

# „Hitze gefährlicher als Terror“

Königstein Professor Borwin Bandelow spricht über Angststörungen

**Morgenmagazinstimmung** verbreitete Professor Borwin Bandelows Vortrag über Ängste und Angststörungen vor dem Königsteiner Forum.

VON ULRICH BOLLER

Elegant begleitet die Angst den Menschen durchs Leben. Sie sei immer gegenwärtig, motiviere auf vielfältige Art die Handlungen, führte Professor Borwin Bandelow in das Thema des dritten Jahresvortrags des Königsteiner Forums ein. Zu unterscheiden seien „reale Angst“ und Angststörungen, sagte der Mediziner und Psychologe im Foyer der Frankfurter Volksbank.

Während ersteren reale und realistisch eingeschätzte Gefahren zugrunde lägen, handele es sich im anderen Fall um krankhafte Ängste vor Dingen, die nicht wirklich gefährlich seien. Die Angst vor neuen, nicht zu beherrschenden Gefahren sei immer größer als die vor bekannten. Dazu zählte der Referent eine Vielzahl von „Phobien“, die von Angst vor Einzeldingen wie Spinnen, Schlangen, engen Räu-

men, Flugzeugabstürzen oder auch soziale Phobien, die Menschen daran hindern, Kontakte zu ihren Mitmenschen zu knüpfen.

## Medikamente helfen

Mit Verhaltenstherapie und „modernen“ Medikamenten lassen sich diese Krankheitsbilder nach Bandelows Worten besser behandeln als das früher mit stationärer Psychoanalyse geschehen sei. Ob der locker-flockige Vergleich des Risikos von Flugzeugunglücken mit dem herabfallender Kokosnüsse in Thailand oder von Eselstritten in Griechenland hilfreich war, sei dahingestellt. Etwas über Verlust- und Versagensängste zu hören, wäre hingegen aufschlussreicher gewesen.

Die Gefahr, bei einem Terroranschlag getötet zu werden, ist laut Bandelow jedenfalls deutlich geringer, als etwa Todesopfer einer Hitzewelle zu werden. In den USA seien 2016 zwei Menschen von islamistischen Terroristen erschossen worden, hingegen über 11 000 von eigenen Landsleuten. Er empfahl, die Waffengesetze zu ändern statt Einwanderungsverbote zu erlassen.

Das Gefahrensystem des Menschen reagiere schneller als der Kopf denke. Dem stehe das „Belohnungssystem“ gegenüber, das dazu diene, Triebe zu befriedigen. Es könne wie ein Elefant helfen, aber auch schaden. Zwischen beiden vermittele das „eher schwach ausgebildete Vernunftgehirn“. Um das Belohnungssystem zu aktivieren und Glückshormone (Endorphine) auszuschießen, gebe es eine regelrechte „Lust an der Angst“. Die sei im Norden des Globus weiter verbreitet als in südlichen Gefilden.

## Risiko für Status Quo

Es sei zu beobachten, dass Menschen ein größeres Risiko eingehen, den Status quo zu erhalten als die Situation zu verändern. Angst lähme nicht, sagte Bandelow in Anlehnung an den Philosophen Sören Kierkegaard. Bei zu viel Angst erbringe der Mensch eine ebenso schlechte Leistung wie bei zu wenig. Die besten Leistungen würden bei einem „mittleren Angstlevel“ erreicht. Wer Gefahren richtig einschätze, für den sei Angst das „Superbenzin des Erfolgs“.