

PSYCHOLOGIE HEUTE

GESELLSCHAFT

Katastrophenlust

Weckt die Coronakrise nicht auch bei manchem einen heimlichen Nervenkitzel? Über Angstlust und die Faszination von Katastrophen

VON ANDREAS SCHRANK

 15. APR 2020

Von der Sintflut im Alten Testament und den Höllenbeschreibungen in Dantes „Inferno“ über Karl Jaspers‘ Warnungen vor der Zerstörungskraft der Atombombe und Carl Amerys düsterem Zukunftsbild einer Welt ohne Wald: Die Beschäftigung mit Katastrophen zieht Menschen auf eine bizarre Weise an, nicht erst seit Corona. Doch gerade in Zeiten der sozialen Isolation verfolgen nicht wenige gebannt die neuesten Statistiken über Infektionen, überfüllte Krankenhäuser und Leichenhallen, sie schauen Filme, die am Rande des Weltuntergangs spielen und lesen dystopische Romane. Gibt es so etwas wie die Faszination am Untergang?

Lust an der Katastrophe mag zunächst paradox erscheinen, doch sie hat durchaus eine wichtige Funktion: Die Vorstellung von Worst-Case-Szenarien erzeugt Angst, während der Körper gleichzeitig Endorphine ausschüttet, häufig als Glückshormone bezeichnet. Diese schützen den Körper, lindern Schmerzen und erzeugen Euphorie. Aus evolutionspsychologischer Sicht ist die Mischung aus Angst und Lust also eine sinnvolle Reaktion: Sie motiviert selbst in aussichtslosen Situationen

zum Weitermachen und sichert so das Überleben. Während der Begriff der Katastrophenlust in der Psychologie kaum Tradition hat, ist die damit verwandte „Angstlust“ schon länger ein beeindruckendes Phänomen.

„Thrills“ oder die Lust an der Angst

Für den Gießener Psychoanalytiker Hans-Jürgen Wirth ist bei der Angstlust zentral, die Angst zu überwinden und wohlbehalten aus der Gefahr hervorzugehen. „Sie ist sozusagen ein narzisstischer Triumph“, sagt Wirth. Damit meint er, dass man in der Überwindung der Angst seine eigenen Fähigkeiten bestätigt und so „thrills“ auslöst – ein Begriff, den man nur unzureichend ins Deutsche übersetzen kann. Das Phänomen der Angstlust hatte der ungarische Arzt und Psychoanalytiker Michael Balint als erster beschrieben. Im Zentrum seiner Erklärung steht die Sehnsucht nach Geborgenheit. Indem man sich freiwillig einer Gefahr aussetzt und so Sicherheit aufgibt, um diese später wiederzuerlangen, bewältigt man seine Angst und fühlt sich am Ende wieder geborgen. Das Aufgeben und Wiedererlangen von Sicherheit spielt Balint zufolge schon in der Entwicklung eine wichtige Rolle: Kinder suchen nach spannenden, gruseligen Situationen und Spielen, vor denen sie sich fürchten, die sie aber schließlich meistern. Sie gehen gestärkt daraus hervor, weil sie lernen, wie sie in der Zukunft mit der Angst umgehen können.

Motive der Katastrophenlust

Doch während man bei der Angstlust selbst Angst und dann Euphorie empfindet, etwa beim Achterbahnfahren oder Bungee-Springen, so ist man bei der Katastrophenlust auf der sicheren Seite, nämlich in der Rolle des Zuschauers. Die Energie, die sich aus der Angst speist, dient bei der Katastrophenlust nicht zum Kampf, sondern zeigt sich in anderen Gestalten: Zum einen um öden Routinen zu entkommen, wie etwa der Literat Friedrich Sieburg schreibt: „Der Alltag der Demokratie mit seinen tristen Problemen ist langweilig, aber die bevorstehenden Katastrophen sind hochinteressant ... Wenn wir schon mit unserem Dasein nichts

Rechtes mehr anzufangen wissen, dann wollen wir wenigstens am Ende einer weltgeschichtlichen Periode stehen. Richtig zu leben ist schwer, aber zum Untergang reicht es allemal.“ Zum anderen kann Katastrophenlust auch Vorstellungs- und Tatkraft freisetzen. So betrachtet Schriftstellerin Thea Dorn eine Katastrophenphase in einem „Spiegel“-Essay entsprechend als „Zeit der großen Geste“: „Die Katastrophe rüttelt das saturierte Individuum auf. Und gleichzeitig erlaubt sie ihm, sich zum Retter aufzuschwingen.“

Aber in Zeiten, in denen uns eine Katastrophe auch tatsächlich heimsucht, scheint die Lust daran zu vergehen: Die Gefahrensicht bezüglich Corona sei gewachsen, eine realistische Bewertung der Situation überwiege nun, sagt Wirth. Lust könne nämlich nur verspüren, wer die Katastrophe aus der sicheren Position des Zuschauers beobachtet ohne selbst involviert zu sein. Bei einer Pandemie ist hingegen jeder potenziell betroffen. Ein zentrales Element von Katastrophenlust sei zudem ein spektakuläres Ereignis, das zu sensationellen Bildern führt, etwa ein Unfall oder auch die Terroranschläge vom 11. September. Das sei bei den nur unter dem Mikroskop sichtbaren Viren auch nicht der Fall.

Die hohen Fallzahlen und Berichte von Toten haben also zu einer Art Realitätsschock geführt, so der Psychoanalytiker: „Viele Menschen schätzen die Gefahr einer Erkrankung und ihre Folgen nun realistischer ein – und ergreifen Maßnahmen wie die Einstellung ihrer Sozialkontakte.“ Eva Horn teilt Wirths Meinung, dass Krisenlust nur in Zeiten der Sicherheit auftritt. Sie lehrt an der Universität Wien Germanistik und beschäftigt sich mit der Darstellung von Katastrophen in Literatur und Film. „Viele der bekannten Filme, die Pandemien thematisieren, stammen aus der Zeit nach der Finanzkrise, in der das Bedrohungsgefühl der Bevölkerung eher vage war“, sagt Horn. In der Katastrophenzeit selbst würden zwar viele Menschen solche Filme angucken, hielten sie aber

kaum aus, weil die Realität ständig der Filmhandlung gegenübergestellt werde. Das könne je nach Film zu Gefühlen von Beklemmung oder Trost führen.

Wie Katastrophenfilme beruhigen

Ein schauriges Szenario einer Epidemie zeichnet Fernando Meirelles 2008 in seinem Film „Die Stadt der Blinden“. Hier lässt ein Virus Menschen erblinden. Die Regierung überlässt die Infizierten in einer verlassenen Nervenheilanstalt ihrem Schicksal, bis eine gewalttätige Gang das Lager unter ihre Kontrolle bringt. Als sich die Insassen schließlich befreien können, finden sie keine Wachen mehr vor. Alle Menschen, auf die sie treffen, sind bereits erblindet. Der Staat als Ordnungsmacht existiert nicht mehr, weder drinnen noch draußen. Einen tröstlicheren Verlauf nimmt die Epidemie dagegen im 2011 veröffentlichten Film „Contagion“ von Steven Soderbergh. Hier geht es vornehmlich darum, Ansteckungswege vorzuführen, und um die Entwicklung eines Impfstoffes, die im Film bereits nach einem halben Jahr gelingt. Die öffentliche Ordnung wird ohne allzu große Beschneidungen der Bürgerrechte aufrechterhalten. Der Fortschrittsoptimismus, auf dem die Moderne und damit letztlich unser Lebensstil beruht, kann aufrechterhalten werden. „Dieser Film wird aktuell wieder geschaut, um sich auf kognitiver Ebene damit zu beschäftigen, was noch passieren könnte“, so Horn. Statt Lust an der Katastrophe zu empfinden, liefere die Handlung, so drastisch einige Bilder sein mögen, eher Anlass zu Beruhigung und zeige ein Szenario auf, das am Ende doch gut ausgeht.

Echte Katastrophenlust ist also frühestens wieder dann zu erwarten, wenn die derzeitige Pandemie vorüber ist und die Sehnsucht nach einem Ausbrechen aus dem Alltag wieder zunimmt – ein Alltag, der derzeit jedoch noch weit entfernt zu sein scheint.

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

BEZIEHUNG

Toxische Beziehung

Wenn der Partner sich immer öfter abwertend verhält, stellt sich die Frage, wie man Liebe wieder ins Gleichgewicht bringt – oder hinter sich lässt.

BEZIEHUNG

Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

FAMILIE

„Die Covidkrise wirkt komplexer als Tschernobyl“

Wie reagieren Kinder und Jugendliche auf Corona? Im Interview spricht eine Expertin über typische Symptome – zum Beispiel Zwänge.

MEISTGELESEN

1 GESUNDHEIT

Das Verhaltensimmunsystem

Menschen, die wir kennen oder mögen, unterstellen wir ein geringeres Infektionsrisiko als Fremden und unsympathischen Personen.

2 BEZIEHUNG

Die Angst, dass das Geheimnis auffliegt

Eine neue Studie hat untersucht, wie sich ein Geheimnis in der Partnerschaft auf die Zufriedenheit des Schweigenden auswirkt.

3 BERUF

Sagen Sie mal, Frau Lins: Wie gelingt es, in einer Therapie gut über Sex zu sprechen?

In Psychotherapien wird häufig über sehr schwere Themen gesprochen. Warum nicht häufiger über Sex?