



# Ursachen der Angst

**Angststörungen**  
treten nicht ohne  
Ursache auf und  
führen zu  
körperlichen  
Beschwerden

BILD: BLUEDESIGN - FOTOLIA

Angst kann gesund und nützlich sein, wenn sie den Menschen vor Gefahren warnt und das Gehirn zur Hormonausschüttung für besondere Taten befähigt. Wenn es aber keinen Grund für sie gibt, macht Angst krank und führt zu Depressionen, Neurosen, Psychosen. Für all diese Leiden ist Professor Ernst W. Burrer mehrfach qualifizierter Experte. Er hat eine Praxis in Bad Dürkheim, außerdem leitet er die Sigma-Akademie Stuttgart, die sich um enge Interaktion von Medizin und Psychologie kümmert.

Angststörungen treten zwar äußerlich grundlos auf, aber nie ohne Ursache. Sie herauszufinden, ist Aufgabe des Therapeuten. Meist haben die Patienten eine „unklare Symptomatik“, sagt Burrer und skizziert die Palette: Im Gefolge von krank machender Angst stellen sich körperliche Beschwerden wie Herz-, Magen- und Rückenschmerzen ein. Depressionen und soziale Isolation können die Reaktion auf lähmende, unbewältigte Angst sein. Sie könne zu Panikattacken und Kurzschlusshandlungen bis zum Suizid führen. Manche Angst-Patienten neigten zu Aggressivität und Wutausbrüchen, andere entwickelten spezifische Phobien. Nicht selten sei die fatale Kombination mit Sucht. „Die Angst wird mit Tabletten oder Alkohol betäubt.“

Um einen individuellen Weg aus dem inneren Käfig zu finden, versucht der Therapeut, die Angst zu analysieren: „Wir müssen das psycho-somatische Geflecht entwirren, und uns allmählich an die Angst herantasten.“ Dabei hat Burrer die Wechselwirkung zwischen neurologischen, also körperlichen Vorgängen, und seelisch-emotionaler Befindlichkeit stets im Blick. Für sein verantwortungsvolles Tun ist

der Universitäts-Professor mit drei Facharzt-Titeln qualifiziert, hat sich nach dem Medizin-Studium auf Neurologie konzentriert, ist Psychiater und Psychotherapeut und kann aus der Palette therapeutischer Möglichkeiten schöpfen.

Nicht immer könnten Angst-Geflechte ergründet werden, gleichwohl seien sie behandelbar. Manchmal sei ein Persönlichkeitstest sinnvoll, der erkennen lässt, ob sich eine Angst endogen, also aus dem Inneren heraus, oder exogen, durch Konflikte von außen, entwickelt habe. Die erste Variante sei typisch für Psychosen, die zweite für Neurosen, die auch durch Fernseh-Komiker mit öffentlich kultivierten Ticks po-




Angst-Experte Professor Burrer. /cn

pulär und sympathisch geworden seien. „Künstler kompensieren ihre Krankheit mit Kreativität“, sagt Erich W. Burrer und nennt van Gogh, Marilyn Monroe, Michael Jackson, Robin Williams als prominente Beispiele. „Hinter ihrem Ausnahmetalent, Reichtum, Erfolg stehen tragische Schicksale. Glücklicherweise waren diese Menschen nicht.“

In die Krallen der Angst kann jeder geraten, sagt der Mediziner, Psychotherapeut und Wissenschaftler. „Wer sich nur noch anpasst und linear lebt, um dem Erfolgsbild zu entsprechen, tendiert zu Neurosen, weil er sich selbst nicht kennt.“ Die Klientel von Professor Burrer besteht vornehmlich aus Mitgliedern der Mittelschicht. Sie hätten am meisten zu verlieren, während sich die Oberschicht in der „Freiheit des Geldes“ wähne. Auch Mitglieder der sogenannten Unterschicht seien psychosomatisch gefährdet. „Sie werden krank, weil sie ständig an sich selbst zweifeln und sich nichts mehr zutrauen. Sie fühlen sich ausrangiert.“

Ziel jeder Therapie sei, die individuellen Ressourcen zu beleben und die innere Kraft neu zu steuern. „Es geht um die Balance zwischen zu viel und zu wenig Selbstfürsorge.“ Unbewusst machten die Menschen vieles, das ihnen schade. „Wer die eigene Persönlichkeit versteht und annimmt, hat viel gewonnen.“ /Christina Nack

 **Professor Erich W. Burrer,**  
**Am Waldrain 4,**  
**78073 Bad Dürkheim,**  
**T 07726/9395942,**  
**[www.sigma-akademie.de](http://www.sigma-akademie.de)**