Grundformen der Angst. Eine tiefenpsychologische Studie

Autor: Fritz Riemann

Verlag: Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München (38. Aufl. 2007)zur Verlagsseite [3]

ISBN-13: 978-3-497-01749-2, gebunden, 259 Seiten, Preis € 19,90

- als Taschenbuch in 40. Auflage 2011, ISBN 3 978-3-497-03749-0, Preis € 14,90
- als Hörbuch im gleichen Verlag, 4 CD (295 Minuten), ISBN 978-3-497-02749-1, Preis € 19,90
- als E-Book in 40. Auflage 2011, 244 Seiten, ISBN 978-3-497-60001-4, Preis E-Book: € 14,90

Kurztext:

Wer kennt nicht die Angst vor zu enger Bindung und die Angst vor dem Verlassenwerden? Wer hat nicht die Angst vor dem Ungewissen, aber auch die Angst vor dem Endgültigen durchlebt? Riemann nennt sie die vier Grundformen der Angst und entwickelt daraus eine Charakterkunde mit vier Persönlichkeitstypen. Zu jeder Persönlichkeitsstruktur werden das Verhältnis zur Liebe und zur Aggression, der lebensgeschichtliche Hintergrund und typische Beispiele aufgezeigt. Dieser Klassiker einer verständlichen Psychologie erreichte bislang eine Gesamtauflage von über 880.000 Exemplaren und wurde in zahlreiche Sprachen übersetzt.

Inhalt:

Fritz Riemann: Eine Kurzbiographie von Ruth Riemann

Einleitung
Vom Wesen der Angst und von den Antinomien des Lebens

Die schizoiden Persönlichkeiten

- Der schizoide Mensch und die Liebe
- Der schizoide Mensch und die Aggression
- Der lebensgeschichtliche Hintergrund
- Beispiele für schizoide Erlebnisweisen
- Ergänzende Betrachtungen

Die depressiven Persönlichkeiten

- Der depressive Mensch und die Liebe
- Der depressive Mensch und die Aggression
- Der lebensgeschichtliche Hintergrund
- Beispiele für depressive Erlebnisweisen
- Ergänzende Betrachtungen

Die zwanghaften Persönlichkeiten

- Der zwanghafte Mensch und die Liebe
- Der zwanghafte Mensch und die Aggression

- Der lebensgeschichtliche Hintergrund
- Beispiele für zwanghafte Erlebnisweisen
- Ergänzende Betrachtungen

Die hysterischen Persönlichkeiten

- Der hysterische Mensch und die Liebe
- Der hysterische Mensch und die Aggression
- Der lebensgeschichtliche Hintergrund
- Beispiele für hysterische Erlebnisweisen
- Ergänzende Betrachtungen

Schlußbetrachtung

Leseprobe aus **Die hysterischen Persönlichkeiten**

Der Zauber des Neuen, der Reiz, Unbekanntes kennenzulernen, die Freude am Wagnis – sie gehören ebenso zu unserem Wesen wie der Wunsch nach Dauer und Sicherheit. Das Abenteuer lockt uns; ferne Länder üben eine Anziehung auf uns aus; wir kennen sowohl das Heimweh wie das Fernweh, die Sehnsucht nach vertrauter Geborgenheit wie nach Eindrücken und Erlebnissen, die den uns gewohnten Rahmen sprengen, uns bereichern, neue Seiten in uns ansprechen und uns wandeln. Wir suchen neue Menschen; es drängt uns, alle Möglichkeiten unseres Wesens kennenzulernen und auszuschöpfen, in mitmenschlichen Begegnungen uns zu weiten, zu reifen und vollständiger zu werden.

Damit kommen wir zur vierten und letzten Grundform der Angst, der Angst vor dem Endgültigen, Unausweichlichen, vor der Notwendigkeit und vor der Begrenztheit unseres Freiheitsdranges. Diese Angst ist das Spiegelbild der beim zwanghaften Menschen besprochenen Angst. Wenn der zwanghafte Mensch die Freiheit, die Wandlung und das Risiko scheute, geht es bei den nun zu schildernden hysterischen Persönlichkeiten um genau Gegensätzliches. Sie streben ausgesprochen nach Veränderung und Freiheit, bejahen alles Neue, sind risikofreudig; ihnen ist die Zukunft, die mit ihren Möglichkeiten offen vor ihnen liegt, die große Chance. Dementsprechend fürchten sie nun alle Einschränkungen, Traditionen und festlegenden Gesetzmäßigkeiten, die gerade die Werte für den zwanghaften Menschen waren. Wieder mit einem Sprichwort ausgedrückt: Sie leben nach dem Motto »einmal ist keinmal« – das heißt, nichts ist letztlich verbindlich und verpflichtend, nichts hat Anspruch auf ewige Gültigkeit. Für sie soll alles relativ, lebendig und farbig bleiben – nur die Gegenwart, der Augenblick ist wichtig. »Carpe diem« – »nutze die Gelegenheit«, vielleicht kommt sie nie wieder. Vergangenheit ist vergangen und interessiert nicht mehr; die Zukunft ist das weite Feld der Möglichkeiten; aber sie wird nicht eigentlich geplant – das wäre schon wieder zu viel Festlegung – sondern wichtig ist nur, daß man immer offen für sie ist, bereit, sich vom Gegebenen zu lösen.

Wie wird es nun aussehen, wenn man, in der Sprache unseres Gleichnisses, die zusammenziehende, konzentrierende Schwerkraft vernachlässigt, und überwiegend den Gegenimpuls der mittelpunktflüchtigen Fliehkraft zu leben versucht? Das würde bedeuten, daß man von Augenblick zu Augenblick lebt, nicht mit festen Plänen und klaren Zielen, sondern immer in der Erwartung von etwas Neuem, auf der Suche nach neuen Reizen, Eindrücken und Abenteuern, ablenkbar daher und verführbar durch den jeweils gerade vorherrschenden Reiz oder Wunsch, der sich außen oder innen anbietet. Vor allem braucht man das Gefühl der Freiheit, weil Ordnungen und Gesetzmäßigkeiten die Angst vor dem Festgelegtwerden, vor dem Nicht-ausweichen-Können konstellieren. Allgemein gültige, verbindliche Ordnungen werden vorwiegend unter dem Aspekt der Freiheitsbeschränkung erlebt, und daher, wenn möglich, abgelehnt oder vermieden. Die so erstrebte Freiheit ist mehr eine Freiheit von etwas als für etwas.

Was geschieht nun, wenn man gültige Spielregeln des zwischenmenschlichen Zusammenlebens, wenn man Natur- und Lebensgesetzlichkeiten nicht anzunehmen bereit ist? Dann lebt man wie in einer Gummiwelt, die scheinbar beliebig nachgiebig und willkürlich dehnbar ist, deren Ordnungen man letztlich nicht ernstzunehmen braucht, weil ja auch sie sich immer wieder verändern. In einer solchen Welt findet man immer ein Hintertürchen, um sich etwaigen Konsequenzen seines Handelns zu entziehen. Das Gesetz der Kausalität z. B., der Zusammenhang von Ursache und Wirkung, mag im Bereich der physikalischen Natur zutreffen – ich bin nicht bereit, ihn für mich anzuerkennen, und wer weiß, vielleicht gilt er gerade hier und heute nicht.

Natürlich muß man dann am meisten all das fürchten und wenn möglich meiden, was uns nun einmal unausweichlich festlegt und begrenzt: (...) das Altern und den Tod, aber auch Konventionen, Spielregeln aller Art, die sich ein Kollektiv für den mitmenschlichen Umgang geschaffen hat, Vorschriften und Gesetze. Wenn wir all das zusammenfassen: Man fürchtet am meisten die uns unvermeidlich begrenzenden Seiten des Lebens und der Welt, die wir als die Wirklichkeit,

die »Realität« zu bezeichnen pflegen. Die Welt der Tatsachen also, an die wir uns anpassen, die wir hinnehmen müssen, aus der Erkenntnis unserer Abhängigkeit von Lebensgesetzlichkeiten.

Mit dieser Realität geht man nun recht großzügig um: Man stellt sie in Frage, man relativiert, bagatellisiert oder übersieht sie, man versucht sie zu sprengen, sich ihr zu entziehen und was es sonst noch an Möglichkeiten gibt, ihr auszuweichen, sie nicht anzuerkennen. Damit erlangt man eine Scheinfreiheit, die mit der Zeit immer gefährlicher zu werden pflegt, weil man so in einer unwirklichen, illusionären Welt lebt, in der es nur Phantasie, Möglichkeiten und Wünsche gibt, keine begrenzenden Realitäten. So lebt man mehr und mehr in einer Pseudorealität, in einer »unwirklichen Wirklichkeit«. Aber je mehr man sich von der Realität entfernt, um so mehr bezahlt man seine Scheinfreiheit damit, daß man sich in der »wirklichen Wirklichkeit« nicht auskennt, mit ihr nicht umgehen kann. Das führt dann dazu, daß die Versuche, sich doch mit ihr einzulassen, zu wenig gekonnt sind und daher enttäuschend verlaufen, woraufhin man sich noch mehr in seine Wunschwelt zurückzieht, und die Kluft zwischen Wunschwelt und Wirklichkeit immer größer wird – der Teufelskreis bei Menschen mit hysterischer Struktur. (Auszug aus: Fritz Riemann: Grundformen der Angst. 33. Aufl., S. 156-158)

Rezension von Helga König, freie Journalistin aus Kelsterbach:

Der Psychoanalytiker Fritz Riemann (1902-1979) befasst sich in dieser tiefenpsychologischen Studie mit den Grundformen der Angst. Es handelt sich hierbei um:

1. Die Angst vor Selbsthingabe, als Ich-Verlust und Abhängigkeit erlebt;
2. Die Angst vor Selbstwerdung, als Ungeborgenheit und Isolierung erlebt;
3. Die Angst vor Wandlung, als Vergänglichkeit und Unsicherheit erlebt;
4. Die Angst der Notwendigkeit, als Endgültigkeit und Unfreiheit erlebt.

Riemann hält gleich zu Anfang seiner Studie fest, dass Erwachsen-Werden und Reifen einhergehen mit Angstüberwindung. Jedes Alter hat seine entsprechenden Reifungsschritte mit den dazugehörenden Ängsten, die gemeistert werden müssen, wenn der Schritt gelingen soll. Der Autor verdeutlicht, dass diese Ängste gleichsam organisch zu unserem Leben gehören, weil sie mit körperlichen, seelischen und sozialen Entwicklungsschritten zusammenhängen. In der Folge stellt Riemann Persönlichkeiten vor, die Angst überwertig erleben und zeigt jeweils auf, wodurch diese überzogenen Ängste in der Kindheit entstehen.

Ich erlaube mir die wichtigsten Persönlichkeitsmerkmale und Verhaltensmuster an dieser Stelle festzuhalten, damit die potentiellen Leser einen Überblick bekommen, worum es hier eigentlich geht.

Die schizoide Persönlichkeit:

Schizoide Personen haben ein übersteigertes Empfinden hinsichtlich der Selbstbewahrung und Ich- Abgrenzung. Kennzeichnend für diesen Personenkreis ist eine übersteigerte Angst vor Nähe. Sie möchten auf niemand angewiesen und niemanden verpflichtet sein. Der Schizoide strebt überhöhte Distanz an, weil er sich dauernd in seinem Lebensraum bedroht fühlt.

Auf die Umwelt wirkt ein solcher Mensch fern, kühl, unpersönlich und kalt. Auch wenn man diese Leute schon lange kennt, kennt man sie nicht wirklich. Selbst, wenn man heute einen guten Kontakt zu ihnen haben mag, verhalten sie sich morgen so als hätten sie uns nie gesehen.

Mangels des Nahkontaktes entsteht eine krankhafte Eigenbezüglichkeit, wahnhafte Einbildungen und Wahrnehmungstäuschungen. Das Gefühlshafte bleibt bei solchen Menschen oft unterentwickelt.

In der Liebe wird der Partner nur als "Sexualobjekt" gesehen, das der Befriedigung der Sinne dient, darüber hinaus allerdings nicht interessiert. Wenn die Gefühlskälte weiter fortgeschritten ist, kann es geschehen, dass auf den Partner unverarbeitet Hassgefühle und Rachehaltungen unbewusst projeziert werden, die einer ursprünglichen Person in der Kindheit gegolten haben. Dchizoide Personen reagieren beim Überschreiten ihres Schutzkreises- ihrer imaginären Grenze - durch andere mit Panik, die in wilden Angriff umschlägt. Der Angst folgt die Aggression.

Schroffheit, plötzliche verletzende Schärfe, eisige Kälte, Unerreichbarkeit und sekundenschnelles Umschlagen von Zuwendung in feindselige Ablehnung sind die häufigsten Ausdrucksmöglichkeiten der Aggression.

Riemann zeigt an Beispielen schizoide Erlebnisweisen auf, wobei er darauf hinweist, das schizoides Verhalten ein geisteskrankes Verhalten ist.

Gefühlsabläufe und Verstandeserfahrungen laufen gleichsam getrennt, verschmelzen nicht zu einheitlichem Leben. Mit wachsendem Autismus verliert der schizoide Mensch immer mehr das Interesse an der Welt und den Menschen. Die Schwerstgestörten machen sich selbst zum Maßstab aller Dinge. Dies Kann zu größenwahnsinniger Überheblichkeit und Selbstvergottung führen. Ethik und Moral sind für Schizoide fragwürdig.

Nicht selten entwickeln diese Menschen eine "Herrenmoral", für deren Angehörige andere Regeln gelten als für in ihren

Augen "Schwache".

Menschen mit stark schizoider Struktur leiden nicht an ihrem Wesen, sondern sie fühlen sich gesund. Oft ist es ihr Umfeld, das lernen muss sich abzugrenzen, um psychisch nicht auf der Strecke zu bleiben.

Die depressive Persönlichkeit:

Dieser Personenkreis hat Angst ein eigenständiges Ich zu werden. Den Depressiven quält die trennende Kluft zwischen Ich und Du. Alleingelassenwerden und Verlassenwerden kann ihn in tiefe Depression und Verzweiflung stürzen. Um sich vor Verlustängsten zu schützen, müssen diese Personen lernen viel Eigenständigkeit und Unabhängigkeit zu entwickeln. Distanz bedeutet für den Depressiven Bedrohung. Um anderen uneingeschränkt nahe sein zu können unterdrücken diese Menschen gerne Kritik und Zweifel am Nächsten. Ihr Persönlichkeitsbild weist überwertig Tugenden, wie etwa Bescheidenheit, Überangepasstheit, Unterordnung bis zur Selbstaufgabe, im Extremen masochistisches Hörigkeitsverhalten auf.

Für sich selbst fordern diese Personen nichts. Riemann lässt den Leser wissen, dass es kennzeichnend für Depressive ist, dass sie schwer etwas merken können, schnell vergessen, oft Lernschwierigkeiten haben und nicht selten teilnahmslos und müde erscheinen. Aggression bei Depressiven äußert sich in Jammern, Klagen und Lamentieren. Aggression und Angst vor Liebesverlust führen oft zu Selbsthass und zur bewussten und unbewussten Selbstbestrafung und Selbstzerstörung. Auch hier macht Riemann das Krankheitsbild an Beispielen deutlich.

Depressive versetzen sich in die Situation des anderen. Sie identifizieren sich mit ihm soweit, dass sie den eigenen Standpunkt und die eigenen Interessen darüber weitgehend vergessen. Da sie zu wenig Eigenimpulse und Eigenwünsche haben, die sie den Wünschen anderer entgegensetzen können, unterliegen sie den Impulsen und Wünschen anderer. Immer sind sie gewohnt die Erwartungen anderer zu erfüllen. Wenn ein solcher Mensch sich für alles verantwortlich fühlt, geschieht dies nicht aus Größenwahn, sondern aus fehlender Ich-Stärke, die ihn mehr den anderen leben lässt als sich selbst. Dies kann bis zur völligen mentalen Selbstaufgabe führen.

Die zwanghafte Persönlichkeit:

Dieser Personenkreis hat eine übergroße Angst vor Vergänglichkeit. Dadurch kommt es zum starren Festhalten an Überkommenem auf allen möglichen Gebieten. Tradition, familiärer , gesellschaftlicher, moralischer, politischer, wissenschaftlicher und religiöser Art führen nicht selten zu Dogmatismus, Konservatismus, Prinzipien, Vorurteilen und zu verschiedenen Formen von Fanatismus. Je starrer diese vertreten werden, desto intoleranter sind diese Menschen anderen gegenüber, die sie angreifen oder auch nur eine Frage stellen. Je mehr diese Personen an altem festzuhalten suchen, um so mehr empfinden sie die Angst vor Vergänglichkeit. Das hartnäckige Zwingenwollen und Bändigenwollen der Gewalten des Lebens ist hier typisch. In einer Liebesbeziehung will der Zwanghafte seinen Partner nach seinem Willen formen.

Geld, Pünktlichkeit, Sparsamkeit, Machttrieb, Pedanterie und Starre lassen solche Beziehungen verkümmern. Das Liebesleben ist insgesamt erosfeindlich.

Aggressionen sind hier zwanghaft, weil sie mit Machtwillen verbunden sind. Die Aggressionen der Zwanghaften dienen der Macht und die Macht der Aggression. Formen der Aggression sind Verschlagenheit, hinterhältige- feige, versteckte Aggression, die aus dem Hinterhalt zuschlägt. Auch hier erhält man wieder lebensgeschichtlich Hintergrundinformationen.

Perfektionismus, Unduldsamkeit gegenüber anderen, die sich zu diktatorischen und dogmatischem Verhalten vertiefen sind bezeichnend.

Die hysterische Persönlichkeit:

Dieser Personenkreis hat Angst vor dem Unausweichlichen, vor der Notwendigkeit und vor der Begrenztheit unseres Freiheitsdranges. Grenzüberschreitendes Erleben zieht ihn an. Platzangst, Staßenangst, die Angst sich in geschlossenen Räumen aufzuhalten , auch Tierphobien sind im Grunde verschobene Ängste. Die Angst, die dahinter steht, ist die Angst vor Freiheitsbeschränkung.

Hysteriker sind in ihren Liebesbeziehungen leidenschaftlich, intensiv und fordernd. Sie sind Meister der Erotik, der Verführung, des Flirts und der Koketterie. Diese Menschen sind genussfroh, phantasiereich und verspielt. Treue ist ihnen nicht so wichtig, zumindest die eigene nicht. Heimliche Liebschaften haben einen besonderen Reiz für sie und geben ihrer romatischen Fantasie freien Raum. Das Bedürfnis bestätigt werden zu wollen nimmt bei diesen Menschen überwertige Formen an. Ihr Narzissmus, ihre Eigenliebe bedarf immerwährender Bestätigung. Einen Partner benötigten sie vor allem , damit dieser sie ihres Charmes, ihrer Schönheit, ihrer Bedeutung und sonstiger Vorzüge versichert. Schürzenjäger und Männerverbraucherinnen (so die Worte Riemanns!) sind typische Hysteriker.

Aggressionen leben Hysteriker in der Intrige aus. Abwertungen eines anderen bis hin zur Vernichtung kommen seiner ausgeprägten Rachehaltung entgegen. Flammende Entrüstung, pathetische Gesten und leidenschaftliche Anklagen sind typische Aggressionsäußerungen.

Auch hier wieder werden lebensgeschichtliche Hintergründe aufgezeigt.

Das zentrale Problem hysterischer Persönlichkeiten ist, dass sie die Identität mit sich selbst nicht finden. Problematisch ist, dass scheinbar ergänzende Persönlichkeitsstrukturen oft eine instinktive Anziehung aufeinander ausüben, weil sie durch den Gegentyp zur Ganzheit zu gelangen beabsichtigen. Der Schizoide ahnt von der Liebesfähigkeit des Depressiven, seiner Opferbereitschaft, seinem Sich-Selbst-zurückstellen, seinem einfühlenden Sich-bemühen. Er ahnt die Erlösung aus seiner Isolation,die Möglichkeit am Partner etwas nachzuholen. Anderseits fasziniert den Depressiven am Schizoiden, dass dieser etwas lebt, was er nicht zu leben wagt. Zudem spürt er hier jemand, der seine Liebesbereitsschaft dringend braucht. Im Zusammenleben spitzen sich dann allerdings Abhängigkeits- und Unabhängigkeitsdrang dramatisch zu. Es folgt endloses Missverstehen.

Endsprechend verhält es sich zwischen zwanghaften und hysterischen Persönlichkeiten. Auch hier enden Beziehungen in der Regel in Auseinandersetzungen. Gegensätzliches stößt sich am Ende ab, wenn nicht die Bereitschaft zur Erkenntnis und Reifung beidseitig vorhanden ist. Sehr empfehlenswert. (Helga König)

Informationen zum Autor: Fritz Riemann bei Wikipedia: [4]

▫.....▫

Quell-URL: https://kritisches-netzwerk.de/forum/grundformen-der-angst-fritz-riemann

Links
[1] https://kritisches-netzwerk.de/user/login?destination=comment/reply/1092%23comment-form
[2] https://kritisches-netzwerk.de/forum/grundformen-der-angst-fritz-riemann
[3] http://www.reinhardt-verlag.de/de/
[4] http://de.wikipedia.org/wiki/Fritz_Riemann_%28Psychoanalytiker%29