

Inhalt

| | |
|---|----|
| Vorwort von Ernest R. Hilgard | 7 |
| I. Einleitung | 9 |
| Warum ein Buch über die Angst? | 9 |
| Inangriffnahme des Problems | 10 |
| II. Die Terminologie der Angst | 12 |
| Das Problem der Definition | 12 |
| Angst, Furcht und Phobie | 15 |
| Angst und Streß | 18 |
| Spannung | 19 |
| Arten der Angst | 20 |
| III. Theorien über die Grundlagen der Angst | 22 |
| Der Zweck einer Theorie | 22 |
| Freuds psychoanalytische Theorie | 23 |
| Die Theorie der Neo-Freudianer | 27 |
| Lerntheorie und experimentelle Psychologie | 30 |
| IV. Abwehrmaßnahmen gegen die Angst | 35 |
| Abwehrmechanismen | 36 |
| Ablenkungsmechanismen des täglichen Lebens | 50 |
| V. Das experimentelle Messen der Angst | 52 |
| Das objektive Messen der Angst | 53 |
| Physiologische Meßverfahren | 53 |
| Psychologische Meßverfahren | 54 |
| Die Ursachen der Angst bei experimentellen Untersuchungen | 66 |
| Die Validität der künstlich induzierten Angst | 68 |
| Die Versuchsplanung bei Angstuntersuchungen | 69 |
| Verschiedene Versuchsgruppen | 72 |
| Der Einfluß äußerer persönlicher Faktoren auf Angstexperimente | 73 |
| VI. Die Physiologie der Angst | 76 |
| Physiologische Reaktionen auf emotionale Reize | 76 |
| Theorien der Neurophysiologie der Emotion | 77 |
| Die Endokrinologie der Angst | 81 |
| Haben Geisteskrankheiten eine physiologische Ursache? | 85 |

| | |
|---|-----|
| VII. Die Angst und das Lernen | 87 |
| Eine Definition des Lernens | 88 |
| Das Messen von Lernleistungen im Laboratorium | 89 |
| Theorien über die Wirkung der Angst auf das Lernen | 90 |
| Einige Faktoren, welche die Beziehung zwischen Angst und Lernen beeinflussen | 96 |
| Lernen und Muskelspannung | 103 |
| VIII. Angst und kognitive Prozesse | 106 |
| Das Problemlösen | 106 |
| Verbale Kommunikation | 111 |
| Reaktionsweisen | 113 |
| Leistung bei Intelligenztests | 113 |
| IX. Angst und Persönlichkeit | 115 |
| Gibt es eine »ängstliche Persönlichkeit«? | 117 |
| Angst und Persönlichkeitsstile | 121 |
| X. Die Angst im täglichen Leben | 127 |
| Krankheit | 128 |
| Chirurgie | 130 |
| Zahnbehandlung | 131 |
| Tod | 132 |
| Die Sozialpsychologie der Angst | 134 |
| XI. Ein kurzer Überblick | 140 |
| Methodologische Probleme | 140 |
| Der Ursprung der Angst | 143 |
| Der Begriff der Angst | 145 |
| Angst als Zustand allgemeiner Aktivierung | 146 |
| Interkraniale Stimulation als Psychotherapie | 147 |
| Die soziale Bedeutung der Angst | 149 |
| Anmerkungen | 151 |
| Bibliographie | 152 |
| Deutsches Schrifttum | 159 |