

Kurzreferat „Furcht und Angst“

Stefan Partusch
„Aktuelle Themen der Emotionspsychologie“
Herbstsemester 2007

1 Begriffe

1.1 Angst

Das Glossar des „*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*“, vierte Ausgabe, definiert den Begriff „Angst“ auf Seite 764 als:

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

1.2 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 fehl schlägt, wird aus Furcht Angst.

2 Adaptivität

2.1 Warum adaptiv?

- 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 ⇒ mögliche „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).

2.2 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, ...

3 Furcht und Angst

3.1 Unterschied nach Dauer

Furcht und Angst kann nach Öhman ...

- ... 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.

3.2 Kontext-/Hinweisabhängigkeit

Konditionierte Furcht ist adaptiv um aversive Ereignisse vorherzusagen. Baas et al (2007)¹ zeigen, dass Versuchspersonen, die einen Hinweiszusammenhang nicht lernen, höhere kontextuelle Furcht haben.

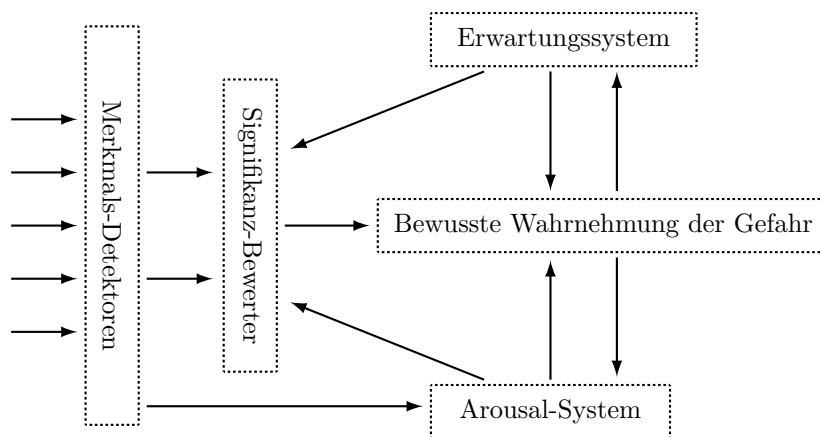
Studienaufbau:

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

⇒ Versuchspersonen, die den Zusammenhang zum Hinweisreiz nicht lernen, zeigen im unsicherem Kontext höhere Furcht, obwohl keine Gefahr droht (ausgeschaltetes Licht).

4 Verarbeitungsmodell nach Öhman

Informationsverarbeitungsmodell für die Entstehung von Furcht und Angst



¹Baas, 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