

Angst und Solidarität

Vortrag beim Landespsychotherapeut*innentag der PtK Berlin am 12.10. 2024

Prof. Dr. Hans-Jürgen Wirth

Vielen Dank für die freundliche Vorstellung und für die Einladung. Ich freue mich sehr hier zu Ihnen sprechen zu dürfen.

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

Lassen Sie mich mit einigen allgemeinen Überlegungen zur Bedeutung von Gefühlen beginnen. Das Gefühl der Angst hat einige Gemeinsamkeiten mit anderen Gefühlen und kann nur im Zusammenspiel mit anderen Gefühlen verstanden werden.

Die Differenziertheit und Komplexität der inneren Gefühlswelt ist ein charakteristisches Grundmerkmal des Menschen. Gefühle sind – neben den kognitiven Fähigkeiten – der Ersatz für die Instinkte bzw. deren Ergänzung. Sie ermöglichen die Orientierung in der sozialen und kulturellen Umwelt, die sich der Mensch immer wieder neu erschaffen muss.

Der Mensch teilt anderen seine Gefühle vor allem durch Mimik, aber auch durch Gestik, Körperhaltung, Tonfall und Lautstärke der Stimme sowie viele andere nonverbale Signale und schließlich durch Sprache mit. Der Mensch hat im Laufe der Evolution ein besonderes Sensorium, ein sehr feines Gespür für die Emotionen anderer Menschen entwickelt, indem er seine eigenen Gefühlsreaktionen registriert. Dies geschieht weitgehend unbewusst. Die Psychoanalyse hat dafür den Begriff der Gegenübertragung geprägt, aber dieses Phänomen spielt nicht nur in therapeutischen Zusammenhängen, in denen es entdeckt wurde, eine Rolle, sondern ist ein zentraler psychischer Steuerungsmechanismus. Der Mensch versucht ständig, sich eine Vorstellung davon zu machen, was der andere fühlt, denkt, weiß, wünscht und befürchtet und was er dementsprechend als Nächstes tun wird. Und er greift dabei auch die eigenen Gefühlsreaktionen zurück.

Gefühle haben dabei drei Funktionen: Erstens teilen wir dem anderen mit Hilfe unserer Gefühle mit, was uns innerlich bewegt – das ist die Ausdrucks- oder Mitteilungsfunktion der Gefühle.

Zweitens können wir mit ihrer Hilfe wahrnehmen, was den anderen innerlich beschäftigt – das ist die Wahrnehmungs- oder Erkenntnisfunktion der Gefühle.

Die dritte wesentliche Aufgabe der Gefühle besteht in der Bewertung der wahrgenommenen Situation: Ein Blick in das Gesicht eines anderen Menschen genügt, um zu wissen – oder zumindest zu ahnen –, ob er uns sympathisch ist, ob wir ihm vertrauen können, ob wir uns vor ihm fürchten müssen oder ob wir ihn sexuell anziehend finden. Dabei müssen diese Gefühle nicht stark sein, um eine steuernde Funktion auszuüben, sondern auch Emotionen minimaler Ausprägung spielen eine wichtige Rolle. Hinzu kommt, dass wir in der Regel mehrere Gefühle gleichzeitig empfinden und diese auch im Widerspruch zueinander stehen können. Komplexe, widersprüchliche und ambivalente Situationen können emotional wahrgenommen und ausgedrückt werden. Insofern haben Gefühle eine kognitive Funktion.

Ein bemerkenswerter Vorteil des emotionalen Systems gegenüber dem kognitiven System ist die Schnelligkeit, mit der hochkomplexe Situationen erfasst und bewertet werden. Bevor wir alle Aspekte einer Situation bewusst wahrnehmen und kognitiv verarbeiten können, haben wir sie in Sekundenbruchteilen gefühlsmäßig erfasst. Zudem sind Gefühle oft sehr treffsicher.

Entscheidend für die Wirksamkeit des emotionalen Systems ist jedoch seine Kopplung mit kognitiven Funktionen. Folgt man dem Neurowissenschaftler Antonio Damasio (2000), dann entfalten Gefühle erst dann ihre »vollständige und andauernde Wirkung« (ebd., S. 50), wenn sie bewusst gemacht werden, wenn wir nicht nur Gefühle haben, sondern auch wissen, dass wir sie haben und was sie ausdrücken und bedeuten: »Das Bewusstsein macht Gefühle der Erkenntnis zugänglich und [...] versetzt diese in die Lage, den Denkprozess durch Vermittlung des Fühlens zu durchdringen« (ebd.).

Diese Aspekte werden in der Mentalisierungstheorie von Peter Fonagy (et al., 2004) genauer konzeptualisiert. Gefühle haben auch eine selbstreflexive Funktion, was besonders bei Scham- und Schuldgefühlen deutlich wird.

Emotionen sind unsere ständigen Begleiter. Mehr oder weniger alle Objekte, sozialen Situationen und Atmosphären, die uns umgeben, lösen mehr oder weniger starke Emotionen und Stimmungen in uns aus. Wir können gar nicht anders, als emotional zu reagieren. Wir sind unseren Emotionen mehr oder weniger passiv ausgeliefert. Emotionen haben einen »Widerfahrnischarakter« (Prütting, 2013, S. 224). Wir müssen sie in der Regel erst erlebt und wahrgenommen haben, um sie verarbeiten und beeinflussen zu können. Mit dem Widerfahrnischarakter der Gefühle ist dasselbe Phänomen gemeint, das der Soziologe Hartmut Rosa (2022) als »Unverfügbarkeit« bezeichnet. Unsere Gefühle sind dem bewussten Willen immer nur teilweise verfügbar.

Negative, unangenehme oder aversive Gefühle wie Angst, Ekel, Scham, Schuld, Neid, Gier und Eifersucht sind nicht per se schlecht oder böse, ebenso wenig wie positive Gefühle per se immer gut sind. Positive Gefühle haben ebenso wie Empathie ihre »dunkle Seite« – um mit dem Literaturwissenschaftler Fritz Breithaupt (2017) zu sprechen. So kann ein Zuviel an liebevoller Nähe auch Instrumentalisierung oder Verschmelzung bedeuten. Aversive Gefühle sind wichtig, weil sie der Abgrenzung gegen Übergriffigkeit, Vereinnahmung, Dominanz und Instrumentalisierung dienen. Es geht also darum, auch negative Gefühle – auch Angst – bei sich selbst und bei anderen - wahrzunehmen, ernst zu nehmen, aber auch zu mentalisieren, zu regulieren und zu reflektieren, um dann – darauf aufbauend – zu handeln.

Gefühle, die man mit anderen teilt, stärken den Gruppenzusammenhalt. Das gilt sowohl für positive als auch für negative Gefühle. Kollektive Niederlagen können zu einer Kränkung des kollektiven Narzissmus führen und sogar politische Bewegungen motivieren. Auch im Populismus spielt die enorme affektive Erregung eine zentrale Rolle. Der affektive Furor aus Verbitterung, Ressentiment, Wut, Hass, Angst, Neid, Ekel, Scham und Beschämung, Verfolgungsgefühlen, moralischer Empörung, Rachegehlüsten und Einfühlungsverweigerung ist das eigentliche motivationale Ferment, das populistische Bewegungen antreibt (Wirth, 2023).

Kommen wir nun zur Angst: Was ist Angst? Wie fühlt sie sich an?

Angst und Furcht gehören zu den Emotionen, die bei allen Menschen und »in allen Kulturen auftreten und zu allen Zeiten bekannt waren« (Demmerlin & Landweer, 2007, S. 63). Auch höher entwickelte Tiere verfügen über dieses Reaktionsmuster. Es dient der Warnung vor Gefahren und hat insofern eine unmittelbare Überlebensfunktion. Sigmund Freud sprach vom Signalcharakter der Angst. Oft wird zwischen Furcht und Angst unterschieden: Furcht richtet sich auf konkrete Gefahren, auf die mit Vermeidung, Flucht oder Angriff reagiert werden kann. Angst richtet sich eher auf innere psychische Zustände, denen man nicht so leicht entkommen kann.

Angst ist ein elementarer Bestandteil des menschlichen Lebens. Sie tritt in den verschiedensten Schattierungen und Intensitätsgraden auf und vermischt sich mit anderen Gefühlszuständen. So wird beispielsweise das Gefühl der Scham durch die Angst vor der Scham verstärkt. Menschen sind unterschiedlich anfällig für Ängste bzw. haben unterschiedliche Reaktions- und Bewältigungsmuster im Umgang mit Ängsten. Bei leichteren Formen der Angst werden wir vielleicht neugierig, unruhig oder besorgt. Bei starken Ängsten entwickeln wir böse Vorahnungen. Schreckensbilder steigen in uns auf. Beziehen sich die Ängste auf das eigene Ich, fühlen wir uns schüchtern, verzagt, beklemmt, fassungslos, mutlos, sprachlos, starr vor Schrecken, wie versteinert, wie vom Donner gerührt. Unser Körper reagiert mit Gänsehaut, Unruhe erfasst uns, wir erstarren zur Salzsäule und werden aschfahl im Gesicht. Die Haare stehen uns zu Berge, das Herz beginnt zu rasen, der Angstschweiß tritt uns auf die Stirn, das Blut erstarrt in den Adern.

Diese Aufzählung von Ausdrucksformen der Angst soll deutlich machen, wie breit die Klaviatur ist, auf der Angstgefühle gespielt werden. Die dramatischen Töne gehören ebenso dazu wie die leisen. Die dramatischen Angstgefühle begegnen uns oft bei unseren Patientinnen und Patienten, wir kennen sie aber auch aus eigenem Erleben. Die leisen Angstgefühle begleiten uns oft, manchmal ohne dass wir es merken oder ohne dass wir sie so benennen könnten. Wenn Sie mich fragen, ob ich Angst vor diesem Vortrag habe, dann würde ich vielleicht sagen: Eigentlich habe ich keine Angst, aber ein bisschen nervös bin ich schon. Aber dieses bisschen Nervosität ist wahrscheinlich ein bisschen Angst. Angst davor,

nicht so gut bei Ihnen anzukommen, wie ich es mir erhoffe. Und diese Angst hat sich nicht erst heute Morgen eingestellt, sondern schon vor ein paar Wochen, als ich angefangen habe, mich auf diese Veranstaltung vorzubereiten. Und je näher der heutige Tag rückte, desto nervöser und ängstlicher wurde ich. Das heißt, allein der Gedanke an die heutige Situation hat mir Angst gemacht und mich letztendlich motiviert, die Vorbereitung nicht weiter vor mir herzuschieben, sondern damit zu beginnen. Also: Auch prospektive Ängste haben eine wichtige Funktion in unserem Seelenleben.

Angst spielt eine zentrale Rolle in unserem Gefühlshaushalt. Wie Scham und Schuldgefühle hat auch Angst eine bemerkenswerte Eigenschaft: Angst ist ein selbstreflexives Gefühl. Angst richtet sich nicht nur auf äußere Gefahren, sondern auch auf innere Zustände. Sie erlaubt und zwingt uns, über uns selbst nachzudenken, Distanz zu uns selbst zu gewinnen. Man bekommt Angst, zum Beispiel vor der eigenen Unsicherheit oder Angst vor einem aufsteigenden depressiven Gefühl. Ein Mensch, der zu Wutanfällen neigt, kann auch Angst vor seinen eigenen aggressiven Wutausbrüchen haben. Er spürt förmlich, wie der Hass in ihm aufsteigt, dass er gleich ausflippen wird, und er kann dann Maßnahmen ergreifen, um dem entgegenzuwirken, indem er z.B. aus dem Felde geht oder beruhigende Selbstgespräche führt oder sich ablenkt etc. Zur Selbstreflexivität der Angst gehört auch die Angst vor der Angst. Mit dem Gefühl der Angst kann man eine Metaposition zu anderen Gefühlen und zu sich selbst als ganzer Person einnehmen.

Die Tatsache, dass wir Angst vor der Angst haben können, d.h. dass wir das Gefühl der Angst nutzen können, um über uns selbst nachzudenken, ist einerseits ein Vorteil, weil dadurch das psychische Innenleben eine enorme Komplexität erreicht und die Ausprägung, Differenzierung und Mentalisierung komplexer psychischer und auch kommunikativer Prozesse ermöglicht wird. Auf der anderen Seite ist dieser Umstand aber auch dafür verantwortlich, dass der Mensch in besonderer Weise verletzlich ist, insofern ihm so vieles bewusst werden kann und damit in Frage gestellt wird. Besonders deutlich wird dies im Bewusstsein der Endlichkeit des Lebens, d.h. der Tatsache, dass wir alle sterben müssen. Dieses Todesbewusstsein kann existentielle Ängste auslösen und ist Ausdruck existentieller Verletzlichkeit. Die Chance besteht darin, dass wir unser Leben nicht einfach leben, sondern dass wir unser Leben führen können, d.h. dass wir unser Leben planvoll gestalten können.

Wir können eine Vorstellung davon entwickeln, was wir mit unserem Leben anfangen wollen. Wir wissen, dass es endlich ist, und gleichzeitig beinhaltet dieses Bewusstsein auch die Möglichkeit, Angst und Verzweiflung zu entwickeln.

Auch bei der Wahrnehmung äußerer kollektiver Gefahren spielt das Gefühl der Angst eine zentrale Rolle. Inflation und drohende Arbeitslosigkeit können ebenso Ängste auslösen wie die Stationierung von Atomwaffen, ein Reaktorunfall, die Klimakrise, das Artensterben, der Ausbruch einer Pandemie oder der Einmarsch Russlands in die Ukraine. Sollten Ängste auch bei diesen kollektiven Gefahren ernst genommen werden?

Hier scheiden sich die Geister – auch unter Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten: Die einen meinen, Angst sei generell ein schlechter Ratgeber und führe eher zu irrationalem Verhalten. Dies gelte insbesondere für Panik und neurotische Ängste, auch für sehr starke Ängste, die zu einer Erstarrung, dem so genannten »Freezing«, führen. Auch die Angst vor der Angst führt häufig (aber nicht notwendigerweise) zu einer weiteren Steigerung der Angst.

Die anderen verweisen auf den »Signalcharakter der Angst« der uns auf eine Gefahr aufmerksam macht und die es uns ermöglicht, sie überhaupt als solche zu empfinden und zu erkennen.

Ein Problem bei der Wahrnehmung abstrakter Gefahren besteht darin, dass das menschliche Emotionssystem evolutionsbiologisch primär auf den sozialen Nahbereich und auf sinnlich wahrnehmbare Gefahren ausgelegt ist, also auf Gefahren, die wir sehen, hören, riechen, schmecken und tasten können. Abstrakte Gefahren wie das Virus, die atomare Strahlung oder das Abschmelzen der Polkappen sind emotional viel schwerer fassbar.

Der Philosoph Günter Anders, der sich mit dem Holocaust, den Atombombenabwürfen auf Hiroshima und Nagasaki und einem drohenden Atomkrieg auseinandergesetzt hat, diagnostiziert deshalb eine »Apokalypse-Blindheit« (Anders, 1987 [1956]), eine Verleugnung der existenziellen Gefahren, denen die Menschheit insgesamt ausgesetzt ist. Er bezieht sich

dabei auf die Gefahr eines Atomkrieges, seine Überlegungen lassen sich aber unschwer auch auf die Klimakatastrophe und das Artensterben übertragen.

Günter Anders spricht von der »Antiquiertheit des Menschen«, die im Missverhältnis besteht zwischen den menschlichen Möglichkeiten, Produkte herzustellen, die gigantische Destruktionen bewirken können, und der begrenzten Kapazität, sie gefühlsmäßig zu erfassen. Er empfiehlt, dass wir uns als Kollektiv regelrechten systematischen Übungen unterziehen – er spricht von »Exerzitien« (ebd., S. 274) –, die dazu dienen sollen, »das Volumen unserer Vorstellung und unseres Fühlens willentlich zu erweitern« (ebd., S. 273). Da »wir unseren eigenen Produkten und deren Folgen phantasie- und gefühlsmäßig nicht gewachsen sind« (ebd.), sollten wir »die unwillige Phantasie und das faule Gefühl herauslocken« (ebd., S. 275), um so »unseren Gegenwarts-Horizont willentlich zu erweitern« (ebd., S. 282).

Wir sollten also, so seine Idee, unseren Fantasie- und Gefühlsraum so erweitern, dass wir die Folgen, beispielsweise der Klimaerwärmung, wirklich – also auch emotional – an uns heranlassen. Nur so kann die ernsthafte Bereitschaft entstehen, wirklich handeln zu wollen. Greta Thunberg hat das bei ihrer Rede vor der UNO so formuliert: » I want you to panic. I want you to feel the fear I feel every day. I want you to act as if the house is on fire, because it is.«

Angst und Furcht spielen in allen Bereichen des individuellen, des sozialen und auch des politischen Lebens eine zentrale Rolle. Angstgefühle werden von anderen Menschen wahrgenommen und können ansteckend wirken. Sie breiten sich in sozialen Gruppen aus und unterfüttern auch politische Diskurse. Ängste können auch manipulativ geschürt werden, um Meinungsbildung, Gruppenprozesse und politische Entscheidungen zu beeinflussen.

Der Psychoanalytiker und Familientherapeut Horst-Eberhard Richter (2012 [1970]) hat in seinem grundlegenden Buch *Patient Familie* drei homogen strukturierte Familientypen beschrieben, bei denen die Bewältigung oder – genauer gesagt – die Abwehr von Ängsten im Mittelpunkt steht: die *angstneurotische*, die *paranoide* und die *hysterische Familie*.

Bei der »angstneurotischen Sanatoriums-Familie« steht meist ein Familienmitglied im Zentrum, das von Vereinsamungsängsten, Vernichtungsängsten, vegetativen Beschwerden und Hypochondrie bestimmt ist. Diese angstneurotische Zentralfigur setzt alle anderen Familienmitglieder unter Druck, sich ihrem risikoarmen, hygienischen und harmoniesüchtigen Lebensstil anzupassen, und verwandelt die Familie in eine Art von »selbstgeschaffenem Sanatorium«. Sie nutzt beispielsweise die Ausnahmesituation der Pandemie und der staatlich verordneten Kontaktsperre, um die anderen Familienmitglieder überängstlich an sich zu binden und auf das familiäre Schonklima zu verpflichten. Die ganze Familie entwickelt eine Gruppenphobie, die zwar auf die kranke Hauptperson beruhigend wirkt, insgesamt jedoch zu einer »Einschränkung des familiären Gruppen-Ichs« (ebd.) führt.

In der »paranoiden Festungsfamilie« herrscht eine hohe aggressive Spannung, die durch Übersolidarisierung der Mitglieder und Projektion der Aggression auf gemeinsame äußere Feinde in Schach gehalten werden soll. Das paranoide Weltbild hält die Familie wie eine Festungsmauer zusammen. Das Freund-Feind-Denken durchdringt alle Lebensbereiche. In radikalen religiösen Sekten und anderen von Fanatismus geprägten Gruppen sind solche paranoiden Strukturen sowohl in der Gruppe als auch in den dazugehörigen Familien weit verbreitet. Da paranoides Denken und Verschwörungstheorien eine starke suggestive Wirkung haben, werden solche paranoiden Strukturen häufig von einer Generation auf die nächste oder auch auf andere Gruppen übertragen. Solidarität dient in diesem Modell der Stabilisierung einer paranoiden Gruppenstruktur.

Wenn sich gesellschaftliche Krisen und Spannungen zuspitzen, wie z.B. während der Pandemie oder in der kontroversen Diskussion um die Migrationspolitik, wird die latent vorhandene Bereitschaft zu Ängsten, aber auch zu paranoiden Einstellungen bei sehr vielen Menschen gleichzeitig getriggert. Gegenwärtig ist die Migrationskrise und die Frage nach angemessenen Lösungen das beherrschende Thema. Die Sorgen und Ängste der vielen anderen wirken ebenso ansteckend wie Verfolgungsängste und Verschwörungserzählungen. So kann in einzelnen Familien, aber auch in sozialen Gruppen eine paranoide Atmosphäre entstehen, die sich massenpsychologisch ausbreitet. Schert in einer Familie ein Mitglied aus der wahnhaften Realitätswahrnehmung aus, droht die Spaltung der Familie. Abweichende

Mitglieder werden von der Kommunikation ausgeschlossen oder es wird vereinbart, das brisante Streitthema zu tabuisieren. Auch Freundschaften werden durch paranoide Überzeugungen auf eine harte Probe gestellt, wie man bei der Corona-Pandemie oft beobachten konnte oder selbst schmerzlich erfahren musste.

Misstrauische oder gar paranoide Vorstellungen können nicht nur Familien, sondern auch kleinere und größere soziale Gruppen erfassen. So kann sich ein gesellschaftliches Klima des Misstrauens, der projektiven Feindbilder und der Polarisierung über emotional aufgeladene Streitfragen ausbreiten. Die Verarbeitung von Ängsten nach dem Muster der paranoiden Familie findet ihre Ausdrucksformen sowohl im Rechts- als auch im Linkspopulismus.

In der »hysterischen Theaterfamilie« gibt es in der Regel ein Mitglied mit einer histrionischen Störung. Diese zentrale Figur organisiert die restliche Familie nach ihren Bedürfnissen und bezieht sie als Mitspieler oder Zuschauer in ihr Theaterspiel mit ein. Der theatralische Charakter des Familienlebens ist das hervorstechende Merkmal der hysterischen Familie. Es wird ein grandioses Wechselspiel zwischen Exhibitionismus und Voyeurismus inszeniert, in dem es ständig und ausschließlich um Darstellung und Effekthascherei geht.

Nachdenklichere und sachlichere Familienmitglieder werden als »Spielverderber« geächtet und so lange unter Druck gesetzt, bis sie sich wenigstens als applaudierende Zuschauer in das hysterische Familienensemble einfügen: *The show must go on*. Glanz und Elend des Familienensembles zeigen sich dann, wenn anlässlich einer äußeren Krise verdrängte Ängste und Depressionen zum Vorschein kommen und die ganze hysterische Dauerinszenierung jäh in sich zusammenbricht. Solidarität wird hier als überdrehte Dauerparty inszeniert.

Solidarität als Chance der Angst zu begegnen

Abschließen möchte ich mit kurzen Überlegungen zur Solidarität. Solidarität kann Ängste reduzieren, indem sie ein Gefühl der gemeinsamen Verantwortung und Unterstützung schafft. Durch empathische Erfahrungen und positive soziale Interaktionen wird Vertrauen aufgebaut, das Ängste mildert und relativiert. Solidarität fördert auch den sozialen Austausch und stärkt das Gemeinschaftsgefühl, was wiederum das Vertrauen und die Empathie gegenüber anderen erhöht. Diese positiven Emotionen helfen dabei, mit unsicheren Situationen konstruktiv umzugehen und Ängste abzubauen.

Solidarität gerät jedoch von verschiedenen Seiten unter Druck. In den westlichen Gesellschaften nimmt der soziale Zusammenhalt ab, weil sich die Gesellschaft zunehmend individualisiert.

Aber auch die moderne Wohlstandsgesellschaft weist ein im historischen Vergleich hohes Maß an sozialer Kohäsion und Solidarität auf, die allerdings bürokratische Formen angenommen hat. Unser gesamtes soziales Sicherungssystem ist eine verrechtlichte und bürokratische Form der Solidarität. Das Gefühl kommt dabei allerdings zu kurz. Wer Bürgergeld oder Krankengeld bezieht, empfindet weder soziale Zugehörigkeit noch Dankbarkeit, sondern nimmt emotionslos ein gesetzlich verbrieftes Recht in Anspruch.

Zudem gerät der Solidaritätsgedanke in Misskredit, wenn er auf die Durchsetzung von Partikularinteressen reduziert wird.

In solchen Fällen verliert Solidarität ihr emanzipatorisches Potenzial und wird zu einem instrumentell und egoistisch verkürzten Begriff. Die Idee der Solidarität, wie sie einst von der Französischen Revolution als Brüderlichkeit formuliert wurde, bezog sich jedoch immer auf die Universalität des Solidaritätsgedankens.

Lassen Sie mich nach diesen Beispielen problematischer Solidarität noch auf ein Beispiel eingehen, bei dem zwei Menschen ihrer Angst trotzten, indem sie sich gerade in ihrer »existenzielle Verletzlichkeit« präsentierten. Die beiden Moskauer Künstlerinnen, die sich im Juni 2022 vor das russische Außenministerium stellten und das Foto mit dem Titel »Wir können das Blut nicht abwaschen« in den sozialen Netzwerken posteten, brachten eine existenzielle Solidarität zum Ausdruck. Sie folgten damit einem Menschenbild, das die »existenzielle Verletzlichkeit« in den Mittelpunkt stellt und ein Gegenmodell entwirft zu Angstverleugnung, Stärkekult, Gewalt- und Allmachtsphantasien, das gerade gegenwärtig in der Politik und vielen gesellschaftlichen Auseinandersetzungen wieder Konjunktur hat.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Literatur

- Anders, G. (1987 [1956]). *Die Antiquiertheit des Menschen. Band 1: Über die Seele im Zeitalter der zweiten industriellen Revolution*. München: C.H. Beck.
- Breithaupt, F. (2017). *Die dunklen Seiten der Empathie*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Demmerling, C. & Landweer, H. (2007). *Philosophie der Gefühle. Von Achtung bis Zorn*. Stuttgart: J.B. Metzler.
- Damasio, A.R. (2000). *Ich fühle, also bin ich. Die Entschlüsselung des Bewusstseins*. Berlin: List.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E.L. & Target, M. (2004). *Affektregulierung, Mentalisierung und die Entwicklung des Selbst*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Prütting, L. (2015). *Homo ridens. Eine phänomenologische Studie über Wesen, Formen und Funktionen des Lachens, Bd. 1–3*. Freiburg: Karl Alber.
- Richter, H.-E. (2012 [1970]). *Patient Familie. Entstehung, Struktur und Therapie von Konflikten in Ehe und Familie*. Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Rosa, H. (2020). *Unverfügbarkeit*. Wien, Salzburg: Residenz.
- Wirth, H.-J. (2022). *Gefühle machen Politik. Populismus, Ressentiments und die Chancen der Verletzlichkeit*. Gießen: Psychosozial-Verlag.