

**Autoren:** Jana Domrose, M.Sc. Psychologie & Olaf Jastrob, Fachplaner für Besuchersicherheit (FH)

## **WARUM WIR UNS NACH AKTUELLEN GROß-SCHADENSEREIGNISSEN UNSICHER FÜHLEN DIE ANGST VOR KATASTROPHEN**

Der Terror ist mittlerweile ein weltweites Phänomen und Problem. Die mediale Berichterstattung ist so groß, dass man den Nachrichten über Anschläge und Amokläufe, aber auch über andere Katastrophen wie Flugzeugabstürze und Naturkatastrophen nicht mehr entkommt. Kein Wunder, dass solche Informationen bei den meisten Menschen erst einmal Entsetzen, Unsicherheit oder sogar Angst auslösen. Vor allem letztere kann jedoch soweit führen, dass Menschen ihr alltägliches Verhalten, ihre Gewohnheiten und Hobbys ändern oder sogar aufgeben. Doch warum empfinden wir gerade nach größeren Katastrophen ein erhöhtes Maß an Angst? Warum bestürzen uns Terroranschläge, Amokläufe, Flugzeugabstürze und Naturkatastrophen mehr, als beispielsweise die Zahl der jährlichen Verkehrstoten auf deutschen Autobahnen? Diese Frage, mit der sich in den letzten Jahren bereits mehrere psychologische Studien beschäftigt haben, soll in dem vorliegenden Artikel näher betrachtet werden.

### **GEFÜHLTE UND ECHE RISIKEN**

Für uns Menschen ist es oftmals schwierig, Risiken realistisch einzuschätzen. Geschehnisse, vor denen wir uns am meisten fürchten und Ereignisse bzw. Umstände, die unser Leib und Leben tatsächlich am meisten gefährden, unterscheiden sich teilweise stark. Dies kann vor allem dann zum Problem werden, wenn das Ersatzverhalten für vermeintlich gefährliche Handlungen in Wirklichkeit ein höheres Risiko birgt, als das Ursprungsverhalten.

Ein anschauliches Beispiel für diese Fehleinschätzung bezieht sich auf die Zeit nach den Angriffen auf das World Trade Center am 11. September 2001. Nach diesem Ereignis verzichteten viele Amerikaner, aus Angst vor einer erneuten Flugzeugentführung, auf eine Reise mit dem Flugzeug und legten längere Strecken stattdessen mit dem Auto zurück. Als Konsequenz dieser Angst sind zwischen Oktober und Dezember 2001 laut dem „National Center for Statistics & Analysis“ der USA rund 1.000 Amerikaner mehr auf der Straße ums Leben gekommen, als gemäß Statistiken aus den beiden Jahren zuvor zu erwarten gewesen wäre. Das vermeintlich sichere Verhalten – nämlich die Fahrt mit dem Auto – forderte in diesem Falle also deutlich mehr Opfer, als die als „gefährlich“ eingestufte Nutzung von Flugzeugen als Verkehrsmittel.

Ein weiteres Beispiel für eine Fehleinschätzung von Risiken: Im Jahr 2013 starben laut Statistischem Bundesamt ca. 121.000 Menschen in Deutschland an den Folgen des Rauchens, trotzdem raucht immer noch ca. 30 Prozent der Erwachsenen regelmäßig. Im Vergleich dazu gab es im Jahr 2013 in Deutschland keine Todesopfer von terroristischen Anschlägen, im Jahre 2016 mussten zwölf Todesopfer verzeichnet werden. Obwohl diese Zahl vergleichsweise niedrig ist, werden gerade in den Wochen nach einem Anschlag öffentliche Veranstaltungen, Versammlungen und Plätze gemieden. Wie lässt sich dieser Verhaltensunterschied erklären?

### **DER EINFLUSS VON EMOTIONEN**

Diese menschlichen Fehleinschätzungen sind oftmals auf die emotionale Reaktion auf Ereignisse zurückzuführen, in denen viele Menschen zum gleichen Zeitpunkt und unerwartet ums Leben kommen. Flugzeugabstürze und Terroranschläge erfüllen dieses Muster beispielsweise in den meisten Fällen. Wenn genauso viele Menschen über ein Jahr verteilt

sterben, zum Beispiel durch Autounfälle oder regelmäßigen Zigarettenkonsum, löst dies hingegen nur wenig Angst in uns aus. Auch das Maß an Kalkül und Grausamkeit, das gerade bei Terroranschlägen und Amokläufen eine große Rolle spielt, beeinflusst unser Angstepfinden. Sind zudem auch noch „unschuldige Kinder“ von der Katastrophe betroffen, empfinden wir das Ereignis als besonders erschreckend und furchteinflößend. Auch die mediale Berichterstattung spielt eine nicht ganz unwichtige Rolle. Je mehr Details wir über eine Katastrophe erfahren, je mehr Bilder und Videos wir präsentiert bekommen, desto intensiver werden wir mit dieser Katastrophe konfrontiert und desto besser können wir uns in ähnlichen Situationen – z.B. bei Veranstaltungen im öffentlichen Raum oder in Flugzeugen – an die Eintrittsmöglichkeit dieser Katastrophe erinnern. In der Psychologie wird dies auch „Verfügbarkeitsheuristik“ genannt. Wenn sich hingegen auf einem anderen Kontinent eine Katastrophe mit vielen Toten ereignet, die in den deutschen Medien nur mit einem Kurzbericht erwähnt wird, nimmt man dieses Ereignis als weniger wahrscheinlich und bedrohlich wahr.

### **DER EINFLUSS VON KONTROLLE UND VERTRAUEN**

Kontrolle ist ein Grundbedürfnis des Menschen. Je weniger Kontrolle wir über ein Ereignis haben, desto eher sind wir dazu geneigt, die Bedrohlichkeit dieses Ereignisses zu überschätzen. Beispielsweise geben wir im Gegensatz zur Fahrt mit dem Auto bei einer Reise mit dem Flugzeug unser Leben in fremde Hände. Es gibt keine Bremse, die wir eigenhändig betätigen können, auch können wir dem Piloten während des Fluges nicht ins Steuer greifen.

Aufgezwungene Gefahren wie Terrorismus wirken zudem bedrohlicher als freiwillig in Kauf genommene Risiken wie beispielsweise exzessiver Zigarettenkonsum. Aus diesem Grunde fällt vielen der Aufenthalt bei öffentlichen Veranstaltungen oder Versammlungen nach Attentaten schwer. Wir wissen nicht – und können auch nicht beeinflussen – wer sich mit uns zusammen in großen Menschenmengen aufhält und welche Gesinnungen und Pläne unsere Mitmenschen haben. Hinzu kommt gerade nach „erfolgreichen“ Anschlägen ein fehlendes Vertrauen in vorhandene Sicherheitsmaßnahmen und/oder -kräfte. Auch ein allgemeiner Zweifel an der (Sicherheits-)Politik eines Landes, kann sich nach akuten Katastrophen negativ auf unser Sicherheitsgefühl auswirken und unser Verhalten ändern. Ein fehlendes Kontrollgefühl und geringes Vertrauen können also in Kombination mit starken negativen Emotionen erklären, warum unsere Ängste oftmals nicht mit den Fakten übereinstimmen und warum wir gerade nach Terroranschlägen, Flugzeugabstürzen und anderen großen Katastrophen unser Verhalten ändern. Doch welche Schlüsse lassen sich aus dieser Erkenntnis für das alltägliche Leben ziehen?

### **WAS KÖNNEN WIR TUN? – EIN FAZIT**

Katastrophen, die einmal geschehen sind, können nicht mehr rückgängig gemacht werden. Ebenso wenig können wir uns jemals sicher sein, dass sich eine bestimmte Katastrophe nicht nochmal ereignen wird. Wie sollen wir uns dann nach Terroranschlägen, Flugzeugabstürzen und anderen großen Katastrophen verhalten? Wie können wir mit unseren Ängsten umgehen?

Eine klare Antwort ist nur schwierig zu formulieren. Zunächst sollten negative Gefühle, die durch große Katastrophen ausgelöst werden, nicht unterdrückt werden. Vielmehr sollten wir reflektieren, welchen Einfluss diese Gefühle auf unser tägliches Denken und Handeln haben und wie wir eventuelle Verhaltensänderungen unsererseits bewerten. Wenn man zum Beispiel vermehrt öffentliche Veranstaltungen meidet und damit versucht, das Risiko, bei einem Attentat ums Leben zu kommen, auszuschließen, wird sich das in den

meisten Fällen negativ auf die Lebensqualität auswirken. Denn dann sollte man konsequenterweise auch keine Fußgängerzonen, Kaufhäuser, Flughäfen, Theater oder ähnliche öffentliche Plätze und Gebäude aufsuchen.

Vermeidendes Verhalten ist also nur in den wenigsten Fällen zielführend und resultiert, wie in Kapitel 2 beschrieben, oftmals sogar in anderen Risiken. Wichtig ist es daher, sich aktiv mit möglichen Gefährdungen und deren Wahrscheinlichkeit auseinanderzusetzen und mit Restrisiken leben zu lernen. Vertrauenswürdige Informationen sowie eine gute Kommunikation seitens der Regierung und anderen Autoritäten können die Bewertung von Risiken und deren Wahrscheinlichkeit hierbei vereinfachen und unsere Ängste reduzieren.

**Autoren:** Jana Domrose, M.Sc. Psychologie & Olaf Jastrob, Fachplaner für Besuchersicherheit (FH)