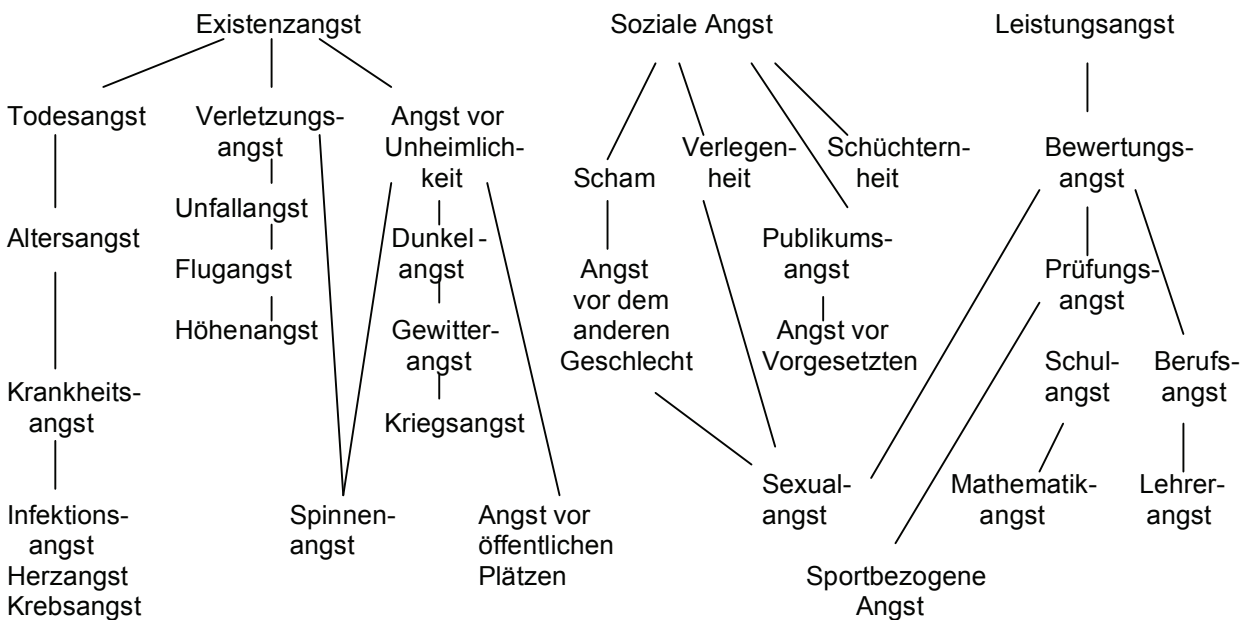


Hauptprüfung 2005/2006	Berufliches Gymnasium (AG, BTG, EG, SG, TG, WG)
2.1	Deutsch
	Aufgabe V: Essay (4 Seiten)

Bearbeiten Sie die folgenden Aufgaben auf der Grundlage des vorgelegten Dossiers:

- Verfassen Sie Abstracts zu den Materialien 3 bis 5.
- Schreiben Sie einen Essay mit dem Titel „Vom Umgang mit der Angst“.

Material 1



Ordnung von Ängsten nach ihrem Allgemeingrad und ihrer Thematik

Quelle: U. Tewes / K. Wildgrube (Hg.): Psychologielexikon. München 1999², S. 29

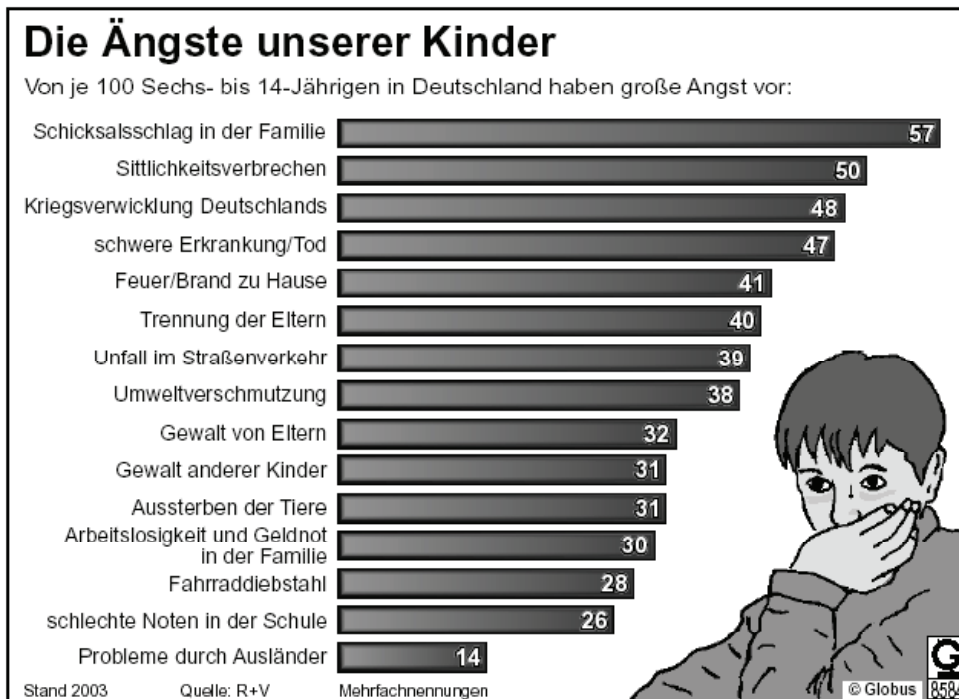
Hauptprüfung 2005/2006	Berufliches Gymnasium (AG, BTG, EG, SG, TG, WG)
2.1	Deutsch
	Aufgabe V: Essay (4 Seiten)

Material 2

Aus der Sicht des Biologen erfüllt die Angst eine lebenserhaltende Funktion, die den höheren Lebewesen im Verlauf der Evolution mitgegeben wurde. Treten in der Umgebung Gefahrenhinweise auf, so werden Routinehandlungen unterbrochen, das Verhalten ist von Umsicht und Vorsicht geprägt, und Abwehr-, Schutz- und Vermeidungsmaßnahmen werden angebahnt. Die Angst des Menschen, mit der sich der Psychologe befasst, hat einen wesentlich
 5 weiteren Spielraum. Angstzustände treten einerseits auf, wenn Hinweise auf „objektive“ Gefahren vorhanden sind; andererseits, wenn man sich mögliche Bedrohungen vorstellt oder die persönliche Integrität gefährdet wähnt. In der Angst kann man daher ein allgemeines
 10 „inneres“ Gefahrensignal sehen, das sowohl auf psychische Gefahren (z. B. Schmerz, Verletzung, Naturereignisse) als auch auf psychische Bedrohungen (z. B. Gefahrenvorstellungen, drohende Verstrickung in Blamagen, Misserfolg oder Schuld) anspricht. Die Funktion dieses Gefahrensignals liegt darin, Körperzustände, Erleben und Verhalten auf den Fall einzurichten, den Erfordernissen der Außenwelt oder den Bedürfnissen der „inneren“ Welt, die sich im Selbstbezug des Denkens äußern, nicht gerecht werden zu können.

Quelle: Werner D. Fröhlich: Angst. Gefahrensignale und ihre psychologische Bedeutung. München 1982, S. 11

Material 3



Quelle: Globus Infografik, Zb 8584 vom 7. Juli 2003

Hauptprüfung 2005/2006	Berufliches Gymnasium (AG, BTG, EG, SG, TG, WG)
2.1	Deutsch
	Aufgabe V: Essay (4 Seiten)

Material 4

(...) In unserer modernen Wohlstandskultur herrscht eine neue Moral.

Es ist die Okay-Moral. Man will nicht mehr erschrecken, so wie man andere nicht mehr erschrecken darf. Man lächelt einander zu, so wie es auf hunderttausend Reklamepostern und Fernsehspots nur strahlend unbekümmerte und gesunde Gesichter gibt. Sympathisch ist, wer sich als fit und munter inszenieren kann und seine Umgebung entsprechend ansteckend aufmuntert. Jeder des anderen Entertainer - das wäre der Idealzustand.

Wer offen zeigt, dass er Kummer, Schmerz oder Angst hat, sollte lieber nicht unter die Leute, besser gleich zum Lebensberater, Arzt, Psychotherapeuten oder in ein Sanatorium gehen. Natürlich soll für Kranke, Behinderte, Gebrechliche gesorgt werden. Aber man will davon möglichst wenig sehen. Was man nicht sieht, stört nicht die verleugnende Selbstsicherheit.

Die Aufrechterhaltung der Verleugnung fördert eine internationale Beschwichtigungs- und Zerstreungsindustrie. Sie beschäftigt auf allen Ebenen Animatoren und Verdrängungshelfer. Alle lehren sie positives Denken, von den TV-Showmastern bis zu den großen politischen Kommunikatoren. (...)

Offensichtlich sucht eine Mehrheit im Westen die Prediger der schönen, heilen Welt, die eine öffentliche, zudeckende Psychotherapie betreiben. Man will nur noch bestätigt, befriedigt und eingelullt werden. Der Beschwichtigungsindustrie kann kein noch so schwerwiegendes Problem lange standhalten: etwa das Elend im überbevölkerten Süden, das Schwinden des Ozonfilters, der Klimaschock, Tschernobyl, das Sterben der Meere und der Böden, die Naturzerstörung schlechthin, die Risiken der atomaren Überrüstung, der Krieg am Golf und die diversen Flüchtlingskatastrophen, von den Schwierigkeiten in Ostdeutschland und denen im übrigen europäischen Armenhaus gar nicht erst zu reden.

Alles Heil erklären die modernen Kommunikatoren für machbar, jede Sorge um die gemeinsame Zukunft für übertrieben oder von Pessimisten oder Übelwollenden erfunden. Zuversicht ist Pflicht, Angst verboten. Für die Wohlstandshälfte gehört es sich jedenfalls, sie nicht zu haben.

So lebt eine angepasste Privilegiertenschicht in beständiger Abwehr ihrer Sorgen und Zweifel. Halt gibt ihr die offizielle Okay-Moral. Die Menschen inszenieren sich oder lassen sich inszenieren wie ein einziges Show-Ensemble. Sie tanzen wie auf einer riesigen Bühne, wo man einander ununterbrochen Fitness, ewige Jugendfrische und künstlichen Optimismus vorlügt. Es ist ein gigantisches hysterisches Theater. Wer nur irgend kann, spielt nach den Regeln das Okay-Spiel mit. Wer es nicht schafft, ist schnell out, weg vom Fenster, ein „loser“, abgehängt von den „winners“.

Quelle: Horst-Eberhard Richter: Umgang mit Angst. München 2000⁵, S. 19-21

Hauptprüfung 2005/2006	Berufliches Gymnasium (AG, BTG, EG, SG, TG, WG)
2.1	Deutsch
	Aufgabe V: Essay (4 Seiten)

Material 5

„Nein, einen Psychologen will ich nicht“

Die Kraft der Angst: In der heldenhaften Welt des Fußballs gilt die Furcht als Eingeständnis von Verletzlichkeit und Schwäche

Von Peter Stolterfoht

5 *Ängste regieren den Alltag. Umfragen belegen, dass sie wachsen. Die Menschen sorgen sich um ihre Arbeit, ihren Status, ihre Absicherung im Alter. Nur in einem Bereich kennt man offiziell keine Furcht: im Fußball. (...)*

10 Die gängigste Fußballermethode, mit der Angst umzugehen, ist deshalb, sie zu verschweigen. So lautet das meistgebrauchte Zitat in diesem Zusammenhang. „Wir haben Respekt, aber keine Angst.“ Die Furcht wird, so gut es geht, beiseite geschoben. Die meisten Profifußballer sind Meister im Verdrängen. Nur nicht daran denken, was in neunzig Minuten alles passieren kann. Ein hinterhältiges Foul, der stechende Schmerz, die schwere Verletzung, das Karriereende. Was kommt danach? Auch wenn die Beine gut versichert sind, so bleibt doch die Angst, im Alltag fernab des Showgeschäfts Bundesliga keinen Fuß auf den Boden zu bringen. (...)

25 Im Fußball geht es eben bisweilen ziemlich kindlich zu – und was die Angst angeht, sind die meisten Spieler auch sehr trotzig. „Nein, einen Psychologen will ich nicht“, so heißt es im Allgemeinen. Während

30 mittlerweile in fast allen Sportarten Experten hinzugezogen werden, um den Spitzenathleten mentale Hilfestellung zu geben, ist der Fußballplatz noch immer eine Sperrzone für professionelle Angstabbauer und Stressbewältiger. Das Höchste der Fußballergefühle ist ein Motivationstrainer, der die Spieler barfuß über Glasscherben oder über glühende Kohlen laufen lässt. Das Ganze hat dann den Hauch von Zauberei, und der stehen die meisten Fußballer deutlich aufgeschlossener gegenüber als der Psychologie. Sobald die ins Spiel kommen soll, blocken die meisten Profis vehement ab.

45 „Ich brauche doch keinen Seelenklempner, bei mir ist alles richtig im Kopf“, diesen Satz bekam der ehemalige Stuttgarter Trainer Ralf Rangnick von Spielerseite zu hören, als er nach einer ganzen Reihe von Niederlagen einen Psychologen Gewinn bringend einsetzen wollte. Im Fußball gilt die Angst als ein Eingeständnis von Verletzlichkeit und von Schwäche. In diesem Mikrokosmos werden Härte, Kampf und Heldentum als tragende Säulen angesehen – und so soll es auch bleiben, meinen die meisten Beteiligten.

Quelle: Stuttgarter Zeitung, 30.10.2004