

# Gespräche gegen die Angst – Erziehung zur Hoffnung

## Umgang mit der Angst aus religionspädagogischer Sicht

*Gottfried Adam*

Nach Horst-Eberhard Richter<sup>1</sup> erinnert der gegenwärtige Lebensstil in den westlichen Industrieländern an den „letzten Menschen“, wie ihn der Philosoph Friedrich Nietzsche in seinem Werk „Zarathustra“ beschrieben hat.

### 1. Annäherungen an das Thema

Bei diesem Lebensstil geht es um einen Menschen, der meint, dann das Glück zu haben, wenn er lange lebt, wenn er es sich im Leben bequem macht, wenn er achtsam einhergeht, weil das Krankwerden als „sündhaft“ gilt. Zur Signatur dieses Lebensstiles zählt auch, dass man sich mit Hilfe von Medikamenten ab und zu angenehme Halluzinationen besorgt und am Ende des Lebens möglicherweise sich auch selbst ein angenehmes Sterben und einen schmerzlosen Tod bereitet. Die öffentliche Meinung tut eben so, als bestünde das Leben nur aus Glück, als gäbe es auch nicht die Spur eines Schattens im Dasein.

---

<sup>1</sup> Vgl. zum Folgenden passim H.-E. Richter, Umgang mit Angst, München (1992) 52000, S. 19f., 41, 191, 277, 292.- Zum ganzen Beitrag s. G. Lanczkowski u. a, Art. Furcht I-III, in: Theologische Realenzyklopädie, Bd. XI, Berlin 1983, 756-767; V. Elsenbast/E. Goßmann, Wenn Kinder Angst haben, Münster: Comenius-Institut 1994; I. Baldermann, Wer hört mein Weinen? Kinder entdecken sich selbst in den Psalmen (Wege des Lernens 4), Neukirchen-Vluyn<sup>6</sup>1999; D. Ritschl, Art. Angst, in: EKL3, Bd. 1, Sp.150-152; A. Michaelis u.a., Art. Angst/Furcht, in: RGG4, Bd. 1, 1998, Sp. 496-499; A. Wuckelt, „Uns ist bang, aber wir verzagen nicht.“ (2. Kor 4,8). Umgang mit der Angst aus religionspädagogischer Perspektive, in: Die Brücke 3, 1998, H. 2, S. 4-9; M. Künne, Art. Angst, in: W.C.-W. Clasen/M. Meyer-Blanck/G. Ruddat (Hg.), Evangelischer Taschen Katechismus, Birnbach 2001, S. 285-287.

Wir brauchen uns nur die Art und den Inhalt der Werbespots in unserem Fernsehen und auf den großflächigen Reklamewänden unserer Städte anzusehen, um dieser „heilen Welt“ und ihrer Verheißungen ansichtig zu werden. Ich nenne nur ein Beispiel, auf das manche der Leser vielleicht schon selbst aufmerksam geworden sind. Eine der großen Banken unseres Landes hat seit Jahren in ihrer kontinuierlichen Werbung eine gleichbleibende Struktur bei ihren Werbeplakaten. Die Textaussagen bewegen sich alle etwa in folgende Richtung: „Wir machen den Weg frei“ – „Raiffeisen-Bank - Mehr als Geld und Kredit“. Normalerweise sollte man doch meinen, dass eine Bank für finanzielle Angelegenheiten zuständig ist. Aber nein: Sie verwaltet „Mehr als Geld“. Offenbar hat die Bank einen Mehrwert, der wohl als Lebensqualität zu orten ist. Wie wird das gestaltet?

Auf dem Plakat sieht man im Bildteil Menschen mit Fahrrädern, die auf einem gradlinigen Weg nach vorne, d.h. nach hinten in Richtung auf das Bildinnere fahren. Ich verstehe das als eine Metapher für den Weg in die Zukunft. Die Straße ist am Ende nur noch verschwommen, ohne scharfe Konturen erkennbar. Durch die Art der Darstellung entsteht beim Betrachter der Eindruck, dass die Straße am Horizont in den Himmel übergeht. Im Ganzen wird eine Welt dargestellt, in der es keine Probleme zu geben scheint. Das Gesamtarrangement legt die Botschaft nahe, dass die Bank und die durch sie ermöglichte Lebensqualität jener Lebensweg ist, den ein Mensch unserer Tag klugerweise geht. Der Radweg wird zur Metapher für den Weg zum Heil. Lass´ es dir gut gehen, so lautet die Message. Dies entspricht durchaus der veränderten Wertehierarchie der Menschen. Das Leben wird nicht mehr primär von der Verantwortungs- und Pflichtdimension her gesehen, wie das noch Mitte des vorigen Jahrhunderts der Fall war, sondern das Leben wird als Gelegenheit zum Spaß und Erlebnis (Fun-Generation) begriffen. Die Shell-Studie Jugend '97 macht deutlich, dass sich heutige Jugendkulturen durch Schnelllebigkeit und Diffusität auszeichnen und zur „Frust-Prophylaxe“, so sagen die Jugendlichen, brauchen wir viel Spaß, Vergnügen, Fun<sup>2</sup>. Wer Kummer

---

<sup>2</sup> Jugendwerk der Deutschen Shell (Hg.), Jugend '97, Opladen 1997. Vgl auch I. Kögler, Getting in Contact-Lifestyles, Werte und Religiosität Jugendlicher, in: Theologisch-praktische Quartalsschrift 147, 1999, S. 182-191=Amt und Gemeinde 50, 1999, S. 130-137.

hat, wen Schmerzen plagen, wer gar Angst hat, der geht nach dem Lebensgefühl, das sich in solchem Selbstverständnis ausspricht, lieber gleich zum Arzt, besser noch zum Psychotherapeuten oder gar in ein Sanatorium. Die Zerstreuungsindustrie beschäftigt auf allen Ebenen Animatoren und Helfer zur Lebensfreude. Es ist die schöne, die heile Welt, die man auf diese Weise zu leben versucht. Die entsprechende Praxis ist sehr weit fortgeschritten, wie das Entstehen der vielfältigen Wellness-Angebote deutlich macht.

Nun geht es nicht darum, eine vollständige Gesellschaftstheorie zu entwerfen oder die Bemühungen um ein gutes Leben herunterzusetzen. Vielmehr soll durch die wenigen, assoziativ zusammengestellten Tendenzen gesellschaftlicher Trends bewusst gemacht werden, dass Angst in unserer Gesellschaft auf der einen Seite überhaupt kein Thema ist, verdrängt wird. Und auf der anderen Seite gibt es, wie unten noch zu zeigen sein wird, deutlich eine gegenläufige Tendenz zum Anwachsen einer Angst im Blick auf die Zukunft, die man bisweilen auch als Zivilisationsangst bezeichnet.

Bei Jugendlichen kann man einerseits ein Bemühen um Zugehörigkeit zu einer Gruppe beobachten, andererseits kann man eine klare Absage an Verbindlichkeiten erkennen, die sich als Bindungsangst auf vielen Gebieten zu erkennen gibt. Ängste behindern die Lern- und Erziehungsprozesse ganz nachhaltig. Kinder und Jugendliche haben Angst vor der gesellschaftlichen Zukunft. Der Golfkrieg von 1991 hat tiefe Spuren hinterlassen. Die Angst vor dem Ozonloch, die Angst um die Folgen unseres Umgangs mit der Umwelt sind präsent. Es gibt Angst im Blick auf die eigene Zukunft, die sich als Reifungs-, Prüfungs-, Versagens- und Bindungsangst zeigt. Es gibt auch in heutiger Gesellschaft durchaus ganz unterschiedliche Phänomene von Angst.

Ich denke, diese wenigen Hinweise reichen aus, um die Realität der Angst in unserem Leben zu sehen und um zu begreifen, dass sich damit die Aufgabe stellt, mit der Angst umzugehen. Es geht nicht darum, die Welt und das Leben schlecht zu machen. Im Gegenteil, es geht darum, sie realistisch wahrzunehmen und zu überlegen, wie man mit Angst umgeht und in welcher Weise man sie in sein Leben integriert.

## 2. Angst – eine Realität menschlichen Lebens

Angst gehört zu unserem Leben<sup>3</sup>. Sie tritt in ganz unterschiedlichen Zusammenhängen auf. Aus der Tierwelt wissen wir, dass Angst überlebensnotwendig ist. Ein Tier lernt als eine seiner ersten Reaktionen: erfolgreich zu fliehen. Freilich Erklärungsmodelle aus der Tierwelt treffen nicht auf den Menschen zu. Sie kommen bald an ihre Grenze. Menschliche Angst ist ein Phänomen, das in gleicher Weise Junge und Alte, Arme und Reiche, Männer und Frauen, Gesunde und Kranke betreffen kann.

Menschliche Angst ist ein *vielschichtiges Phänomen*. Wer von uns kann sich nicht an Reaktionsmuster erinnern, die sich bis ins Physiologische hinein bemerkbar machen? Die Angst wirkt sich u.a. in Veränderungen der Herztätigkeit, durch das Ansteigen des Blutzuckerspiegels, die Steigerung des Pulses, die Erweiterung der Pupillen, in Veränderungen der Wahrnehmung aus. Dabei steigern sich Aufmerksamkeit und Wachheit, während Besonnenheit unter Umständen eingeschränkt wird. Die körperlichen Äußerungen können bis hin zu Schweißausbrüchen, Unbeweglichkeit, Starre und Zittern am ganzen Körper gehen.

Die mit der Angst verbundenen *Gefühle* sind höchst unangenehm: Unsicherheit, Hilflosigkeit, Anspannung oder Lähmung, Schwäche. Darum wollen wir den Zustand der Angst vermeiden oder rasch beenden<sup>4</sup>. Gedanken schießen uns durch den Kopf, wir blockieren evtl. ganz oder es fallen uns bloß immer wieder die gleichen Gedanken ein oder wir können gar keinen klaren Gedanken fassen. Auch spiegelt die Angst sich in unserem *Verhalten*, indem wir weinen, rausrennen, protestieren, uns klein machen, Schutz suchen, einen Schutzhaltung einnehmen usw.

Die Angst tritt etwa dann in unserem Leben auf, wenn wir einer Situation nicht gewachsen sind, wenn wir unsere Hilflosigkeit und Abhängigkeit erleben, wenn wir unseren eigenen Idealvorstellungen nicht nachgekommen sind, wenn wir von außen gesetzte Regeln übertreten haben. Wenn wir an Grenzen stoßen, unsere eigene Begrenztheit erfahren, dann

---

<sup>3</sup> Zum Folgenden s. A. Stein, Vermittlung religiöser Inhalte und religiös begründete Ängste (Religionspädagogik in der Bunten Eule 3), Essen 1994, S. 76 ff.; J. Ellerbrock, Art. Angst, in: N. Mette/F. Rickers (Hg.), Lexikon der Religionspädagogik, Bd. 1, Neukirchen-Vluyn 2001, Sp. 36–41; S. R. Stajkowski, Religiöse Erziehung zwischen Angst und Hoffnung. Ein religionspädagogisches Handlungsmodell (Religion und Biographie 4), Münster 2000, S. 79–96.

<sup>4</sup> Vgl. V. Elsenbast/E. Goßmann, aaO., S. 49.

können sich zeigen: Prüfungsangst, Todesangst, Angst vor der eigenen Endlichkeit, Angst vor der Leere und Sinnlosigkeit, Existenzangst usw.

Dabei ist das konkrete Gefühl der Angst durch die Jahrhunderte nicht einfach identisch gewesen. In der frühen Christenheit hatte man vor allem Angst vor dem unmittelbar bevorstehenden Ende. Im Mittelalter war die Angst vor dem Endgericht mit seinem strafenden Richtergott ganz zentral. Das Fegefeuer stand bereit für die Abbüßung der Strafe, die man für die im Leben begangenen Sünden erhalten würde. In der Neuzeit „veränderte sich diese Angst zu einer Angst vor dem drohenden Chaos, das durch keinen Fortschritt in den Wissenschaften und in der Entwicklung des einzelnen Menschen auf Dauer besiegt werden kann. Damit hängt die Angst zusammen, die sich im Leben des einzelnen häufig als Gefühl der Sinnlosigkeit äußert.“<sup>5</sup>

In der modernen Wissenschaft gibt es, vor allem im Bereich der Psychologie und dort besonders in der Psychoanalyse, eine Reihe von Theorien der Angst. Sigmund Freud sah die Ursache der Angst und der Angst-Neurose in nicht verwendeter, frustrierter Libido. Später sah er in einer zweiten Theorie Angst als die Ursache der Verdrängung an. Auch die Lernforschung und Verhaltenstheorie haben interessante Konzepte vorgelegt. Allerdings gibt es unterschiedliche Schulbildungen und keine konsensfähige Gesamtheorie wissenschaftlicher Ansätze. Aufgabe der Theologie und Religionspädagogik kann es nicht sein, sich strikt auf ein einziges Konzept festzulegen, sondern sich unter kritischer Verwendung der Einsichten in Ursprung und Funktionen von Ängsten der eigenen Aufgaben zu Lebenshilfe, Seelsorge und reflexiver Anleitung zum Umgang mit Angst zuwenden.

Dafür ist nach wie vor sehr hilfreich, die Herausarbeitung von vier Grundformen der Angst, die der Psychologe Fritz Riemann vorgelegt hat. Er hat der schizoiden Persönlichkeit die Angst vor Selbsthingabe, der depressiven Persönlichkeit die Angst vor Selbstwertung, der zwanghaften Persönlichkeit die Angst vor Wandlung und der hysterischen Persönlichkeit die Angst vor Notwendigkeit zugeordnet<sup>6</sup>. Jede konkrete Form der Angst lässt sich einer der vier genannten Grundängste zuordnen. Das

---

<sup>5</sup> W.C.-W. Clasen/M. Meyer-Blanck/G. Ruddat (Hg.), aaO., S. 286.

<sup>6</sup> Grundformen der Angst. Eine psychologische Studie, München/Basel 141979, S. 9.

ist ein normaler Vorgang. Nur dort, wo die jeweilige Angst in einer übersteigerten Form sich zeigt, haben wir es mit einer kranken Person zu tun.

Hinsichtlich der uns hier beschäftigenden Frage nach der Angst als einer Dimension des Lebens stellt Riemann heraus: „Ein Leben ohne Angst gibt es nicht in dem Bereich des Menschlichen. Aber die Angst hat nicht nur einen bedrückenden und quälenden Aspekt, sondern sie enthält auch immer einen Reifungsimpuls: Der Mut, etwas neu zu wagen, sich der Angst zu stellen, lässt uns neue Erfahrungen mit uns selbst und mit der Welt machen und gibt uns die Chance, unsere Kindheitsängste zu überwinden. So kann Angst zum Antrieb für neue Entwicklungen werden, und das scheint uns ein tröstlicher Aspekt zu sein, wenn sie auch damit nicht aus der Welt geschafft ist.“<sup>7</sup>

In dieser Aussage wird herausgestellt, dass Angst ein Bestandteil menschlichen Lebens ist. Als weitere grundlegende Aussage weiterführender Art wird betont, dass die Angst eine zweifache Funktion hat. Sie ist auf der einen Seite eine Warnung bei Gefahren. Sie ist ein Signal aufzupassen. Sie enthält auf der anderen Seite einen Aufforderungscharakter, den Antrieb, die Angst zu überwinden.

Darum ist die Angstsituation in dieser doppelten Weise zu betrachten: *als Chance und als Bedrohung*. Als Chance erweist sie sich, wenn wir gesetzte Begrenzungen überwinden, wenn wir einen neuen Entwicklungsschritt nach vorne wagen. Als Bedrohung zeigt sie sich, wenn wir unsere Unvollkommenheit bemerken, wenn wir unser Versagen wahrnehmen.

Angst ist gewiss nicht nur ein Thema für Kinder, aber sie spielt in der Kindheit eine bestimmte Rolle. Eine Besonderheit besteht auch darin, dass Kindheitsängste Folgen für das Jugend- und Erwachsenenalter haben. Riemann schreibt dazu: „Am schwersten belastend sind die Ängste, die zu früh in der Kindheit erlebt werden, in einem Alter, wo das Kind noch keine Abwehrkräfte gegen sie entwickeln konnte. Der aktivierende positive Aspekt fällt dann fort; Entwicklungshemmungen, Stehenbleiben oder Zurückgleiten in frühere, kindliche Verhaltensweisen, sowie Symptombildungen sind die Folge. Das schwache, in der Entwicklung begriffene Ich des Kindes kann gewisse Angstqualitäten noch nicht verarbei-

---

<sup>7</sup> Ebd., S. 9.

ten.“<sup>8</sup> Es bedarf daher der Hilfe von außen, wenn es mit übergroßen Ängsten konfrontiert wird.

### 3. Begriffliche Klärungen

Es gibt eine breite Tradition der Unterscheidung von Angst und Furcht<sup>9</sup>. Der dänische Theologe Sören Kierkegaard hat in seinem Werk „Der Begriff Angst“<sup>10</sup> eine Unterscheidung zwischen Angst und Furcht getroffen. Er beschreibt *Furcht* als eine bestimmte, auf einen bedrohlichen Gegenstand oder eine gefährliche Situation gerichtete und dadurch hervorgerufene Gefühlsreaktion, eben als Furcht vor „etwas“. *Angst* bezeichnet dagegen eine gegenstandslose, unbestimmte, also anonym erscheinende Gemütsverfassung, Angst vor dem Nichts, vor dem Unheimlichen, vor dem Unbekannten.

Der systematische Theologe Paul Tillich hat in seinem Werk „Der Mut zum Sein“<sup>11</sup> ebenfalls eine Differenzierung zwischen den beiden Begriffen vorgenommen. Er stellt heraus, dass die Ontologie der Angst durch das Gewährwerden des eigenen Nichtseins konstituiert wird. Die Angst besitzt existentielle Tiefe. „Existentiell in diesem Satz bedeutet, dass nicht das abstrakte Wissen vom Nichtsein Angst erzeugt, sondern das Gewährwerden dessen, dass das Nichtsein Teil des eigenen Seins ist.“<sup>12</sup> Nicht das Erahnen eines universellen Nichtseins oder die Erfahrung anderer, vielmehr das existentielle Einwirken auf das eigene Ich ziehen das Wahrnehmen der individuellen Sterblichkeit nach sich. Logische Konsequenz dieser „Erfahrung“ ist die Angst im Sinne einer Existenzangst. Die Angst hat keinen Gegenstand, kein Angstobjekt per definitionem. Ihr Inhalt ist das schlechthinnige Nichtsein. „Deshalb ist Partizipation, Kampf und Liebe in bezug auf die Angst unmöglich. Wer in der Angst ist, ist ihr, insofern sie reine Angst ist, ohne Hilfe ausgeliefert.“<sup>13</sup>

---

<sup>8</sup> F. Riemann, aaO., S. 16f.

<sup>9</sup> Auf die Frage der Entstehung von Ängsten, die aufgrund bestimmter Fehlformen von Erziehung entstehen, kann aus Raumgründen nicht eingegangen werden. S. dazu die Arbeiten von A. Stein, aaO. und S.R. Stajkowski, aaO., bes. 97ff.

<sup>10</sup> Hamburg 1960.

<sup>11</sup> Schriften zur Zeit. Neue Folge, Stuttgart 1953.

<sup>12</sup> AaO., S. 30.

<sup>13</sup> AaO., S. 31.

Die Furcht entspringt derselben Wurzel wie die Angst, sie unterscheidet sich allerdings in ihrer Konkretisierung. Die Furcht richtet sich nämlich auf einen konkreten Gegenstand. Angst und Furcht durchdringen einander, obwohl sie als getrennt zu denken sind. Furcht fürchtet etwas Konkretes, z. B. das Unbehagen vor dem Sterben. Angst richtet sich dagegen auf den Tod als die Negation des Lebens, auf die grundsätzliche Infragestellung des Lebens und fragt danach, was und ob danach ein Sein sein wird.

Die Differenzierung der beiden Begriffe Angst und Furcht macht in der Tat auf einen Unterschied aufmerksam, ist aber nicht stringent durchführbar<sup>14</sup>. Der Sprachgebrauch im Deutschen geht auch stärker auf die Verwendung des Wortes Angst als des Wortes Furcht.

Für biblisches Denken ist die Integration der Furcht und der Ehrfurcht in die Gottesfurcht charakteristisch. Die in der „rettenden, befreienden Liebe Gottes geborgene Gottesliebe treibt alle falsche Furcht aus, auch die vor Strafe zitternde Furcht des Sünders (1 Joh 4,17f.). Sie lebt in der Freiheit der Gotteskindschaft, deren Angstfreiheit und damit Freiheit von Verzagtheit, Entsetzen, Grauen und Schrecken identisch ist mit der – wahren - Furcht Gottes. Diese furchtlose (Phlm 1,14) Furcht Gottes ist nie frei von Ehrfurcht und frommer Scheu (*metus Dei*).“<sup>15</sup>

Das eigentliche begriffliche Gegenüber zur Angst ist für Tillich der *Mut*. „Mut ist die Selbstbejahung des Seienden trotz seines Nichtseins. Er ist der Akt des individuellen Selbst, durch den es die Angst des Nichtseins auf sich nimmt, entweder durch die Bejahung seiner selbst als eines Teiles in einem umfassenden Ganzen, oder durch Bejahung seiner selbst in seiner individuellen Selbstheit.“<sup>16</sup> Der Mut transzendiert die Angst und ermöglicht so dem Menschen den Weg des Glaubens. Der Mut

---

<sup>14</sup> H. Häfner, Art. Angst/Furcht, in: J. Ritter (Hg.), Historisches Wörterbuch der Philosophie, Bd. 1, Stuttgart 1971, S. 310-314, hier: 310, urteilt ebenso: „Die verbreitete Scheidung zwischen Angst als gegenstandslosem frei flottierendem Gefühl und Furcht als einem gegenstandsgerichtetem lässt sich weder im Hinblick auf die Verwendung der Begriffe in der gesamten Literatur noch vom allgemeinen Sprachgebrauch her aufrecht erhalten. Die Unterscheidung hat heuristischen Wert zur Scheidung der existentiell oft tief verwurzelten unbestimmten Angst gegenüber einer bestimmten, existentiell eher peripheren Angst, die dann gewöhnlich ‚Furcht‘ genannt wird.“

<sup>15</sup> G. Schnurr, Art. Furcht III. Theologiegeschichtlich und pastoralanthropologisch, in: Theologische Realenzyklopädie, Bd. XI, 1983, S. 760.

<sup>16</sup> P. Tillich, *Mut zum Sein*, S. 113.

zum Sein ist der Mut, sich selbst trotz aller Unannehmlichkeit als angenommen anzunehmen. Dies markiert für Tillich den maßgebenden Bezugspunkt für die Rechtfertigung<sup>17</sup>. Mit dieser Bestimmung bringt Tillich einen weiterführenden Gedanken zur Geltung, wie er sich auch im folgenden Gedicht niedergeschlagen hat.

*Angst macht Mut*

Wer die Angst nicht kennt, ist auch nicht mutig,  
schlimm ist nur die Angst vor der Angst.

Die Angst will Dir helfen, will dir Wichtiges sagen,  
sie weiß, es wird Zeit, etwas zu tun.

Hab Vertrauen zu Deiner Angst  
Und stell Dich dem wachsenden Mut nicht entgegen.  
Er wird stark sein zur richtigen Zeit.

Mut kennt die Angst.

Andrea Schwarz

#### 4. Vier Grundformen der Angst nach Riemann

Da die begriffliche Differenzierung von Angst und Furcht nicht wirklich weiterführend ist<sup>18</sup>, legt es sich nahe, jetzt näher auf die vier grundlegenden Verständnisse von Angst einzugehen, wie sie der Psychologe Fritz Riemann vorgelegt hat. Wir hatten gesehen, dass Angst einerseits ein notwendiger Bestandteil des menschlichen Lebens ist und andererseits sowohl negative *und* positive Dimensionen aufzuweisen hat. Auf der Grundlage der psychanalytischen Theorie hat Riemann seine vier Grundformen der Angst, die ein fester Bestandteil des menschlichen Lebens sind, herausgearbeitet. Den vier Grundformen der Angst hat er vier Grundstrebungen oder Grundimpulse zugeordnet. Ein jeder Mensch er-

<sup>17</sup> Vgl. aaO., S. 32.

<sup>18</sup> E. Bloch hat eine Stufung von „negativen Erwartungsaffekten“ vorgelegt (Angst – Furcht/Schreck/Entsetzen – Verzweiflung – das Höllenhafte) vorgelegt (Das Prinzip Hoffnung, Bd.1, Frankfurt a.M. <sup>6</sup>1979, S. 123ff.). Diese Systematisierung trägt für unseren Zusammenhang nichts aus, da es um Intensitätsgrade der Angst geht, während es hier zunächst um die inhaltlichen Strukturen von Angst geht.

lebt die Grundformen in seinem Leben, aber in verschiedener Stärke und der gesunde Mensch kann sie annehmen. Nur da, wo der Mensch zumindest einen Grundimpuls nicht zu leben vermag, unterliegt er einseitiger Angst, die diesem Grundimpuls entspricht<sup>19</sup>.

Von daher ist Riemann der Meinung, dass der Leser und die Leserin bei dem Versuch, sich selbst einzuordnen, bei allen Typen etwas von sich entdecken. „Das scheint mir gerade der Vorteil dieser Typen zu sein, für ihre Lebensnähe und Wirklichkeitsnähe zu sprechen. Denn wenn es sich bei diesen vier Grundstrebungen und den vier Grundformen der Angst wirklich um allgemein menschliche Bedingtheiten handelt, muss jeder im Ansatz und als Möglichkeit alle vier Formen in sich tragen und spüren können, extreme Einseitigkeiten der Einstellung als Mangel erleben.“<sup>20</sup>

Die vier Grundformen der Angst seien zunächst in ihrer Grundstruktur dargestellt, bevor sie anschließend in einer tabellarischen Übersicht detaillierter wiedergegeben werden. Es handelt sich um

- „die Angst vor der *Selbsthingabe*, als Ichverlust und Abhängigkeit erlebt;
- die Angst vor der *Selbstwerdung*, als Ungeborgenheit und Isolierung erlebt;
- die Angst vor der *Wandlung*, als Vergänglichkeit und Unsicherheit erlebt, und
- die Angst vor der *Notwendigkeit*, als Endgültigkeit und Unfreiheit erlebt.“<sup>21</sup>

Die jeweils korrespondierenden Grundimpulse sind um der Übersichtlichkeit willen in Kapitälchen gesetzt. Die folgende Gesamtübersicht wurde von Horst Harbig/Berlin auf der Grundlage von F. Riemanns Konzept erarbeitet.

---

<sup>19</sup> F. Riemann, aaO., S. 16.

<sup>20</sup> Ebd., S. 124.

<sup>21</sup> Ebd., S. 15.

### Grundängste, die uns prägen

<b>Grund- angst:</b>	Ich habe Angst, mich – an jemanden oder etwas – zu verlieren	Ich habe Angst, jemanden oder etwas zu verlie- ren	Ich habe Angst, dass sich je- mand oder etwas ändert	Ich habe Angst, dass sich nichts ändert
<i>Vor:</i>	Selbsthingabe, Ich-Verlust, Beziehung, Kontakt, Nähe	Eigenständig- keit, Partnerver- lust, Selbstbe- hauptung	Veränderung, Strafe Wechsel, Risi- ko, Vergäng- lichkeit,	Gleichförmig- keit, Festgelegt werden, nüch- terner Realität, Endgültigkeit, Notwendigkeit,
<i>Bedürfnis:</i>	Mich abgren- zen, Selbständigkeit bewahren, „Ich bin Ich“	geborgen, ge- liebt sein, fest- halten, „klammern“, „Wir sind wir“	Sicherheit, Dauer, Perfektion, „Keine Experimente“	Abwechslung, Veränderung, Aufmerksam- keit „Öfter mal was Neues“
<i>Begabung:</i>	Selbständigkeit, Unabhängig- keit, souverän und autonom sein	Liebesfähigkeit, Hingabe, Em- pathie, Opfer- und Hilfsbereit- schaft,	Pflichtgefühl, Zuverlässigkeit, Ausdauer, Zielstrebigkeit	Unterneh- mungslust, Unterhaltsam- keit, Spontaneität, Spielfreude
<i>Konflikt:</i>	Distanz gegen Nähe, Misstrauen gegen Vertrau- en	Wunsch nach Verwöhnung gegen Angst, etwas zu for- dern	Ordnung und Sicherheit gegen Wunsch nach Lebendig- keit des Lebens	Freiheit gegen Bindung, Angst vor Fest- legung gegen Wunsch nach Halt
<i>Wachs- tums- aufgabe:</i>	Zuneigung, Hingabe, Selbstverges- senheit wagen	Selbständigkeit und Unabhängigkeit wagen	Neues und Großzügigkeit wagen	Konsequenz und Realitäts- sinn wagen

<i>Hilfe durch Andere:</i>	Vertrauens-Verhältnis ohne Abhängigkeit ermöglichen „Meine Grundangst verstehen“	Selbständigkeit fördern, für Wünsche interessieren, Anklammern verweigern, „Meine Grundangst verstehen“	In lebendige und spontane Erlebnisse mitnehmen „Meine Grundangst verstehen“	Halt geben und Halt setzen, zuverlässiger und regelmäßiger Kontakt „Meine Grundangst verstehen“
<i>Entscheidende Kindheitsphase:</i>	Erste Lebenswochen: „Ich bin eine Frühgeburt“ (präorale Phase)	Mitte bis Ende des 1. Lebensjahres: „Ich bin, was ich bekomme“ (orale Phase)	2.-4. Lebensjahr: „Ich bin, was ich will“ (anale Phase)	4.-6. Lebensjahr: „Ich bin, was ich mir zu sein vorstelle“ (genitale Phase)
<i>Ängstigende Forderung des Lebens:</i>	Lass dich vertrauensvoll ein auf den Mitmensch, den Andern, das Nicht-Ich, das Fremde, die Welt!	Sei ein unverwechselbares Einzelwesen, werde du selbst, ein einmaliges Individuum!	Leben ist Veränderung, Vertrautes aufzugeben, Tradition und Erreichtes loszulassen!	Leben ist Beständigkeit! Lass dich ein auf Dauer, auf eine sichere Zukunft und rechne mit dem Bleibenden!

Dieses Instrumentarium ist nicht Punkt für Punkt in den Prozessen des Aufwachsens und des Lernens eins zu eins umzusetzen, sondern es soll helfen, die Lebenssituationen analytisch darauf hin in den Blick zu nehmen, wo möglicherweise Über- oder Unterentwicklungen bei den Grundimpulsen vorliegen, um dort, wo sie unentwickelt sind, fördernd tätig zu werden und um dort, wo sie überbetont sind, den Kindern Hilfestellungen zu geben, diese Impulse selbst zu begrenzen.

Wir hatten uns zunächst von der Frage nach dem gesellschaftlichen Sitz im Leben her dem Thema der Angst genähert. Sodann die Spannung zwischen weitgehender gesellschaftlicher Ignorierung und faktischer Präsenz von Angst im Leben eines jeden Menschen herausgearbeitet. Das

Konzept von Riemann bietet ein psychologisch-anthropologisches Raster zur Konturierung der Angstfrage. Nun gilt es, die Frage aufzunehmen, wie die Anleitung zum Umgang in religionspädagogisch verantwortlicher Weise geschehen kann.

## 5. Umgang mit der Angst

Riemann hat darauf aufmerksam gemacht, dass Angst nicht nur einen bedrückenden und quälenden Aspekt enthält, sondern immer auch einen Reifungsimpuls umfasst. Die Frage ist nur, wie man damit umgeht. Darüber hinaus gibt es eine uneingeschränkt positive Funktion von Ängsten, die rechtzeitig Grenzen setzt, Warnungen ausspricht und dazu anspornt, Lösungen zu bestimmten Entwicklungsaufgaben zu finden. Von daher ist mit Blick auf die Lebensgeschichte ein differenzierender Umgang mit Ängsten notwendig<sup>22</sup>. Dort wo Angst eine Signalwirkung, eine warnende Funktion hat, ist es natürlich angebracht, dass man dem Angstimpuls folgt. Wenn ich z.B. Angst habe, an den heißen Ofen zu fassen, ist es sinnvoll, dies zu befolgen und nicht an den heißen Ofen zu fassen. Wenn ich Angst habe, von einer drei Meter hohen Mauer herunter zu springen, ist es vernünftig, diesem Impuls zu folgen und es nicht zu tun. Das ist die eine Möglichkeit.

Darüber hinaus kann man ganz unterschiedliche *Abwehrmechanismen* praktizieren: z.B. Angst vermeiden, sie verleugnen, verdrängen, auf andere projizieren, regredieren. Man kann weiterhin die gegebene Situation mit *Ablenkungsmechanismen* zu bewältigen versuchen: essen, lachen, weinen, lesen, schlafen, überaktiv sein, sich in Tagträume zurückziehen usw. Wir verwenden diese Möglichkeit des Ablenkens teilweise bei der Erziehung von Kindern. Dies ist dort o.k., wo es sich um begrenzte und vorübergehende Angstphänomene handelt. Anders sieht die Sache da aus, wo es sich um Angstphänomene von Dauer handelt. Dabei ist an das zu denken, was man unter die Existenzangst, Zivilisationsangst oder Zukunftsangst rechnet. Im übrigen ist ein Teil der Mechanismen der Abwehr und der Ablenkung insofern problematisch, als dadurch eine „Lösung“ gefunden wird, dass andere Personen belastet werden. Zudem ist es folgenreich, wenn Ängste unterdrückt statt bearbeitet werden. Es findet nicht nur keine Lösung der Situation statt, sondern in vielen Fällen wird

---

<sup>22</sup> S. dazu o. Abschnitt 4.

die eigene Lebensführung, in vielen Fällen aber auch die Lebensgestaltung anderer Menschen erheblich belastet.

Empirische Untersuchungen belegen weiterhin „dass belastende Gedanken und Gefühle, die nicht ausgesprochen werden, nicht nur die psychische, sondern auch die körperliche Gesundheit ruinieren können.“<sup>23</sup> In jedem Falle wirken sich viele Ängste nachteilig aus, indem sie die Leistungsfähigkeit mindern und die Freude am Leben reduzieren. Man kann daher sagen, dass es im Normalfalle im Interesse eines guten Lebens, einer gelingenden Lebensgestaltung ist, dass Ängste in einer sinnvollen Weise bearbeitet werden, und dass sie in jenen Fällen, wo sie nicht zu beenden sind, in das eigene Leben integriert werden.

Für den hier notwendigen Umgang mit Ängsten gibt es unterschiedliche Wege und Möglichkeiten. Es ist im Folgenden nicht die Absicht, eine Gesamtübersicht vorzulegen, vielmehr möchte ich auf drei wesentliche Aspekte hinweisen und dann mich auf die Frage konzentrieren, welche Rolle biblischen Texten im Blick auf den Umgang mit der Angst zukommen kann.

*(1) Lernen am Modell.* Wir sollten uns als Erwachsene dessen bewusst sein, dass es für Kinder und Jugendliche von erheblicher, sie in starkem Maße prägender Bedeutung ist, wie wir als Erwachsene mit unserer Angst umgehen. Kinder und Jugendliche lernen bei uns und an unserem Verhalten, was unsere Optionen sind. Für die Frage des Umgangs mit der Angst gilt all das, was wir über das Lernen am Modell wissen, was z.B. auch für das ethische Lernen, um einen anderen Bereich religiösen Lernens zu nennen, gilt. In den ersten Lebensjahren spielt das Imitationslernen eine sehr große Rolle. Aber auch in den Jahren der Grundschulzeit und der Pubertät kommt dem Lernen am Vorbild bzw. Modell eine ziemlich große Bedeutung zu. Es ist besser von Lernen am Modell zu sprechen, weil es nicht darum gehen kann, Verhalten einfach zu kopieren. Bestimmte Varianten der Vorbildpädagogik konnten sich das Lernen am Vorbild nur als striktes Imitationslernen im Sinne von Nachahmungslernen vorstellen. Aber das ist eine Engführung, weil dabei übersehen wird, dass Kinder und Jugendliche eigenständige Subjekte sind, deren Lernprozesse nicht ohne die eigene Beteiligung vor sich gehen. Es ist zu berück-

---

<sup>23</sup> U. Unterbruner, *Umweltangst-Umwelterziehung. Vorschläge zur Bewältigung der Ängste Jugendlicher vor Umweltzerstörung*, Linz 1991, S. 88.

sichtigen, dass Vorbilder authentische Modelle sind, die zu denken geben und Angebote von Möglichkeiten des Verhaltens machen, die zu prüfen sind und kritisch-konstruktiv angeeignet werden können. Ich verwende den Begriff Modell, um dieser Differenz zur alten Vorbildpädagogik willen.

Im Bereich des ethischen Lernens war schon immer deutlich, dass dem Lernen am Vorbild/Modell eine große Bedeutung zukommt. In den letzten Jahren ist durch entsprechende Forschungen dieser Sachverhalt erneut sehr viel deutlicher geworden. Im Gefolge der siebziger Jahre des vorigen Jahrhunderts, die durch einen riesigen Traditionsabbruch gekennzeichnet waren, hatte man die Bedeutung des Lernens am Modell teilweise nicht wahrhaben wollen<sup>24</sup>.

Wenn man bedenkt, dass zu diesem Lernen am Modell auch der ganze mediale Bereich gehört, wird deutlich, wie viele Angebote des Umgangs mit Angst die Kinder und Jugendlichen bekommen. Vieles, was beispielsweise im Fernsehen geboten wird, ist problematisch oder keineswegs akzeptabel. Dass den Eltern und ihrer Art des Umgangs mit Angst eine besondere Bedeutung zukommt, ist so selbstverständlich, dass man es fast nicht eigens zu sagen bräuchte.

(2) *Gespräche gegen die Angst*. Es ist nicht zu bestreiten, dass das Reden über die Angst, das Gespräch wohl das wichtigste „Mittel“ darstellt, um gegen die Angst „anzugehen“. Dies gilt für alle Lebensbereiche: die Schule, das Elternhaus und die christliche Gemeinde. „Nichts ist schlimmer, als allein Angst zu haben“ – dieser Satz des Pädagogen H. Gudjons<sup>25</sup> spricht eine große Weisheit aus. Die Interaktion zwischen Menschen, insbesondere auch das generationenübergreifende Gespräch, ist nicht eine Möglichkeit unter anderen, sondern *die* entscheidende Mitte aller Bemühungen, mit realer Angst umzugehen.

Ich denke, ich brauche nur an die Erfahrungen zu erinnern, die ein jeder, eine jede selbst in dieser Sache selbst gemacht hat: Allein schon die Tatsache, dass etwas an- und ausgesprochen wird, kann bereits entlastend wirken. Inhalt dieser Gespräche kann vielerlei sein. Sehr häufig ist es

---

<sup>24</sup> Ausführlicher dazu G. Adam, Ethisches Lernen heute, in: Schulfach Religion 20, 2001, H. 1 / 2.

<sup>25</sup> Schülersein nach Tschernobyl, in: Westermanns Pädagogische Beiträge 1986, H. 9, S. 13.

wichtig, jemandem zu versichern, dass man für ihn da ist und bei Bedarf Zeit für ein Gespräch hat. Dabei stellt die Tatsache, dass man Zeit hat und damit bereit ist, jemandem Anteil zu geben an dem Wichtigsten, über das wir verfügen: unsere Zeit – allein dies hat oft schon eine positive Wirkung.

Bei Gespräch ist dabei sowohl an Einzel- wie Gruppengespräche zu denken. Neben der spezifischen Angst der einzelnen Person gibt es ja auch so etwas wie Formen „genereller Angst“, die eine Behandlung in der Gruppe erfordern. Ich erinnere nur an das Stichwort der Existenzangst, wie es seinerzeit in der Existenzphilosophie bei Jean Paul Sartre, Martin Heidegger u.a. herausgearbeitet wurde. Oder es ist an die Atomreaktorkatastrophe in Tschernobyl oder den Golfkrieg zu denken. Die Behandlung solcher Thematiken ist durchaus in der Jugendgruppe oder in der Schulklasse möglich. Für solche Gespräche gibt es mancherlei methodische Möglichkeiten. Ein wichtiges Vehikel stellen dabei Bilder dar, welche die Gesprächsteilnehmer/innen selbst anfertigen (von der Kritzelei bis zum ausgeführten Bild). Dieser Weg ermöglicht eine gute methodische Strukturierung der Gespräche<sup>26</sup>. Selbst das Stationenlernen kann, m.E. freilich nur in einem begrenztem Umfang, dafür eingesetzt werden<sup>27</sup>.

(3) *Zur Hoffnung erziehen* – oder: dem Hoffnungspotential biblischer Texte nachgehen. Wenn wir von religionspädagogischer Seite aus die Frage des Umgangs mit der Angst angehen, so stellt sich notwendigerweise auch die Frage danach, welche Rolle die biblische Überlieferung in diesem Zusammenhang spielt. Ich möchte der Frage in der Weise nachgehen, dass ich zunächst allgemein darauf eingehe, in welcher Weise die Beschäftigung mit biblischen Texten eine Hilfe für Kinder und Erwachsene sein kann, zu einem veränderten Umgang mit Situationen der Angst zu finden. Dann konkretisiere ich das im folgenden Abschnitt an zwei Beispielen: der Geschichte von David und Goliath und an den Psalmen.

---

<sup>26</sup> S. zum Methodenaspekt U. Unterbruner, aaO., S. 70ff.

<sup>27</sup> S. dazu K. Schunke, Angst und Geborgenheit. Lernstationen für die Grundschule, in: Die Brücke 3, 1998, H. 2, S. 22-28.

Hinsichtlich der ersten Frage sei - im Sinne exemplarischer Anstöße zum eigenen Weiterdenken - eine Reihe von Impulsen zusammengestellt<sup>28</sup>:

- Angsthaben ist nach biblischer Überlieferung eine *menschliche Grundsituation*.
- Angsthaben ist in der Regel mit der *Erfahrung eigener Begrenzung* verbunden (des Lebens, der Handlungsfähigkeit, der Macht, der Kompetenz).
- Angsthaben weist auf die *Spannung* zwischen lebensnotwendiger Entwicklung, Freiheit, Selbständigkeit und dem Wunsch nach unbedingtem Vertrauen, Geborgenheit und Sicherheit hin.
- Menschliche Angst wird in den *biblischen Texten* unterschiedlich gedeutet. Einige Deutungen verstehen die menschliche Angst als Folge des zerbrochenen Vertrauens zwischen Gott und Mensch (z.B. Gen 3: Sündenfallgeschichte) und beschreiben Gott vor allem als Richter.
- Andere Erzählungen konzentrieren sich auf Gottes *Angebot der Hilfe* in Situationen der Angst. Hier begegnet Gott dem Menschen als der Zuhörer, Liebhaber und Tröster, als einer, bei dem man Zuflucht suchen und finden kann.
- Das Leben von Menschen, die in Vertreibung und Flucht, im Aufbegehren und Streit und angesichts des Todes (Joh 11,1-6.7-34) in Angst verwickelt sind, kann sich verändern, wenn sie erfahren, dass ihnen *Vertrauen und Zuwendung* entgegengebracht wird, dass sie von anderen getragen und gehalten werden.
- Jesu Gebet im Garten Gethsemane ist ein wesentliches, wenn nicht gar das zentrale neutestamentliche Paradigma im Blick auf den Umgang mit Angst.
- In vielen Jesusgeschichten ist dies das Thema: Indem Jesus die Menschen in ihrer Angst ansieht, sich Zeit für sie nimmt und ih-

---

<sup>28</sup> Teilweise unter Bezug auf V. Elsenbast/E. Goßmann, aaO., S. 82 f.

nen zuhört, verändert sich ihre Situation (z.B. Mk 4,35-41, Lk 19, Mt 8).

- Der Apostel Paulus redet ausdrücklich von seiner eigenen Angst. Er bekennt gegenüber der Gemeinde in Korinth: „Ich schrieb euch aus großer Bedrängnis und Herzensangst heraus und unter vielen Tränen.“ (2 Kor 2,4). Paulus bezieht sich auf Unterdrückung, Verfolgung, Verrat usw. in der Gegenwart und verweist zugleich auf das Sterben und darin auch die Auferstehung Jesu. Das Sterben ist Bild und Verheißung dafür, dass auch die tiefste Angst „aufgehoben“ ist in der Gegenwart des Gekreuzigten und Auferstandenen.

Diese wenigen Hinweisen möchten deutlich machen, welches Potential die biblische Überlieferung enthält, um die vielfältigen Ängste von Kindern und Jugendlichen, aber auch von Erwachsenen anzugehen.

## 6. Zur Hoffnung erziehen

Neben den altersbedingten Ängsten im Zusammenhang mit Entwicklungsaufgaben sind es insbesondere die Zukunftsangst, die Versagensangst, vor allem hinsichtlich der Leistungsanforderungen generell und im Blick auf die Schulanforderungen im besonderen (daraus kann ein Minderwertigkeitsempfinden resultieren, auf Grund dessen man sich zurückzieht) und die Gewissensangst, die in jedem Falle in Familie und Schule Beachtung verdienen.

In einer Lebenswelt, in der viel von Leistung, Leistungsoll, Leistungskontrolle usw. die Rede ist, in der Leistung einen sehr hohen Stellenwert hat, und in der Leistungsgesellschaft Rivalität, Stress, Kampf um Durchsetzung und Selbstbehauptung bedeutet, entsteht leicht die Angst zu scheitern und herauszufallen. Das kann rasch in *Versagensangst* umschlagen. Daraus kann sich ein Minderwertigkeitsempfinden entwickeln. Hier geht es darum, den Kindern und Jugendlichen die Erarbeitung eines Selbstwertgefühls zu ermöglichen, das auf einer eigenen Identität, wie fragmentarisch auch immer, beruht, die durch biblische Schlüsselbegriffe wie Ebenbild Gottes, Söhne und Töchter Gottes zu kennzeichnen ist. Die Schöpfungserzählungen, Psalm 8 und Reich-Gottes-Gleichnisse Jesu sind hier die einschlägigen biblischen Texte.

Im Blick auf die *Gewissensangst* bedarf es der Begegnung mit und Schulung an der befreienden Aussage des Paulus, dass wir niemandes Urteil unterliegen, sondern Gott allein die Instanz ist, vor der wir uns zu verantworten haben (vgl. 1 Kor 10). Die uns gewährte Freiheit (vgl. das „mir ist alles erlaubt“ von 1 Kor 6, 12) ermöglicht die Ausbildung des Mutes zum Wagnis der eigenen Verantwortung. Hier wird man mit Hilfe biblischer Texte jenen Satz Dietrich Bonhoeffers zu buchstabieren haben, in dem es heißt, dass die Deutschen erst heute anfangen „zu entdecken, was freie Verantwortung heißt. Sie beruht auf einem Gott, der das freie Glaubenswagnis verantwortlicher Tat fordert und der dem, der darüber zum Sünder wird, Vergebung und Trost zuspricht.“<sup>29</sup>

Die Zukunftsangst fordert heraus, einen Weg zu finden, dass man zum Leben „Ja“ sagen kann. Die Angst vor dem, was da kommt, spielt an den Lebensübergängen eine Rolle. Eine solchermaßen herausgehobene Situation ist der erste Schultag. Auch hier stellt sich rasch Angst ein. Ich stieß auf einen Bericht eines Elternteiles, der ein pointiertes Beispiel dafür aufgezeichnet hat, in welcher Weise die Begegnung mit einem biblischen Text Veränderung bewirken kann. Anstelle weiterer theoretischer Überlegungen gebe ich daher dies pointierte Beispiel wieder. Es wurde von dem Professor für Pädagogik Friedemann Maurer auf Grund eigener Erfahrung aufgezeichnet<sup>30</sup>: Es handelt sich dabei um die Geschichte von „David und Goliath“:

„Mein älterer Sohn Michel ist in diesen Tagen in die Schule gekommen. Wie in den meisten Familien hatte das große Ereignis schon in den Wochen und Monaten zuvor seinen Schatten vorausgeworfen. Im Waldorfkindergarten arbeitete er an seiner ‚Schulpuppe‘, stellte aus Wolle und Stoffresten gleichsam sein *alter ego* her, das er dann zu seinem Erstaunen, und wohl im Unterbewussten den bevorstehenden Abschied von seiner seitherigen Kinderrolle fühlend, auch *Michel* taufte. Der Kindergarten machte seinen traditionellen und nur für die Betroffenen und deren Eltern arrangierten Schulkinderausflug. Der Schulranzen mitsamt Anfängerutensilien wurde nach sorgfältigem Studium der Prospekte und Schaufensterauslagen von der ganzen Familie

<sup>29</sup> D. Bonhoeffer, *Widerstand und Ergebung*, München 1964, S. 14f.

<sup>30</sup> F. Maurer, *Vom pädagogischen Sinn des Erzählens*, in: *Wege zum Menschen* 33, 1981, S. 136f.

eingekauft und im Triumphzug von künftigen ABC- Schützen nach Hause getragen, um in der Folgezeit bei allerlei Paraden stolz vorgezeigt zu werden. Nur zu verständlich, dass bei der Abwesenheit des künftigen Schülers auch dessen jüngerer Bruder sich mit dem neuen Statussymbol gemessenen Schrittes einem dankbaren Publikum präsentierte, denen er allen Ernstes weiszumachen versuchte, er käme in die Schule ...

Hinter diesem ganzen Ritual, das den Status- und Rollenwechsel begleitet, baut sich aus dem mehr oder minder bewussten Trennungsängsten des Kindes und der keimenden Verlustdepression der Eltern eine zwiespältige Erwartungsspannung in der Familie auf, ein untergründiges Schwanken vor allem der Kinder zwischen der diffusen Angst vor dem Neuen und der zuversichtlichen Hoffnung auf neue Möglichkeiten, auf Zuwachs an Wissen und Sinn, auf größere soziale Wertschätzung.

Die Eltern versuchen vergeblich, durch verschiedene Informationen über den sachlichen Aspekt des Schulanfanges und durch den Hinweis auf ihre berufsmäßige Vertrautheit und Kompetenz in Schulfragen die Spannung zu mildern. Erst in der Kirche, beim Gottesdienst für die ABC-Schützen, als zwei Kindergärtnerinnen in einfachen Worten und durch Flanellbilder unterstützt die Geschichte von David und Goliath erzählen, beginnt Michael von innen her zuversichtlich und froh zu werden – die Eltern übrigens auch. Die diffuse Angst vor dem Unbekannten weicht unter dem Einfluss der Abwehr- und Hoffnungsphantasie, die plötzlich im Bild des kleinen Davids, der nur mit seiner Schleuder bewaffnet dem furchterregend gepanzerten und gewappneten, den Gott Israels lästernden Riesen Goliath entgegentritt, von Michels Kümmernis Besitz ergreift. Buchstäblich mit dem Stein aus Davids Schleuder, der dem übermächtigen Philister in die Stirn fährt, dass er ‚tot zur Erde auf sein Angesicht‘ fällt, weichen Unsicherheit und innere Unruhe und verwandeln sich in nach vorn gerichtete Sicherheit und freudige Erwartung.“

Ich denke, die Erzählung spricht für sich. Sie illustriert sehr schön, in welcher Weise die Angst vor dem Neuen, vor der Zukunft zum menschlichen Leben gehört und wird an bestimmten Stellen „aktiviert“. Die Geschichte von David und Goliath ist für den Bereich des Kindergartens offensichtlich eine geeignete biblische Geschichte, um etwas von der

Dimension der Zuversicht und Hoffnung des christlichen Glaubens zu vermitteln<sup>31</sup>.

## 7. Das Alphabet der Hoffnung buchstabieren

Weltangst und Zukunftsangst sind bis zu einem gewissen Grade immer ein Element des Aufwachsens von Kindern gewesen, so wie das auch im zuvor angeführten Beispiel sich zeigte. Aber inzwischen hat die Zukunftsangst ein Ausmaß erreicht, das eine neue „Qualität“ im Sinne von Intensität erreicht hat. Der innere Beginn dürfte der Abwurf der ersten Atombombe und die damit real gewordenen technischen Möglichkeiten des Menschen zur Vernichtung allen menschlichen Lebens auf dem Globus sein.

Seit Ende der siebziger Jahre des vorigen Jahrhunderts häufen sich Untersuchungen, die bei Kindern und Jugendlichen ein beunruhigendes Maß von Zukunftsängsten feststellen. So hatten z.B. bei einer Befragung in Norddeutschland im Jahre 1985 77 % der Jugendlichen Angst vor Umweltzerstörung. Ein gleiches Ergebnis erbrachte die Shell-Jugendstudie von 1985: 74 % der Jugendlichen hielten es für sicher oder wahrscheinlich, dass Technik und Chemie die Umwelt zerstören würden. Im Jahr 1991 erschien ein Forschungsbericht der Pädagogin Ulrike Unterbruner über Zukunftsvorstellungen österreichischer Jugendlicher aus der Gegend von Salzburg. Sie hatte 302 Schülerinnen und Schüler eine Fantasiereise in die Zukunft machen lassen. Erstaunlich war nun, so schreibt die Autorin, dass mehr als die Hälfte der Jugendlichen, nämlich 55 % eine Welt gesehen hatten, die sie pessimistisch stimmte. Lediglich ein Viertel äußerte optimistische Zukunftsvisionen. 80 % Mädchen wie Burschen in gleicher Weise bezogen Natur und Umwelt in ihre Zukunftsvisionen ein. Knapp 60 % sahen diese gestört und zerstört, wobei besonders Luft- und Wasserverschmutzung, Landschaftszerstörung eine Rolle spielen<sup>32</sup>.

---

<sup>31</sup> R. Schindler bezeichnet die Hoffnung explizit als Leitmotiv religiöser Erziehung. Sie schreibt: „Im Begriff Hoffnung versuche ich die entscheidende Bereicherung, die unser Leben mit der Besinnung auf Religion erfährt, vorläufig zusammenzufassen.“ (Zur Hoffnung erziehen. Gott im Kinderalltag, Lahr/Zürich 1999, S. 32)

<sup>32</sup> Umweltangst-Umwelterziehung, aaO., Teil I: Zukunftsvorstellungen von jungen Leuten.

Damit ist eine Situation gegeben, die sich von der Situation früherer Kindheiten grundsätzlich unterscheidet. Ingo Baldermann ist derjenige Religionspädagoge, der diese Herausforderung am entschiedensten aufgegriffen hat. Er stellt die Forderung auf, dass keine Appelle gegeben werden dürfe auf die eigene Frage der Schüler/innen, ob die Welt noch sein werde, wenn sie Erwachsene sein würden. Vielmehr sei eine tragfähige Antwort zu finden. „Tragfähig ist die Antwort nur, wenn sie Hoffnung enthält, und tragfähig ist die Hoffnung nur, wenn sie nicht von einer irgendwann einmal kommenden Wende spricht, sondern jetzt Wege zeigt, Hoffnungsvolles zu tun und im Sinne dieser Hoffnung zu leben. Eine Hoffnung, die nicht diese Chance gibt, ist paranoid.“<sup>33</sup>

Religionspädagogisch bedeutet dies, dass wir es mit einer Angst zu tun haben, die der Frage nach dem Notwendigen gilt. Und notwendig ist für die kommende Generation nichts so sehr wie eine glaubwürdige und tragfähige Hoffnung. Besonders die Psalmen haben hier große Bedeutung. Sie haben eine Sprache, so dass die Angst nicht in der Sprachlosigkeit versinkt, sondern Gottes Zuwendung eingefordert wird. Ingo Baldermann verdeutlicht das am Klagepsalm 71. Dort heißt es in Vers 20:

„Du lässt mich erfahren viele und große Angst  
und machst mich wider lebendig  
und holst mich wieder herauf aus den Tiefen der Erde.“

Dazu bemerkt Baldermann: „Der Satz beschwört Erfahrungen. Der Anfang blickt zurück; er spricht im Perfekt. Genau übersetzt sagt er: Du hast mich sehen lassen (perf. hi.) gewaltige und schlimme Ängste.“ „Du machst mich wieder lebendig“. Das vollzieht sich jetzt, es fängt schon an. „Ohne Frage ist das Zurückholen aus der Tiefe in diesem Psalm ganz diessseitig gemeint. Aber auch ohne dass wir auf die hebräischen Zeitformen reflektieren müssen, sagt der Satz doch ganz eindeutig: Dieses Heraufholen aus der Tiefe ist nicht ein Intermezzo, dem ein neuer Absturz folgen wird und schließlich der endgültige in die Tiefe des Todes. Das Heraufholen bekommt das Gewicht des Endgültigen; das letzte Wort behält hier nicht die Angst, sondern das Leben.“<sup>34</sup>

<sup>33</sup> I. Baldermann, Die Bibel – Ein Buch des Lernens, Göttingen 1980, S. 10.

<sup>34</sup> I. Baldermann, Einführung in die biblische Didaktik, Darmstadt 1996, S. 201.

Baldermann berichtet immer wieder, in welcher Weise Kinder und Jugendliche gerade mit den Psalmen einen unmittelbaren Zugang zur Bibel gewinnen. Er berichtet, wie Kinder auf einmal im Unterricht aus heiterem Himmel fragten: „Jetzt sagen Sie uns mal ehrlich glauben Sie, dass wir noch erwachsen werden?“<sup>35</sup>

Dies war eine Frage des Zweifels und der Angst. Baldermann antwortet nicht mit einem „Natürlich“. Denn er macht sich selbst große Sorgen. Er wählte den Weg, dass die Schüler/innen selbst entdecken konnten, was ihnen half, mit ihrer Angst umzugehen. „Immer wieder hat es sich bestätigt, dass zumal für Kinder nirgendwo sonst in der Bibel eine so spontane, unmittelbare und umfassende Identifikation möglich ist wie mit den Worten der Klage ... Zweidrittel der biblischen Psalmen sind Klagepsalmen, in denen einzelne für ihre Not und Angst Sprache finden.“<sup>36</sup>

Baldermann stellt heraus, dass mit der Klage „das Alphabet der Hoffnung“ beginnt. Die Kinder hätten offensichtlich in diesen Worten der Psalmen eigene Erfahrungen wiedererkannt, für die sie bis dahin keine Sprache besaßen. Sie hätten sich an die Sätze der Psalmen herangetastet und dabei offenkundig eigene Erfahrungen zur Sprache gebracht. Dies geschah in behutsamer Weise. Um nicht zuviel von sich selbst preiszugeben, sei das häufig mit der Einleitung „vielleicht ist da einer, der ...“ geschehen<sup>37</sup>. In den Gesprächen kommt es zu einer direkten Kommunikation zwischen den Kindern und den biblischen Texten. Die Worte der Klage helfen zu einem anderen Umgang mit belastenden Erfahrungen. Sie finden dadurch ihren Ausdruck statt sich angsterzeugend in die Tiefe der Sprachlosigkeit festzusetzen. Die Klage ist ein Hilferuf. Und das ist der Anfang des Widerstandes gegen die Angst. „Und so beginnt mit der Klage schon das Alphabet der Hoffnung.“<sup>38</sup>

Dabei verweist Baldermann darauf, dass es didaktisch nicht erlaubt ist, Gott als Lösung des Problems der Angst einzuführen. Es gibt keine Lösung für die Erfahrung tiefer Angst. Man kann nur versuchen, Gegenerfahrungen aufzubauen. Um solche Gegenerfahrungen für die Angst zu ermöglichen, bieten wiederum die Vertrauensworte in den Psalmen uner-

---

<sup>35</sup> I. Baldermann, Psalmen, in: G. Adam/R. Lachmann (Hg.), Elementare Bibeltexte, Göttingen 2001, S.137.

<sup>36</sup> AaO., S. 138.

<sup>37</sup> Ebd.

<sup>38</sup> AaO., S. 139.

schöpflische Ansätze: „Du bist mein Fels und meine Burg (31,4), mein Lied (118, 14) und meines Lebens Kraft (27,1) ... Diese Worte begleiten Kinder und Jugendliche in ihren eigenen Erfahrungen mit Angst und Einsamkeit und geben ihnen die Chance, das Gefängnis der Angst selbst aufzubrechen.“<sup>39</sup>

Mit diesem letzten Satz von Baldermann wollen wir die Überlegungen zum Hoffnungspotential biblischer Texte abschließen<sup>40</sup>. Ein letzter Hinweis: Spannend wäre es sicher auch, der Frage nachzugehen, in welcher Weise Lieder zur Bewältigung von Angst beitragen können. Ich erinnere nur als Beispiel an das Lied von Dietrich Bonhoeffer „Von guten Mächten treu und still umgeben“ (Evangelisches Gesangbuch, Nr. 65).

---

<sup>39</sup> AaO., S. 142.

<sup>40</sup> An Literatur sei noch genannt: W. Koch, Im Dunkel der Angst. An Symbolen und biblischen Texten mit Kindern und Jugendlichen über Angst sprechen, in: Beiträge pädagogischer Arbeit 42, 1999, S. 34-60 sowie: U. Hoffmann/H. Rupp, Unterrichtsmaterialien „Wir haben Angst“, in: E. Marggraf/M. Polster (Hg.), Unterrichtsideen Religion. 6. Schuljahrgang, Stuttgart 1997, S. 113-129.