

**Zeitschrift:** Schweizerische Lehrerinnenzeitung  
**Herausgeber:** Schweizerischer Lehrerinnenverein  
**Band:** 65 (1960-1961)  
**Heft:** 11

**Artikel:** Die Angst  
**Autor:** H.St.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-316995>

### **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:** 14.01.2026

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

## Die Angst \*

Es ist nicht leicht, über die acht Vorträge, die im Winter 1958/59 im Jung-Institut gehalten worden sind und nun im Druck vorliegen, Wesentliches und Entscheidendes zu sagen. Anders stellt sich das komplizierte Phänomen Angst in der Sicht des *Tierpsychologen* (Hediger) als in derjenigen der *Kinderpsychologie* (Zulliger); anders erscheint sie dem *Juristen* (Dr. iur. Urs Schwarz) als dem *Psychiater*. Aber auch der *Religionspsychologe* und der *Kunstwissenschaftler* bringen gewichtige Beiträge.

Wer etwa glaubt, über die Abgrenzung von *Angst* und dem verwandten Gefühl der *Furcht* im klaren zu sein, weil er gelernt hat, daß Bedrohung des äußern Lebens Furcht, Störung des innern Gleichgewichtes aber Angst erzeugt und darum im Tierreich nur Furchtreaktionen erwartet, wird durch den fesselnden Vortrag von Dr. Hediger eines andern belehrt: *«Diesem Zustand des ewigen Qui-vive-Seins, wie er für das gesamte Tierleben so bezeichnend ist, darf man wohl mit chronischer Furcht oder vielleicht mit dauernder Angst vergleichen.»* Der Sprecher glaubt, daß bei höheren Tieren sogar eine Art Gewissensangst möglich ist. Todesangst des Tieres erzeugt Schädigungen der Schilddrüse, ja Lähmungserscheinungen. Die stete, dauernde Bedrohung des Tieres kann nach Hediger zu einer diffusen Reaktion oder Stimmung führen, die der menschlichen Angst durchaus vergleichbar ist.

Daß Kinder, dem Tiere vergleichbar, in der Angst mit Totstell-Reflex, mit Flucht reagieren, eine Stätte der Geborgenheit aufsuchen, zeigt Zulliger an einem einleuchtenden Beispiel. Im übrigen setzt er sich in gründlicher Weise mit den Theorien Freuds auseinander, um zum Schluß zu kommen, daß unsere Mittel zur Bannung der inneren Gefahr und der inneren Angst dürftig bleiben, solange Psychotherapie und Psychohygiene noch nicht Allgemeingut geworden sind.

Wenn Freud die Angst des Menschen zurückführt auf den Geburtsakt, wenn er sie in engen Zusammenhang bringt mit der Verdrängung, so legt der Hamburger Psychiater Jores in seinem Vortrag über Todesangst und Lebensangst den Akzent auf die Entfaltung der Lebensmöglichkeiten. Nach seiner Erfahrung sind es vor allem die in ihrer Entfaltung gehemmten Menschen, die Menschen, die ihrem inneren Gesetz nicht treu sind, die gleichsam am Sinn ihres Lebens vorbeileben, welche von Angst geplagt werden. Man mag dabei an die Verse von Gottfried Keller denken: *«Wem hell des Lebens Born geflossen, Der scheut noch weniger den Tod.»* Wenn nun allerdings Jores am Schluß seiner Arbeit auf die «Frontsituation» hinweist, auf den Krieg als «Betätigungs- und Entfaltungsgebiet», geeignet, den Menschen von seiner neurotischen Angst zu befreien, so erfaßt uns dabei eine gelinde Empörung. Gibt es doch auch im modernen Leben ganz andere Möglichkeiten, den Menschen aus seiner «Ichverstrickung» zu erlösen, seinen Entfaltungsmöglichkeiten zur Verwirklichung zu verhelfen..

Auf diese Möglichkeiten weist die Arbeit von Prof. Dr. med. Benedetti (Basel) hin: *«Wir unterscheiden zwischen der Angst, die, wie bei Pascal und Dostojewskij, Antrieb zur Vereigentlichung des Daseins und zu Gott führt, und derjenigen, die Anlaß zur Vermattung des Einzelnen ist und in den Abgrund des Nichts führt. Immer ist dabei die Frage bestimmend, ob durch Angst, Trauer, Schuldgefühl der Mensch zu sich selber, zu seinen Mitmenschen, zu den ihm wesensmäßig eigenen*

\* Zu dem im Rascher-Verlag erschienenen Sammelband: «Studien aus dem C. G. Jung-Institut, Zürich»

*Entfaltungsmöglichkeiten gelangt oder ob er umgekehrt von sich, seiner Anlagepotenz, seiner Mitwelt entfremdet und abgeschnitten wird. Erst in der Sicht seines Werdens wird uns das Wesen seiner Angst durchsichtig.*» Benedetti stellt nun in überzeugender Weise dar, daß die Menschwerdung nur in den Kategorien der Liebe und der Angst möglich ist, daß in der Angst vor dem Liebesverlust eine schöpferische, weil gewissensbildende Kraft steckt. Gerade diese Arbeit enthält viel Beherzigenswertes über Verarbeitung und Überwindung der Angst.

Über die Urangst, die mehr ist als ein psychologisches Phänomen, die mit dem Wesen des Menschseins aufs engste verbunden, also ein Existenzial ist, über diese Urangst in biblischer Sicht orientiert ein tiefschürfender Beitrag von *Prof. Dr. Ernst Benz*, Marburg: *«Die Angst in der Religion»*. Er schließt seinen Beitrag mit dem Wort des Meisters Eckhardt: *«Furcht ist nicht in der Liebe. Die vollkommene Liebe wirft die Furcht hinaus.»*

Auch in der künstlerischen Gestaltung sind Möglichkeiten der Angstbewältigung. Das zeigt *Prof. Dr. Walter Ueberwasser* im Zusammenhang mit — durch Reproduktionen dargestellten — Bildern von Van Gogh, Böcklin, Hodler, Picasso u. a.

Es ist schlechthin unmöglich, in einer knappen Besprechung den Reichtum dieses Buches auch nur anzudeuten. Jede an dem gewaltigen Problem interessierte Kollegin wird sich zur Durcharbeitung des gewichtigen Bandes aufrufen. Bei dieser Gelegenheit sei noch verwiesen auf früher besprochene Literatur zum selben Thema, vor allem auf das Buch der leider viel zu früh dahingegangenen Genfer Psychologin *Marguerite Loosli-Usteri*: *«Die Angst des Kindes»* (Hans Huber, Bern 1948) und auf den ausgezeichneten Beitrag derselben Verfasserin in unserem Lexikon der Pädagogik.

H. St.

## Nach Süden nun sich lenken die Vöglein allzumal

Oft stand ich als Kind im Herbst staunend unter den Telefonstangen und schaute auf zu den Drähten, auf denen sich die Schwalben zu Scharen gesammelt hatten und fragte mich: *«Wo ziehen sie hin? In welches ferne Land fliegen sie, und ist es dort wirklich warm?»* Die Antwort der Erwachsenen: *«Sie ziehen in den Süden»*, konnte mich nicht befriedigen, im Gegenteil, die Sehnsucht wurde nur größer.

Diese Sehnsucht nach dem fernen Land hat mich bis heute nicht verlassen. Nur eines hat sich geändert: Es ist nicht beim Sehen geblieben, sondern der Gedanke ist in mir aufgestiegen und hat Raum gewonnen: Ich möchte wissen, wo die Vogelscharen hinziehen. Ich möchte ihren Flug verfolgen und ihre neue Heimat kennen lernen. Und dieser Wunsch sollte nun in Erfüllung gehen.

Schwer beladen mit Sack und Pack steige ich in Champéry, der letzten Ortschaft im Val d'Illeiez, aus. Ein Briefträger meint mitleidig: *«Vous allez mourir»*, und lädt mir mein Gepäck auf seinen Wagen. Bald sitze ich neben Kartoffeln und Rüben in einem Jeep. *«Une jeep»*, belehrt mich der Fahrer! Und nun geht's bergan in halsbrecherischer Fahrt. Zuerst durch wunderschöne Wälder, dann in die immer karger werdende Höhe von 2000 Meter. Mein Griff um den Kartoffelsack wird krampfhafter und ein Blick auf die Straße, die keine mehr ist, läßt mich schweigen.

Schon erkennen wir hoch oben auf der Paßhöhe vier Gestalten, die uns zuwinken. Wenn ich Paßhöhe sage, so stelle man sich nur ja nicht etwa eine Susten-