

# I N H A L T

<b>EINLEITUNG</b> .....		<b>1</b>
<b>1</b>	<b>ANGSTDEFINITION UND ANGSTKONZEPTE</b> .....	<b>2</b>
	<b>1.1 Definition von Angst</b> .....	<b>2</b>
	1.1.1 Angst als Konstrukt .....	<b>3</b>
	<b>1.2 Angst und Furcht</b> .....	<b>4</b>
	1.2.1 Generelle Angst-Furcht-Differenzierung .....	<b>4</b>
	1.2.2 Bedingte Angst-Furcht-Differenzierung .....	<b>5</b>
	<b>1.3 Angst als Zustand und als Wesenszug</b> .....	<b>6</b>
	1.3.1 Zustandsangst (A-state) .....	<b>7</b>
	1.3.2 Angst als Wesenszug (A-trait) .....	<b>7</b>
	<b>1.4 Angst und Erregung (Arousaltheorie)</b> .....	<b>8</b>
	1.4.1 YERKES-DODSON-Gesetz .....	<b>8</b>
	<b>Zusammenfassung</b> .....	<b>10</b>
<b>2</b>	<b>ENTSTEHUNG VON ANGST</b> .....	<b>11</b>
	<b>2.1 Psychoanalytische Theorie</b> .....	<b>11</b>
	2.1.1 FREUDs Theorie der Angstneurose .....	<b>12</b>
	2.1.2 FREUDs Signaltheorie der Angst .....	<b>12</b>
	2.1.2.1 Formen der Angst .....	<b>13</b>
	2.1.2.2 Automatische Angst und Signalangst .....	<b>14</b>
	<b>2.2 Behavioristische Theorie</b> .....	<b>15</b>
	2.2.1 MOWRER: 2-Phasen-Lerntheorie .....	<b>17</b>
	2.2.1.1 Phase 1 .....	<b>17</b>
	2.2.1.2 Phase 2 .....	<b>18</b>
	2.2.2 SPENCE & TAYLOR/HULL: Trieb-Habit-Theorie .....	<b>19</b>

2.3	<b>Kognitionstheoretische Ansätze</b> .....	21
2.3.1	Kognitions-Emotions-Problem .....	21
2.3.2	SCHACHTER & SINGER: Arousal-Bewertungstheorie .....	22
2.3.3	LAZARUS: Kognitiv-emotionales Prozeßmodell .....	22
2.3.3.1	Angst als Begleitemotion .....	23
2.3.3.2	Antezedente Bedingungen .....	25
2.3.3.3	Primary Appraisal .....	26
2.3.3.4	Secondary Appraisal .....	27
2.3.3.5	Reappraisal .....	28
2.3.3.6	Coping .....	28
	<b>Zusammenfassung</b> .....	30
3	<b>ANGSTAUSLÖSUNG</b> .....	33
3.1	<b>KROHNE: Zweiprozeß-Modell elterlicher Erziehungswirkung</b> .....	33
3.1.1	Kompetenz- und Konsequenzerwartung beim Kind .....	34
3.1.2	Coping-Stile .....	35
3.1.3	Entstehung von Ängstlichkeit .....	35
3.1.4	Erziehungsstile der Eltern .....	36
3.1.4.1	Erziehungsstil-Einfluß auf Leistung und Angst in der Schule .....	37
	<b>Zusammenfassung</b> .....	38
4	<b>ANGSTNEIGUNG</b> .....	39
4.1	<b>Statische Theorien</b> .....	40
4.1.1	Globale, situationsspezifische und bereichsspezifische Auffassungen .....	40
4.1.1.1	CATTELL & SCHEIER: Globale Angstneigung .....	41
4.1.1.2	Situationsspezifische Angstneigung .....	43
4.1.1.3	SPIELBERGER: Interaktionistisches 2-Situationsbereiche- Modell .....	44
4.1.1.4	BECKER: Bereichsspezifische Angstneigung .....	46

---

<b>4.2 Prozeß-Theorie</b> .....	50
4.2.1 ROST & SCHERMER:	
Modell einer differentiellen Prüfungsangstdiagnostik .....	50
4.2.1.1 Angstausslösung oder Auslösebedingungen .....	51
4.2.1.2 Angsterscheinungsweisen oder Reaktionsweisen .....	53
4.2.1.3 Angstverarbeitung oder Bewältigungsstrategien .....	54
4.2.1.4 Angststabilisierung oder Stabilisierende Bedingungen . . .	58
<b>Zusammenfassung</b> .....	60
<b>5 ANGSTARTEN NACH SCHWARZER</b> .....	63
<b>5.1 Grundannahmen</b> .....	63
5.1.1 Selbstaufmerksamkeit .....	64
5.1.2 Aufgeregtheit .....	65
5.1.3 Besorgtheit .....	65
<b>5.2 Existenzangst</b> .....	66
<b>5.3. Soziale Angst</b> .....	66
5.3.1 Verlegenheit .....	67
5.3.2 Scham .....	68
5.3.3 Publikumsangst .....	69
5.3.4 Schüchternheit .....	70
<b>5.4 Leistungsangst</b> .....	70
5.4.1 Merkmale Leistungsängstlicher .....	70
5.4.1.1 Verstärkte Selbstaufmerksamkeit .....	71
5.4.1.2 Selbstzweifel verstärkende Attribution .....	73
5.4.2 Schulangst als spezifische Variante .....	75
5.4.3 Zusammenhang zwischen Angst und Leistung .....	78
<b>5.5 Angst bei Kindern</b> .....	81
<b>Zusammenfassung</b> .....	82

---

<b>6</b>	<b>UMGANG MIT ANGST</b> .....	<b>84</b>
<b>6.1</b>	<b>Konsequenzen der Angst</b> .....	<b>84</b>
6.1.1	Proximale Konsequenzen .....	84
6.1.1.1	Affiliationstendenz .....	84
6.1.2	Distale Konsequenzen .....	85
<b>6.2</b>	<b>Auseinandersetzung mit Angst</b> .....	<b>86</b>
6.2.1	Abwehrmechanismen der Psychoanalytischen Theorie .....	87
6.2.2	SELIGMANs Theorie der erlernten Hilflosigkeit .....	90
6.2.2.1	Sicherheitssignal-Hypothese .....	90
6.2.2.2	Vorhersagbarkeit .....	91
6.2.2.3	Kontrollierbarkeit und Attribution .....	91
<b>6.3</b>	<b>Coping: Angstbewältigung aus kognitionstheoretischer Sicht</b> .....	<b>96</b>
6.3.1	Aktuelles Coping-Verhalten .....	97
6.3.1.1	PRYSTAV: Coping-Verhalten in Leistungssituationen ...	98
6.3.2	Coping-Dispositionen .....	101
6.3.2.1	Repression-Sensitization .....	101
6.3.2.2	Vier personenspezifische Angstbewältigungstendenzen ...	103
	<b>Zusammenfassung</b> .....	<b>104</b>
<b>7</b>	<b>ANGSTMESSUNG</b> .....	<b>106</b>
<b>7.1</b>	<b>Angst-Indikatoren</b> .....	<b>106</b>
7.1.1	Kognitive Indikatoren .....	106
7.1.2	Affektive Indikatoren .....	107
7.1.3	Physiologische Indikatoren .....	107
7.1.4	Motorische Indikatoren .....	108
<b>7.2</b>	<b>Meßmethoden der Angst</b> .....	<b>108</b>
7.2.1	Physiologische Meßverfahren .....	109
7.2.2	Messungen auf der verbal-subjektiven Ebene .....	110
7.2.2.1	Selbsteinschätzungen .....	110
7.2.2.2	Eigenschaftslisten .....	111

---

7.2.2.3 Fragebogenverfahren .....	111
7.2.2.3.1 Angstzustand und Angstneigung .....	111
7.2.2.3.2 Prüfungsangst .....	113
7.2.3 Verhaltensbeobachtung .....	115
<b>Zusammenfassung</b> .....	<b>116</b>
<b>ANHANG: Verzeichnis der wichtigsten Angstfragebogen</b> .....	<b>117</b>
<b>LITERATUR</b> .....	<b>120</b>
<b>PERSONENREGISTER</b> .....	<b>133</b>
<b>SACHREGISTER</b> .....	<b>137</b>