

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 141 (2015)  
**Heft:** 9  
  
**Rubrik:** Phobien

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 13.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## WOLF BUCHINGER

in, zu urinieren | Vaccinophobie = Angst vor Impfungen | Venerophobie = Angst vor Geschlechtskrankheiten | Venustraphobie = Angst vor schönen Frauen | Verbophobie = Angst vor V



siphobie = Angst, durch Luftkrankheit sich übergeben zu müssen | Aerophobie = Angst, Luft zu verschlucken, schädliche Gase einzuatmen | Agaraphobie = Angst, angefasst zu werden  
 xophobie = Angst vor wilden Tieren | Agyrophobie = Angst, verkehrsreichen Strassen zu überqueren | Aichmophobie = Angst vor spitzen Gegenständen oder Angst vor Punkten | Ailuri  
 nphobie = Angst vor Knoblauch | Allodoxaphobie = Angst vor einer Meinung | Altophobie = Angst vor der Höhe | Amakaphobie = Angst vor Eisenbahnen | Amathophobie = Angst vor  
 nnen | Amnesiphobie = Angst vor Gedächtnisverlust | Amychophobie = Angst, sich zu kratzen/gekratzt zu werden | Anablephobie = Angst, hochzusehen | Anatidaephobie = Angst, von  
 nd / seine  
 ngst, allei  
 obie / Ara  
 st vor asy  
 | Aulopho  
 zig zu sei  
 nen | Barg  
 hobie = A  
 nophobie  
 r Verspot  
 gst vor Ha  
 / Chrome  
 ingesper  
 m Missbr  
 ll und Gl  
 onophob  
 = Angst  
 t | Dinoph  
 Lob zu er  
 vor Kirche  
 ie = Angs  
 = Angst v  
 Rot / Rotli  
 r Erkältun  
 t, Brücken  
 hengelasse  
 ämatopho  
 ologophob  
 anderen C  
 : vor Nebel  
 rhaltigen M  
 = Angst vo  
 i | Insecto  
 einer Kultu  
 : Lächerlich  
 der selbst  
 | Lachano  
 | Limnoph  
 der verrück  
 der Hose |  
 enophobie  
 Microphob  
 ngst vor Au  
 | Myxophob  
 ophobie =  
 robie = Ang  
 en (auch tie  
 nass zu we  
 ng eines Arz  
 st vor dem  
 igen | Parap  
 Sündigen o  
 ken, zu Esse  
 vor Küssen  
 tscheuheit  
 'nigerophob  
 : vor vielen  
 lbereich bes  
 obie = Ang  
 tiphobie =  
 Scatophob  
 lindung | S  
 Zügen, Zug  
 t vor dem L  
 chairachaet  
 r Symbolen

... UND DIESER  
SCHRECKLICHE SCHLANGEN-  
TRAUM - IST DER AUCH  
WIEDER GEKOMMEN?

PHILIPP AMMON

Car. NOWNY-H

zu werden | Tapinophobie = Angst, eine ansteckende Krankheit zu haben | Taurophobie = Angst vor Stieren | Technophobie = Angst vor Technologie | Telephobie = Angst vor bestimm  
 tion | Testophobie = alle Arten von Prüfungsangst | Tetanophobie = Angst vor Tetanus | Teutophobie = Angst vor Deutschland, seiner Kultur etc. | Textophobie = Angst vor bestimmten  
 ologiephobie = Angst vor der Theologie | Theophobie = Angst vor Gott oder Religion | Thermophobie = Angst vor Hitze | Tocophobie = Angst vor Schwangerschaft und Kindesgeburt  
 rtyphobie = Angst vor Infektionen | Tergidophobie = Angst vor Tergiden | Tyrannophobie = Angst vor Tyrannen | Tyranophobie = Angst vor dem Hymen | Uropho  
 Vörtern | Verminophobie = Angst vor Bakterien | Virginitiphobie = Angst vor Vergewaltigung | Vestiphobie = Angst vor Kleidung | Vitricophobie = Angst vor dem Stiefvater | Walloonphc



Angst vor Höhe | Aelurophobie = Angst vor Katzen | Aeroacrophobie = Angst vor hochgelegenen, weiten Plätzen | Aerocrophobie = Angst vor offenen, hochgelegenen Orten | Aeronau:  
 Angst vor Geisteskrankheiten | Agliophobie = Angst vor Schmerz | Agoraphobie = Angst vor (räumlich) weiten Plätzen/Platzangst | Agraphobie = Angst vor sexuellem Missbrauch | Agrizz:  
 r Katzen | Akousticophobie = Angst vor Lärm | Albuminurophobie = Angst vor einer Nierenerkrankung | Alektorophobie = Angst vor Hühnern | Algophobie = Angst vor Schmerz | Alliu:  
 naxophobie = Angst beim (selber) Fahren von Vehikeln | Ambulophobie = Angst, zu stehen und zu laufen | Amelophobie = Angst vor Menschen mit fehlenden Gliedmassen/Amputatit

zu werden | A  
 throphobie /  
 t fehlenden G  
 = Angst vor  
 inen | Athazag  
 todysomoph  
 uen gegenüb  
 schüssigen Al  
 Angst vor dem  
 = Angst vor  
 Angst vor den K  
 iraptrophobie  
 = Angst, Sch  
 Angst vor Stach  
 uationen | Cre  
 ankheit | Cycle  
 hzeit, bzw. e  
 ngen, die sich  
 matrophobie  
 Angst vor Entste  
 uthrophobie  
 sophobie = A  
 irurgen vor ei  
 ibriphobie = A  
 r dem Lachen  
 umophobie =  
 r nackten Bäu  
 r Berührung |  
 Angst vor radi  
 daliophobie =  
 zu werden | H  
 lephobie = A  
 r Höhe | latrophobie = Angst vor dem Arzt-(Besuch) | ichtnyophobie = Angst vor Fischen | ideophobie = Angst vor Ideen | ilingyophobie = Angst vor Schwindel, auf den Boden schauer  
 pterophobie = Angst vor Termiten-Insekten, die Holz befallen | lithvphallionphobie = Angst, eine  
 abserkrankun  
 esophobie /  
 Angst vor kosmi  
 vophobie = A  
 mputern | Log  
 niaphobie =  
 hwarz | Melea  
 steoren | Meth  
 glysomophob  
 Angst vor klein  
 iophobie = A  
 osocomephob  
 Angst vor Gewic  
 :nophobie = A  
 stimmte Wört  
 r Vögeln | Ort  
 Angst vor Krank  
 Angst vor Jung  
 taminmangel  
 obie = Angst,  
 rm/Stimmen/  
 icophobie = A  
 liosophobie =  
 Angst vor Flüsse  
 ychrophobie =  
 Angst vor dem F  
 r Weihnachten  
 Angst vor Kno  
 nd | Seploph  
 iophobie / Sit  
 ellschaft ode  
 euzen und Kr



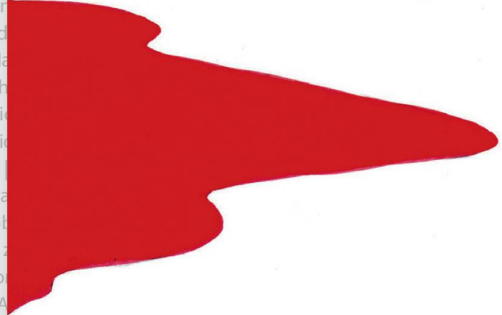
bexte

## Angoraphobie

BETTINA BEXTE

OLIVER OTTITSCH

KEINE ANGST!  
DAS IST NUR BLUT.



ootHitsch

Angst vor dem Arzt-(Besuch) | ichtnyophobie = Angst vor Fischen | ideophobie = Angst vor Ideen | ilingyophobie = Angst vor Schwindel, auf den Boden schauer  
 pterophobie = Angst vor Termiten-Insekten, die Holz befallen | lithvphallionphobie = Angst, eine  
 abserkrankun  
 esophobie /  
 Angst vor kosmi  
 vophobie = A  
 mputern | Log  
 niaphobie =  
 hwarz | Melea  
 steoren | Meth  
 glysomophob  
 Angst vor klein  
 iophobie = A  
 osocomephob  
 Angst vor Gewic  
 :nophobie = A  
 stimmte Wört  
 r Vögeln | Ort  
 Angst vor Krank  
 Angst vor Jung  
 taminmangel  
 obie = Angst,  
 rm/Stimmen/  
 icophobie = A  
 liosophobie =  
 Angst vor Flüsse  
 ychrophobie =  
 Angst vor dem F  
 r Weihnachten  
 Angst vor Kno  
 nd | Seploph  
 iophobie / Sit  
 ellschaft ode  
 euzen und Kr



V. Kazanersky

VLADIMIR KAZANOVSKY

ANDY HARPER

## DIE ANGST VOR REGENBÖGEN



Harper

chrophobie = Angst vor Geschwindigkeit | Taeniophobie / Teniophobie = Angst vor Bandwürmern | Taphephobie / Taphophobie = Angst vor Friedhöfen oder Angst, lebendig begraben  
 er religiösen Zeremonien | Telephonophobie = Angst vor Telefonen | Teratophobie = Angst, ein entstehtes Baby zu gebären / vor entstellten Menschen / vor Monströsem / vor Deforma  
 naasophobie = Angst, sich zu setzen | Thalassophobie = Angst vor dem Meer | Thanatophobie | Thntrophobie = Angst vor dem Sterben, Tod | Theatrophobie = Angst vor Theatern | The  
 openkrankheit | trichopatrophobie / trichophobie = Angst vor Haaren | triskaidekaphobie = Angst vor der 13 | tropophobie = Angst, umhüllt zu werden | Angst vor Veränderung | Ver  
 in, zu urinieren | Vaccinophobie = Angst vor Impfungen | Venerophobie = Angst vor Geschlechtskrankheiten | Venustraphobie = Angst vor schönen Frauen | Verbophobie = Angst vor V



# DAS ALPHABET DES GRAUENS

HANSKARL HOERNING

**E**rwin ist ein sehr, sehr ängstlicher Mensch. Da braucht man das gesamte Phobie-ABC gar nicht durchzugehen. Schon allein fast alle Phobien, die mit A anfangen, beeinflussen den armen Kerl. Das geht früh morgens nach dem Aufstehen los. Einmal duschen reicht ihm nicht, er muss es zweimal tun, aus Angst, es könne irgendwo am Körper etwas Schmutz haften: **Automysophobia** nennt man das. Zugleich verbirgt sich darin ein gewaltiger Widerspruch, denn so, wie Erwin Angst vor Schmutz hat, hat er auch Angst vor Wasser, wird also von **Aquaphobie** heimgesucht. Zum Glück ängstigt ihn der dünne Duschstrahl noch am geringsten, in die Wanne jedoch steigt er nicht. Bei so viel Wasser bekommt er Zustände.

So sehr es seine Frau auch bedauert – Seurlaub schliesst sich generell aus. Ferien in den Bergen wegen der Höhenangst (**Acrophobie**) erst recht. Flugreisen kommen gar nicht infrage. Nichts ist schlimmer als **Aerophobie**! Die Vase mit den duftenden Rosen seiner Frau müssen vom Küchentisch runter, weil er unter **Anthrophobie** leidet, der Angst vor Blumen.

Marmelade mag er, Erdnussbutter hingegen nicht. Die ist jeweils so klebrig am Gaumen. Das löst bei ihm Angstgefühle aus, nämlich **Arachibutyrophobie**. Gegen Gabel und Löffel hat Erwin keine Einwände. Das spitze Brotmesser jedoch bleibt im Besteckkasten, denn der Gute hat Angst davor – **Aichmophobia**. Die Katze Fiffi hat das Ehepaar an eine entfernte Tante weggegeben, weil Erwin ständig unter **Aelurophobie** zu leiden hatte. An die frische Luft traut er sich nur, wenn es windstill ist, sonst packt ihn die Windangst (**Anemophobia**). Und ein Gewittersturm darf nicht im Anzug sein, da befällt ihn die **Astraphobie**. Auto fahren ist für Erwin tabu. Wäre ja

noch schöner, ständiges Zittern am Steuer – eine wahrhaftige **Amaxophobia**! Apropos Auto: Manchmal befällt ihn die **Autophobia**, was aber nichts mit seinem Auto zu tun hat, sondern mit Angst vor sich selbst. Tritt besonders ein, wenn er in den Spiegel schaut. Von der Angst vor Insekten (**Akarophobia**) ganz zu schweigen, seien es Bienen (**Api-phobie**) oder Spinnen (**Arachnophobia**). Ansonsten ist er bemüht, gesund zu leben, denn geradezu überwältigend ist seine Angst vor Schmerzen (**Alophobie**). Merkwürdig kommt dem Unbefangenen Erwins Angst vor, beim Spaziergang am Parkteich durch die dort heimischen Enten beobachtet zu werden, was als **Anatidaephobie** bezeichnet wird. Hätte er – wie viele Leute – Angst vor den auch dort heimischen Schwänen, wäre das plausibler. Hat er aber nicht. Weil es **Cygniniphobie** hiesse und nicht mit A anfinge.

Demos in der Stadt hasst er im gleichen Masse wie Trachtenumzüge, weil Menschenansammlungen bei ihm **Agoraphobie** auslösen. Ganz abgesehen von dem damit verbundenen Lärm, von dem er **Acoustico-phobie** bekommt. Wenns draussen dämmert, beschleicht den bedauernswerten Erwin **Achluophobia**. Ins Bett geht er getrennt von seiner Frau. Nicht dass er Angst vor Krallen und Nägeln hätte (**Amychophobia**), nein, sondern davor, entweder die Gattin beim Liebespiel zu verletzen (**Anophelophobia**), oder davor, zu sextrunken von ihr berührt zu werden (**Agaraphobie**). Entomophobia = Angstmöchte | Ergasiophobia = Angst vor der Arbeit / dem Arbeiten oder Über eins allerdings gerät man ins Grübeln. Erwin hat öfter Angst, aufs WC zu gehen. Dafür gibt es keine Phobiebezeichnung, zumindest keine, die mit A anfängt. Denn **Abortophobia** heisst etwas ganz anderes, nämlich Angst vor einer Fehlgeburt. Und die braucht er wahrlich nicht zu befürchten.



MOCK (VOLKER KISCHKE)

## Anatidaephobie

Die Angst, von einer Ente beobachtet zu werden.

HUCH!



igst vor Höhe | Aelurophobie = Angst vor Katzen | Aeroacrophobie = Angst vor hochgelegenen, weiten Plätzen | Aeroacrophobie = Angst vor offenen, hochgelegenen Orten | Aeronau:  
igst vor Geisteskrankheiten | Agliophobie = Angst vor Schmerz | Agoraphobie = Angst vor (räumlich) weiten Plätzen/Platzangst | Agraphobie = Angst vor sexuellem Missbrauch | Agriz:  
r Katzen | Akusticophobie = Angst vor Lärm | Albuminurophobie = Angst vor einer Nierenerkrankung | Alektorophobie = Angst vor Hühnern | Algophobie = Angst vor Schmerz | Alliu:  
naxophobie = Angst beim (selber) Fahren von Vehikeln | Ambulophobie = Angst, zu stehen und zu laufen | Amelophobie = Angst vor Menschen v... Massen/Amputatit  
zu werden | Ancarophobie / Anemophobie = Angst vor Wind | Androphobie = Angst vor Männern | Anginophobie = Angst vor Angina Wi... Angst vor Engla  
throphobie / ...  
t fehlenden G...  
= Angst vor Ohnmacht oder Angst vor Schwäche | Astraphobie = ...  
inen | Athazagoraphobie = Angst vergessen / ignoriert zu werden  
itodysomoph...  
uen gegenü...  
schüssigen A...  
Angst vor der...  
= Angst vor...  
igst vor den K...  
iraptophobie...  
= Angst, Sch...  
igst vor Stachel...  
uationen | Cremnophobie = Angst vor Abgründen | Cynophobie = An...  
inkheit | Cyclophobie = Angst vor ...  
ihzeit, bzw. einer Un...  
ngen, die sich...  
matophobie...  
igst vor Entste...  
ruthrophobie...  
sophobie = A...  
irurgen vor ei...  
ibrphobie = ...  
r dem Lachen...  
umophobie...  
r nackten Bäuchen | Gynephobie / Gynophobie = Angst vor Fraue...  
r Berührung | ...  
Angst vor radikalen Abweichungen oder Angst vor Anfechtung de...  
daliophobie = Angst vor langen Wörtern | Hobophobie = Angst v...  
zu werden | Hoplophobie = Angst vor Feuerwaffen | Hormephob...  
lephobie = A...  
r Höhe | latrophobie...  
pterophobie...  
äberkrankung | Katagelophobie = Angst, lächerlich gemacht zu v...  
resophobie / ...  
igst vor kosm...  
vophobie = A...  
mputern | Loc...  
niaphobie = ...  
hwarz | Mele...  
teoren | Metha...  
lysomophobie...  
Angst vor kleinen Gegenständen | Mycophobie = Angst vor Pilze...  
lophobie = Angst vor Glas | Necrophobia / Negermanphobie = A...  
osocomphobie...  
igst vor Gewi...  
nophobie = ...  
stimmte Wör...  
r Vögeln | Ortho...  
igst vor Kran...  
Angst vor Jun...  
taminmangel...  
obie = Angst...  
rm/Stimmen...  
icophobie = Angst vor Gr...  
iosophobie = Angst vor Polymyositis (Entzündung der muskulären Ru...  
igst vor Flüsse...  
ychrophobie...  
igst vor dem ...  
r Weihnachten...  
Angst vor Knob...  
nd | Sephoph...  
iophobie / Si...  
sellschaft od...  
euzen und Kr...  
chophobie = Angst vor Geschwindigkeit | Taeniophobie / Teniophobie = Angst vor Bandwürmern | Taphophobie / Taphophobie = Angst vor Friedhöfen oder Angst, lebendig begraben  
er religiösen Zeremonien | Telephonophobie = Angst vor Telefonen | Teratophobie = Angst, ein entstelltes Baby zu gebären / vor entstellten Menschen / vor Monströsem / vor Deforma...  
naasophobie = Angst, sich zu setzen | Thalassophobie = Angst vor dem Meer | Thanatophobie | Thnrophobie = Angst vor dem Sterben, Tod | Theatrophobie = Angst vor Theatern | The...  
openkrankheit | Trichopathiophobie / Trichophobie = Angst vor Haaren | Trisidekaphobie = Angst vor der 13 | Tropophobie = Angst, umzuziehen oder Angst vor Veränderung  
in, zu urinieren | Vaccinophobie = Angst vor Impfungen | Venerophobie = Angst vor Geschlechtskrankheiten | Venustraphobie = Angst vor schönen Frauen | Verbophobie = Angst vor V

## SCHREIKRAMPF

Mithilfe einer zweijährigen Behandlung in der berühmt-berüchtigten Wiener Nervenheilanstalt Steinhof konnte ein vierundzwanzigjähriger Mann von einer schlimmen Phobie geheilt werden: Der Patient fühlte sich jedes Mal, wenn er eine junge Frau sah, in seine Kindheit zurückversetzt, fürchtete, von ihr entkleidet und zu heiss gebadet zu werden – seine Mutter hatte ihn nämlich immer zu heiss gebadet – und bekam einen Schreikrampf. Als Therapie erhielt der Mann von seinen Wärtern täglich eiskalte Bäder, was seine Wirkung nicht verfehlte: Dem Patienten ist es nun endlich möglich, völlig ruhig mit jungen Frauen zu sprechen. Allerdings fühlt er sich seither jedes Mal, wenn er einen Mann sieht, in seine Irrenhauszeit zurückversetzt, fürchtet, entkleidet und zu kalt gebadet zu werden und bekommt einen Schreikrampf.

DIETMAR FÜSSEL

## PHOBITTE SEHR!

Die gute Nachricht zuerst: Mit einem Minimum an Geschick lassen sich die Phobien unserer Mitmenschen rasch und einfach überwinden: Wenn in Ihrem Umfeld zum Beispiel jemand an einer Arachnophobie (Angst vor Spinnen) leidet, dann können Sie im Zeichen bedingungsloser Nächstenliebe – ohne grossen Aufwand Linderung verschaffen, indem Sie im Fachhandel sorgfältig ausgesuchte Plastikspinnen spontan auslegen. Patienten können sich während des Heilungsprozesses als sehr begeisterte, sehr fähig entpuppen. Schrei vor Glück!

Es gibt Menschen, die halten sich in der Strassenbahn nie an einer Stange fest, in der festen Überzeugung, sich daran mit einer Krankheit zu infizieren, die zu einem blitzschnellen Tod führt (beispielsweise durch Zecken, vor denen sich gemäss Impfinstituten selbst der Tod fürchtet). Sie stehen, ohne sich irgendwo festzuhalten. Einer solchen Person kann mit leichten Schubsern einfach und schnell geholfen werden. Nach ein paar Fahrten wechselt der Patient das Verkehrsmittel. Er ist geheilt und Sie ein Held.

Ich persönlich habe eine immense Angst davor, mir beim Aussprechen des Wortes «Arachnophobie» einen Nerv einzuklemmen und dadurch während mehrerer Wo-

chen gelähmt im Sessel vor dem Fernseher zu sitzen. Es gibt Leute, denen das passiert ist, so unglaublich es auch klingen mag. – So gar ohne eingeklemmten Nerv! Mich heilt leider niemand von dieser Phobie; vielleicht sind zu wenig Mitmenschen mit mir. Aber zurück zur Nächstenliebe: Sie werden sehen, es macht richtig Freude, Phobikern zu helfen. Das sind wir ihnen schuldig unseren Mitmenschen. Ausser natürlich, sie fürchten sich vor uns. Und nun die schlechte Nachricht: Das ist alles gelogen. Ausser das mit der Heilung der Phobien natürlich.

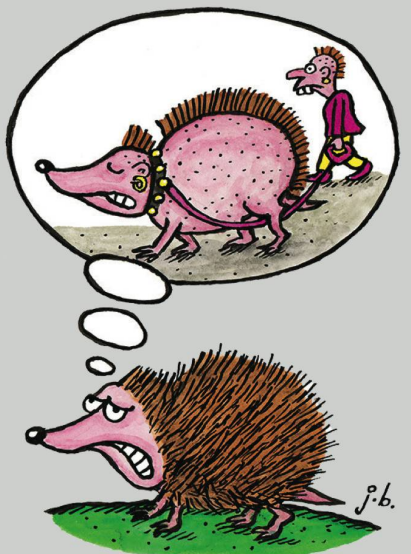
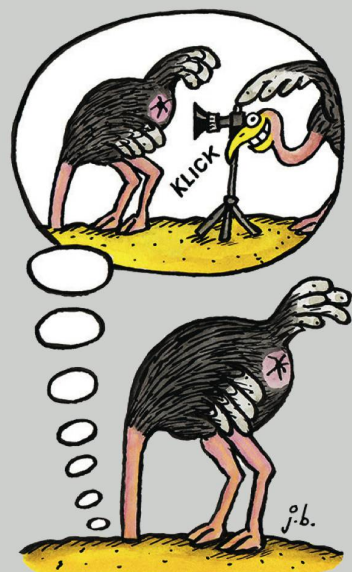
JÜRIG RITZMANN

## DIE KRÖHUNG

Etienne stakst wie ein Storch hysterisch in der Wohnung hin und her. Sie schreit, hebt überdreht ihre Beine an, schlägt die Hände über ihrem Kopf zusammen und schreit lauthals: Eine Kröhzung! Eine Kröhzung! Dann versteckt sie sich hinter Türen, lauscht angestrengt, um dann erneut hysterisch herumzurrennen, die Beine zu heben, die Hände über ihrem Kopf zusammenzuschlagen und zu schreien: Eine Kröhzung! Eine Kröhzung! Eine ganze Stunde fegt Etienne konfus durch die Zimmer, bis endlich ihr Mann, Thorsten, von der Arbeit nach Hause kommt und seine eingeschüchterte Frau auf dem Tisch stehend, die Arme wedelnd, die Beine an der Stelle stampfend, vorfindet, und die Welt nicht mehr versteht, sogar ein wenig verärgert darüber, dass der Tisch noch nicht gedeckt ist. Thorsten nimmt sich aber zusammen und fragt einfühlsam, was mit seinem Schatz los sei. Darauf Etienne jäh kreischend, sodass in Thorstens Ohrmuscheln ein alter Tinnitus erneut ausbricht: Eine Kröhzung! Eine Kröhzung! Eine Kröhzung! Thorsten versteht Bahnhof, fragt aber seine verschüchterte Frau erneut, was das bedeuten soll, worauf Etienne nichts anderes zu schreien weiss, als: Eine Kröhzung! Eine Kröhzung zwischen... öhm... und zwischen... öh...! Man muss wissen, Etienne ist Französin mit noch beschränktem deutschem Vokabular. Thorsten hingegen Deutscher, der kein Wort französisch spricht. Etienne kann daher nicht erklären, welche Kreuzung sie gesehen hat. Doch es interessiert Thorsten, der müde ist, gar nicht. Lediglich, dass Etienne endlich vom Tisch steigt und in der Küche etwas zum Essen zubereitet.

JOANNA LISIAK

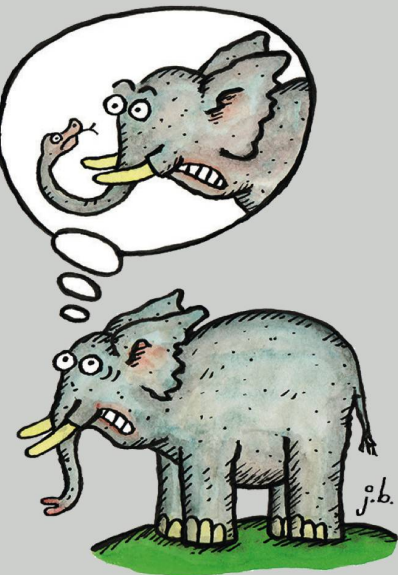
## SCHRECK!



JOHANNES BORER



iaphobie = Angst, durch Luftkrankheit sich übergeben zu müssen | Aerophobie = Angst, Luft zu verschlucken, schädliche Gase einzuatmen | Agaraphobie = Angst, angefasst zu werden  
 xophobie = Angst vor wilden Tieren | Agryphobie = Angst, verkehrsreichen Strassen zu überqueren | Aichmophobie = Angst vor spitzen Gegenständen oder Angst vor Punkten | Ailur  
 nphobie = Angst vor Knoblauch | Allodoxaphobie = Angst vor einer Meinung | Altophobie = Angst vor der Höhe | Amakaphobie = Angst vor Eisenbahnen | Amathophobie = Angst vor  
 nnen | Amnesiphobie = Angst vor Verlust | Amychophobie = Angst, sich zu kratzen/gekratzt zu werden | Anablephobie = Angst, hochzusehen | Anatidaephobie = Angst, vor  
 nd / seiner Kultur  
 wütend zu werden | Ankylophobie = Angst, ein Gelenk würde unverwundlich | Anophelophobie = Angst, die Frau beim



## TOD TODAY

Der Tod lauert überall. Morgen schon – ach, was sage ich: In ein paar Minuten schon können Sie vor die Tür treten und – zack! – werden Sie von einem Dachziegel erschlagen. Oder – wenn Sie in einem Haus mit Flachdach wohnen – von einem abstürzenden Dampfschiff. Oder vom abstürzenden Euro (das war ein Ökonomen-Witz, die sind nie sonderlich lustig). Gefahr droht überall. Es gibt Tausende von Möglichkeiten. Vom Betriebsunfall über den spontanen Herzstillstand bis zum «Einfach so»-Tod, der noch ein bisschen unangenehmer ist für die Zurückgebliebenen (oder waren es Hinterbliebenen?). Wortwechsel wie «woran ist er gestorben?» – «einfach so» sind zermürbend.

Vom Krebs haben wir noch gar nicht gesprochen. Vom Tintenfisch auch nicht.

Die Moral hiervon ist, dass es für uns alle höchste Zeit wird, sich tagtäglich vor dem Ableben zu fürchten. Man kann sich die Angst mühelos angewöhnen und in den Tagesablauf einbauen, sich z. B. morgens nach dem Zähneputzen vergegenwärtigen, dass man sterben wird. Oder sich täglich einfach mal eine Stunde in Ruhe hinsetzen, in sich gehen und richtig Angst haben. Probieren Sie es aus!

Denn im Gegensatz zu anderen Phobien ist die Angst vor dem Tod nicht ganz unbegründet. Irgendwann ist jeder dran. Und wie eingangs bereits gesagt: In ein paar Minuten schon können Sie. – Jetzt legen Sie um Gottes willen das Heft beiseite und folgen Sie den Anweisungen der Sanitäter!

JÜRGEN RITZMANN

## SBB-PHOPIE

Selbst professionelle Recherchen haben den Fachbegriff für eine der hierzulande verbreitetsten Phobien nicht ans Licht geführt: Der Phobie, den Zug zu verpassen. Damit ist nicht gemeint, hin und wieder auf die Uhr zu schauen, ob der Zug bald losfährt und man seinen Latte Macchiato in einem Zug stürzen soll (wie heisst eigentlich die Phobie auf schlechte Wortspiele?).

Nein, es geht um die hartgesottenen Phobiker, die wir vom Bahnhof her kennen: Sie schaffen hundert Meter in weniger als ... sagen wir ... na ja, sie rennen jedenfalls schneller, als der herkömmliche Passagier ausweichen kann, schnaufen, schwitzen und haben

diesen unverwechselbaren Gesichtsausdruck. «Wenn ich den Zug verpasse, sterbe ich unmittelbar» steht auf der Stirn geschrieben, und diese Phobie steuert ihr Handeln, ohne Wenn und Aber: Waghalsige Manöver um gebrechliche Menschen herum, rekordverdächtige Sprünge über herumstehende Koffer, Slalom um trödelnde Touristen: Die Phobie veranlasst zu Höchstleistungen. Ist das Perron erreicht und der Zug noch da, kann der Phobiker entspannen. Und sich vor der nächsten Zugfahrt fürchten.

JÜRGEN RITZMANN

## ANDERSRUM

Der Spinne sträuben sich die Haare: Schrecklich grosse Exemplare, die in Zimmerecken hocken, lassen ihr den Atem stocken.

Wie sie schwitzen, wie sie riechen! Eigenartig, wie sie kriechen: ekelhaft, die dicken Beine, zwei Stück reichen ganz alleine – bei den Weibchen dieser Art nicht selten gänzlich unbehaart!

Auch sind sie plump und sie sind laut, und teigig-fettig ihre Haut, Gesichter grusig blass und rund, abscheulich riecht es aus dem Mund.

In ihren Zimmerdeckennetzen packt die Spinne ein Entsetzen: Offensichtlich leidet sie an Homosapiophobie.

Denn wer die Menschen derart scheut, so sagt ihr neuer Therapeut, wer überängstlich reagiert ist offenbar traumatisiert.

Sie werde wieder ganz gesund, wenn sie sich überwinde und dem Angstobjekt sich konfrontiere, was sie sicher therapiere.

Folglich rät er, Mut zu fassen, sachte sich herabzulassen, nächstens von der Zimmerdecke auf das Bett, die Kissenhecke.

Denn im Schlaf stört Menschen nicht, wenn jemand krabbelt im Gesicht.

DIANA PORRILLIS

zu werden | Tapinophobie = Angst, eine ansteckende Krankheit zu haben | Taurophobie = Angst vor Stieren | Technophobie = Angst vor Technologie | Telephobie = Angst vor bestimmten  
 tion | Testophobie = alle Arten von Prüfungsangst | Tetanophobie = Angst vor Tetanus | Teutophobie = Angst vor Deutschland, seiner Kultur etc. | Textophobie = Angst vor bestimmten  
 ologiephobie = Angst vor der Theologie | Theophobie = Angst vor Gott oder Religion | Thermophobie = Angst vor Hitze | Tocophobie = Angst vor Schwangerschaft und Kindesgebur  
 tryphobie = Angst vor Injektionen | Thelidophobie = Angst vor übermässiger Tyrannei | Tyranidophobie = Angst vor Tyrannei | Tyranidophobie = Angst vor dem Himmelfahrer  
 vörtern | Verminophobie = Angst vor Bakterien | Virginitophobie = Angst vor Vergewaltigung | Vestiphobie = Angst vor Kleidung | Vitricophobie = Angst vor dem Stiefvater | Walloonpho



igst vor Höhe | Aelurophobie = Angst vor Katzen | Aeroacrophobie = Angst vor hochgelegenen, weiten Plätzen | Aeroacrophobie = Angst vor offenen, hochgelegenen Orten | Aeronau:  
 igst vor Geisteskrankheiten | Agliophobie = Angst vor Schmerz | Agoraphobie = Angst vor (räumlich) weiten Plätzen/Platzangst | Agraphobie = Angst vor sexuellem Missbrauch | Agrizz:  
 r Katzen | Akousticaphobie = Angst vor Lärm | Albuminurophobie = Angst vor einer Nierenerkrankung | Alektorophobie = Angst vor Hühnern | Algophobie = Angst vor Schmerz | Alliu:  
 naxophobie = Angst beim (selben) Fahren von Vehl... | Ambulphobie = Angst, zu stehen und zu laufen | Amelophobie = Angst vor Menschen mit fehlenden Gliedmassen/Amputatit



chophobie = Angst vor Geschwindigkeit | Taeniophobie / Teniophobie = Angst vor Bandwürmern | Taphenphobie / Taphophobie = Angst vor Friedhöfen oder Angst, lebendig begraben  
 er religiösen Zeremonien | Telephonophobie = Angst vor Telefonen | Teratophobie = Angst, ein entstelltes Baby zu gebären / vor entstellten Menschen / vor Monströsem / vor Deforma:  
 naasophobie = Angst, sich zu setzen | Thalassophobie = Angst vor dem Meer | Thanatophobie | Thantophobie | Thantophobie = Angst vor dem Sterben, Tod | Teatrophobie = Angst vor Theatern | The  
 openkrankheit | Trichopatnophobie / Trichophobie = Angst vor Haaren | Triskaidekaphobie = Angst vor der 13 | Tropophobie = Angst, umhüllt zu werden / Angst vor Veränderung  
 in, zu urinieren | Vaccinophobie = Angst vor Impfungen | Venerophobie = Angst vor Geschlechtskrankheiten | Venustraphobie = Angst vor schönen Frauen | Verbophobie = Angst vor V



# DIE AKTUELLE FALLGESCHICHTE

**H**ugo leidet an Klaustrophobie. Einer Partnerin zu begegnen mit derselben Phobie, schien aussichtslos. Deshalb suchte er über eine Partnervermittlung eine Partnerin mit entsprechender Phobie. Die Frau, die ihm gefiel, Anita, erklärte ihm, dass sie auch an Platzangst leide. Fälschlicherweise wird Klaustrophobie vielfach als Platzangst bezeichnet, ist aber Agoraphobie. Menschen mit dieser Phobie ertragen keine weiten leeren Plätze oder Flächen.

Trotzdem fanden Hugo und Anita Gefallen aneinander. Sie heirateten sogar und gingen einfach nie zusammen in einen Lift noch auf die Achterbahn und flogen nicht nach Mallorca. Andererseits vermieden sie es, über grosse Plätze zu gehen oder sich mitten auf einem Fussballfeld aufzuhalten. Petersplatz in Rom oder den Roten Platz in Moskau werden sie nie besuchen. Anita hatte versucht, über den Sechseläutenplatz in Zürich zu gehen, aber schon beim Springbrunnen musste sie wieder kehrtmachen. Alles Gemeinsame muss auf mittelgrossen Plätzen oder in Räumen mit mindestens 80 Kubikmeter Inhalt stattfinden, egal ob im Wohnzimmer, in der Küche oder im Schlafzimmer. Auf's Klo kann Hugo nur bei geöffneter Tür. Eine allzu enge Umarmung löst bei ihm Atemnot und Panik aus. Sie haben deshalb auch keine Kinder. Die Vorstellung, die Kinder auf einen Spielplatz zu begleiten, wäre für Anita eine Horrervorstellung. Für gemeinsame Autofahrten wurde eine Lösung gefunden. Sie haben sich einen Pick-up angeschafft. Anita fährt und Hugo sitzt auf der Ladefläche. Öffentliche Bedürfnisanstalten sind für Hugo ein sogenanntes «No go».

Anfangs versuchten sie, ihre kulturellen Interessen auf einen Nenner zu bringen, was ihnen jedoch nicht gelang. Kultur müssen die beiden leider auch getrennt geniessen. Anita kann nicht in die Oper und Hugo nicht ins Kleintheater.

Diesen heissen Sommer konnten Anita und Hugo auch nie gemeinsam in die Badi. Morgens früh, wenn noch wenig Badegäste sich im Wasser oder auf der Liegewiese tummeln, würde Hugo gerne schwimmen gehen. Anita hingegen sind leere Wiesen und einsame Wasserflächen eine Horrervorstellung.

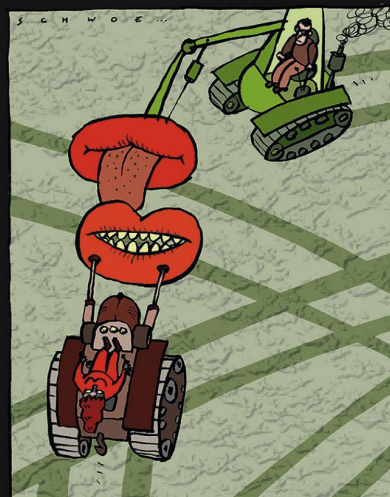
Das Dumme an der ganzen Geschichte ist, dass die Partnervermittlung den Unterschied zwischen Platzangst und Klaustrophobie nicht kannte. Und als sich Anita meldete, waren sich die zwei auf Anhieb sympathisch. Beim ersten Dating gab es keine Probleme, weil sie sich in einem mittelgrossen Restaurant trafen, wo sich beide wohlfühlten.

Sie sind jetzt schon einige Jahre verheiratet. Hugos Glaube, vielleicht doch noch eine gemeinsame Phobie oder sogar zwei, die sich ergänzen, zu finden, erwies sich bald als Trugschluss. Anita hatte eine Mäusephobie und Hugo war Katzennarr. An sich eine ideale Konstellation, dachten sie. Sobald jedoch aber das Kätzchen, das sich Hugo angeschafft hatte, auf Mäusefang gehen sollte, entwickelte Anita eine Katzenhaarallergie, und das arme Tier musste in ein Tierheim gebracht werden. Immerhin blieben ihnen zwei gemeinsame Phobien: die Sexophobie und eine Partnervermittlungsphobie.

HANS SUTER

ICH LEIDE UNTER  
KLAUSTROPHOBIE.

KEIN PROBLEM, ICH  
HILFSE FRAU.



Mit geeigneten technischen Hilfsmitteln kann die Angst vor Ansteckung (Myso- phobie) erfolgreich therapiert werden.



Bei meinen Anfällen von Televisiophobie erwies sich mein Fernsehsessel immer wieder als treuer Freund und Helfer.



Meine Angst vor der dauernden Kontrolle durch meine Mutter (Matriphobie) war durchaus nicht unbegründet.



Angst vor Höhe | Aelurophobie = Angst vor Katzen | Aeroacrophobie = Angst vor hochgelegenen, weiten Plätzen | Aeroacrophobie = Angst vor offenen, hochgelegenen Orten | Aeronau:  
 Angst vor Geisteskrankheiten | Agliophobie = Angst vor Schmerz | Agoraphobie = Angst vor (räumlich) weiten Plätzen/Platzangst | Agraphobie = Angst vor sexuellem Missbrauch | Agrizz:  
 r Katzen | Akousticophobia = Angst vor Lärm | Albuminurophobie = Angst vor einer Nierenerkrankung | Alektrophobie = Angst vor Hühnern | Algophobie = Angst vor Schmerz | Alliu:  
 naxophobie = Angst beim (selber) Fahren von Vehikeln | Ambulophobie = Angst, zu stehen und zu laufen | Amorphobie = Angst vor Menschen mit fehlenden Gliedmassen/Amputatit:  
 zu werden | Ancarophobie / Anemophobie = Angst vor Wind | Androphobie = Angst vor Männern | Angustia = Angst vor Angina, Würgen, Enge | Anglophobie = Angst vor Engla:  
 throphobie / Anthrophobie = Angst vor Blumen | Anthropophobie = Angst vor Menschen | Anisochromatopsie = Angst vor einer Überschwemmung | Anuptaphobie = Ai:  
 t fehlenden Gliedmassen/Amputatit zu werden | Anisochromatopsie = Angst vor einer Überschwemmung | Anisochromatopsie = Angst vor einer Überschwemmung | Anisochromatopsie = Angst vor einer Überschwemmung  
 = Angst vor Dunkelheit oder Dunkelwerden | Astraphobia = Angst vor Blitzen | Astraphobia = Angst vor Blitzen | Astraphobia = Angst vor Blitzen | Astraphobia = Angst vor Blitzen  
 inen | Athazagoraphobie = Angst vergessen/ignoriert zu werden oder Angst, zu vergessen | Atomosphobie = Angst vor Atomexplosionen | Atomosphobie = Angst vor Atomexplosionen  
 idiosomophobie = Angst vor etwas, das abscheulich riecht | Automatonophobie = Angst vor Automaten | Automatonophobie = Angst vor Automaten | Automatonophobie = Angst vor Automaten  
 uen gegenüber | Automatonophobie = Angst vor Automaten | Automatonophobie = Angst vor Automaten | Automatonophobie = Angst vor Automaten  
 schüssigen Al:  
 Angst vor dem:  
 = Angst vor:  
 Angst vor den K:  
 iraptophobie:  
 = Angst, Sch:  
 Angst vor Stach:  
 uationen | Cre:  
 ankheit | Cyclo:  
 hzeit, bzw. e:  
 ngen, die sich:  
 matophobie:  
 Angst vor Entste:  
 uthrophobie:  
 sophobie = A:  
 irurgien vor ei:  
 ibrphobie = A:  
 r dem Lachen:  
 umophobie =:  
 r nackten Bäu:  
 r Berührung |:  
 Angst vor radi:  
 daliophobie =:  
 zu werden | H:  
 lephobie = A:  
 r Höhe | latro:  
 pterophobie:  
 abserkrankun:  
 esophobie / I:  
 Angst vor kosm:  
 vophobie = A:  
 mputern | Log:  
 niaphobie =:  
 hwarz | Melea:  
 teoren | Meth:  
 ylosomophob:  
 Angst vor klein:  
 iophobie = A:  
 osocomephob:  
 Angst vor Gewic:  
 nophobie = A:  
 stimmte Wört:  
 r Vögeln | Ort:  
 Angst vor Krank:  
 Angst vor Jung:  
 taminmangel:  
 obie = Angst:  
 rm/Stimmen/  
 iophobie = A:  
 iosophobie =:  
 Angst vor Flüsse:  
 ychrophobie =:  
 Angst vor dem F:  
 r Weihnachten:  
 Angst vor Kno:  
 nd | Seploph:  
 iophobie / Sit:  
 ellschaft ode:  
 euzen und Kr:

# AM ANFANG WAR DIE ANGST

PETRA KASTER



AUS ANGST VOR DER DUNKELHEIT SCHUF DER HERR DAS LICHT.



AUS ANGST VOR DER LEERE SCHUF DER HERR DIE FÜLLE.



AUS ANGST VOR DEM GEDRÄNGE SCHUF DER HERR DIE ZWEITWOHNUNG...



chrophobie = Angst vor Geschwindigkeit | Taeniophobie / Teniophobie = Angst vor Bandwürmern | Taphenphobie / Taphophobie = Angst vor Friedhöfen oder Angst, lebendig begraben  
 er religiösen Zeremonien | Telephonophobie = Angst vor Telefonen | Teratophobie = Angst, ein entstelltes Baby zu gebären | Teratophobie = Angst vor monströsen / vor Deforma:  
 naasophobie = Angst, sich zu setzen | Thalassophobie = Angst vor dem Meer | Thanatophobie / Thantophobie = Angst vor dem Sterben, Tod | Theatrophobie = Angst vor Theatern | The:  
 openkrankheit | Trichopatrophobie / Trichophobie = Angst vor Haaren | Triskaidekaphobie = Angst vor der Zahl 13 | Tropophobie = Angst, umzuziehen oder Angst vor Veränderung  
 in, zu urinieren | Vaccinophobie = Angst vor Impfungen | Venerophobie = Angst vor Geschlechtskrankheiten | Venustraphobie = Angst vor schönen Frauen | Verbophobie = Angst vor V



# WENN DIE LOCHPHOBIE DROHT

DIETER HÖSS

Die Arbeit ist das halbe Leben,  
auch wenn sie es nicht stets verschönt.  
Drum fällt es schwer, sie abzugeben.  
Man hat sich so an sie gewöhnt.

Wer plötzlich auf dem Abstellgleise  
sich wieder findet nach der Fron,  
wird nicht mit einem Mal zum Greise.  
Doch leer im Kopf – das wird er schon.

Wer Rentner ist, der wird das wissen.  
Wer Rentner wird, der lernt das auch.  
Er wird sein täglich Brot vermissen.  
Er fühlt ein Loch in seinem Bauch.

Ein Loch kann mancherlei entwerfen,  
das wusste Kurt Tucholsky schon,  
was wir zuvor noch heiss begehrten –  
Fahrkarte, Jungfrau, Luftballon.

Auch das Ozonloch wär zu nennen,  
durch das zuletzt die ganze Welt,  
so ungern wir uns von ihr trennen,  
ins dunkle Universum fällt.

So könnte sich der Rentner trösten  
mit andern Löchern noch und noch.  
Doch er wähnt seinen Fall den grössten,  
hält sein Loch für das tiefste Loch.

Um diesem Zustand zu entkommen  
sei hier dem Neuling offenbart,  
was ihn, gebührend ernst genommen,  
die drohende Phobie erspart.

Er kann die Konferenz besuchen  
die jedes Jahr das Loch betagt,  
kann einen Klubschul-Kurs buchen  
und üben, wie mans griechisch sagt.

Er kann auch Nessie interviewen:  
Wie lebt sich's so in einem Loch?  
Kann Loch studieren bei McLuhan,  
Frauen | Cancerophobie

Die Botschaft: Es beweg uns doch.  
Angst vor Spiegeln | C  
Angst vor Fröhlichkeit, Lustigkeit | Chionophobie = Angs  
Kann klein beginnen, sich besinnen,  
wie man in Socken Löcher stopft,  
Leitungen lötet, wenn sie rinne  
und Hähne dichtet, wenn es tropft.

Er kann das Loch mit Hobbys füllen,  
bis man ihn für verrückt erklärt.  
Er kann wie Christo es verhüllen.  
(Wenn er es schafft, wird es viel wert!)

Er kann auch in ein Loch rein reden  
und prahlen, wie er es versteht,  
es zu umgehen, bis er jeden  
so weit kriegt, dass ihn der umgeht.

All das kann helfen, alter Knabe,  
kann Wunder wirken. Aber nun  
muss ich doch schliessen; denn ich habe  
mit meinem eignen Loch zu tun.

# SPRÜCH UND WITZ

KAI SCHÜTTE

**Pflanzenphobie:** Zurück aus den Ferien findet die Mutter einen Zettel ihres Sohnes auf dem Tisch: «Leider waren die Pflanzen wirklich nicht sehr kooperativ!»

**Ich glaube, ich habe eine Lederphobie.** Denn jedes Mal, wenn ich erst am Mittag im Bett wach werde und meine Schuhe noch anhabe, ist mir kotzübel.

**Schuldenphobie:** «Manchmal halte ich das Minuszeichen bei meinem Kontostand einfach zu dem überlege, was ich mir von dem Geld Schönes kaufen werde.»

**Realitätsphobie:** «Wann genau sind aus Sex, Drugs & Rock'n Roll eigentlich Laktoseintoleranz, Veganismus und Helene Fischer geworden?»

**Bewegungsphobie:** «Ich war joggen. Oder wie immer man das auch nennt, wenn Passanten fragen, ob alles okay ist.»

**Steuerphobie:** «Wenn ich von Geld rede, meine ich damit jene Materie, die auf dem Weg zum Finanzamt flüchtig unsere Finger streift.»

**Ehephobie:** «Ich habe mein Hochzeitsvideo rückwärts laufen lassen. Toll war, als ich ihr den Ring abgenommen habe, die Kirche verlassen und mit meinen Freunden saufen ging.»

**Beamtenphobie:** «Müde bin ich im Büro, schliesse meine Türe zu. Leg mich auf die Tastatur, schlafe dann bis 17 Uhr.»

**Angstphobie:** «Liebster», meint sie nach der Hochzeitsnacht, «ich muss dir was beichten – ich habe Asthma.» «Gott sei Dank, ich dachte schon, du pfeifst mich aus!»

**Aufwachphobie:** «Andere hüpfen aus dem Bett wie ein Toast aus dem Toaster. Ich bin eher die Semmel, die mit der Butterseite nach unten fällt und liegen bleibt.»

**Kochphobie:** «Nein, ich habe deine Kochkünste nicht kritisiert. Ich sagte lediglich, dass wir den einzigen Hund im ganzen Ort haben, der nicht am Tisch bettelt.»

**Alimentenphobie:** «Viele Dinge haben sich geändert, seit meine Freundin schwanger ist. Mein Name, meine Adresse, meine Telefonnummer.»

**Haarphobie:** «Meine Freundin sagte mir, sie mag Brusthaare. Ich finde trotzdem, sie sollte sich dort wieder mal rasieren.»

**Wissensphobie:** «Schwangerschaftstests sind so genial. Ich wünschte, man könnte mehr Fragen im Leben beantworten, indem man daraufpinkelt.»

**«Meine Tochter hatte eine bürgerliche Phobie. Wenn sie gross sei, wolle sie nur Prinzessin werden. Da habe ich ihr ein Foto von Prinz Charles gezeigt. Und jetzt will sie doch Ärztin werden.»**

Früher spielten drei Kinder im Sandkasten. Heute hat eines eine Sandphobie, eines ist allergisch und das dritte darf aus religiösen Gründen nicht.

**Geizphobie:** «Zwischen den Worten «Schokolade» und «etwas abgeben» kann mein Sohn beim besten Willen keinen sinnvollen Zusammenhang herstellen.»