

Nixdorf, Christian Philipp

Die vier Grundformen der Angst nach Fritz Riemann

Hannover 2008, 12 S.



Empfohlene Zitierung/ Suggested Citation:

Nixdorf, Christian Philipp: Die vier Grundformen der Angst nach Fritz Riemann. Hannover 2008, 12 S. -

URN: urn:nbn:de:0111-pedocs-192798

<http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0111-pedocs-192798>

Nutzungsbedingungen

Gewährt wird ein nicht exklusives, nicht übertragbares, persönliches und beschränktes Recht auf Nutzung dieses Dokuments. Dieses Dokument ist ausschließlich für den persönlichen, nicht-kommerziellen Gebrauch bestimmt. Die Nutzung stellt keine Übertragung des Eigentumsrechts an diesem Dokument dar und gilt vorbehaltlich der folgenden Einschränkungen: Auf sämtlichen Kopien dieses Dokuments müssen alle Urheberrechtshinweise und sonstigen Hinweise auf gesetzlichen Schutz beibehalten werden. Sie dürfen dieses Dokument nicht in irgendeiner Weise abändern, noch dürfen Sie dieses Dokument für öffentliche oder kommerzielle Zwecke vervielfältigen, öffentlich ausstellen, aufführen, vertreiben oder anderweitig nutzen.

Mit der Verwendung dieses Dokuments erkennen Sie die Nutzungsbedingungen an.

Terms of use

We grant a non-exclusive, non-transferable, individual and limited right to using this document.

This document is solely intended for your personal, non-commercial use. Use of this document does not include any transfer of property rights and it is conditional to the following limitations: All of the copies of this documents must retain all copyright information and other information regarding legal protection. You are not allowed to alter this document in any way, to copy it for public or commercial purposes, to exhibit the document in public, to perform, distribute or otherwise use the document in public.

By using this particular document, you accept the above-stated conditions of use.

Kontakt / Contact:

peDOCS
DIPF | Leibniz-Institut für Bildungsforschung und Bildungsinformation
Informationszentrum (IZ) Bildung
E-Mail: pedocs@dipf.de
Internet: www.pedocs.de

Mitglied der


Leibniz-Gemeinschaft

Die vier Grundformen der *Angst* nach Fritz Riemann

Christian Philipp Nixdorf
Hannover, den 10.02.2008



Was ist Angst? Welche Rolle spielt unsere Kindheit in Bezug auf die Entwicklung von Ängsten? Welche Formen der Angst gibt es und warum empfinden einige Menschen geradezu panische Angst vor Dingen und Situationen, die andere kaum tangieren? Diese und andere Fragen zum Thema Angst beantwortet der Psychologe und Psychoanalytiker Fritz Riemann (1902-1979) in seinem bekanntesten Werk, dem mittlerweile in der 37. Auflage vorliegendem tiefenpsychologischen Klassiker *Grundformen der Angst* aus dem Jahr 1961. Darin stellt Riemann vier Grundformen der Angst vor und analysiert die damit verbundenen Persönlichkeitsstrukturen, die Menschen aufweisen, die an dieser oder jener Angst leiden. In Anlehnung an physikalische, *allumfassende* Gesetzmäßigkeiten entwickelt der Autor aus dem Zusammenspiel von Persönlichkeitsstruktur und Grundängsten ein allgemeingültiges Gleichnis menschlichen Verhaltens. Darauf soll nachfolgend näher eingegangen werden.

Wesen und Funktion der Angst

Alle Menschen kennen Ängste. Sie sind uns angeboren und in unserer menschlichen Entwicklung absolut notwendig, denn Ängste können uns helfen, in gefährlichen Situationen angemessen zu reagieren. Die Angst

dient der Absicherung vor einer Bedrohung und damit dem Selbsterhalt. In dem Maße, wie sie imstande ist, uns zu schützen, ist Angst allerdings auch in der Lage, unsere Entwicklung und Menschwerdung zu behindern, denn Angst hat die unschöne Eigenschaft, sich auszubreiten und zu wuchern, wenn sie nicht hinterfragt, ihr nicht entgegengestellt, wird. Riemann (2006, S. 7) beschreibt es so: „Es bleibt wohl eine unserer Illusionen, zu glauben, ein Leben ohne Angst leben zu können; sie gehört zu unserer Existenz und ist eine Spiegelung unserer Abhängigkeiten und des Wissens um unsere Sterblichkeit. Wir können nur versuchen, Gegenkräfte gegen sie zu entwickeln: Mut, Vertrauen, Erkenntnis, Macht, Hoffnung, Demut, Glaube und Lieben. Diese können uns helfen, Angst anzunehmen, uns mit ihr auseinander zu setzen, sie immer neu zu besiegen.“

Nun ist es so, dass eben diese Auseinandersetzung mit der Angst, mit der wir uns in unserer Entwicklung erstmals in der frühen Kindheit konfrontiert sehen, sich - je nach individueller Anlage und sozialem Umfeld - gut oder weniger gut vollziehen kann. Die Angst hat immer eine Entwicklungs- und Vorgeschichte. Menschen reagieren unterschiedlich auf Angst, denn jeder Mensch ist ein Individuum mit eigenen Erziehungs- und Sozialisationserfahrungen. Diese wirken entscheidend nicht nur auf die Ängste, die wir entwickeln, sondern auch auf unsere Fähigkeit und unser Unvermögen, damit umzugehen. Die Fähigkeit, Angst zu empfinden, ist angeboren. Der Umgang mit Angst aber ist es nicht. Wie wir mit Angst umgehen, hängt ab von dem, was wir wann und wo erleben sowie erlernen. Das wiederum ist unterschiedlich und wird entscheidend geprägt von den Bezugspersonen während der ersten Lebensjahre. Auch gesellschaftliche Erwartungen und Rollenmuster spielen eine große Rolle. Grundsätzlich lässt sich festhalten, dass Menschen vor allem und jedem Angst entwickeln können, wenn sie mit einem bestimmten Gegenstand, einer Person oder Situation angstbesetzte Erfahrungen gemacht haben.

Folgt man Fritz Riemann in seinen Darlegungen, ist es allerdings so, dass sich alle nur möglichen Ängste letztlich auf vier Grundängste zurückführen lassen, wenn man sie analysiert und zu ihrem Ursprung zurückverfolgt. Mit diesen vier Ängsten korrespondieren laut Riemann vier Persönlichkeitsstrukturen, vier Arten des *In-der-Welt-Seins* (vgl. Riemann 2006, S. 19). Diese vier grundlegenden Ängste, mit denen sich jeder Mensch in seiner Entwicklung auseinandersetzt, bestimmen je nach Individuum unterschiedlich stark unser Leben. Sie bedingen die Persönlichkeitsentwicklung in entscheidendem Maße. Konkret handelt es sich um die Angst vor der Hingabe (die schizoiden Persönlichkeiten), die Angst vor der Selbstwerdung (die depressiven Persönlichkeiten), die Angst vor Veränderung (die zwanghaften Persönlichkeiten) sowie die Angst vor der Notwendigkeit (die hysterischen Persönlichkeiten). Das Schaubild des Psychologen

Schulz von Thun auf der nächsten Seite stellt dies exemplarisch dar. Die vier Persönlichkeitsstrukturen stehen sich - durch Pfeile verbunden - antinomisch gegenüber. Je ausgeprägter das einseitige Streben nach einem der Impulse, desto größer die Angst vor der Gegenstrebung.



Auf die vier dargestellten Persönlichkeitsstrukturen und die damit einhergehenden Ängste soll nachfolgend näher eingegangen werden. Erwähnt sei an dieser Stelle indes, dass die folgenden Charakteristika und lebensgeschichtlichen Hintergründe hier stark verkürzt dargestellt sind. Dieser Text kann und soll nur als Überblick zur Orientierung und Unterscheidung der Persönlichkeitsstrukturen in der von Riemann vorgenommenen Typologisierung dienen.

Die schizoide Persönlichkeit und die Angst vor der Hingabe

Welche Verhaltensweisen, welche Vorlieben, Abneigungen und Ängste sind nun charakteristisch für Menschen, die eine schizoide Persönlichkeitsstruktur aufweisen? Im Wesentlichen zeichnen diese Menschen sich Riemann zufolge aus durch das Streben nach Selbstbewahrung und Ich-Abgrenzung sowie durch das teilweise ins Extreme übersteigerte Bedürfnis nach Autonomie. Sie wollen von niemandem abhängig und niemandem

verpflichtet sein, wollen sich gegenüber anderen abgrenzen, ihre Autonomie bewahren und sich anderen nicht hingeben. Menschen mit einer schizoiden Persönlichkeitsstruktur streben danach, „so unabhängig und autark wie möglich zu werden. Auf niemanden angewiesen zu sein, niemanden zu brauchen, niemandem verpflichtet zu sein, ist ihnen entscheidend wichtig“ (Riemann 2006, S. 20). Sie sind häufig sachlich, kühl und rational, emotionsarm und distanziert, wie die folgenden Zitate verdeutlichen: „*Wenn man meine Distanz durchbricht, kommt Hass auf*“ (ein Patient in ebd., S. 37). Als die Freundin einer jungen Patientin dieser mitteilte, ihre Eltern hätten sich bei ihr beschwert, dass die Patientin so kalt und feindselig zu ihnen sei, sagte sie nach kurzem Überlegen: „*Gut, dann werde ich meinen Hass abstellen*“ (ebd., S. 44). Dann werde ich meinen Hass *abstellen*. Ein solcher Ausdruck ist Riemann zufolge typisch für eine extrem ausgeprägte schizoide Persönlichkeit.

Emotionen werden negiert und können ein- und ausgeschaltet werden wie ein Lichtschalter. Das Unvermögen emotionales Erleben auszudrücken und zu empfinden kennzeichnet schizoide Persönlichkeiten in extremer Ausformung. Schizoide Menschen distanzieren sich von ihren Mitmenschen, sie brauchen Abstand zu ihnen und lassen sich nur begrenzt mit ihnen ein. Der schizoide Mensch hält Abstand und empfindet, anders als Menschen, die diese Persönlichkeitsstruktur nicht aufweisen, übersteigerte Angst und Bedrohung bei Überschreitung des benötigten und eingeforderten Abstands. „Wird diese Distanz überschritten, empfindet er das als Bedrohung seines Lebensraumes, als Gefährdung seines Unabhängigkeitsbedürfnisses, seiner Integrität, und wehrt sich schroff dagegen“ (ebd., S. 20). Sich an andere Menschen zu binden, sich mit ihnen einzulassen und auf ihre Bedürfnisse einzugehen ängstigt schizoide Menschen, denn ein solches Verhalten bedeutet immer ein Stück Selbstaufgabe. Aufgrund ihrer Bindungsangst und der daraus resultierenden sozialen Isolation haben viele Menschen mit schizoider Persönlichkeitsstruktur nie - oder nur unzureichend - gelernt, Gefühle von Liebe, Wertschätzung und Zuneigung wahrzunehmen und sie anderen Menschen gegenüber verbal und emotional auszudrücken.

Bedingt durch die weitgehende Kontaktlosigkeit schizoider Menschen verstärkt sich ihre eigene Unsicherheit, ihre Eigenbezüglichkeit und das Misstrauen gegenüber anderen. Der schizoide Mensch „weiß nie genau - in einem Ausmaß, das alle auch beim Gesunden mögliche Unsicherheit weit übersteigt - ob das, was er fühlt, wahrnimmt, denkt oder sich vorstellt, nur in ihm selbst existiert, oder auch draußen“ (ebd., S. 22). Die eigene, von Misstrauen Eigenbezüglichkeit geprägte, Wahrnehmung und Interpretation der Umwelt wird zwangsläufig für die Wirklichkeit gehalten. Sie wird als nicht korrigierbar erlebt, da der dazu notwendige

Austausch mit der Umwelt nicht stattfindet. Das Weltbild verfestigt sich so, ohne dass es je einer Überprüfung unterzogen wird. Schizoide Menschen befinden sich in einem Teufelskreis von Unsicherheit und Isolation. „Man kann sich vorstellen, wie quälend und zutiefst beunruhigend es sein muß, wenn diese Unsicherheit ein Dauerzustand ist, vor allem, weil man ja gerade wegen des erwähnten Mangels an Nahkontakt, sie nicht korrigieren kann. Denn jemanden darüber zu befragen, ihm seine Unsicherheit und Angst mitzuteilen, würde eine vertraute Nähe voraussetzen; da man diese zu niemandem hat, glaubt man befürchten zu müssen, nicht verstanden, verlacht oder gar für verrückt gehalten zu werden“ (ebd., S. 22).

Zum entwicklungsgeschichtlichen Hintergrund lässt sich festhalten, dass schizoide Persönlichkeitsentwicklung häufig zurückzuführen ist auf Gleichgültigkeit, Distanz und unregelmäßige Verfügbarkeit der Bezugspersonen in der frühen Kindheit. Schizoide Menschen werden in ihrer frühen Kindheit oft alleingelassen, sie erfahren einen Mangel an Zärtlichkeit und Kontakt sowie den Ausfall und häufigen Wechsel einer festen Bezugsperson, was in verstärktem Eigenbezug resultiert. „Heute wissen wir, dass die erste Umwelt dem Kinde [...] auch emotionale Wärme, Zuwendung, ein ihm angemessenes Maß sowie an Reizen wie an Ruhe und eine gewisse Stabilität des Lebensraumes bieten muss, damit es sich vertrauend und aufgeschlossen antwortend zu ihr einstellen kann. [...] Erfährt das Kind dagegen in dieser Frühzeit die Welt als unheimlich und unzuverlässig, als leer, oder aber als überrennend und überschwemmend, wird es sich von ihr zurücknehmen, abgeschreckt werden“ (ebd., S. 40-41). Die ungenügende Ausprägung sozialer Kompetenzen bedingt durch das Gefühl von Bedrohung und Unsicherheit führt dazu, dass der mitmenschliche Umgang nicht ausreichend erlernt wird und dieser daher mehr und mehr Angst erzeugt.

Die depressive Persönlichkeit und die Angst vor der Selbstwerdung

Welche Verhaltensweisen, welche Vorlieben, Abneigungen und Ängste sind nun charakteristisch für Menschen, die eine depressive Persönlichkeitsstruktur aufweisen? Im Wesentlichen zeichnen diese Menschen sich Riemann zufolge aus durch ihre ausgeprägte Ich-Schwäche und die unzureichende Entwicklung der eigenen Wünsche und Bedürfnisse. Es sind Menschen, die „die Ich-Werdung vermeidend, überwiegend die Ich-Aufgabe und Hingabe zu leben“ versuchen (ebd., S. 69). Wie dem Schaubild auf Seite 2 entnommen werden kann, handelt es sich bei der depressiven Persönlichkeitsstruktur um das antinomische Äquivalent zur schizoiden Persönlichkeit. Anders als der schizoide Mensch, der nach Abgrenzung strebt, ist der depressive Mensch mehr als andere auf mitmenschlichen

Kontakt, auf das Vorhandensein eines Partners angewiesen. „Ihn quält die trennende Kluft zwischen Ich und Du – die Distanz also, die der schizoide Mensch gerade so unbedingt brauchte und aufrecht zu erhalten bemüht war zum Selbstschutz. Im Gegensatz dazu will der Depressive dem Du so nahe wie möglich sein und bleiben“ (ebd., S. 69).

Der depressive Mensch braucht Nähe und Zuwendung Anderer, denn „wer sein Ich nicht stark entwickelt, braucht ein stärkeres Ich draußen als Halt, von dem er immer abhängiger wird, je schwächer er selbst bleibt“ (ebd., S. 71). Er vermeidet Konflikte, um den Partner, den er so dringend braucht, nicht zu verlieren oder zu verärgern. Der Depressive ordnet die eigenen Wünsche, Ziele und Bedürfnisse dem noch größeren Bedürfnis nach Liebe und Harmonie unter. Er ist daher selbstlos, anspruchslos sich selbst gegenüber, geduldig und wenig egoistisch, was allerdings nicht unbedingt als Charakterstärke zu bewerten ist, sondern sich eher auf die Unterentwicklung des eigenen Ichs zurückführen lässt (vgl. ebd., S. 22-26). Der depressive Mensch hat Angst davor, ein eigenständiges Ich zu entwickeln, die eigene Individualität anzuerkennen, Individuation zu wagen und daraus Unabhängigkeit sowie Eigenständigkeit zu entwickeln und zuzulassen. „Individuation bedeutet immer auch, aus der Geborgenheit des *Auch-wie-andere-Seins* herauszufallen, und ist daher mit Angst verbunden“ (ebd., S. 71). Er versucht, alles aufzugeben, was ihn von anderen unterscheidet und ordnet sein eigens Ich dem Streben nach Harmonie und ungetrübter Nähe unter. „Dieses Ausweichen vor der Individuation wird aber teuer bezahlt: damit, dass er alles, was an Wünschen, Impulsen, Affekten und Trieben in ihm ist, nicht zu leben wagt“ (ebd., S. 73).

Zum lebensgeschichtlichen Hintergrund lässt sich festhalten, dass Menschen mit depressiver Persönlichkeitsstruktur in früher Kindheit oft extreme Verwöhnung und Überbehütung auf der einen Seite, sowie extreme Versagung auf der anderen erfahren haben. Eine zentrale Rolle kommt dabei der frühesten Bezugsperson, in aller Regel also der Mutter, zu. Menschen, die später depressive Charakterzüge entwickeln, lernen in ihrer frühen Kindheit nicht - oder nur unzureichend - eigene Wünsche in sich zu spüren, sie zu formulieren und ihre Erfüllung selbst zu realisieren, da der Versuch der eigenständigen, nicht-fremdbestimmten Realisierung bereits im Ansatz erstickt wird. „Sie [die Mütter] verwöhnen das Kind von Anfang an [...] und ersticken so seine Vitalimpulse, beantworten jede Unlustreaktion des Kindes mit zudeckender Zärtlichkeit, sodass es kaum eine Chance hat, Affekte zu äußern oder eigene Lösungen für sein Unbehagen zu finden. [...] Das alles bindet das Kind nicht nur immer mehr an die Mutter, sondern führt auch dazu, dass es zu wenig Chancen für seine Eigenimpulse hat und von früh an es gar nicht kennt, etwas ohne die Mutter oder ohne die Genehmigung der Mutter zu tun“ (ebd., S. 89). Die

Überbehütung führt dazu, dass das Kind weitgehend abhängig bleibt, es nur unzureichend lernt, eigene Erfahrungen im Umgang mit sich stellenden Aufgaben zu machen und daraus eigene Coping-Strategien zu entwickeln. Die Last der Überbehütung schildert ein Patient Riemann gegenüber so: *„Wenn meine Mutter das Füllhorn ihrer Liebe über mir ausschüttet, bekomme ich blaue Flecken davon“* (ebd., S. 91). Das Kind wird der Möglichkeit gesunder Selbstentfaltung, der Möglichkeit eigener Erfahrungen und - daraus resultierend - der Möglichkeit der Entwicklung eines realistischen Selbstbildes beraubt. Es bleibt passiv und abhängig von einer allzu überbehütenden Mutter und überträgt diese Erfahrungen auf zukünftige Partner sowie Bezugspersonen, denen es sich in Abhängigkeit unterwirft. Das Kind bleibt „anpassungsbereit mit Erwartungen an das Leben als einer weiterhin verwöhnenden Mutterinstanz. Natürlich sind so Enttäuschungen unvermeidlich, und sie pflegen zum Ausbruch der bisher latenten, schleichenden Depression zu führen“ (ebd., S. 91).

Die zwanghafte Persönlichkeit und die Angst vor Veränderung

Welche Verhaltensweisen, welche Präferenzen, Abneigungen und Ängste sind nun charakteristisch für Menschen, die eine zwanghafte Persönlichkeitsstruktur aufweisen? Laut Riemann zeichnen diese Menschen sich im Wesentlichen aus durch ihr Streben nach verlässlicher Struktur, Ordnung und präziser Planung sowie durch das Festhalten am Bestehenden und Vertrauten. Sie sind oft perfektionistisch, fleißig, beständig und zuverlässig. Sie sehnen sich nach Dauer, Beständigkeit und Verlässlichkeit in allen Bereichen des Lebens. Der zwanghafte Mensch versucht, „das Leben in Schemata und Regeln zu zwingen und setzt Unduldsamkeit und eigensinnige Ablehnung ein gegen alles, was ihn, weil es neu und anders als das Gewohnte ist, beunruhigt. Aber was man so zwingen will, wird einem selbst zum Zwang“ (ebd., S. 126). Der zwanghafte Mensch vermeidet Spontaneität und zeigt ungern Gefühle, da diese sich nicht planen und nur bedingt kontrollieren und beherrschen lassen. Durch ihre Sachlichkeit und Rationalität zur unrechten Zeit können zwanghafte Menschen in Gefühlsbeziehungen ungemein ernüchternd und geradezu befremdlich sachlich wirken, wie das folgende Beispiel zeigt:

„In einer Ehekrise geht eine Frau zum Anwalt und lässt sich von ihm einen Vertrag aufsetzen, in dem die Häufigkeit des ehelichen Verkehrs, die von ihr dabei gewünschte Zimmertemperatur festgelegt wurden; zugleich erhielt der Vertrag das Verbot für den Mann, im Schlafzimmer zu rauchen und genau festgesetzte Geldbußen bei Übertreten und Nichteinhalten dieser Bedingungen. [...] Sie war im Ernst der Überzeugung, dass das ein sachlicher und fairer Vorschlag von ihr war, der die Weiterführung der Ehe

ermöglichen sollte“ (ebd., S. 137). Partnerschaft, Gefühle und Sexualität werden rationalisiert in der absurden Überzeugung, Sachlichkeit und Planung könnten Emotionalität und lebendigen Austausch aufwiegen. Absicherung und Planung sind zweifellos wichtig und in gewissem Ausmaß auch notwendig für eine gesunde, verlässliche Lebensführung. In dem Maße, wie sie allerdings von extrem zwanghaften Menschen betrieben wird, handelt es sich um eine Vergewaltigung des Natürlichen und Lebendigen, welches schlicht nicht völlig vorausberechenbar ist.

Für ihre Pseudo-Sicherheit zahlen zwanghafte Menschen einen hohen Preis, denn durch ihr Festhalten am Alten und Bekannten verschließen sie sich gleichsam vor den Möglichkeiten und Chancen des Neuen. Kurz: Sie verschließen sich vor der Möglichkeit der Weiterentwicklung, die ja ebenso wie das Alte und Vertraute Bestandteil des Lebens ist. „Das Grundproblem zwanghafter Menschen können wir also in ihrem überwertigen Sicherheitsbedürfnis erkennen. Vorsicht, Voraussicht, zielbewusste Planung auf lange Sicht, überhaupt die Einstellung auf Dauer, hängen damit zusammen“ (ebd., S. 123). Begründet liegt das in der Angst davor, das Gewohnte und Vertraute, das Sicherheit und Identität stiftende, durch neue Einsichten und Entwicklungen relativieren oder hinterfragen zu müssen. Denn so müsste man sich Unsicherheit und Unplanbarkeit aussetzen. Die Grundangst des zwanghaften Menschen ist die vor der Vergänglichkeit. Sie befällt ihn umso heftiger, je mehr er sich gegen sie abzusichern versucht. Er hat die Neigung, alles beim Alten zu belassen, denn Änderungen erinnern ihn an die Vergänglichkeit, welche er zu verdrängen bestrebt ist. „Daher sucht er, immer das Gleiche, schon Bekannte und Vertraute wiederzufinden oder wiederherzustellen. Wenn sich etwas verändert, fühlt er sich gestört, beunruhigt, ja geängstigt. Er wird deshalb versuchen, Veränderungen zu unterbinden, aufzuhalten oder einzuschränken, wenn es geht, zu verhindern und zu bekämpfen“ (ebd., S. 123).

In der Unfähigkeit zwanghafter Menschen, Spontaneität und Unplanbarkeit zuzulassen, liegt ihr zentrales Problem. Das Leben ist nicht ins letzte Detail planbar. Es ist im Fluss und konfrontiert uns von Geburt an mit dem Unbekannten und Neuen, welches uns spontane Reaktionen abverlangt. Hinter dem Festhalten am Alten und Vertrauten steht letztlich die Angst vor der unausweichlichen Vergänglichkeit, die Angst vor dem Tod (vgl. ebd., S. 126). Zum lebensgeschichtlichen Hintergrund von Menschen mit zwanghafter Persönlichkeit lässt sich sagen, dass sie in ihrer frühen Kindheit oft zu früh durch die Bezugspersonen angehalten wurden, auftretende aggressive, spontane und altersgemäß natürliche Reaktionen zu unterdrücken. Sie wurden oftmals zu früh herangeführt an Gebote und Verbote. Man findet es häufig, dass in ihrer Kindheit „jede Spontaneität, jede Äußerung gesunden Eigenwillens gedrosselt, gehemmt, bestraft oder

unterdrückt wurde“ (ebd., S. 153). In der Zeit um das 2. bis 4. Lebensjahr sieht sich das Kind erstmals mit Geboten und Verboten konfrontiert und entwickelt eine wachsende Neigung zur Selbstständigkeit. Es sagt zum ersten Mal »Ich« und wird sich des Unterschiedes von »Ich« und »Du« bewusst, erkennt den Unterschied von sich selbst zur Mutter. In dieser Zeit ist entscheidend, in welchem Maße dem Kind Raum gelassen wird für Selbstbestimmung und das Erproben eigener Möglichkeiten und Grenzen. Wird die Eigenwilligkeit und die Selbstbestimmung zu früh und in zu starkem Maße unterdrückt, werden sie einem starren Schema von Geboten und Verboten unterworfen, beraubt man das Kind seiner gesunden Eigenwilligkeit und Spontaneität. Man dressiert ihm ein starres Verhaltensmuster an, ein gefügiges Anpassen, das sich später in zwanghaften Zügen zeigen kann (vgl. ebd., S. 150-153).

Die hysterische Persönlichkeit und die Angst vor der Notwendigkeit

Was nun ist charakteristisch für Menschen, die eine hysterische Persönlichkeitsstruktur aufweisen? Beim hysterischen Menschen handelt es sich um den Gegenpart zum Zwanghaften. Was also beim Zwanghaften Angst erzeugt - Chaos, Unbestimmtheit, Unplanbarkeit, Spontaneität und Wechsel - sucht der hysterische Mensch herzustellen, da dieser sich wiederum vor der zwanghaften Gegenstreben ängstigt. Im Wesentlichen zeichnen Menschen mit hysterischer Persönlichkeit sich aus durch ihre Lebhaftigkeit, Emotionalität, Spontaneität und Wandlungsfähigkeit. Sie lieben die Abwechslung und sind fähig, den Augenblick intensiv zu leben, frei von Sorgen über Vergangenheit oder Zukunft. Sie haben den „lebhaften Drang, sich auszudrücken, sich mitzuteilen, inneres Erleben nach außen darzustellen; eine Kontaktfreudigkeit also, ein Kontaktbedürfnis sowie ein betontes Geltungsbedürfnis“ (ebd., S. 199).

Menschen mit schizoider Persönlichkeit zeichnen sich aus durch „ihre illusionären Erwartungsvorstellungen vom Leben, von Liebe, Ehe und vom anderen Geschlecht [...]“ (ebd., S. 194) Sie wollen im Hier und Jetzt in Freiheit leben und streben nach sofortiger Bedürfnisbefriedigung, ohne dabei die Konsequenzen ihres Handelns und Verhaltens zu berücksichtigen. Die Auseinandersetzung mit Konsequenzen des eigenen Handelns liegt in der Zukunft, doch gerade mit dieser wollen sich hysterische Menschen nicht auseinandersetzen. Unbedachtes Handeln jedoch ist oft unlogisch, irrational und undurchschaubar, so dass Menschen ohne hysterische Charakterzüge ihm machtlos gegenüberstehen. Hysterische Menschen wollen ungezwungen leben und sich darüber wenig Gedanken machen. Doch das führt in extremer Ausprägung zu Problemen. Spontaneität, Wechsel und Wandel sind zweifellos notwendig für die menschliche Entwicklung, eben-

so bedarf es jedoch eines verlässlichen, gleichbleibenden - Sicherheit und Halt gebenden - Grundgerüsts. Dieses fehlt hysterischen Menschen. „Das zentrale Problem hysterischer Persönlichkeiten ist also, dass sie die Identität mit sich selbst nicht gefunden haben. Entweder finden sie aus der Identifikation mit den Vorbildern ihrer Kindheit nicht heraus oder sie bleiben in der Rebellion gegen diese stecken oder sie übernehmen sonstige ihnen aufgedrängte oder sich anbietende Rollen (ebd., S. 208).“

Menschen mit hysterischer Persönlichkeit ängstigt es besonders, die Realität anzuerkennen, sich in ihr zu bewähren und die Verantwortung für eigenes Tun zu übernehmen. Sie fürchten sich vor einengender Ordnung, Notwendigkeit und Festlegung, da dies mit Verantwortung, beständigem Handeln und Verlässlichkeit verbunden ist. Dies steht ihrem Freiheits- und Ungebundenheitsdrang entgegen. Sie haben Angst, festgelegt zu werden, endgültige und notwendige Entscheidungen zu treffen. Zum lebensgeschichtlichen Hintergrund lässt sich festhalten, dass die Entwicklung zur Ausprägung einer hysterischen Persönlichkeit in der Zeit um das 4. bis 6. Lebensjahr einsetzt, in der das Kind beginnt, sich mit vorgefundenen Vorbildern zu identifizieren und erste Einstellungen zum eigenen und anderen Geschlecht erworben werden. Charakteristisch für hysterische Personen ist das häufig beobachtbare Fehlen von Führung, Verlässlichkeit, Ordnung und Vorbildern während der frühen Kindheit. Um die Realität des Lebens anzunehmen und auf kindliches unverantwortliches Verhalten zu verzichten bedarf es Ordnung und Vorbildern, die dies vorleben und die Welt erklären. Daran fehlte es hysterischen Persönlichkeiten in ihrer kindlichen Entwicklung oft (vgl. ebd., S. 201).

Eine Patientin drückt dieses Fehlen von Vorbildern, die ein gesundes Maß an Ordnung und Halt hätten vermitteln können, so aus: „*Warum soll ich in einer Welt voller Narren erwachsen werden und vernünftig sein? Da müsste ich viel zu sehr leiden*“ (ebd., S. 203). Menschen mit hysterischer Persönlichkeit wachsen häufig in chaotischen, widerspruchsvollen und - für Kinder - unverständlichen Verhältnissen auf, die ohne Führung und ohne gesunde, verlässliche Leitbilder sind. Solchen Kindern wird zu wenig Halt und Orientierung gegeben, sie lernen Verlässlichkeit und Struktur nie kennen, weshalb sie es vorziehen unverantwortliche Kinder zu bleiben, die sich nicht festlegen können und wollen. „Sie können sich chameleonartig jeder neuen Situation anpassen, entwickeln aber zu wenig von jener Ich-Kontinuität, die wir als Charakter zu bezeichnen pflegen“ (ebd., S. 187). Hysterische Persönlichkeiten sind, um es paradox zu sagen, beständig unbeständig. In ihrem Mal-so-mal-so-Verhalten entziehen sie sich jeder sie eingrenzenden und ängstigenden Festlegung.

Fazit

Welche Schlussfolgerungen lassen sich nun daraus ziehen? Zunächst einmal ist festzuhalten, dass die hier schematisch skizzierten Persönlichkeitsstrukturen und die damit verbundenen Ängste Normalstrukturen mit gewisser - mehr oder weniger starker - Akzentuierung darstellen. Keine dieser Ängste und Persönlichkeitsstrukturen kommt in Reinform vor. Wir alle tragen die Anlagen in uns, die unterschiedlichen Persönlichkeitsstrukturen auszubilden. Je nach genetischer Disposition, Sozialisation und Erziehung tendieren wir mehr oder weniger zu einem der genannten Typen. Je mehr beispielsweise ein Mensch nach Dauer und Sicherheit des Vertrauten und erprobten strebt, je mehr er also zwanghafte Züge aufweist, desto stärker wird seine Angst vor der Gegenstreben, desto stärker wird er sich ängstigen vor Chaos, Spontaneität und Kontrollverlust. Gleiches gilt für das antinomische Verhältnis von Nähe und Distanz.

Es handelt sich bei Riemanns Erklärungsmodell menschlicher Persönlichkeitsstrukturen und der damit verbundenen Grundängste um eine typologische Zuordnung. Solche typologischen Zuordnungen dienen dazu, Verständlichkeit und Vergleichbarkeit zu erzeugen durch Reduzierung der Komplexität. Nun ist der Menschen allerdings ein ungemein komplexes Wesen, das, um ihm in seiner Ganzheitlichkeit gerecht zu werden, nicht auf ein paar Charaktermerkmale und etwaige pathologische Ausprägungen dieser Merkmale reduziert werden darf, was Riemann selbst betont. Sollte also bedingt durch die vorigen Ausführungen nun der Eindruck entstanden sein, Riemann würde menschliche Persönlichkeitsstrukturen unzulänglich verallgemeinern und in ein immer gültiges Schema pressen, so ist das falsch! Der Mensch ist, so betont auch Riemann, mehr als die Summe seiner Teile.

Die vorgenommene Typologisierung dient als Erklärungshilfe zum Verstehen menschlicher Ängste, gerade auch in Bezug auf den enormen Einfluss der frühkindlichen Entwicklung auf die Entstehung dieser Ängste. Das Wissen um diese Typologisierung kann nicht nur in der Beratung und Therapie nützlich sein, sondern z. B. auch bei Team-Coachings und in Mediationsverfahren ein hilfreicher Baustein zum Verständnis dessen sein, warum manche Kollegen sich ggf. so verhalten, wie sie sich verhalten – und welches Streben sowie welche Ängste damit eventuell einhergehen. Dabei muss freilich immer berücksichtigt werden, dass die dargestellte typologische Zuordnung nicht einmal vorgenommen werden und dann dauerhaft Bestand haben kann. Das widerspräche sowohl der Natur des Menschen als auch dem natürlichen Streben nach Ausgleich und Gleichgewicht. Der Mensch in seiner Dynamik und Einmaligkeit lässt sich nicht streng typologisieren und klassifizieren. Wir Menschen sind nicht starr,

sondern wandelbar. Wir verfügen über die Intelligenz, das Selbstbewusstsein und – sei es aus uns selbst heraus oder durch externe Hilfe – über die Handlungskompetenz, unser Verhalten zu ändern und uns unseren Ängsten zu stellen (vgl. ebd., S. 232-234).

Der Mensch ist wandelbar. Gerade Wandel und Wandlungsfähigkeit zeichnen das Leben aus. Unsere Bedürfnisse und Ängste können sich im Laufe des Lebens verändern – etwa durch Alter, partnerschaftliche Hilfe, Einsicht, Selbsterkenntnis oder Psychotherapie. Eine nicht eindeutige Zuordnung zu einer der Persönlichkeiten ist daher Beleg für eine gesunde, sich im Gleichgewicht befindliche, Persönlichkeit. „Wir können danach sogar sagen, dass wir in gewissem Sinne umso lebendiger sind, je mehr wir in allen vier Bereichen zu Hause sind bzw. wenn keiner der Grundimpulse in uns völlig ausfällt. [...] Einseitig überbetonte Persönlichkeitsstrukturen sind daher eher gefährdet [...]. Jede Vereinseitigung oder der Ausfall eines der Grundimpulse gefährdet unsere innere Ordnung und kann uns krank machen“ (ebd., S. 240-243). Summa summarum gibt Riemanns Typologie einem einprägsames Schema an die Hand, anhand dessen man sich selbst reflektieren kann. Dass daran ein großer Wunsch bei vielen Lesern zu bestehen scheint, ist durch den Erfolg des Buches wohl eindrucksvoll bewiesen.

Literatur

Fritz Riemann: Grundformen der Angst. Eine tiefenpsychologische Studie
37. Auflage. München: Ernst Reinhardt 2007

Bildnachweis

Bildnutzungsrechte erworben über www.clipdealer.com

Bild von Seite 1: Nervous looking woman (Media-ID: A:35554322)

Bild von Seite 3: Pfeilsymbol von flaticon auf www.freepik.com

Kontakt

PhilippNixdorf@outlook.de