

Das wissenschaftlich- religionspädagogische Lexikon im Internet

(WiReLex)

Jahrgang 2016

Angst

Mia-Maria Fischer, Tanja Gojny

erstellt: Februar 2022

Permanenter Link zum Artikel:

<http://www.bibelwissenschaft.de/stichwort/201022/>



DEUTSCHE
BIBEL
GESELLSCHAFT

Angst

Mia-Maria Fischer, Tanja Gojny

1. Angst – Phänomen und Begriff

1.1. Angst als ambivalentes Phänomen

Angst ist in höchstem Maße ambivalent: Bisweilen lähmt diese Emotion Menschen – ob für die Dauer eines Referates vor der Klasse oder im Falle einer Angststörung über einen längeren Zeitraum. Sie kann zu Ausgrenzung, Einsamkeit und Isolation führen und sogar zu Aggression und Entsolidarisierung gegenüber anderen. Dass Angst auf physischer und psychischer Ebene wie auch im sozialen Bereich einengt, spiegelt sich in der Etymologie des Begriffs, der sich über indogermanische und althochdeutsche Zwischenstufen auf lat. *angustia*, *angor* und *anxietas* (Enge, Bedrängnis, Beengung) zurückführen lässt.

Gleichzeitig ist Angst ein effektives Warnsystem. Der *kalte Schauer*, der über den Rücken läuft, erhöhte Puls- und Atemfrequenz, ein Schweißausbruch, geschärfte Sinne – all dies sind Signale, die einen in Alarmbereitschaft versetzen und anzeigen: Achtung, hier wird es gefährlich. Angst fördert Verhaltensweisen des Menschen, die auch aus der Tierwelt bekannt sind – Schutzsuche, Flucht, Abwehrhaltungen etc. – und kann helfen, Vor-Sorge für die Zukunft zu treffen. Indirekt verweist dieses Gefühl damit auf die „anthropologische Vulnerabilität“ (Fuchs, 2016, 49f.; → [Anthropologie](#)). Der Mensch erfährt sich selbst als angreifbar, verletzlich und endlich. Wohldosiert kann Angst sogar positiv erlebt werden, etwa als „Kick“ beim Ausüben von Extremsportarten oder als kribbelnde Spannung beim Verfolgen von Sportevents, dem Sehen von Abenteuer- oder Horrorfilmen oder dem Lesen von Krimis.

1.2. Versuche einer Begriffsklärung

Es gibt immer wieder Versuche, den Begriff der Angst präzise von anderen Begriffen des entsprechenden Wortfeldes abzugrenzen. So gibt es eine breite Tradition der Unterscheidung zwischen Angst und Furcht. In dieser wird die Angst verstanden als ein ungerichtetes, frei flutendes Gefühl und die Furcht als eine Emotion, die auf bestimmte Gegenstände oder Sachverhalte bezogen ist (Demmerling/Landwehr, 2007, 63). In der Alltagssprache werden diese Begriffe allerdings meist synonym verwendet und auch im wissenschaftlichen Diskurs gibt es keinen Konsens bezüglich einer eindeutigen Abgrenzung (Häfner, 1971, 310-314).

Einen solchen herzustellen, dürfte auch insofern schwerfallen, als das Phänomen Angst aus vielfältigen wissenschaftlichen Perspektiven – in sehr unterschiedlicher Intensität – beleuchtet und erforscht wird. Zu nennen sind hier zum einen die Humanwissenschaften, z.B. Kognitionsforschung und Neurowissenschaft, die von der psychologischen (und dann psychotherapeutisch orientierten) Angstforschung aufgegriffen werden, und die Biologie, die die körperlichen und biochemischen Abläufe sowie Reaktionsmuster der Angst untersucht. Zum anderen war die Angst schon immer Gegenstand der Auseinandersetzung in Philosophie und Theologie, im Lauf der Zeit in veränderter Gestalt. Aber auch in der kulturwissenschaftlichen und religionswissenschaftlichen Forschung spielt Angst seit einiger Zeit eine größere Rolle, immer in Dialog, zum Teil auch in Abgrenzung zu den Humanwissenschaften (Koch, 2013, 1). Dass Angst „als basales gesellschaftliches Phänomen“ trotz des sogenannten *emotional turns* in der Soziologie noch wenig erforscht wird, wird

inzwischen zumindest als Forschungsdesiderat formuliert (Koch, 2013, 61-70).

Gerade in der Theologie wird die Angst oft in Beziehung zu unterschiedlichen Gegenbegriffen thematisiert. Schon biblische Texte weisen auf die Spannung zwischen Angst und dem Vertrauen und Hoffen auf Gottes Hilfe und Unterstützung hin. Paul Tillich identifiziert den Mut als begriffliches Gegenüber zur Angst, der sich allen Widrigkeiten zum Trotz im Mut zum Sein als von Gott angenommen versteht (siehe Kapitel 2.) und den Weg zum Glauben (→ [Glaube](#)) eröffnet. Das erlösende Potenzial des christlichen Glaubens wird in der Betonung von Zuversicht und Hoffnung auf Gott angesichts von ängstigenden Situationen deutlich.

1.3. Begriff der Angst in der Bibel

Angst und Furcht sowie ihre Gegenbegriffe spielen in den Texten des Alten und Neuen Testaments eine bedeutende Rolle. Schon die vielfältigen Wortfelder und die Fülle an sinnverwandten Vokabeln (Fuhs identifiziert bis zu dreißig Begriffe, die entweder für sich oder im Kontext von *irach* [hebr. fürchten, sich ängstigen, verehren] stehen und damit zum Wortfeld „Angst“, „Furcht“, „Schrecken“ gehören. Fuhs, 1982, 872-874; Becker, 1965, 1-18) machen dies deutlich, wobei die Thematik im Alten Testament prominenter vertreten ist als im Neuen Testament (Romaniuk, 1983, 756).

In beiden Testamenten variieren dabei nicht nur die Bedeutungen der einzelnen Lexeme stark, sondern auch ihre Verwendungskontexte. Im Folgenden werden einige genannt: Angst im Verhältnis zum Glauben (z.B. [1Joh 4,17](#)), die Todesangst bzw. Angst vor dem Tod (z.B. [Jes 38,17](#); [Hi 3,25](#); [21,6](#); [22,10](#)), die wiederum anders gelagerte Gottesfurcht (z.B. [Ex 28,17](#); [2Sam 7,23](#); [Ps 66,3](#); [Hi 3,25f.](#); [Apg 10,2.22](#); [13,16.50](#); [17,17](#); [18,8](#)), die Furcht der Jünger angesichts verschiedener Wunder Jesu (z.B. [Mt 8,23-27](#); [Mt 14,22-33](#); [Lk 5,1-11](#); [Lk 7,11-17](#)).

Eine klare begriffliche Trennung zwischen den Begriffen „Angst“ und „Furcht“ ist schwer auszumachen – teilweise werden beide synonym, teilweise aber auch differenziert gebraucht (Romaniuk, 1983, 756f.). In welcher Weise die Verwendung der Begriffe in verschiedene Kontexte eingebettet ist, kann nur eine exegetische Untersuchung der einzelnen Stellen herausarbeiten (z.B. für das Alte Testament: Kipfer, 2016, 15-79; Gemünden, 2013, 255-284).

2. Angst und christliche Religion – systematisch-theologische Perspektiven

Angst und Religion stehen in einem komplexen Wechselverhältnis zueinander: Zum einen können Phänomene sowie Aspekte der *eigenen* wie auch *fremder* Religion auf höchst unterschiedliche Weise Angst und Furcht auslösen. So verbreiten z.B. fundamentalistisch grundierte Gewalttaten Angst und Schrecken und führen dabei zum Teil auch zu Angst vor konkreten Religionen wie auch allgemein vor dem Phänomen *Religion*. Dies wiederum ist ein möglicher Grund dafür, dass Angehörige spezifischer Religionsgemeinschaften bisweilen Angst davor haben, ihre Religionszugehörigkeit offen zu zeigen bzw. sich überhaupt als religiös ansprechbar zu outen. Nicht nur bei Menschen früherer Generationen können religiöse Vorstellungen, wie z.B. die Vorstellung eines strafenden Gottes, auch Ängste auslösen oder zumindest fördern.

Im Laufe der Geschichte des Christentums zeigen sich Wandlungen hinsichtlich dessen, wovor Christinnen und Christen Angst haben. Die ersten Christen erwarteten ihr unmittelbar bevorstehendes Ende und apokalyptischen Ängste wie Hoffnungen waren Teil des Glaubenslebens. Im Mittelalter potenzierten sich die Ängste schürenden Vorstellungen von einem Endgericht Gottes, den Qualen des Fegefeuers, das auf die zu strafenden Sünder

wartete. Durch die beiden Weltkriege und die vielfältigen, nicht zuletzt durch Industrialisierung und Technisierung mitbeeinflussten gesellschaftlichen Umbrüche richtete sich die Angst primär auf ein befürchtetes Chaos, „das durch keinen Fortschritt in den Wissenschaften und in der Entwicklung des einzelnen Menschen auf Dauer besiegt werden kann“ (Kühne, 2001, 286).

In der theologischen Beschäftigung mit der Angst spielt ihr Zusammenhang mit dem Glauben eine entscheidende Rolle. Zu oft wurde die Angst als Symptom des Unglaubens und als Sünde verstanden und der Glaube als Situation völliger Angstfreiheit interpretiert (Körtner, 2001, 73). Der Religion kam so die Aufgabe zu, diese wünschenswerte Angstfreiheit herzustellen bzw. Angst möglichst zu minimieren und aus dem Leben fernzuhalten. Dies ist nicht nur eine höchst unrealistische Perspektive, weil sie der Annahme widerspricht, Angst sei ein anthropologisch grundlegendes Phänomen menschlichen Lebens. Darüber hinaus reduziert sie Religion auf die Funktion einer reinen Kontingenzbewältigung, was nicht die Vielschichtigkeit von Religion widerspiegelt (Richter, 2017, 13).

Aus der langen Geschichte einer theologischen Beschäftigung mit der Angst werden im Folgenden einige besonders wichtige und folgenreiche Positionen vorgestellt.

Die erste systematisierte Form eines theologischen Angstverständnisses findet sich bei *Augustin* in seiner Schrift *De civitate Dei* (Augustinus, 1981). Anhand von differenzierten Bibelauslegungen kommt Augustin zu einer Unterscheidung zwischen zwei verschiedenen Arten von Furcht. Die positiv verstandene *timor filialis* und die negativ besetzte, weil auf göttliche Strafe bezogene *timor servilis*. Durch die zunehmend wachsende Gnade Gottes kann sich die letztere in die *timor filialis* umwandeln (Koch, 2019, 15f.; Drecoll, 2020).

Diese Vorstellung einer stufenweisen Verwandlung der Angst durch die Liebe Gottes fand ihren Eingang in der theologischen Fortentwicklung im Mittelalter. Gebrochen wurde diese schließlich durch *Martin Luther*, (→ [Luther, Martin \(1483-1546\)](#)) der im Zuge seiner strikten Ablehnung jeglicher als Werkgerechtigkeit verstandenen Selbstermächtigung des Menschen Abschied von einer stufenweise verstandenen Angstbewältigung nimmt. Auch wendet er sich strikt gegen die Vorstellung, Glaube und Frömmigkeit könnten aus einer negativ konnotierten Furcht vor Gott resultieren. Im Gegenteil deutet er im Zuge seiner Auslegung der Klage- und Bußpsalmen (1517) die Furcht um und versteht sie als Ausdruck der bewussten Unterwerfung unter das göttliche Urteil über die Sünde (→ [Sünde/Schuld](#)) (Luther, 1883; Kappelhoff, 2019, 151; Dietz, 2009, 174-180). Hieraus könne dann Gerechtigkeit bzw. gerechter und damit tröstender Glaube erwachsen, wie Luther schon in seiner Römerbriefvorlesung (1515/16) deutlich macht (Luther, 1938; Dietz, 2009, 128-173). Später versteht der Reformator immer stärker das Wort des Evangeliums als wirksamste, äußere Quelle des Heils, das den selbstzerstörerischen Kreislauf des sich ängstigenden Individuums unterbrechen kann. Die Predigt des Gesetzes hingegen wird als Angst fördernd und so als Kehrseite der erlösenden Rechtfertigung verstanden (Körtner, 2001, 80; Dietz, 2009, 252-254). Luther hält am Begriff der Gottesfurcht im Sinne einer Haltung des Respekts gegenüber Gott fest. Diese ist aber nicht mit der Angst vor dem Gericht Gottes gleichzusetzen, das nun keinerlei soteriologische Bedeutung mehr hat. Nur das Rechtfertigung vermittelnde Evangelium kann kreative Quelle für Glaubens- und Lebensmut sein. Der Glaube, der aus der Einsicht resultiert, dass Rettung und Heil nur *sola gratia Dei* erteilt werden, ist bei Luther immer ein angefochtener Mut, der sich in der Fülle des Lebens verlieren, aber auch wiederfinden lässt.

Eine weitere, einschneidende Beschäftigung mit der Angst liefert der Philosoph und Theologe *Sören Kierkegaard*, indem er Angst und Furcht grundlegend voneinander unterscheidet und Angst in direkte Verbindung mit der menschlichen Erfahrung von Freiheit bringt (Kierkegaard, 1935): Die Furcht beschreibt Kierkegaard als gegenstandsbezogenes Gefühl, die Angst dagegen

als gegenstandslos und darüber hinaus als im Selbstverhältnis des Menschen verortet, der sich als auf die Freiheit hin angelegt erfährt. So erscheint die Angst als höchst ambivalentes Gefühl, das im Verheißen der Freiheit zugleich anziehend und abschreckend ist (Kappelhoff, 2019, 152).

Den Mut als Gegenspieler der Angst identifiziert *Paul Tillich* (1886-1965) mit seinem Werk *The Courage to Be* (1952). Auch wenn Tillich seine Angsttheorie dezidiert in seine Zeit hineingeschrieben hat, kann sie aufgrund ihrer komplexen Inter- und Intradisziplinarität und ihres Bezugs zu einer umfassenden theologischen Wirklichkeitsbeschreibung (Ihben-Bahl, 2020, 113) auch für den heutigen Angstdiskurs eine relevante Gesprächspartnerin sein. In der Angst als *existential anxiety* (dt. existenzielle Angst bzw. radikale Angst) erfährt der Mensch das Nichtsein, indem er mit seiner eigenen Endlichkeit konfrontiert wird (Tillich, 1952, 64; Slenczka, 2017, 177). Sie ermöglicht dem Menschen die Erschließung der Wirklichkeit und zeigt zugleich einen Weg des Umgangs mit ihr auf. Dies nennt Tillich „Partizipation“ (Tillich, 1952, 86). So kann dem Menschen auch bewusst werden, dass Gott auch bzw. gerade in den Widersprüchen, den Abgründen des menschlichen Lebens erlebt und gefunden werden kann – ganz im Sinne der lutherischen *theologia crucis* (Slenczka, 2017, 180f.). Die Fähigkeit und Motivation des Menschen, auch durch Widrigkeiten des Lebens zu gehen, liegt im Mut zum Sein begründet, dessen Quelle Gott, das Sein-Selbst ist. In der Mitte von Tillichs Theologie steht demnach der Mensch, der in der Wirklichkeit Gottes erkennt, was ihn bedroht, was ihm Angst macht, aber auch wahrnehmen kann, „was ihn sein lässt“ (Ihben-Bahl, 2020, 123).

3. Heranwachsende und Angst – empirische Perspektiven

Dass Kinder und Jugendliche gelegentlich Angst haben und auch Phasen erleben, in denen sie häufiger bzw. intensiver Angst haben als sonst, gehört zu ihrer normalen Entwicklung. Bei solchen entwicklungsbedingten Ängsten verändern sich im Laufe der Kindheit die Angst auslösenden Reize: So sind bei Säuglingen zunächst Angst vor lauten Geräuschen und Trennungsängste wahrnehmbar; Kleinkinder haben mit der Entwicklung der Fähigkeit zum prä-operationalen Denken besonders häufig Angst vor Phantasiegestalten, potenziellen Einbrechern sowie der Dunkelheit; dies liegt daran, dass sie zwar bereits die Fähigkeit entwickelt haben, sich etwas vorzustellen, zugleich aber noch nicht hinreichend zwischen Phantasie und Realität unterscheiden können. Ab der frühen Kindheit, also dem späteren Kindergartenalter, überwiegt die Furcht vor natürlichen Katastrophen wie Feuer, Überflutung, Gewitter, Verletzungen und Tieren; dies beruht darauf, dass die Heranwachsenden zunehmend fähig werden, konkret-operational, das heißt in konkreten logischen Begriffen, zu denken. In der „mittleren“ Kindheit hängt das Selbstwertgefühl vieler Kinder immer stärker von schulischen und sportlichen Leistungen ab; hiermit korrespondiert die Zunahme von Leistungsängsten. In ähnlicher Weise fürchten sich Jugendliche, die ihren Selbstwert stark von Beziehungen zu Peers ableiten, insbesondere davor, von Gleichaltrigen zurückgewiesen zu werden (Essau, 2014, 24).

Eine Reihe soziologischer Studien zeigt, dass Ängste von Kindern wie von Jugendlichen nicht nur in der Entwicklungspsychologie, sondern auch in ihren Lebensumständen begründet sind.

So machen sich nach der Studie *Children's Worlds+* zu Bedarfen von Heranwachsenden aus dem Jahr 2019 in Deutschland 5,6 % der Kinder „immer“ um die finanzielle Situation ihrer Familie Sorgen, 10,7 % „oft“ und 35,5 % „manchmal“ (Andresen/Möller, 2019, 135). Dabei hängen „[s]owohl das Gefühl von Sicherheit als auch die erfahrene psychische und

physische Unversehrtheit [...] mit dem Maß an Sorgen über finanzielle Ressourcen zusammen“ (Andresen/Möller, 2019, 102). Viele Kinder haben Angst um ihre Sicherheit in der Familie, in der Schule und/oder in der Nachbarschaft. Lediglich 60,1 % der Befragten fühlen sich überall sicher (Andresen/Möller, 2019, 85f.).

Das LBS-Kinderbarometer (LBS = Landesbausparkasse) gibt Auskunft über die Angst vor Klassenarbeiten: jedes fünfte Kind [hat] „oft“ (11 %) bis „sehr oft“ (9 %) Angst und 27 % fürchten sich vor ihnen zumindest „manchmal“ (Müthing/Razakowski/Gottschling, 2018, 126). Dabei fürchten sich Mädchen deutlich häufiger vor Tests als Jungen (Müthing/Razakowski/Gottschling, 2018, 127); zudem sind überdurchschnittlich viele Kinder mit Migrationshintergrund betroffen (Müthing/Razakowski/Gottschling, 2018, 130). Die Angst vor Klassenarbeiten, die ab der fünften Jahrgangsstufe deutlich zunimmt, verbindet sich häufig mit der Angst vor dem Sitzenbleiben und Ärger mit den Eltern aufgrund schlechter Noten (Müthing/Razakowski/Gottschling, 2018, 130).

Bezüglich der Ängste Jugendlicher gibt u.a. die Shell-Studie Auskunft, die regelmäßig 12- bis 25-Jährige befragt. Nach der Untersuchung von 2019 blicken Jugendliche grundsätzlich eher optimistisch in die Zukunft; „Zukunftsängste und Zweifel [bewegen] in erster Linie die sozial benachteiligten Jugendlichen“ (Shell, 2019, 13). Zugleich wird deutlich, wie sich in den Ängsten der jungen Menschen in Deutschland die aktuellen politischen Debatten spiegeln. Kein Thema macht diesen so viel Angst wie die Umweltverschmutzung, die 71 % der Jugendlichen Sorgen bereitet, „gefolgt von der Angst vor Terroranschlägen (66 %) sowie dem Klimawandel“ (Shell, 2019, 15; 57).

Dass Ängste junger Menschen auch milieuhabhängig sind, wird insbesondere in der Sinus-Jugend-Studie deutlich, der zufolge sich die „Bildungsfernen“ am meisten Sorgen über ihre Zukunft machen. Angehörige der „Gruppe der Prekären“ haben nicht selten existenzielle Sorgen, während „Konsum-Materialisten [...] eher der Gedanke pessimistisch [stimmt], ihre ausgeprägten Konsumwünsche aufgrund finanzieller Probleme nicht angemessen befriedigen zu können“ (Calmbach/Flaig/Edwards/Möller-Slawinski/Borchard/Schleer, 2020, 227). Vor allem Schülerinnen und Schüler an Gymnasien machen sich weniger Sorgen um Materielles, sondern „fragen sich, ob und wie ‚glatt alles laufen wird‘“ (Calmbach/Flaig/Edwards/Möller-Slawinski/Borchard/Schleer, 2020, 227). Jugendliche postmoderner Lebenswelten „stresst der Gedanke an die Zukunft kaum“, vielmehr vertrauen sie auf sich, ihre Fähigkeiten und Chancen. „Postmaterielle“ haben am ehesten Angst vor einem Job, mit dem sie sich nicht selbst verwirklichen können und der sie nicht erfüllt. Daneben beschäftigt sie mehr als andere „die Frage nach gesellschaftlichen und ökologischen Problemen der Zukunft“ (Calmbach/Flaig/Edwards/Möller-Slawinski/Borchard/Schleer, 2020, 227). Insgesamt zeigt sich aber, dass bei Jugendlichen individuelle Sorgen im Vordergrund stehen, die die persönliche, private wie berufliche Zukunft betreffen. Hinzu treten bei jedem/jeder fünften Jugendlichen Sorgen um den sozialen Nahraum, wie die Furcht vor Trennung von Familie und enge Bezugspersonen, Gesundheit in der Familie und Erfolg der Freunde und Freundinnen (Calmbach/Flaig/Edwards/Möller-Slawinski/Borchard/Schleer, 2020, 228).

4. Religionspädagogische und -didaktische Perspektiven

Das Phänomen der Angst spielt insgesamt im religionspädagogischen Diskurs eine

untergeordnete Rolle; einige Beiträge widmen sich dem Thema gleichwohl aus unterschiedlichen Perspektiven und mit unterschiedlichen Akzentuierungen (z.B. Baldermann, 2018; Bednarzick, 2009; Itze, 2007; Adam, 2001; Ellerbrock, 2001; Stajkowski, 2000). Religionspädagogisch relevant ist Angst nicht nur als Thema im Religionsunterricht (4.1), sondern auch als mögliche Beeinträchtigung des Lernklimas (4.2), als Grunderfahrung, die nach Hoffnung und „Mut zum Sein“ als religionspädagogische Grundperspektive fragen lässt (4.3), auch für die Gestaltung religiösen Schullebens bedeutsam ist (4.4) und nicht zuletzt auch im Kontext christlicher Lebenskunstbildung eine Rolle spielt (4.5).

4.1. Angst als Thema im Religionsunterricht

Angst kommt in aktuellen Religionslehrplänen im Kontext unterschiedlicher Lernbereiche und Themenzuschnitte in den Blick, wie eine exemplarische Auswertung der Lehrpläne in Bayern und Sachsen zeigt (Staatsinstitut für Schulqualität und Bildungsforschung, o.J.; Sächsisches Staatsministerium für Kultus, o.J.; *Abkürzungen im Folgenden: GS: Grundschule, MS: Mittelschule, RS: Realschule, GYM: Gymnasium*). Dabei ist eine Auseinandersetzung mit Angst häufig in *problemorientierten* Lehrplanthemen verortet, bei denen Fragen nach persönlichen Hoffnungen und Befürchtungen, Sinn- und Wertorientierungen und Fragen des Zusammenlebens im Zentrum stehen (z.B. GS 3/4 Bayern „existentielle Fragen stellen“, GS 1/2 Sachsen „Nach Gott und dem Sinn der Welt fragen“, MS 8 Bayern „Leben im Gleichgewicht“, MS 10 Bayern „Weitergehen – was Hoffnung gibt“, GYM 6 Bayern „Anders, fremd, verschieden“).

Daneben wird das Thema der Angst in Lehrplänen auch mit *biblischen Texten* und Traditionen verbunden, insbesondere mit der Passionsgeschichte (z.B. in den Lernbereichen GS 1/2, 3/4 Bayern „Jesus Christus“), mit Psalmen (z.B. RS 5 Bayern „Erfahrungen mit Gott als Begleiter auf dem Lebensweg“), der Noah-Erzählung (z.B. GS 2 Sachsen „Nach Gott und dem Sinn der Welt fragen“), der Prophetie (z.B. GYM 8 Bayern „Propheten und die Frage nach Gerechtigkeit“) und eschatologischen Texten (z.B. GYM 12 Bayern „Schon und noch nicht – christliche Hoffnungsbilder“).

Auch im Zusammenhang *kirchengeschichtlichen Lernens* sehen Religionslehrpläne häufig explizit eine Beschäftigung mit dem Thema der Angst vor – besonders bei der Behandlung des Themas Reformation (z.B. MS 8 Bayern „Reformation und ihre Auswirkungen auf die Gegenwart“).

Je nach inhaltlicher Verortung verbinden sich mit einer Auseinandersetzung mit Angst unterschiedliche Zielsetzungen: So kann z.B. intendiert werden, dass Schülerinnen und Schüler lernen, diese Emotion differenziert wahrzunehmen und sie angemessen wort- wie symbolsprachlich auszudrücken (Gilgenreiner, 2007, 20; Bednarzick, 2009, 229). Der Schwerpunkt kann aber auch darauf gelegt werden, dass die Heranwachsenden sowohl die Lebensfeindlichkeit als auch -dienlichkeit von Angst erkennen und sich mit der Frage auseinandersetzen, inwiefern christlicher Glaube zu einem hilfreichen Umgang mit ihr beitragen kann (Bednarzick, 2009, 229). Angesichts der gesellschaftlichen Relevanz des Phänomens Angst ist es wichtig, dass diese im Religionsunterricht nicht individualistisch verengt wird, sondern berücksichtigt wird, dass diese Emotion immer wieder auch gezielt geschürt wird, um politische, religiöse und wirtschaftliche Interessen durchzusetzen und Menschen zu beherrschen. Dabei wird es im Religionsunterricht darum gehen, die mit diesen Strategien implizit vermittelten Menschenbilder aus der Perspektive des christlichen Glaubens kritisch zu beleuchten. Nicht ausgeblendet werden darf dabei auch die Schuldgeschichte einer religiösen Sozialisation und Erziehung in Familie, Schule und Religionsgemeinschaften, die Menschen gängstigt statt befreit hat und es mitunter immer noch tut.

Eine besondere Herausforderung stellt die Thematisierung apokalyptischer Motive im

Christentum dar – sowie deren Rezeption u.a. auch in politischen Zusammenhängen (z.B. Klimapolitik). Dabei kann gerade eine differenzierte Auseinandersetzung mit apokalyptischen Traditionen im Christentum helfen zu unterscheiden, inwiefern christlicher Glaube Menschen in die Verantwortung für ein Engagement für gerechte Verhältnisse ruft, inwiefern diese Verantwortung aber auch begrenzt ist: Die „Rettung“ der Welt bleibt den Menschen entzogen.

Für die Thematisierung von Angst eignen sich eine Reihe von didaktischen Zugängen und Methoden wie z.B. die eine Auseinandersetzung mit Liedern (z.B. Loredana: „Angst“; Silly: „Die Furcht der Fische“; Grönemeyer: „Angst“), mit Filmen (insbesondere dystopischen Science-Fiction-Filmen), mit Wahlplakaten und -flyern (u.a. zum Thema Migration, Klimawandel bzw. -katastrophe, Digitalisierung), mit Gemälden (z.B. Munch, Der Schrei), mit Bilderbüchern (z.B. Francesca Sanna: Ich und meine Angst; Alex Scheffler/Julia Donaldson, Der Grüffelo; Alex Scheffler/Julia Donaldson, Das Grüffelokind), Gedichten (z.B. von Erich Fried „Angst und Zweifel“, „Angst vor der Angst“, „Was es ist“, „Fürchte dich nicht?“) sowie mit Auszügen aus aktueller christlicher Literatur zur Lebens- oder Sterbenskunstbildung (siehe Kapitel 4.5.).

Hinsichtlich der Methodenwahl ist es wichtig, auf der einen Seite zwar die Schülerinnen und Schüler zu ermuntern, offen über ihre Angst-Erfahrungen zu sprechen, auf der anderen Seite ist aber auch darauf zu achten, dass im Unterricht ausreichende Distanzierungsmöglichkeiten gegeben sind und dieser nicht emotional übergriffig wird. Mitunter finden sich in der Praxisliteratur in dieser Hinsicht problematische Hinweise, wie z.B. der Vorschlag für eine Symbolhandlung, bei der die Heranwachsende ihre Ängste auf Zettel schreiben, die Ängste im Gebet vor Gott bringen und dann ihre Zettel entweder schreddern oder verbrennen (Sigg, 2013, 21).

4.2. Angstfreies Lernklima als Grundanforderung an Unterrichtsqualität

Angstfreiheit gehört zu den Grundbedingungen eines lernförderlichen Unterrichtsklimas – und stellt somit ein wichtiges Qualitätsmerkmal von Religionsunterricht dar. Nach Andreas Helmke und Friedrich-Wilhelm Schrader ist ein solches positives Unterrichtsklima durch „freundlichen Umgang, wechselseitigen Respekt, Wärme und Herzlichkeit sowie eine entspannte, oft mit Humor verbundene Atmosphäre gekennzeichnet“ (Helmke/Schrader, 2019, 707). Dazu gehören eine positive Fehlerkultur, der Verzicht auf Leistungsbewertung in Lernphasen und eine Langsamkeitstoleranz durch Wartezeiten, wenn Schülerbeiträge erwartet werden (Helmke/Schrader, 2019, 707). Obgleich der Religionsunterricht nicht zu den typischen „Angstfächern“ gehört, sondern von vielen Schülerinnen und Schülern eher als entspannend wahrgenommen wird (Schwarz, 2019, 91), ist es wichtig, dass Religionslehrkräfte sich bewusst darum bemühen, ein angstfreies Lernklima herzustellen. Dabei gilt es nicht nur einen unnötigen Leistungs- und Notendruck zu vermeiden, sondern auch Distanzbedürfnisse zu respektieren.

4.3. Hoffnung und „Mut zum Sein“ als religionspädagogische Grundperspektive

Aus religionspädagogischer Sicht wird insbesondere betont, dass religiöse Erziehung keinesfalls Angst vor Gott provozieren dürfe, wie dies z.B. durch die Vermittlung der Vorstellung eines strafenden Gottes (Oberthür, 1986) oder durch ein moralisch verkürztes Sündenverständnis (Ellerbrock, 2001, 41) geschehen könnte. Vielmehr sollte sich der Religionsunterricht primär „daran orientieren, den ‚Mut zum Sein‘ (Tillich) zu stärken, beispielsweise durch Angebote auf der Basis der christlichen Tradition (Geschichten, Symbole, Gestalten), die geeignet sind, das Urvertrauen (Erikson) [...] zu stärken“ (Ellerbrock, 2001, 41). Wie solch eine „hoffnungsorientierte Religionspädagogik“ konkret aussehen kann, wird unterschiedlich akzentuiert: Nach Siegfried Stajkowski solle sie sich konsequent an der Lebenswelt und Biografie der einzelnen Subjekte orientieren – insbesondere an den Krisen und Brüchen im

Lebenslauf; ihre Grundaufgabe sei die „Lebensbegleitung“ (Stajkowski, 2000, 244f.). Willi Bednarzick verweist besonders auf das Potential biblischer Wundergeschichten zur „Angstbewältigung“ bzw. „Angstbearbeitung“ (Bednarzick, 2009, 173; 194) und entwirft ein Unterrichtsmodell zur Geschichte von der Sturmstillung nach [Mk 4, 35-41](#). Auch Ingo Baldermann betont, wie wichtig es ist, biblische Hoffnungsperspektiven zu erschließen – und regt dazu an, mit der Schülerschaft die Klage-Psalmen als Sprachschule der Hoffnung zu erschließen (Baldermann, 2018). Gerade durch die ausdrückliche Beschreibung der Krisensituation erlauben sie die Artikulation von Gefühlen, die diese hervorruft, und damit eine produktive Distanzierung zur belastenden Situation (Gärtner, 2016, 75-81). Für einen symboldidaktischen Neuansatz wirbt insbesondere Ulrike Itze, die Kinderängsten in der Grundschule durch eine „Symboldidaktik“ als „Symboldrama“ begegnen möchte (Itze, 2007, 203). Wenn sie konstatiert, dass es die „Aufgabe der gegenwärtigen Religionspädagogik [bleibt], [...] Kinderängste verstärkt wahrzunehmen und ihnen im Sinne der christlichen Botschaft befreiend und antwortend zu begegnen, ohne die Ängste zu negieren bzw. sie als etwas Negatives und zu Überwindendes zu betrachten“ (Itze, 2007, 16), dann ist dem grundsätzlich zuzustimmen. Hilfreich werden entsprechende Versuche insbesondere dann sein, wenn sich seelsorgerliche Impulse mit einem aufmerksamen Blick dafür verbinden, wo Ängsten am sinnvollsten durch eine Verbesserung der Verhältnisse begegnet werden kann, die sie auslösen.

4.4. Angst und (religiöses) Schulleben

Angst, Stress, Mobbing, Sorgen – in schwierigen Situationen möchten Schulseelsorgerinnen und -seelsorger (→ [Schulseelsorge/Schulpastoral](#)) durch spezifische Gesprächs- und Beratungsangebote Schülerinnen und Schüler beistehen und gegebenenfalls auch weitere kompetente Hilfe vermitteln. Auch Schulgottesdienste (→ [Schulgottesdienst](#)) und multireligiöse Feiern (→ [multireligiöse Schulandachten](#)) haben eine seelsorgerliche Dimension und können dazu beitragen, Ängsten Ausdruck zu verleihen, mit ihnen besser umzugehen und neuen Mut und Hoffnung zu schöpfen. Insbesondere bei gottesdienstlichen Angeboten zur Begleitung von (bildungs-)biografischen Übergängen ist es vielen Lehrkräften ein Anliegen, den Heranwachsenden die Angst vor dem Neuen zu nehmen. Wie Marcel Saß herausstellt, entspricht bei Einschulungsgottesdiensten diese Intention häufig nicht der tatsächlichen Gefühlslage der Schulanfängerinnen und -anfänger, die sich vor allem freuen, nun endlich Schulkinder zu sein (Saß, 2010, 88).

Es gehört zur seelsorgerlichen Dimension auch des Religionsunterrichts, dass Lehrkräfte versuchen, durch aufmerksames Wahrnehmen von Sprach- und Gefühlsäußerungen, Besonderheiten des Gesichts- und Körperausdrucks sowie von Handlungen und Sozialkontakten Angsterleben bei Kindern und Jugendlichen sensibel wahrzunehmen (Itze, 2007, 27-31) und nach Möglichkeiten zu suchen, mit den Heranwachsenden ins Gespräch zu kommen, die unter Ängsten leiden und ihnen gegebenenfalls weiterführende Hilfsangebote zu machen.

Daneben gibt es an vielen Schulen Projekte, die auf unterschiedliche Weise dazu beitragen können, dass Schulseelsorger, aber auch zum Teil Menschen in ganz anderen Lebenszusammenhängen, mit weniger Ängsten leben müssen: Sie setzen nicht bei einer „Bewältigung“ oder Bearbeitung von Ängsten an, sondern versuchen vielmehr, die Anlässe und Gründe für Angsterleben durch den Einsatz für eine friedlichere und gerechtere Welt zu minimieren. Exemplarisch genannt seien Projekte wie *fairtrade-Schule*, *internationale Nachhaltigkeitsschule*, *Schule gegen Rassismus* und unterschiedlichen Projekte zur Antisemitismus-Prävention.

4.5. Angst und christliche Lebenskunstbildung

Wie sich Impulse aus dem christlichen Glauben für einen lebensdienlichen Umgang mit der Emotion der Angst gewinnen lassen, ist nicht allein eine religionspädagogisch wie seelsorgerlich dimensionierte Frage, sondern berührt auch andere praktisch-theologische Disziplinen bzw. Handlungsfelder, in denen die Bildungsdimension von besonderer Bedeutung ist. Besonders hervorzuheben ist hierbei eine Auseinandersetzung mit der Angst im Bereich einer „Lebenskunstbildung“ (Bubmann, 2009; Huizing, 2009; Gojny, 2008) sowie gegenwärtiger christlicher „Sterbekunst“ als notwendiger Aspekt religiöser Bildung (Roser, 2019; Buchs, 2018; Steffensky, 2007; Wagner, 2006).

Die Ritual- und Textgeschichte einer christlichen *ars moriendi* (dt. Sterbekunst) ist mit dem Thema der Angst eng verbunden – insbesondere der Angst vor einem unvorbereiteten Tod, Anfechtungen in der Sterbestunde und dem Verlust des Seelenheils, denen die reformatorischen Sterbeunterweisungen durch das Betonen der Heilsgewissheit, der Lehre der Rechtfertigung durch den Glauben, den Hinweis auf den Trost durch die Sakramente und die Erinnerung an die Passion Christi zu begegnen suchten (Reinis, 2020, 202-209). Religiöse Praxisformen sind dazu geeignet, den Blick angesichts von Angst für Strategien des Umgangs (wieder) zu weiten. Sie tun dies z.B., indem sie Möglichkeiten bieten, das eigene Leid „durch das Leid Jesu Christi anzusehen“ (Wabel, 2017, 100). Die Angst wird in das Gottesverhältnis mit aufgenommen, deutlich wird dies z.B. im Ruf Jesu am Kreuz (Flebbe, 2017, 61). Religiöse Phänomene des Loslassens, der Hingabe, der Selbstfürsorge oder der Sorge für andere können Möglichkeiten des Umgangs mit der Angst bzw. mit einer ängstigen Situation darstellen. Dies kann als Resilienz bezeichnet werden – verstanden als ein Krisenphänomen, das kein Garant für ein leidfreies Leben darstellt, sondern vielmehr menschliche Vulnerabilität betont und damit für eine krisensensible Identitätsbildung und Identitätsarbeitsfähigkeit von Bedeutung werden kann (Richter, 2017, 12f.).

So kann christliche Lebenskunst der Hoffnung Raum geben. Sie ist narrativ, drückt sich in Hoffnungsgeschichten aus und lädt zum Einschreiben in die eigene Biografie ein. Christliche Lebenskunst ist Praxis – sie setzt auf aktive Hoffnungsarbeit und ist sich gleichzeitig der grundlegenden Gegebenheit des Lebens bewusst (Gojny, 2008, 242).

[Angaben zu Autor / Autorin finden Sie hier](#)

Empfohlene Zitierweise

Fischer, Mia-Maria, Gojny, Tanja, Art. Angst, in: Wissenschaftlich Religionspädagogisches Lexikon im Internet (www.wirelex.de), 2022

Literaturverzeichnis

- Adam, Gottfried, Gespräche gegen die Angst – Erziehung zur Hoffnung. Umgang mit der Angst aus religionspädagogischer Sicht, in: Körtner, Ulrich H. J. (Hg.), Angst. Theologische Zugänge zu einem ambivalenten Thema, Neukirchen-Vluyn 2001, 33-52.
- Andresen, Sabine/Möller, Renate, Children's Worlds+. Eine Studie zu Bedarfen von Kindern und Jugendlichen in Deutschland, Gütersloh 2019. Online unter: https://www.bertelsmann-stiftung.de/fileadmin/files/Projekte/Familie_und_Bildung/Studie_WB_Children_s_Worlds_Gesamtauswertung_2019.pdf abgerufen am: 18.07.2021.
- Augustinus, Aurelius, De civitate Dei, hg. v. Bernhard Dombart/Alphons Kalb, Stuttgart 1981.
- Baldermann, Ingo, Psalmen, in: Adam, Gottfried/Lachmann, Rainer (Hg.), Elementare Bibeltexte, Theologie für Lehrerinnen und Lehrer 2, Göttingen 7. Aufl. 2018, 135-156.
- Becker, Joachim, Gottesfurcht im Alten Testament, Rom 1965.
- Bednarzick, Willi, Angst – Glaube – Wunder Kinderängste und die Kraft der Religionspsychologie, Hannover 2009.
- Bubmann, Peter, Lebenskunstbildung – ein Prospekt, in: Bednorz, Lars/Kühl-Freudenstein, Olaf/Munzert, Magdalena (Hg.), Religion braucht Bildung – Bildung braucht Religion. Horst F. Rupp zum 60. Geburtstag, Würzburg 2009, 67-78.
- Buchs, Simone, Ars moriendi – ars vivendi: vor und nach dem Ende, in: Erbe und Auftrag 94 (2018) 2, 208-210.
- Calmbach, Marc/Flaig, Bodo/Edwards, James/Möller-Slawinski, Heide/Borchard, Inga/Schleer, Christoph, SINUS-Jugendstudie 2020. Wie ticken Jugendliche? Lebenswelten von Jugendlichen im Alter von 14 bis 17 Jahren in Deutschland, hg. v. Bundeszentrale für politische Bildung, Bonn 2020.
- Demmerling, Christoph/Landwehr, Hilge, Philosophie der Gefühle. Von Achtung bis Zorn, Weimar 2007.
- Dietz, Thorsten, Zur theologischen Deutung von Angst, in: Kappelhoff, Hermann u.a. (Hg.), Emotionen. Ein interdisziplinäres Handbuch, Berlin 2019, 150-154.
- Dietz, Thorsten, Der Begriff der Furcht bei Luther, Tübingen 2009.
- Drecoll, Volker H., Angst bei Augustin, in: Hermeneutische Blätter 26 (2020) 1, 87-100.
- Ellerbrock, Jochen, Art. Angst, in: Lexikon der Religionspädagogik I (2001), 36-41.
- Essau, Cecilia A., Angst bei Kindern und Jugendlichen, München 2014.
- Flebbe, Jochen, „Ich glaube – hilf meinem Unglauben.“ Strukturen antithetischer Krisenbewältigung im Neuen Testament, in: Richter, Cornelia (Hg.), Ohnmacht und Angst aushalten. Kritik der Resilienz in Theologie und Philosophie, Stuttgart 2017, 47-70.
- Fuchs, Thomas, Anthropologische und phänomenologische Aspekte psychischer Erkrankungen, Heidelberg 2016.
- Fuhs, Hans, Art. אַיִן järe', in: Theologisches Wörterbuch zum Alten Testament 3 (1982), 869-893.
- Gärtner, Judith, Lebensstark aus der Klage. Traditionen der Hebräischen Bibel in der Perspektive von Resilienz am Beispiel von Ps 22, in: Praktische Theologie 51 (2016) 2, 75-81.
- Gemünden, Petra von, Affekte in den synoptischen Evangelien. Die Bedeutung der literarischen Gattung für die Darstellung von Zorn, Begierde, Furcht/Angst und Neid, in: Gemünden, Petra von/Horrell, David G./Küchler, Max (Hg.), Jesus – Gestalt und Gestaltungen, Göttingen 2013, 255-284.
- Gilgenreiner, Doris, Trauer, Wut und Angst in der Grundschule, in: Katechetische Blätter 132 (2007), 20.
- **Gojny, Tanja, Bangen & hoffen, in: Bubmann, Peter/Sill, Bernhard (Hg.), Christliche Lebenskunst, Regensburg 2008, 239-250.**
- Häfner, Heinz, Art. Angst/Furcht, in: Historisches Wörterbuch der Philosophie 1 (1971), 310-314.
- Helmke, Andreas/Schrader, Friedrich-Wilhelm, Qualitätsmerkmale „guten Unterrichts“, in: Mertens, Gerhard u.a. (Hg.), Handbuch der Erziehungswissenschaften, Paderborn 2019, 701-712.
- Huizing, Klaas, Fürchte dich nicht: die Kunst der Entängstigung, Frankfurt a. M. 2009.

- Ihben-Bahl, Sabine, Gottes Mut und Tillichs Beitrag – zu den Besonderheiten und der bleibenden Relevanz von Paul Tillichs Angsttheorie, in: Hermeneutische Blätter 26 (2020) 1, 111-124.
- **Itze, Ulrike, Kinderängsten in der Grundschule begegnen. Durch Symbole mit der Angst leben, Baltmannsweiler 2007.**
- Kappelhoff, Hermann u.a. (Hg.), Emotionen. Ein interdisziplinäres Handbuch, Berlin 2019.
- Kierkegaard, Sören, Gesammelte Werke 11/12, hg. v. Christoph Schrempf, Stuttgart 1935.
- Kipfer, Sara, Angst, Furcht und Schrecken. Eine kognitiv-linguistische Untersuchung einer Emotion im Biblischen Hebräisch, in: Journal of Northwest Semitic Languages 42 (2016), 15-79.
- Koch, Elke, Konzepte von Emotion und Affekt im Mittelalter, in: Kappelhoff, Hermann u.a. (Hg.), Emotionen. Ein interdisziplinäres Handbuch, Berlin 2019, 13-22.
- Koch, Lars, Einleitung: Angst als Gegenstand kulturwissenschaftlicher Forschung, in: Koch, Lars (Hg.), Angst. Ein interdisziplinäres Handbuch, Stuttgart 2013, 1-4.
- **Körtner, Ulrich H. J., „Um Trost war mir sehr bange“. Angst und Glaube, Krankheit und Tod, in: Körtner, Ulrich H. J. (Hg.), Angst: theologische Zugänge zu einem ambivalenten Thema, Neukirchen-Vluyn 2001, 69-86.**
- Kühne, M., Art. Angst, in: Evangelischer Taschen Katechismus (2001), 285-287.
- Luther, Martin, Werke. Kritische Gesamtausgabe (Weimarer Ausgabe), Bd. 56, Weimar 1938.
- Luther, Martin, Werke. Kritische Gesamtausgabe (Weimarer Ausgabe), Bd. 1, Weimar 1883.
- Müthing, Kathrin/Razakowski, Judith/Gottschling, Maren, LBS-Kinderbarometer Deutschland 2018. Stimmungen, Trends und Meinungen von Kindern aus Deutschland, Recklinghausen 2018.
- Oberthür, Rainer, Angst vor Gott? Über die Vorstellung eines strafenden Gottes in der religiösen Entwicklung und Erziehung, Essen 1986.
- Reinis, Austra, Ars moriendi – Ritual- und Textgeschichte, in: Wittwer, Héctor/Schäfer, Daniel/Frewer, Andreas (Hg.), Handbuch Sterben und Tod, Stuttgart 2. Aufl. 2020, 202-209.
- **Richter, Cornelia, Ohnmacht und Angst aushalten. Kritik der Resilienz in Theologie und Philosophie, Stuttgart 2017.**
- Romaniuk, Kasimir/Lanczkowski, Günter/Schnurr, Günther, Art. Furcht, in: Theologische Realenzyklopädie 11 (1983), 755-766.
- Roser, Traugott, Eine neue Ars moriendi: zwölf Beobachtungen zu Sterben und Sterbebegleitung in der Tradition Martin Luthers, in: Luther 90 (2019) 1, 12-28.
- Saß, Marcell, Schulanfang und Gottesdienst. Religionspädagogische Studien zur Feierpraxis im Kontext der Einschulung, Leipzig 2010.
- Sächsisches Landesamt für Schule und Bildung, Verzeichnis der Lehrpläne und weitere Materialien, o.O. o.J. Online unter: <http://lpdb.schule-sachsen.de/lpdb/>, abgerufen am: 19.07.2021.
- Schwarz, Susanne, SchülerInnenperspektiven und Religionsunterricht. Empirische Einblicke – Theoretische Überlegungen, Stuttgart 2019.
- Shell Deutschland Holding (Hg.), Jugend 2019. Eine Generation meldet sich zu Wort, Weinheim 2019.
- Sigg, Stephan, Angst & Hoffnung. Zentrale Lebensthemen im Religionsunterricht – mal anders!, Donauwörth 2013.
- Slenczka, Notger, Trauma und Resilienz – ‚schlechthinnige Abhängigkeit‘ und ‚Mut zum Sein, in: Richter, Cornelia (Hg.), Ohnmacht und Angst aushalten. Kritik der Resilienz in Theologie und Philosophie, Stuttgart 2017, 163-182.
- Staatsinstitut für Schulqualität und Bildungsforschung, LehrplanPlus Bayern, München o.J. Online unter: <https://www.lehrplanplus.bayern.de/>, abgerufen am: 18.07.2021.
- Stajkowski, Siegfried R., Religiöse Erziehung zwischen Angst und Hoffnung. Ein religionspädagogisches Handlungsmodell, Münster 2000.
- Steffensky, Fulbert, Mut zur Endlichkeit: Sterben in einer Gesellschaft der Sieger, Stuttgart 2007.
- Tillich, Paul, The Courage to Be, New Haven 1952.
- Wabel, Thomas, Weisen der Verkörperung in der christlichen Schmerztradition und die Frage nach Resilienz, in: Richter, Cornelia (Hg.), Ohnmacht und Angst aushalten. Kritik der Resilienz in Theologie und Philosophie, Stuttgart 2017, 91-106.
- Wagner, Harald, Ars moriendi als Thema der Gegenwart, in: Una Sancta 61 (2006) 3, 189-192.

Impressum

Hauptherausgeberinnen:

Prof. Dr. Mirjam Zimmermann (Universität Siegen)

Prof. Dr. Heike Lindner (Universität Köln)

„WiReLex“ ist ein Projekt der Deutschen Bibelgesellschaft

Deutsche Bibelgesellschaft

Balinger Straße 31 A

70567 Stuttgart

Deutschland

www.bibelwissenschaft.de