

Titel: Zustandsangst bei sich selbst und anderen erkennen.

Jeder Mensch hat es irgendwann und irgendwo schon einmal erlebt: ein menschliches Grundgefühl, welches in bedrohlich empfundenen Situationen zum Vorschein kommt. Sie ist allgegenwärtig und kann jeden zu jederzeit überkommen - die Angst. Dabei gibt es verschiedenste Angstzustände, die die Problemlösungsfähigkeit, die verbale Kommunikation, die Aufmerksamkeit, die Wahrnehmungs-, die Denk- und die Gedächtnisprozesse beeinträchtigen.²

Evolutionsgeschichtlich hat die Angst eine wichtige Aufgabe. Angst schärft die Sinne, die in tatsächlichen oder vermeintlichen Gefahrensituationen ein entsprechendes Verhalten einleiten. Dieses Alarmsystem des Menschen ist sehr empfindlich eingestellt. Das Übersehen einer Bedrohung kann womöglich den Tod zur Folge haben.

Wissenschaftlich belegt ist, dass einige Menschen grundsätzlich ängstlich sind, andere wiederum weniger. Somit sind die Auswirkungen auf den menschlichen Organismus unterschiedlich.³

Furcht und Schreck sind Bezeichnungen für eine emotionale Erregung im Zusammenhang mit der Wahrnehmung von Gefahr. Furcht/Schreck bezieht sich dabei auf etwas Konkretes. Furcht/Schreck ist zielgerichtet und kann demnach mit dem Angstmodell von Spielberger, im Hinblick auf Zustandsangst, verglichen werden.⁴ Daher können Furcht/Schreck und Zustandsangst als Synonyme bezeichnet werden. Es wird durchgehend an dem wissenschaftlichen Begriff Zustandsangst festgehalten.

Folgende Hypothesen wurden geprüft:

- Die Wahrnehmung der Angst bei den anderen wird von der eigenen Zustandsangst beeinflusst.
- Die abhängige Variable der Zustandsangst steht in einem Zusammenhang mit den unabhängigen Variablen wie Alter, Lebensjahren, Aufnahmezeitraum, physische Leistungsfähigkeit u.a.

Untersucht wurde Zustandsangst vor dem Bungee Jumping und die Ergebnisse mit der Projektion der eigenen Angst in das Wahrnehmen der Angst bei anderen in einen kausalen Zusammenhang gebracht.

Die Untersuchung erfolgte dabei in Form eines Fragebogens des State-Trait-Angstinventars. Um repräsentative Ergebnisse zu erhalten, wurde die Einschätzung mit dem eigenen

² Vgl.: Baumann, 2009, S. 253-257

³ Vgl.: Baumann, 2009, S. 15-17

⁴ Vgl.: Häcker & Stapf 2009, S. 298

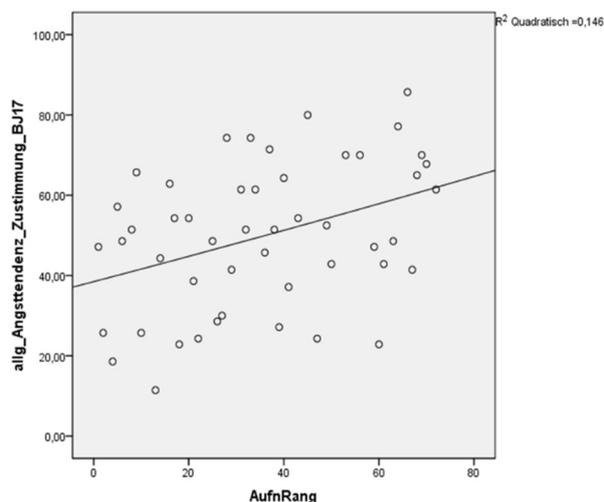
Portraitfoto im Moment kurz vor dem Absprung unterstützt. Zudem erfolgte die Erhebung nicht am Tag des Sprunges, sondern drei Wochen später, um auch der Nachhaltigkeit eine Bedeutung zu geben.

Die Ergebnisse über die Zustandsangst wurden mit den Ergebnissen des jeweiligen Aufnahmeverfahrens, welches 2 Monate vorher stattgefunden hatte, auf Korrelationen überprüft.

Die Projektion der eigenen Angst wurde zwischen den beiden Untersuchungseinheiten auf Basis der Portraitfotos abgefragt, um die Störvariable der Bekanntheit möglichst gering zu halten.

Die Untersuchungseinheiten bildeten Studierende der jeweiligen 1. Semester 2017 mit 76 und 2018 mit 80 Probanden.

Ergebnis (Auszug):



H: „Es gibt einen Zusammenhang zwischen Aufnahmerang und Zustandsangst beim Bungee Jumping 2017.“ [0,382 (auf dem Niveau 0,01 signifikant)]

Diskussion/Conclusio: Bei der Erhebungseinheit 2017 konnte verifiziert werden, dass die Aufnahmereihung beim Aufnahmeverfahren mit dem Alter korreliert (je älter umso besser der Rang) und je schlechter der Rang umso höher die Zustandsangst. Für Führungskräfte kann abgeleitet werden, dass Erfahrung ein wichtiger Faktor für den Umgang mit Angst bedeutet.

Die Ergebnisse des Bungee Jumping 2018 sowie die Projektionen eigener Angst mit der Angst anderer werden derzeit ausgewertet und stehen beim Forschungsforum zur Verfügung.

Quellen:

[1] Baumann S. 2009. Psychologie im Sport (5.Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer Verlag

[2] Häcker H.-O. & Stapf K.-H. 2009. Dorsch. Psychologisches Wörterbuch (15. Aufl.). Bern: Hans Huber Verlag