

Furcht und Angst

Stefan Partusch

Veronika Job - „Aktuelle Themen der Emotionspsychologie“
Institut für Psychologie
Universität Zürich

Herbstsemester 2007



Wortherkunft

Angst

Protoindogerm. **angh-* „eng, schmerzvoll, schmerzhaft eingengt“

Indogermanisch **anghu-* „beengend“

Proto germanisch **angus* „eng, schmerzhaft“

auch Lateinisch *angustia* „Enge“, *angor* „Beklemmung, Würgen“

Furcht (*problematisch*)

Altsächsisch *foraht*, Althochdeutsch *forht* „in Furcht, erschreckt“

Altenglisch *fyhrtu* „Schrecken, Furcht“

auch Altdeutsch (*gi*)*for(a)hten* „verabscheuen, (sich) fürchten“



Wortherkunft

Angst

Protoindogerm. **angh-* „eng, schmerzvoll, schmerzhaft eingengt“

Indogermanisch **anghu-* „beengend“

Proto germanisch **angus* „eng, schmerzhaft“

auch Lateinisch *angustia* „Enge“, *angor* „Beklemmung, Würgen“

Furcht (*problematisch*)

Altsächsisch *foraht*, Althochdeutsch *forht* „in Furcht, erschreckt“

Altenglisch *fyhrtu* „Schrecken, Furcht“

auch Altdeutsch (*gi*)*for(a)hten* „verabscheuen, (sich) fürchten“



Angst

Das Glossar des „*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*“, vierte Ausgabe, definiert den Begriff „Angst“ als:

DSM-IV, S. 764

... apprehensive anticipation of future danger and misfortune accompanied by a feeling of dysphoria or somatic symptoms of tension.



Furcht

Während Angst unbestimmt wahrgenommen wird, ist bei Furcht der **auslösende Stimulus bekannt**. Furcht ist ein **Coping**-Verhalten, besonders Flucht- und Vermeidungs-Verhalten.

Wenn das Coping, das Furcht-Verhalten, fehl schlägt, wird aus Furcht Angst.



Warum Angst und Furcht?

- Angst und Furcht sind **adaptiv** um vor gefährlichen und potentiell tödlichen Situationen zu schützen, sie zu vermeiden oder sie durch z.B. Flucht zu beenden.
- Dabei ist ein „falscher Alarm“ weniger schlimm als eine übersehene, tödliche Gefahr ⇒ mögl. „Überempfindlichkeit“
- Es ist also nicht die Furcht-/Angstreaktion bei z.B. Traumata, Phobien und Panikattacken, welche per se maladaptiv wäre. Sie ist es, wenn sie im falschen Kontext (z.B. bei Phobien) oder zu schnell ausgelöst wird (z.B. bei Panik).



Warum Angst und Furcht?

- Angst und Furcht sind **adaptiv** um vor gefährlichen und potentiell tödlichen Situationen zu schützen, sie zu vermeiden oder sie durch z.B. Flucht zu beenden.
- Dabei ist ein „falscher Alarm“ weniger schlimm als eine übersehene, tödliche Gefahr ⇒ mögl. „Überempfindlichkeit“
- Es ist also nicht die Furcht-/Angstreaktion bei z.B. Traumata, Phobien und Panikattacken, welche per se maladaptiv wäre. Sie ist es, wenn sie im falschen Kontext (z.B. bei Phobien) oder zu schnell ausgelöst wird (z.B. bei Panik).



Warum Angst und Furcht?

- Angst und Furcht sind **adaptiv** um vor gefährlichen und potentiell tödlichen Situationen zu schützen, sie zu vermeiden oder sie durch z.B. Flucht zu beenden.
- Dabei ist ein „falscher Alarm“ weniger schlimm als eine übersehene, tödliche Gefahr ⇒ mögl. „Überempfindlichkeit“
- Es ist also nicht die Furcht-/Angstreaktion bei z.B. Traumata, Phobien und Panikattacken, welche per se maladaptiv wäre. Sie ist es, wenn sie im falschen Kontext (z.B. bei Phobien) oder zu schnell ausgelöst wird (z.B. bei Panik).



Phobien

Phobien beziehen sich auf externe Stimuli, welche in der menschlichen Evolution relevant waren.

- Sozialphobien
- Blutphobien
- Tierphobien
- Agoraphobie

⇒ evolutionäre Bereitschaft bestimmte Furchtreize zu lernen:
Es gibt z.B. keine Steckdosen-Phobie, ...



Phobien

Phobien beziehen sich auf externe Stimuli, welche in der menschlichen Evolution relevant waren.

- Sozialphobien
- Blutphobien
- Tierphobien
- Agoraphobie

⇒ evolutionäre Bereitschaft bestimmte Furchtreize zu lernen:
Es gibt z.B. keine Steckdosen-Phobie, ...



Unterschied nach Dauer

Angst und Furcht kann ...

- ... in episodischen **Panikattacken** auftauchen, aber auch ein Zustand mehr oder weniger begründeter **anhaltender** geistiger Beschäftigung mit Bedrohungen und Gefahren sein.
- ... damit als **emotionaler Zustand** in einem bestimmten Kontext und von begrenzter Dauer, aber auch als zeit- und situationenüberdauernder **Trait** charakterisiert werden.



Unterschied nach Dauer

Angst und Furcht kann ...

- ... in episodischen **Panikattacken** auftauchen, aber auch ein Zustand mehr oder weniger begründeter **anhaltender** geistiger Beschäftigung mit Bedrohungen und Gefahren sein.
- ... damit als **emotionaler Zustand** in einem bestimmten Kontext und von begrenzter Dauer, aber auch als zeit- und situationenüberdauernder **Trait** charakterisiert werden.



Kontext-/Hinweisabhängigkeit

Konditionierte Furcht ist adaptiv um aversive Ereignisse vorherzusagen. Baas et al (2007) zeigen, dass Vpn, die einen Hinweiszusammenhang nicht lernen, höhere kontextuelle Furcht haben.

Studienaufbau:

- VR mit „sicherem“/„unsicherem“ Ort als Kontext
- Licht als Hinweisreiz für Elektroschocks
- Schocks bei unsicherem Kontext und eingeschaltetem Licht

⇒ Vpn, die den Zusammenhang zum Hinweisreiz nicht lernen, zeigen höhere Furcht im unsicherem Kontext.



Kontext-/Hinweisabhängigkeit

Konditionierte Furcht ist adaptiv um aversive Ereignisse vorherzusagen. Baas et al (2007) zeigen, dass Vpn, die einen Hinweiszusammenhang nicht lernen, höhere kontextuelle Furcht haben.

Studienaufbau:

- VR mit „sicherem“/„unsicherem“ Ort als Kontext
- Licht als Hinweisreiz für Elektroschocks
- Schocks bei unsicherem Kontext und eingeschaltetem Licht

⇒ Vpn, die den Zusammenhang zum Hinweisreiz nicht lernen, zeigen höhere Furcht im unsicherem Kontext.



Kontext-/Hinweisabhängigkeit

Konditionierte Furcht ist adaptiv um aversive Ereignisse vorherzusagen. Baas et al (2007) zeigen, dass Vpn, die einen Hinweiszusammenhang nicht lernen, höhere kontextuelle Furcht haben.

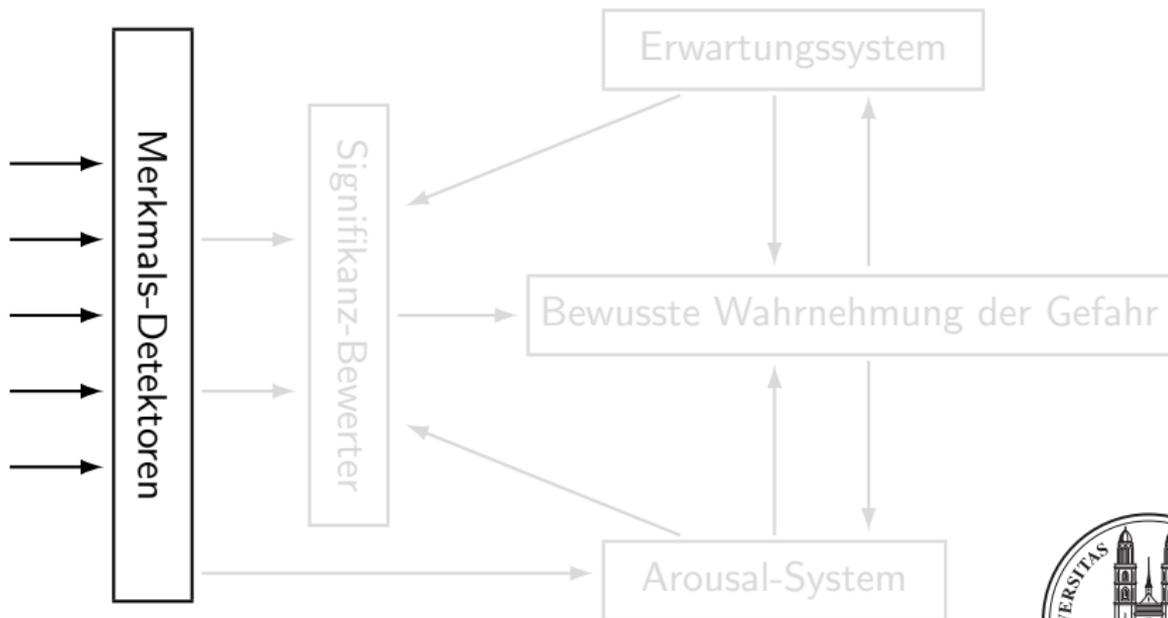
Studienaufbau:

- VR mit „sicherem“/„unsicherem“ Ort als Kontext
- Licht als Hinweisreiz für Elektroschocks
- Schocks bei unsicherem Kontext und eingeschaltetem Licht

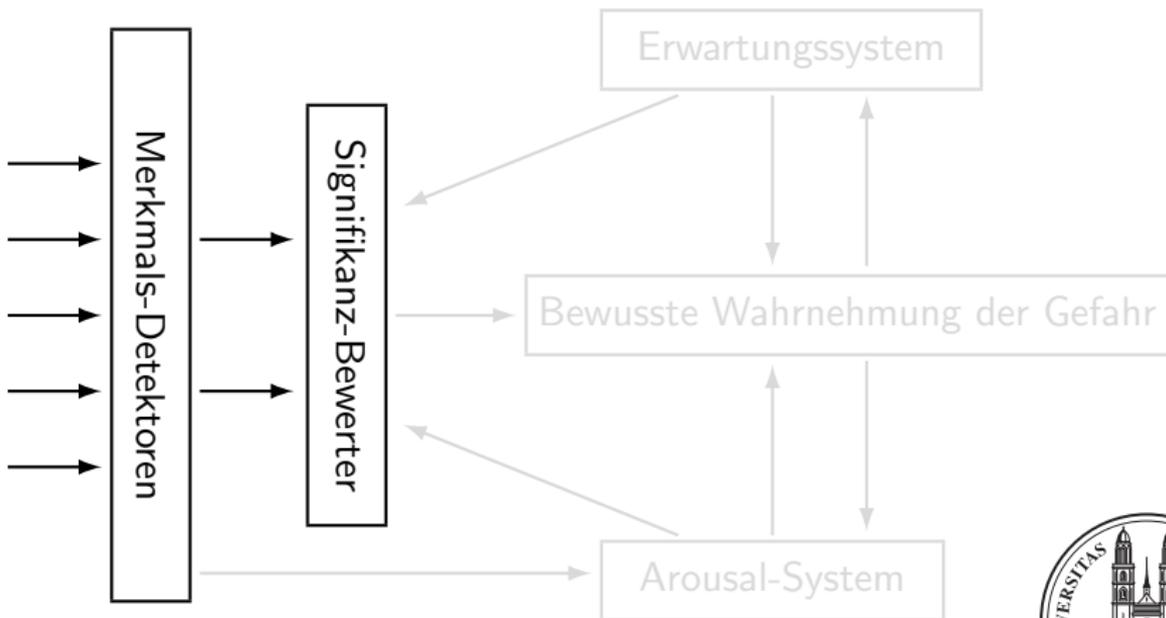
⇒ Vpn, die den Zusammenhang zum Hinweisreiz nicht lernen, zeigen höhere Furcht im unsicherem Kontext.



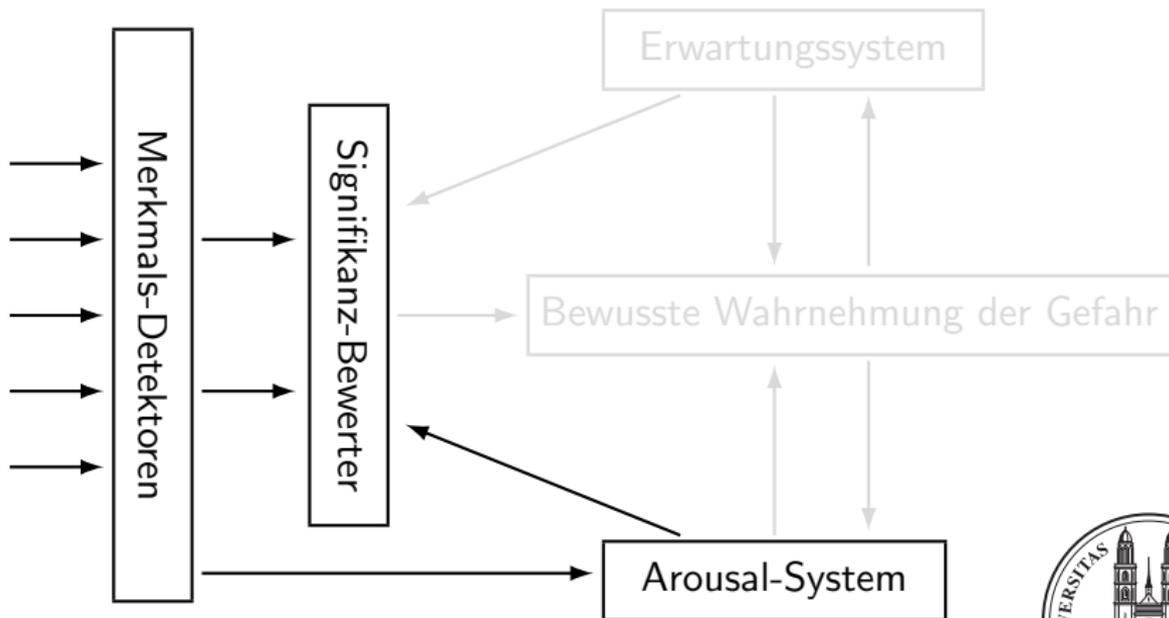
Informationsverarbeitungsmodell für die Entstehung von Furcht und Angst



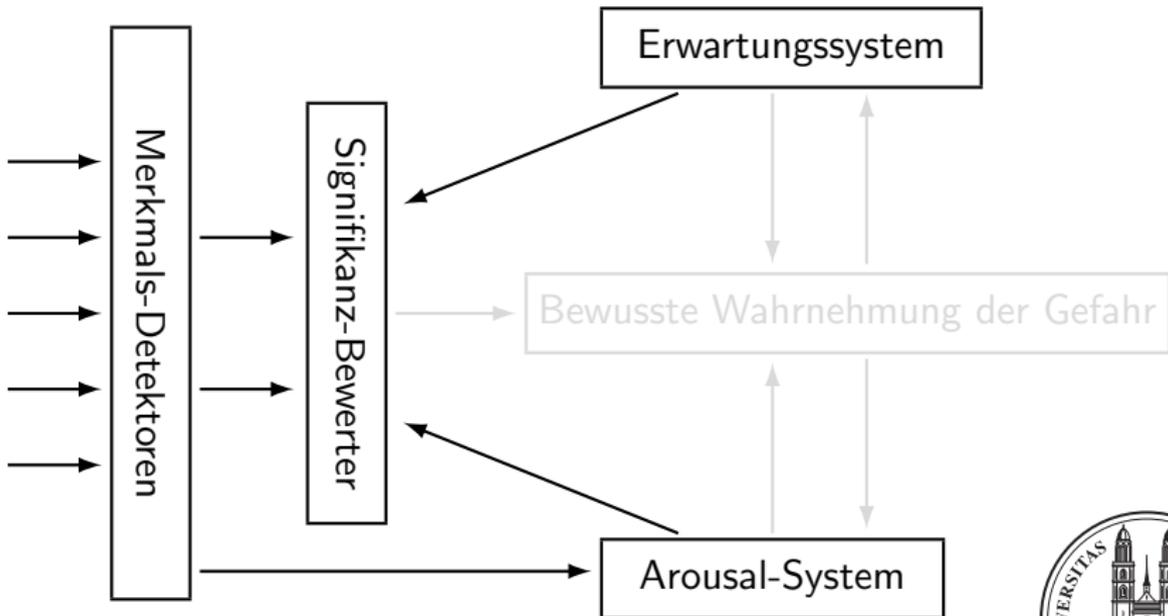
Informationsverarbeitungsmodell für die Entstehung von Furcht und Angst



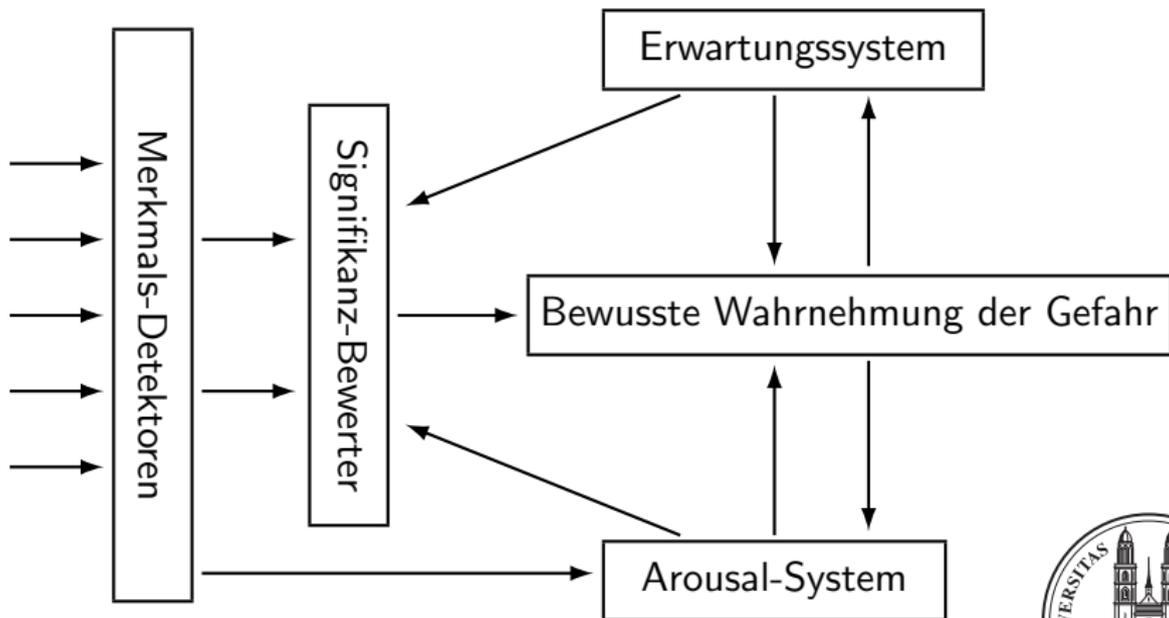
Informationsverarbeitungsmodell für die Entstehung von Furcht und Angst



Informationsverarbeitungsmodell für die Entstehung von Furcht und Angst



Informationsverarbeitungsmodell für die Entstehung von Furcht und Angst



Ende

berichtete Studie

Baas, J. M. P. et al., Failure to condition to a cue is associated with sustained contextual fear, *Acta Psychologica* (2007), doi:10.1016/j.actpsy.2007.09.009

