinen in Symbolen denken und die in den Symbolen ausgedrückten Konflikte deuten, bewusst machen und bewältigen wollen.

Auch im Horoskop werden wir also den „eigentlichen Grundkonflikt“ hinter der Angst erkennen und kaum den Projektionsort. Die Bindung an die Mutter als Ersatzpartner spiegelt sich sicherlich im Horoskop (z.B. in Mond- und Saturn-Stellungen), dass als Symbol des Ausdrucks dieses Konfliktes gerade die Spinne gewählt wird, ist wohl nicht aus dem Horoskop ersichtlich.

5. Erscheinungsformen der Angst (Skizze 2)

- a) **Die Angstneurose:** hier tritt die Angst schleichend auf und wird chronisch oder sie kommt und geht in Schüben. Jeder Angstschub kann Wochen oder Monate dauern. Zwischen den Schüben können Wochen, Monate oder auch Jahre liegen. Wesentliches Kennzeichen ist aber, dass bei der Angstneurose der Angstinhalt verloren gegangen ist, d.h. die Angst ist scheinbar ohne Grund, bezieht sich auf alles oder auf nichts. Der Pat. weiß eig. nicht, wovor er Angst hat. Den Abwehrmechanismus, der dies verursacht, nennen wir Spaltung von Affekt und Inhalt. D.h. der

Affekt Angst bleibt im Bewusstsein erhalten, aber der Inhalt (d.h. der ungelöste Grundkonflikt) ist aus dem Bewusstsein ausgeschlossen. Dies macht die (scheinbar sinnlose) Angst oft noch quälender.

- b) Die **Panikattacke**: hier tritt die Angst plötzlich, sozusagen überfallsartig auf und überschwemmt Fühlen und Denken des Menschen, der dann unfähig zu anderen Gedanken oder gar zur Arbeit ist. Meist ist aber auch kein konkreter Anlass oder Angstinhalt erkennbar. Hier liegt eine Ähnlichkeit mit der Angstneurose vor, der selbe Abwehrmechanismus ist wirksam. Es ist, als ob die bei der Angstneurose chronische Angst hier geballt durchbricht.
- c) Die **Phobie**: hier liegen immer konkrete Anlässe und Angstinhalte vor. Der Abwehrmechanismus ist die oben beschriebene Verschiebung. Wir unterscheiden z.B.:
- die **Klaustrophobie**: die Angst richtet sich auf enge Räume, auf das Eingesperrt-, der Freiheit beraubt werden (Klaustrophie: der enge Raum)
 - die **Agoraphobie**: die Angst richtet sich auf das Hinausgehen in die Welt (das Verlassen des schützenden Heimes), auf Menschenansammlungen, Supermärkte, wenn viele Menschen dort sind etc. (Agora: der Marktplatz im alten Griechenland)
 - **Tierphobien**: Hunde-, Spinnen-, Mäuse-Phobien etc. Die Angstinhalte machen sich oft an der Symbolik der Tiere fest (z.B. Angst vor Aggression bei Hunden etc.)
 - **Akrophobie**: die sog. Höhenangst verhindert z.B. mit dem Auto über Brücken fahren zu können, mit dem Lift hohe Bauwerke (Türme) betreten, Skilift oder Gondel fahren zu können
 - **Xenophobie**: Fremdenangst. Darunter versteht man die Angst vor fremden Menschen, bes. anderer Herkunft oder Hautfarbe, aber auch die Angst vor allen fremden, also neuen Situationen, die im Leben auftreten können.
 - **Sozialphobie/Erythrophobie**: die Angst sich in sozialen Situationen zu blamieren oder bloß gestellt zu werden, z.B. durch Erröten bei Angeschaut- oder Angesprochen werden (Erythrophobie)
 - **Die Kontraphobie**: dies ist eine seltsame Spielart der Angst, die zunächst nicht an Angst als Hintergrund denken lässt. Menschen zeigen hier besonders mutiges Verhalten, klettern in extremer Weise auf Berge, unternehmen äußerst riskante Gletschertouren usw. Irgendwann aber fällt aus, dass diese Menschen geradezu suchtartig immer wieder extreme Gefahrensituationen aufsuchen, den Thrill steigern müssen. Schließlich wird sichtbar, dass sie einer Art Zwang unterliegen, das Spiel mit der Gefahr nicht mehr kontrollieren können. Wir denken hier an das Märchen: Von einem der auszog, das Fürchten zu lernen. Den hier wirkenden

Abwehrmechanismus nannte Anna Freud „**Verkehrung ins Gegenteil**“. Es ist, als ob diese Menschen sich selbst und anderen wie unter Zwang ständig beweisen müssen, keine Angst zu haben, ja im Gegenteil geradezu angstfrei zu sein.

Wir wollen es hier bei diesen Beispielen belassen, obwohl es noch weitere Aufzählungen gibt. Wesentlich ist aber, dass der „Ort der Angst“ bei der Phobie meist symbolisch bestimmt ist, so dass der Inhalt der Ersatzangst deutbar ist. Bei der Spinnenphobie ist es die Bindungsangst, bei der Höhenphobie die Absturzangst, also z.B. die Angst Leistungen nicht erbringen oder halten zu können etc. Der Abwehrmechanismus der Verschiebung folgt also im allgemeinen symbolischen Kategorien.

6. Evolutionstheoretische Betrachtungen zur Angst

Es mag in einiger Hinsicht erhellend sein zu betrachten, wie sich die Angstphänomene im Verlauf der Evolutionsgeschichte entwickelt haben und in gewisser Weise beim Lebewesen Mensch kumulieren.

a. Basale Ängste

- **Todesangst:** der Selbsterhaltungstrieb und damit die Angst vor dem aktuellen Tod, also die Angst zu sterben, gefressen zu werden etc. ist allen Lebewesen innewohnend
- **Verletzungsangst:** die Angst Verletzungen oder auch Schmerzen zu erleiden, also die Angst vor einer Beschädigung des Organismus ist ebenfalls bei allen Lebewesen bekannt
- **Verlustangst:** die Angst „Besitz“ zu verlieren, z.B. das eigene Revier, das ungestörte Fortpflanzung ermöglicht, oder das Futter, das gesammelt und versteckt wurde

b. Soziale Ängste

Diese Ängste gelten nur für eine bestimmte Gruppe von Lebewesen, nämlich diejenigen, die in sozialen Verbänden zusammen leben, also z.B. im Wolfsrudel oder in der Primatengruppe (Menschenaffen etc). Diese Ängste gelten nicht für sogenannte Einzelgängerlebewesen. Nashörner leben z.B. prinzipiell alleine in einem eigenen Revier, sowohl Bullen wie Weibchen. Nur zur Paarungszeit kommen die Nashörner kurz zusammen und nur bis zur Selbständigkeit duldet das Nashornweibchen die Kinder im eigenen Revier. Eugene Ionesco erlangt mit seinem 1959 geschriebenen Theaterstück „Die Nashörner“ Berühmtheit, begründete letztlich das absurde Theater. In diesem Stück beschreibt er die spontane Verwandlung der Menschen in Nashörner, bis nur noch solche übrig sind. Die „Abdankung der Menschheit“ heißt der Untertitel dieses Stückes. Die Menschen hören also auf soziale Wesen zu sein und verwandeln sich in Einzelgänger. Eine Allegorie auf die Entwicklung des modernen Menschen. Für soziale Lebewesen aber gelten folgende weitere Ängste:

- **Angst vor sozialer Isolierung/ Ausgestoßen-Werden:** also die Angst vom Rudel, das Schutz und Sicherheit verspricht, verstoßen zu werden
- **Angst vor sozialem Abstieg:** in sozialen Verbänden gibt es meistens Hierarchien. Z.B. gibt es im Hühnerhof die sog. Hackordnung: das oberste Huhn darf alle hacken und wird von keinem gehackt, das unterste Huhn darf keinen hacken, wird aber von allen gehackt etc. Oder im Wolfsrudel darf sich nur der Alpha-Rüde fortpflanzen, alle anderen Rüden müssen warten. Jedes Frühjahr gibt es die Rangordnungskämpfe, die eine neue Rangordnung festlegen. Der ältere Wolf kann also Angst haben abzustiegen, seine Privilegien zu verlieren etc.

c. Humane Ängste

Hier sprechen wir nun von den Ängsten, die spezifisch für den Menschen sind. Durch seine Cerebralisation (Gehirnentwicklung) in den letzten zwei Millionen Jahren hat sich vor allem der Cortex (das Großhirn) enorm entwickelt (das Gehirnvolumen insgesamt hat sich fast verdreifacht). Der Cortex ermöglicht eine Zeitperspektive und Selbstreflexion. Der Mensch kann also in die Zukunft denken und demnach auch vor der Zukunft Angst haben.

- **Angst vor der Zukunft:** hier findet eine Verdoppelung der Ängste statt. Jede aktuelle Angst kann vom Menschen in die Zukunft projiziert werden und ihn solcherart ängstigen. Also selbst ein Multimillionär kann für die Zukunft „Verarmungsängste“ haben. Wer garantiert, dass sein Vermögen in alle Zukunft erhalten bleibt? Alle oben genannten aktuellen Ängste können also als aus der Zukunft drohend erlebt werden.
- **Angst vor dem Tod:** hier ist nicht die aktuelle Todesangst gemeint, die bei unmittelbarer Bedrohung des Lebens, z.B. durch ein Raubtier auftritt, sondern das Wissen um die Sterblichkeit, den schließlichen Tod. Die Griechen verkündeten: die Tiere sind sterblich und wissen es nicht, die Götter sind unsterblich und wissen es, nur der Mensch ist sterblich und weiß es...
- **Metaphysische Ängste:** diese Ängste gibt es nur beim Menschen. etwa die Angst in die Hölle zu kommen (Sündenangst), oder die Angst, dass das eigene Leben sinn- und wertlos wäre (Existentialismus) etc.
- **Angst vor der Angst:** auch dies ist eine spezifisch menschliche Angst, die aus der Zeitperspektive resultiert. Ein Tier kennt nur die unmittelbare, aktuelle Angst, die aus einer Bedrohung resultiert. Der Mensch aber kann sich vor der nächsten Panikattacke, dem nächsten Schub der Angstneurose fürchten, der noch gar nicht stattgefunden hat. Dies mag dann als besonders quälend erscheinen.

Die nächste Frage ist nun: wie zeigen sich diese Ängste im Horoskop des betreffenden Menschen, also unter astrologischer Sicht?

Literaturliste:

- I. Ditfurth, Hoimar v.: Aspekte der Angst
- II. Mentzos, Stavros. Angstneurose
- III. Balint, Michael: Angstlust und Regression
- IV. Rüger, Ulrich: Neurotische und reale Angst
- V. Riemann, Fritz: Grundformen der Angst