

<b>e-Journal Philosophie der Psychologie</b>	<b>DIE TERROR MANAGEMENT THEORIE – EIN KRITISCHES REVIEW MIT BEZUGNAHME AUF DIE MEANING MANAGEMENT THEORIE von Leila Zoe Tichy</b>
--	--

## Einleitung

*"Es riecht nach Frühling und Geburt, die Vögel singen auch und irgendein goldener Glitzer liegt auf uns allen drauf."*

Drei Freundinnen, die knapp einem Terroranschlag entkommen konnten, sehen die Welt nach diesem einschneidenden Erlebnis plötzlich mit ganz anderen Augen. Auf einmal scheint ihr Leben ideal zu sein und diese Erfahrung möchten sie mit Hilfe eines mutigen Plans in ganz Deutschland verbreiten: Mit simulierten Terroranschlägen sollen die vor sich hin lebenden Anderen aus ihrer Trägheit befreit und ihnen das Geschenk des vollen Lebens wieder vor Augen geführt werden.

In dem Theaterstück "Demut vor deinen Taten, Baby!" (Naumann, 2012) wird mit der Idee gespielt, dass das Erleben der akuten Bedrohung des eigenen Lebens den Menschen aus seinem alltäglichen Trott herausholt und ihm damit ein intensiveres, besseres Leben ermöglicht wird. Das Erleben der Bedrohung des eigenen Lebens oder auch existentielle Angst als Motiv menschlichen Handelns und Fühlens ist in der Literatur, Philosophie und neuerdings auch in der psychologischen Forschung ein beliebtes Thema. Vor allem die Terror Management Theorie (Rosenblatt, Greenberg, Solomon, Pyszczynski, & Lyon, 1989) hat sich die Angst vor dem Tod als zentrales Motiv ihrer Theorie gewählt. Mittlerweile wurden fast 900 Artikel (EBSCOhost.com) zu dieser Theorie veröffentlicht, Tendenz steigend. Ob in der Rassismus-, Konflikt- oder Religionsforschung, in vielen Bereichen der Psychologie kommt die Theorie mit ihrem Standardparadigma zum Einsatz und untersucht den Einfluss der existentiellen Angst auf menschliches Verhalten. Die zentrale Hypothese der Terror Management Theorie (TMT) lautet: Der Mensch, der aufgrund des Wissens über die eigene Sterblichkeit in einem permanenten latenten Terror lebt, hat zwei grundlegende Abwehrmechanismen gegen diese Angst entwickelt. Zum einen die kulturelle Weltanschauung, welche symbolisches Weiterleben und andere Überzeugungen zur Überwindung der eigenen Endlichkeit ermöglicht. Zum anderen den Selbstwert, der es ermöglicht, sich als legitimen Teil dieser Kultur zu verstehen. Die Erinnerung an die eigene Sterblichkeit, im Standardparadigma als Priming der Mortalitätssalienz operationalisiert, wirkt demnach als Bedrohung und aktiviert die Abwehrmechanismen. Der meist untersuchte Abwehrmechanismus ist die kulturelle Weltanschauung: Diese ist operationalisiert als die Verteidigung der eigenen und analog dazu die Abwertung von konkurrierenden Weltanschauungen. Als Folge werden steigende Feindlichkeit und Aggression gegenüber Fremdgruppen (J. Greenberg, Porteus, Simon, & Pyszczynski, 1995; J. S. Greenberg, Sheldon; Arndt, J., 2008), erhöhte empfundene Gruppenidentität (Castano, Yzerbyt, Paladino, & Sacchi, 2002) und auch vermehrte Anpassung an kulturelle Normen (Jonas & Fritsche, 2012; Jonas et al., 2008) gemessen. Allgemein gesprochen, löst für die TMT die Angst vor dem Tod Verteidigungsmechanismen aus, welche sich im Laufe der Evolution gebildet haben und uns vor dem permanenten Terror der eigenen Sterblichkeit bewahren. Ganz anders die Intuition von Laura Naumann, die in ihrem Stück suggeriert, dass die Angst vor dem Tod einen Moment des Erwachens auslösen kann. Diese Intuition findet sich auch in der Philosophie: Besonders die existentialistischen und die Existenzphilosophen haben sich mit der Frage, was die Endlichkeit des Menschen für unser Leben bedeutet, beschäftigt. Kierkegaard und Heidegger beispielsweise, sehen die Angst vor dem Tod als notwendige Bedingung für die Möglichkeit eines authentischen und

gelungenen Lebens. Und auch in der Psychologie ist das Phänomen bekannt, dass aus einem traumatischen Erlebnis ein neuer Sinn für das Leben geschöpft werden kann. Das Posttraumatische Wachstum (Tedeschi & Calhoun, 1996) oder auch die Meaning Management Theorie (Kastenbaum, 2000; Wong & Tomer, 2011) versuchen diesem Ansatz gerecht zu werden.

Thema dieser Arbeit ist eine aktuelle Bestandsaufnahme und Revision der Terror Management Theorie. Das Hauptanliegen der Arbeit ist, die Grundhypothese der TMT – welche ich als "Verdrängungshypothese" (Die Angst vor dem Tod kann nur verdrängt werden) bezeichnen werde – in Frage zu stellen und mit Hilfe der Meaning Management Theorie (MMT) und einem philosophischen Unterbau eine Integration der TMT und der MMT zu ermöglichen. Hierfür wird zunächst eine kleine philosophische Einführung in die Existenzphilosophie von Kierkegaard und Heidegger geleistet. Anschließend wird die TMT beleuchtet und eine Übersicht über die empirischen Ergebnisse der Theorie gegeben.

Daraufhin wird die TMT auf mehreren Ebenen kritisiert. Erstens, theorieinterne Kritik: Das Priming, die Validität der empirischen Untersuchungen und ambivalente Befunde werden diskutiert. Zweitens, Vergleich mit konkurrierenden Theorien: Alternative Erklärungsmodelle der empirischen Befunde werden betrachtet. Drittens, die wissenschaftstheoretische Kritik: Hier wird eine Metaebene eingenommen, die es ermöglicht, die TMT und ihre Grundhypothese grundlegend zu kritisieren und eine mögliche Verbesserung der Theorie zu entwickeln. Anschließend wird in der Diskussion noch einmal die Kritik übergreifend beurteilt und die Möglichkeit der Erweiterung der TMT, theoretisch und praktisch, diskutiert.

### **Die Angst vor dem Tode und ihre Bedeutung für das Leben**

Wie kann sich der Angst vor dem Tod philosophisch genähert werden? Die Angst vor dem Tod ist trivialerweise nur möglich, weil jedes menschliche Leben notwendig endlich ist. Für Heidegger gehört der Tod, *das Sein zum Tode* (Heidegger, 2006, p. 151), wesentlich zum menschlichen Leben, das heißt, ein Mensch, der theoretisch ewig leben könnte, führte demnach kein menschliches Leben mehr. Es besteht durch die Endlichkeit und unser Wissen über sie ein eigenartiger Gegensatz im Menschen, der auf vielfältige Weise beschrieben werden kann: Der Mensch ist ein körperliches Wesen, welches sterben wird und gleichzeitig um diesen Tod weiß und ihn reflektieren kann. Dass wir uns unseres eigenen Todes bewusst sind, ist jedoch nicht trivial, denn erst dieses Bewusstsein schafft das Paradoxe des menschlichen Lebens. Kierkegaard beschreibt diesen Gegensatz folgendermaßen: "Der Mensch ist eine Synthesis von Unendlichkeit und Endlichkeit, von dem Zeitlichen und dem Ewigen, von Freiheit und Notwendigkeit." (Kierkegaard, 1976, p. 8)

Das Unendliche, Ewige und Freie ist die Geistigkeit des Menschen, welche das Bewusstsein über den eigenen Tod ermöglicht. Unser Wissen über die eigene Endlichkeit ist nicht nur ein einfaches Wissen, sondern zeigt, dass wir gedanklich den Tod, als unsere eigene Grenze, trotzdem erfassen können. Dieses Vermögen ist also ein Zeichen unserer Freiheit, welche durch unsere Geistigkeit getragen wird. Versuchen wir die Angst vor dem Tod näher zu bestimmen, so müssen wir feststellen, dass sie nicht nur die Angst vor dem körperlichen Zerfall, sondern weitaus mehr ist. Die Angst, die wir empfinden, wenn wir uns bewusst machen, dass wir einmal sterben werden, dreht sich eher darum, dass wir uns fragen, welchen Sinn das Leben denn überhaupt macht, wenn es doch in Zukunft einmal komplett vergangen und vergessen sein wird. Es scheint zunächst, zumindest für unsere moderne westliche Weltanschauung, in der ein eher materialistisches Weltbild herrscht, den Sinn des Lebens in Frage zu stellen. Für Heidegger und auch Kierkegaard stellt

jedoch der Tod nicht den Sinn des Lebens in Frage, sondern eröffnet erst die Möglichkeit des Sinns oder der Sinnfindung.

Die Angst vor dem Tod ist für Heidegger eine Angst vor der Freiheit (Birkenstock, 1997, p. 95). Dies ist so zu erklären, dass uns durch die Endlichkeit des Lebens nur eine begrenzte Zeit zum Leben zusteht. Diese Zeit ist auf vielfältige Weise nutzbar, jeden Tag, jede Stunde müssen wir aufs Neue entscheiden, wie wir sie nutzen, und mit jeder Entscheidung, die wir treffen, gehen andere Möglichkeiten, wie wir hätten leben können, verloren. Dieses Absterben von Möglichkeiten verursacht Angst, denn wir können uns besser oder schlechter entscheiden und schließlich ein gelungenes Leben führen oder es verfehlen. Die Endlichkeit unseres Lebens ist demnach einerseits negativ zu verstehen, als Ende aller Möglichkeiten. Andererseits ist erst durch die Endlichkeit überhaupt der Gegensatz von Möglichkeit und Wirklichkeit gegeben. Durch die Endlichkeit haben wir begrenzte Möglichkeiten, aber wir haben überhaupt Möglichkeiten unser Leben zu führen und darin liegt für Heidegger die Freiheit, vor der wir uns ängstigen (Vgl.: Birkenstock, 1997, p. 66f.). Das Sein zum Tode wirft also, indem es Freiheit und Vielfalt der Entscheidungen birgt, die Frage nach dem Sinn des Lebens auf (Heidegger, 2006, p. 161). Und das Stellen dieser Frage ist notwendig, um eine Antwort auf sie zu finden. Der Tod macht also den Sinn unseres Lebens nicht unmöglich, sondern ermöglicht durch die Anfrage, die er macht, die Chance der Sinnfindung.

Halten wir fest, das Leben des Menschen ist durch die Paradoxie gekennzeichnet, dass es endlich ist und wir um diese Endlichkeit wissen. Die Angst vor der Endlichkeit ist auch eine Angst vor der Freiheit, der Freiheit der sinnvollen Gestaltung unserer restlichen Zeit. Diese Frage ist damit verknüpft, was ein sinnvolles Leben überhaupt ist. Somit ermöglicht das Sein zum Tode die Frage nach dem Sinn und deren Beantwortung. Diese Paradoxie des menschlichen Lebens spiegelt sich auch in der Charakterisierung der Angst vor dem Tod wieder.

Die Angst vor dem Tod hat zwei Seiten, zwei Möglichkeiten des Umgangs mit ihr. Da der Mensch alleine stirbt und diese Erfahrung auch mit niemandem teilen kann, ist er in seiner Angst auch allein. Aus diesem Grund wirft uns die Angst vor dem Tod auf uns selbst zurück (Birkenstock, 1997, p. 46). Der Tod, die Einsamkeit, die mit ihm kommt und das Absterben der Möglichkeiten, die wir nicht wahrnehmen können, machen uns Angst. Dieses Gefühl kann sehr stark sein und soll hier nicht verharmlost werden. Die Angst vor dem Tod führt nach Heidegger zunächst dazu, dass wir uns in die Alltäglichkeit flüchten. Wir passen uns den Anforderungen der Gesellschaft an, versuchen sie zu erfüllen und uns damit zufrieden zu geben, dass wir mit dieser Aufgabe einigermaßen erfolgreich sind. Diese Flucht in die Alltäglichkeit stellt jedoch eine Entfremdung von uns selbst dar (Vgl.: Heidegger, 2006, p. 254f.). Einerseits führt die Angst vor dem Tod also dazu, dass wir vor der Frage nach dem Sinn flüchten und uns – wie Heidegger es bezeichnet – in das "Man" (Heidegger, 2006, p. 266) stürzen. Andererseits stellt Heidegger heraus, dass die Angst uns auch bewusst werden kann und uns somit die Flucht und die damit einhergehende Entfremdung aufzeigen kann. Die Angst vor dem Tod eröffnet also gleichzeitig die Möglichkeit des Selbst-Seins und Authentizität (Heidegger, 2006, p. 265f.). Das Bewusstwerden der Angst vor dem Tod kann uns deswegen von der Flucht in die Alltäglichkeit befreien, weil, wie oben erläutert, uns die Angst auf uns selbst zurückwirft. Dieses Alleinsein ermöglicht uns die Reflexion von äußerlich auferlegten Zwängen: Vergleiche mit Anderen, Neid, Konkurrenzdruck, das Beugen unter fremde Maßstäbe und gesellschaftliche Zwänge, die uns an unserer freien Entfaltung hindern, spielen in der Angst vor dem Tod keine Rolle mehr. Im Angesicht des Todes wirken diese Anforderungen, welche die Gesellschaft an uns stellt, lächerlich und nichtig. Daher gibt uns die Angst vor dem Tod die Möglichkeit, uns von diesen Zwängen zu befreien. Der bewusst mit der Angst vor dem Tod Lebende

wird befreit von der "Verlorenheit in die zufällig andrängenden Möglichkeiten, so zwar, dass es die faktischen Möglichkeiten (...) allererst eigentlich verstehen und wählen lässt." (Heidegger, 2006, p. 264). Das Bewusstwerden von äußeren Zwängen ist demnach eine Voraussetzung dafür, dass wir eigene Entscheidungen treffen können. Wie dann Eigentlichkeit oder Authentizität möglich ist, soll hier nicht diskutiert, sondern nur aufgezeigt werden, dass das Vorhandensein von Zwang, von Angst oder von Tod nicht den Sinn des Lebens und Authentizität unmöglich machen, sondern diese erst als Chance entstehen lassen.

Auch Kierkegaard betont diesen Aspekt der Angst vor dem Tod: Erst sie ermöglicht eine Abkehr vom Alltag und von Oberflächlichkeit, hin zur Einsamkeit und somit zu seinem eigenen Inneren. Kierkegaard kommt zu dem Schluss, dass das Gelingen des Lebens von dem richtigen Umgang mit dem Tod abhängt (vgl.: Birkenstock, 1997, p. 38f.). Auf diese Erkenntnis geht der Aphorismus »Sterben lernen, heißt Leben lernen« (Birkenstock, 1997, p. 38) zurück. Der richtige Umgang mit dem Tod ist nicht die Flucht in die Alltäglichkeit, sondern der Weg zu sich selbst. Wie genau dieser beschritten werden kann, wie ein gelungenes Leben erreicht wird, muss folgerichtig jeder Mensch für sich selbst beantworten. Daher kann kein Patentrezept für die Sinnfindung, weder von einem Philosophen noch einem Psychologen, gegeben werden.

Allerdings ist es klar, dass der zweite Weg der schwierigere ist. Er beinhaltet eine Auseinandersetzung mit und ein Aushalten der Angst vor dem Tod. Daher sagt auch Heidegger, dass es vor allem Mut braucht, diese Angst zu ertragen und nicht vor ihr zu fliehen: "Es braucht Mut, das Un-zuhause und die Un-heimlichkeit der Angst auszuhalten, doch diese führt das Subjekt zu Eigentlichkeit und darin ureigener Freiheit." (Heidegger, 2006, p. 188)

Wir sehen, dass nur über dieses Aushalten und die Auseinandersetzung mit der Angst ein authentisches Leben möglich wird. Nur wenn der Mensch sich die Begrenztheit seines Lebens vor Augen hält, wird es ihm möglich, eigene Ziele und Werte zu finden und zu verfolgen (vgl.: Birkenstock, 1997, p. 91). Der Tod ist also unauflöslich mit der Möglichkeit eines authentischen Lebens verknüpft, welches erreicht werden kann, wenn die Angst vor Tod nicht verdrängt, sondern in das Leben integriert wird (vgl.: Birkenstock, 1997, p. 105).

Zusammenfassend kann die Angst vor dem Tod als dialektisches Konstrukt begriffen werden, da sie zwei Seiten enthält, von denen die eine sich unendlich im Kreise dreht, immer wieder auf Verdrängung und Flucht zurückkommen muss und immer wieder mit der Angst konfrontiert wird. Die andere Seite, welche mit der Auseinandersetzung mit existentiellen Fragen einhergeht, versucht diesen Kreislauf zu durchbrechen und den angstvollen, aber einzig authentischen Weg zu gehen. Die Endlichkeit des Lebens lässt also die Möglichkeit eines authentischen und sinnvollen Lebens entstehen, indem der Tod die dafür notwendigen Fragen aufwirft: Wie soll ich leben? Wie will ich leben? Was ist mir wirklich wichtig im Leben? Auch wenn diese Fragen verdrängt oder vereinfacht mit gesellschaftlich vorgegebenen Antworten abgewiesen werden, werden sie immer wieder aufkommen, da niemand außer uns selbst die Fragen endgültig beantworten kann. Dies macht den janusköpfigen Charakter der existentiellen Angst aus: Sie hat immer zwei Seiten, von denen die eine in Verfremdung und die andere zu Authentizität führen kann.

Diese kleine Untersuchung wird später für die Beurteilung der Terror Management Theorie relevant sein. Zunächst jedoch wird im folgenden Kapitel eine Übersicht über die TMT und ihre empirischen Befunde geliefert.

**Terror Management Theorie – ein theoretischer Überblick**

In diesem Kapitel wird ein theoretischer Überblick über die Terror Management Theorie und ihre grundlegenden empirischen Hypothesen gegeben. Anschließend wird auf das Spektrum der verschiedenen Befunde und deren Bedeutung für die Theorie eingegangen. Abschließend werden kurz alternative Erklärungen für die im Rahmen der Terror Management Theorie gefundenen Effekte herangezogen und bewertet.

***Theoretischer Hintergrund und Formulierung der Grundhypothesen***

Die Terror Management Theorie (TMT) wurde erstmals 1989 von Abram Greenberg, Jeff Solomon und Tom Pyszczynski postuliert und empirisch untersucht. Theoretisch geht der Ansatz auf die Ideen des Sozialanthropologen Ernest Becker zurück. Dieser entwickelte in seinem Werk »The Denial of Death« (1973) eine Theorie darüber, wie sich die Sterblichkeit des Menschen und unser Bewusstsein darüber auf unser Denken auswirken. Becker geht davon aus, dass eben dieses Bewusstsein unserer Sterblichkeit im Widerspruch zu unserem Überlebensinstinkt steht, was eine Art inneren Terror im Menschen auslöst. Um diesen Terror zu überwinden, hat der Mensch sich ein kulturelles Weltbild geschaffen, das die Ebene des rein Materiellen transzendiert. Dadurch wird es dem Menschen möglich, sich als Teil eines symbolischen Systems zu betrachten, welches den persönlichen Tod überdauert und in dem wir weiterleben können.

Diesen Grundgedanken übernehmen Greenberg, Solomon und Pyszczynski (1989) und entwickeln eine empirische Formulierung der Hypothesen. Die Forscher versuchen also eine elementare psychologische Theorie aufzustellen, die sich mit einer der Grundkonstanten des menschlichen Daseins beschäftigt. Der Mensch lebt aufgrund seiner biologischen Disposition, überleben zu wollen, und seinem Intellekt, der ihm sagt, dass sein Leben notwendig endlich ist, in einem ständigen Terror. Die Grundhypothese der Terror Management Theorie besagt konkret, dass Menschen ihre Angst vor dem Tod, den "Terror", verarbeiten, indem sie an einer kulturellen Weltanschauung festhalten, welche eine symbolische und eine Kontinuität im engen Wortsinn über den Tod hinaus in Aussicht stellt. Die symbolische Kontinuität kann beispielsweise über eine Gruppenidentität oder über einen Heroismus, die kulturelle Erinnerung an eine bestimmte Person, aufrechterhalten werden. Die wörtlich verstandene Kontinuität hingegen bezieht sich auf kulturelle und religiöse Vorstellungen vom Leben nach dem Tod wie eine Vorstellung des Himmels oder der Unsterblichkeit der Seele. Diese kulturellen Weltanschauungen sind vom Menschen konstruierte Überzeugungen über die geteilte Realität von Individuen oder Gruppen. Diese Überzeugungen bieten eine sinnvolle Sicht der Welt, in dem auch das Individuum seinen Platz hat. Somit garantiert die Weltanschauung existentielle Sicherheit, beispielsweise die Überzeugung, dass wir eine Seele haben, die uns über das rein Körperlich-Endliche erhebt. Zusätzlich zur kulturellen Weltanschauung postulieren die Forscher den Selbstwert als zweite Strategie, den Terror des Todes zu handhaben. Unser Selbstwert soll garantieren, dass wir die internalisierten Werte und Standards der Kultur für uns selbst erfüllt sehen, ihnen also entsprechen. Der Selbstwert kann somit als eine Art Barometer der existentiellen Sicherheit betrachtet werden. Allerdings sind diese Weltanschauung und der Selbstwert nur fragile soziale Konstruktionen, die somit angreifbar sind. Die Überzeugungen anderer, sofern sie im Widerspruch zu unseren eigenen stehen oder Angriffe auf den eigenen Selbstwert bedeuten, stellen eine Bedrohung unserer existentiellen Sicherheit dar, auf welche wir reagieren müssen, um die aufkommende Unsicherheit zu vermeiden. Weitere potentielle Bedrohungen sind beispielsweise die Leiblichkeit unseres Körpers, welche uns an unsere Sterblichkeit erinnert, oder auch ungerechte Ereignisse, welche die Sinnhaftigkeit unserer Welt in

Frage stellen. Zusammengefasst sind nach der TMT unser Selbstwert und unsere Weltanschauung ein Instrument, mit dem wir die Angst vor dem Tod unterdrücken. Da dieser Unterdrückungsmechanismus niemals lückenlos und abgeschlossen ist, bleiben wir stets angreifbar und reagibel für mögliche Bedrohungen unserer Überzeugungen (vgl. Absatz mit: J. Greenberg, 2012; Landau, Greenberg, & Kosloff, 2010).

### ***Empirische Untersuchung der TMT durch Mortalitätssalienz***

Die empirische Untersuchung dieser Theorie erfolgt meist mit dem Modell der sogenannten Mortalitätssalienz (MS). Diese ist eine Erinnerung an den eigenen Tod, welche als unabhängige Variable fungiert und verschiedene Reaktionsmechanismen auslösen soll. Die Standardoperationalisierung der MS besteht aus zwei Fragen, auf welche die Probanden in einem kurzen Essay antworten sollen: "Beschreibe kurz deine Emotionen, die du empfindest, wenn du an deinen eigenen Tod denkst." Und: "Beschreibe, was du denkst, was mit dir und deinem Körper geschieht, während und nachdem du gestorben bist." (Rosenblatt et al., 1989)

Dieses Priming soll die Probanden an ihre Sterblichkeit erinnern und dadurch eine Bedrohung darstellen. Die Mortalitätssalienz stellt eine eigene Art von Konstrukt dar, das nicht mit dem Affekt Angst identisch ist. Rosenblatt et al. und auch alle anderen nachfolgenden Studien konnten keine Erhöhung des Affektes Angst nach dem Priming feststellen (Rosenblatt et al., 1989). Als Kontrollpriming wird ein negatives, aber nicht mit dem Tod assoziiertes Thema gewählt. Meist werden die Probanden aufgefordert, sich an starke Schmerzen, wie etwa Zahnschmerzen, zu erinnern. Außerdem wurden als Kontrollpriming schon die Erinnerung an eine bevorstehende Prüfung, Probleme an der Universität, Unsicherheitsgefühle, soziale Ausgrenzung und das Gefühl der Bedeutungslosigkeit getestet (J. Greenberg, 2012). Keine dieser Primings löste die gleichen Reaktionen wie die Mortalitätssalienz aus. Dies stärkt die Annahme, dass die Erinnerung an die eigene Sterblichkeit ein autonomes Konstrukt ist.

Die Reaktionen auf die Bedrohung oder die Unterdrückungsmechanismen ihr gegenüber betreffen, wie oben schon angedeutet, erstens die Verteidigung der eigenen Weltanschauung und zweitens die Verteidigung des Selbstwertes. Auf individueller Ebene veranlasst die Erinnerung an den eigenen Tod eine Verteidigung des Selbstwertes und das Streben nach Selbstwerterhöhung (Reviewartikel: Pyszczynski, Greenberg, Solomon, Arndt, & Schimel, 2004). Auch die Verteidigung der eigenen Weltanschauung ist ein oft replizierter Befund: Probanden, die mit MS geprimed wurden, reagieren kritischer auf Meinungen, die nicht ihrer Weltanschauung entsprechen, und werten die Gruppe ab, die andere Meinungen vertritt (aktuelle Metaanalyse: Burke, Martens, & Faucher, 2010). Es konnte beispielsweise nachgewiesen werden, dass Mortalitätssalienz die Einstellung und das Verhalten gegenüber Menschen, die eine von der eigenen unterschiedene Weltanschauung, eine andere soziale Identität oder Gruppenzugehörigkeit – Religion oder Nationalität – haben, polarisiert (J. Greenberg et al., 1995; J. Greenberg et al., 1990). Dieser Effekt tritt auch bei impliziten Messungen von Vorurteilen auf (Bradley, Kennison, Burke, & Chaney, 2012). Auch das konkrete Verhalten der Probanden scheint von MS beeinflusst zu werden: MS führt etwa zur Bevorzugung von Essen aus dem eigenen Kulturkreis (Friese & Hofmann, 2008). Die Terror Management Theorie hängt deswegen eng mit vielen Untersuchungen über Intergruppenverhalten und Intergruppenkonflikte zusammen. Hierbei werden zusammenfassend meist negative Effekte der Mortalitätssalienz berichtet: Abwertung der Outgroup, Verfestigung von stereotypem Denken und erhöhte Aggressionsbereitschaft gegenüber der Outgroup (J. Greenberg & Kosloff, 2008).

Analog zu dem Verteidigen der eigenen Weltanschauung werden auch Effekte berichtet, die eine Anpassung an die eigene Kultur darstellen. Eva Jonas und Immo Fritsche (2012) konnten nachweisen, dass MS die Anpassung an deskriptive Normen erhöht. Deskriptive Normen sind in diesem Fall konkret das aktuelle Verhalten der Referenzgruppe. Außerdem erhöht MS die Anpassung an saliente kulturelle Normen (Jonas et al., 2008). Einen ähnlichen Effekt stellt die Erhöhung der Ingroup Identität dar. Probanden, die an ihren eigenen Tod erinnert werden, identifizieren sich stärker mit ihrer Gruppe (Castano et al., 2002). Der Gedanken an den eigenen Tod stellt, wie oben beschrieben, eine Bedrohung für den Menschen und seine gewöhnliche Weltanschauung dar. Dies legt die These nahe, dass der Körper selbst, da er der offensichtliche Leidtragende des Sterbeprozesses und somit die "Verkörperung" der Endlichkeit und Verletzlichkeit des Menschen ist, nach einem Priming mit MS vermieden wird. Goldenberg, Pyszczynski, Greenberg und Solomon (2000) konnten zeigen, dass MS die Tendenz, sich von seiner eigenen Körperlichkeit zu distanzieren, erhöht. Außerdem wird nach MS ein Blick auf den Menschen präferiert, der die Unterschiede zum Tier betont. Bei Männern hat MS den Effekt, dass sie ästhetische Abbildungen von Frauen im Gegensatz zu rein körperlich sexuellen präferieren. Ähnlich einzuordnen ist auch der Befund, dass nach MS die Betrachtung des eigenen Gesichtes im Spiegel vermieden wird (Arndt, Greenberg, Simon, Pyszczynski, & Solomon, 1998).

### ***Systematisierung der Reaktionen nach Mortalitätssalienz***

Pyszczynski, Greenberg, and Solomon (1999) liefern ein Modell, mit dem die Befunde der Terror Management Theorie systematisiert werden können. Das Dual Process Model, also Zwei-Prozess-Modell, teilt die Reaktionen auf MS in distale und proximale Effekte ein. Proximale Effekte sind rationale Abwehrmechanismen, die auftreten, wenn die Bedrohung durch MS im Fokus der Aufmerksamkeit steht. Sie sind rational, weil sie inhaltlich-logisch mit den Gedanken an den Tod zusammenhängen. Hierzu zählt beispielsweise die Vermeidung der eigenen Körperlichkeit oder Animalität. Diese Effekte treten direkt nach dem Priming mit MS auf und funktionieren nicht bei subliminalen Primings. Distale Reaktionen hingegen treten entweder erst nach einer Verzögerung nach dem MS Priming oder direkt nach subliminalen Primings auf. Sie hängen inhaltlich nicht mehr mit dem Tod zusammen, sondern stellen Kontrollmechanismen dar, welche die Angst vor dem Tod "managen". Dies sind der Selbstwert und die kulturelle Weltanschauung. In der empirischen Untersuchung der Terror Management Theorie sind die meisten Befunde zu den distalen Reaktionen zu zählen.

### ***Death Thought Accessibility und Terror Management Theorie***

Es wurde demnach die These der Terror Management Theorie bestätigt, dass das Bewusstsein des eigenen Todes oder die Angst davor unser Verhalten und Denken in Bezug auf den Selbstwert und die Weltanschauung beeinflussen. Ein weiteres Paradigma, das diesen Zusammenhang untersucht, ist das der "Death Thought Accessibility" (DTA). Dieses funktioniert umgekehrt wie das Priming der Mortalitätssalienz, indem es misst, dass Angriffe auf unsere Bewältigungsmechanismen gegen das Bewusstsein des eigenen Todes – den Selbstwert und die Weltanschauung – die Sensibilität für Gedanken an den Tod erhöhen (Hayes, Schimel, Arndt, & Faucher, 2010; Schimel, Hayes, Williams, & Jahrig, 2007). Um diesen Befund in das Dual Process Modell zu integrieren, erweiterten Hayes et al. (2010) das Modell um die DTA als abhängige Variable.

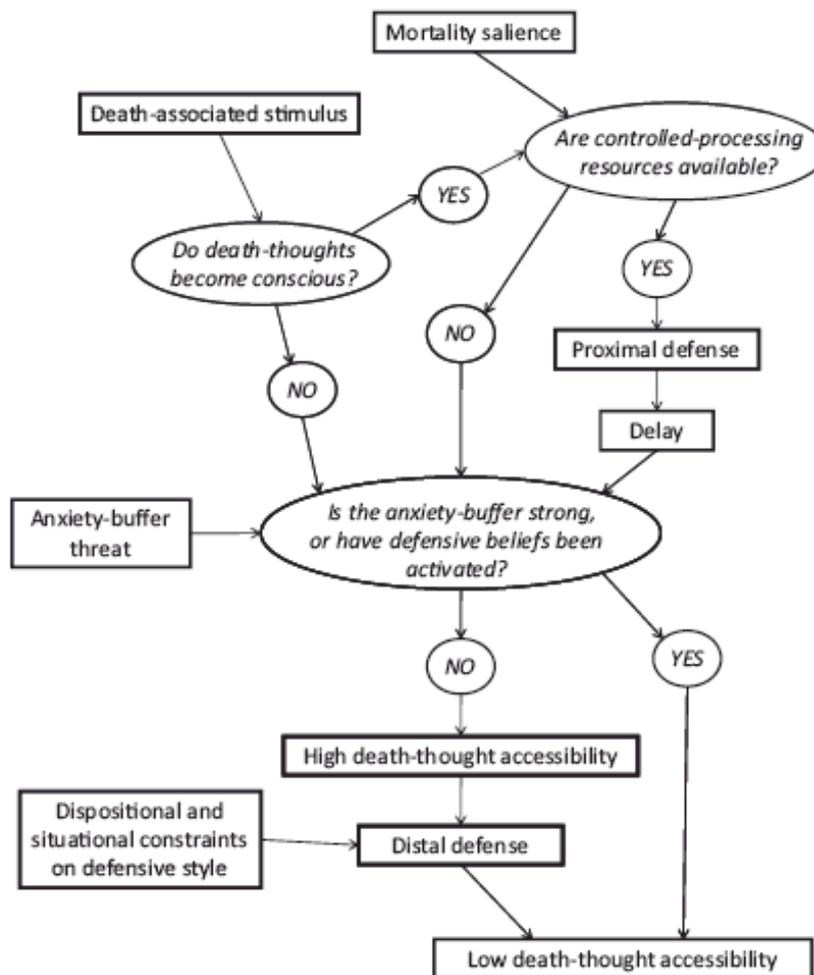


Abbildung 1: (Hayes et al. 2010)

In diesem Modell werden zwei unabhängige Variablen angenommen: Die Mortalitätssalienz und Stimuli, die mit dem Tod assoziiert werden, welche meist subliminal eingesetzt werden. Je nachdem ob das Priming in den Bereich der Aufmerksamkeit fällt oder nicht und ob mögliche weitere Abwehrmechanismen zur Verfügung stehen, fallen die Reaktionen aus: erhöhte DTA, proximale oder distale Abwehr. DTA tritt zusammen mit distaler Abwehr auf. Distale Abwehr fungiert dann wiederum als Hemmer der DTA. Zusammen mit proximaler Abwehr tritt DTA nur auf, wenn eine zeitliche Verzögerung vorliegt.

### Weitere Abwehrmechanismen

#### Soziale Beziehungen

Tiefe persönliche Beziehungen spielen eine außerordentlich wichtige Rolle im Leben jedes Menschen. Aus diesem Grund wurde die Hypothese aufgestellt, dass neben Weltanschauung und Selbstwert auch tiefe persönliche Beziehungen ein Bewältigungsmechanismus von existentieller Unsicherheit sind. Tatsächlich wurde gezeigt, dass mit MS geprägte Probanden durchwegs ein höheres Streben nach tiefen sozialen Beziehungen und romantischen Partnerschaften angeben (Hirschberger, Florian, & Mikulincer, 2003). Außerdem konnte gezeigt werden, dass

Bindungssicherheit mit niedriger Death Thought Accessibility einhergeht, Bindungsunsicherheit hingegen mit einer erhöhten DTA (Mikulincer & Florian, 2000). Tiefe soziale Beziehungen scheinen demnach ein guter Mechanismus der existentiellen Unsicherheitsbewältigung zu sein. Neuerdings wurde nachgewiesen, dass MS die positive Einschätzung der Meinung des Partners über einen selbst, den sogenannten Perceived Regard, erhöht. Allerdings gilt dies nur für den eigenen Partner, nicht für fremde Personen oder die Selbsteinschätzung (Cox & Arndt, 2012). Dies lässt den Schluss zu, dass es hier tatsächlich um das Streben nach tiefen persönlichen Beziehungen, und nicht nur um Selbstwerterhöhung, für die auch eine erhöhte Selbsteinschätzung und Fremdeinschätzung einer unbekannt Person dienlich wären, geht. J. Greenberg (2012) hingegen spricht sich dagegen aus, tiefe soziale Beziehungen als weiteren Abwehrmechanismus in das Grundmodell der Terror Management Theorie aufzunehmen, da diese seiner Ansicht nach nur indirekt der Erhöhung des Selbstwertes und der Sicherung der Weltanschauung dienen. Zwar seien tiefe soziale Beziehungen eine gute Methode, die existentielle Unsicherheit zu kontrollieren, sie stellen aber keine eigenständige Kategorie dar (J. Greenberg, 2012, p. 21f.).

#### *Erfahrung von Sinnhaftigkeit und Bedeutung der Welt*

Existentielle Unsicherheit hat zum großen Teil damit zu tun, dass der Tod den Sinn unseres Lebens in Frage zu stellen scheint: Welchen Sinn haben meine Handlungen, meine Bemühungen und mein Leid, wenn am Ende nichts von mir übrig bleibt? Dies legt nahe, dass Erinnerungen an den eigenen Tod das Bedürfnis auslösen, Sinn und Bedeutung im eigenen Leben zu entdecken und zu schaffen. Tatsächlich wurde gezeigt, dass Probanden, die mit MS geprimed wurden, eine erhöhte Tendenz aufweisen, das eigene Verhalten als sinnvoll zu beschreiben und die eigene Vergangenheit in eine kohärente Geschichte zu integrieren (Landau, Greenberg, Sullivan, Routledge, & Arndt, 2009; Landau, Kosloff, & Schmeichel, 2011). Ein weiterer interessanter Befund ist der Einfluss von teleologischen Erklärungsmustern auf die DTA. Davis, Juhl, and Routledge (2011) konnten zeigen, dass teleologische Erklärungen der Natur als Priming die Death Thought Accessibility reduzieren. Gleichzeitig erhöht MS den Glauben an eine sinn- und bedeutungsvolle Welt. Die wichtige Rolle, die Sinnhaftigkeit im Rahmen der TMT spielt, wird dadurch betont, dass neben dem Standardpriming von MS auch Primings, bei denen die Aufforderung, seine Gefühle und Gedanken in Bezug auf "den eigenen Tod", durch den die Angabe "die Bedeutung in deinem Leben" ersetzt wurde, zu erhöhter DTA und zu Verteidigung der Weltanschauung führen (Taubman-Ben-Ari, 2011).

Da Religion und Sinnerfahrung sehr eng zusammenhängen, ist auch ein Einfluss von Religiosität auf den Umgang mit existentiellen Unsicherheiten zu erwarten. Hierbei wurde festgestellt, dass intrinsische Religiosität den Effekt der Intergruppen-Aggressivität und Abwertung der Outgroup nach MS verringert. Dies wurde mit Stichproben von drei verschiedene Religionen (Christlich, Muslimisch, Jüdisch) nachgewiesen (Golec de Zavala, Cichocka, Orehek, & Abdollahi, 2012; Review: Vail et al., 2010).

#### *Prosoziale Effekte unter dem Einfluss von Mortalitätssalienz*

Die Verteidigung der kulturellen Weltanschauung wurde bisher nur als Abwertung einer Outgroup oder Verstärkung von eigenen politischen Ansichten gemessen. Außerdem wurde gezeigt, dass saliente kulturelle Normen unter MS erhöht wirken. Deshalb ist es naheliegend anzunehmen, dass auch prosoziale Werte und Normen unter MS erhöht werden können.

Jonas, Schimel, Greenberg, and Pyszczynski (2002) haben gezeigt, dass die Erinnerung an den eigenen Tod prosoziales Verhalten erhöht. In einer Umfrage, in der erhoben wurde, ob ein Proband für eine wohltätige Organisation spenden würde, konnte eine erhöhte Spendenbereitschaft

festgestellt werden, wenn die Umfrage vor einem Krematorium, im Gegensatz zu einem neutralen Gebäude, stattfand. Der Effekt tritt jedoch nur auf, wenn die wohltätige Organisation sich für die eigene Gruppe engagiert. Dies unterstützt die Annahme, dass prosoziales Verhalten im Rahmen der Verteidigung der eigenen Weltanschauung stattfindet. Hirschberger, Ein-Dor, and Almakias (2008) konnten ebenfalls zeigen, dass MS zu einer Erhöhung der Spendenbereitschaft für eine wohltätige Organisation führt. Im Falle von Organspenden zeigte sich jedoch ein gegenteiliger Effekt: MS führte zu einer verringerten Bereitschaft, einen Organspendeausweis auszufüllen. Da Organspenden selbst mit dem Tod verknüpft sind, ist anzunehmen, dass der Effekt der stärkeren Orientierung an kulturelle Normen hier von den proximalen Effekten, Gedanken an den Tod zu vermeiden, überlagert wird. Ein ähnlich paradoxes Verhalten tritt auf, wenn das Verhalten gegenüber körperlich Behinderten betrachtet wird. Nach einem Priming mit MS empfinden weibliche Probanden ein erhöhtes Mitgefühl für eine behinderte Person, gleichzeitig jedoch erhöht die Auseinandersetzung mit Menschen mit Behinderung die DTA (Hirschberger, Florian, & Mikulincer, 2005). Bei männlichen Probanden hingegen wird das Mitgefühl durch MS gesenkt. Diese beiden Effekte treten auch hier nur auf, wenn die behinderte Person der Ingroup angehört. Es kann geschlossen werden, dass die Wirkung des Ingroup Status notwendig für die genannten Verhaltensänderungen gegenüber Behinderten ist, weil die Behinderung einer Person das positive Bild der Gruppenidentität angreift. Allgemein kann festgehalten werden, dass MS prosoziales Verhalten, welches der kulturellen Norm entspricht, erhöht. Allerdings bewirkt es auch eine Reduktion des Mitgefühls für Behinderte bei Männern, eine verringerte Bereitschaft, einem Menschen in Rollstuhl zur Hilfe zu kommen, den Drang, unschuldigen Opfern mehr Schuld zuzusprechen, eine Verringerung der Bereitschaft einen Organspendeausweis auszufüllen und eine Vermeidung der Betrachtung von körperlich Verletzten (Reviews: Hirschberger, 2010; Niesta, Fritsche, & Jonas, 2008; Vail et al., 2010).

Hirschberger, Pyszczynski, and Ein-Dor (2009) berichten ebenfalls prosoziale Effekte. Sie untersuchen den Einfluss von MS auf Intergruppenverhalten in Konfliktsituationen. Als Stichprobe wurden israelische Juden und ihre Einstellung zum Nah-Ost-Konflikt untersucht. Hierbei wurden zunächst negative Effekte von MS nachgewiesen: MS erhöht die Aggressivität gegenüber dem Gegner und verstärkt das Feindbild. Tiefgehend untersuchten die Forscher die moderierende Rolle der wahrgenommenen Intention des Gegners und die persönliche Verletzbarkeit durch den Konflikt. Im ersten Experiment konnte gezeigt werden, dass MS – kombiniert mit einer aggressiven Rhetorik des Gegners – zu erhöhter Aggressivität der Probanden gegenüber dem Gegner führt. Interessanterweise führte jedoch MS in Kombination mit einer deeskalierenden Rhetorik zu einer verringerten Aggressivität der Probanden im Vergleich zur Kontrollgruppe. Zweitens wurde nachgewiesen, dass Gedanken an die persönliche Involviertheit in den Konflikt als Priming zusammen mit MS die Aggressivität noch weiter senken als ohne MS Priming. In einem dritten Experiment wurde der Einfluss der direkten Erfahrung mit dem Konflikt (Beteiligung an einer militärischen Aktion im Libanonkrieg) als Moderator erfasst. Es konnte gezeigt werden, dass die Erfahrung mit dem Krieg unter dem Einfluss von MS und bei deeskalierender Rhetorik des Gegners die Aggressivität der Probanden signifikant senkt. Hier geht die positive Wirkung von MS, in Form von verringerter Aggressivität gegenüber einer Feindgruppe, über den Verteidigungsmechanismus der eigenen Weltanschauung hinaus. Der Effekt der Weltanschauungsverteidigung kann nicht erklären, wieso unter deeskalierender Rhetorik und MS die Aggressivität, im Vergleich zu einer Kontrollgruppe, welche ebenfalls die deeskalierende Rhetorik, aber kein MS Priming erhalten hat, senkt. Dies ist ein erster Hinweis für die These, die ich im Laufe dieser Arbeit entwickeln werde:

Dass die Auseinandersetzung mit dem eigenen Tod Möglichkeiten bietet, die weit über die postulierten Verdrängungsmechanismen der Terror Management Theorie hinausgehen. Zunächst werden jedoch alternative Interpretationen der üblichen Befunde der Terror Management Theorie diskutiert.

### **Verdrängungshypothese vs. Wachstumshypothese**

In diesem Kapitel wird zunächst die Verdrängungshypothese formuliert und als Grundhypothese der TMT herausgestellt. Die wissenschaftstheoretische Untersuchung dieser Grundhypothese wird erst im folgenden Kapitel geleistet, jedoch ist es unerlässlich, die Grundhypothese bereits in diesem Teil der Arbeit zu benennen. Anschließend wird die Wachstumshypothese auf der Grundlage der Theorie des posttraumatischen Wachstums und der Positiven Psychologie erklärt. Um die beiden scheinbar konkurrierenden Theorien zu vergleichen, wird auf ambivalente Befunde im Rahmen der TMT Forschung eingegangen.

### **Verdrängungshypothese**

Die Grundhypothese der TMT besagt, dass Kultur und Selbstwert fiktive Gebilde sind, welche die Angst vor dem Tod "managen". Das Wort "managen" ist jedoch meines Erachtens nur ein moderner Euphemismus für Verdrängen. Innerhalb der TMT wird jede Reaktion auf Mortalitätssalienz als Verdrängungsmechanismus interpretiert. Dies folgt aus der Grundannahme der Theorie, welche ausschließlich Abwehrmechanismen, im Gegensatz zu echten Bewältigungsmechanismen, postuliert.

Um dies zu verdeutlichen, werde ich beispielhaft auf ein paar Befunde der TMT zurückkommen. Betrachten wir den Befund, dass Menschen unter Einfluss von Mortalitätssalienz ein verstärktes Feindbild und stärkere Vorurteile gegenüber Fremdgruppen haben. Die Theorie behauptet, dass dies ein Effekt von existentieller Unsicherheit ist und so wird auch der Befund interpretiert. Bei diesem Beispiel scheint die Interpretation sehr plausibel. Jedoch wird ebenso der Effekt, dass Menschen unter MS nach tiefen sozialen Beziehungen streben, als Verdrängungsmechanismus interpretiert. Egal, was der Proband in dem Experiment tun wird, sobald es ihm hilft, mit der Angst vor dem Tod besser zurecht zu kommen, wird sein Tun als Verdrängungsmechanismus verstanden. Selbst wenn er zeigt, dass er im Angesicht des Todes sich von unwichtigen Dingen abwendet und mit Menschen, die ihm wirklich etwas bedeuten, mehr Zeit verbringen möchte, ist dies im Rahmen der TMT kein authentisches Verhalten, bei dem der Proband eine eigene Wahl trifft, sondern automatisches Verhalten, um die Angst vor dem Tod zu verarbeiten. Das Verhalten der Probanden muss innerhalb der TMT als Mittel zum Zweck der Verdrängung des eigenen Todes interpretiert werden.

Im folgenden Abschnitt wird versucht, eine Gegenhypothese zu formulieren, die persönliche Entwicklung und Sinnfindung als reale Möglichkeit des Menschen betrachtet.

### **Posttraumatisches Wachstum**

Der Beobachtung, dass Menschen, die bereits Erfahrung mit dem Tod gemacht haben, beispielsweise in Form der Diagnose einer tödlichen Krankheit, auch positive Entwicklungen durch dieses Erlebnis erfahren können, wird die Theorie des posttraumatischen Wachstums gerecht. Posttraumatisches Wachstum ist definiert als ein positiver Wandel des Lebens nach der Auseinandersetzung mit Lebenskrisen oder einem starken Stressor. Dabei übertrifft der positive Wandel sogar das prätraumatische Level. Als Voraussetzung gilt, dass das Erleben eines Traumas

oder Stressors das eigene Selbstbild und Weltsicht insofern erschüttert, als grundlegende Annahmen wie Vorhersagbarkeit oder Sinnhaftigkeit in Frage gestellt werden. Das Aufbrechen des eigenen Weltbildes ermögliche das Hinterfragen desselben und daraufhin eine authentische Rekonstruktion von grundlegenden Werten und Zielen im Leben. (Vgl. Absatz mit: Zöllner, Calhoun, & Tedeschi, 2006)

PTG zeichnet sich vor allem durch intensivere persönlichere Beziehungen, das Ergreifen neuer Möglichkeiten, das Gefühl einer stärkeren persönlichen Kraft, stärkerer Lebensbejahung und spiritueller Reifung aus (Morris, Shakespeare-Finch, Rieck, & Newbery, 2005; Taku, Calhoun, Cann, & Tedeschi, 2008; Tedeschi & Calhoun, 1996).

Ähnliche Phänomene wie das des posttraumatischen Wachstums sind die "positive Lebensveränderung" (Lehman et al., 1993), "persönliches Wachstum über neuen Sinn im Leben und neue Identität und Weltsicht nach Tod einer geliebten Person" (Hogan & Schmidt, 2002) oder auch "persönliche Reifung" (Maercker & Langner, 2001). Allen Ausarbeitungen des Phänomens ist gemein, dass die Auseinandersetzung mit der Endlichkeit des Lebens den positiven Effekt haben kann, dass er Menschen die Möglichkeit gibt, ein authentischeres Selbst zu finden und dadurch ein zufriedeneres und glücklicheres Leben zu führen.

Kinnier, Tribbensee, Rose, and Vaughan (2001) führten qualitative Interviews mit Menschen, die Erfahrungen mit dem Tod gemacht haben, durch und haben beispielsweise herausgefunden, dass die Auseinandersetzung mit dem Tod diesen Menschen gezeigt hat, das Leben als Geschenk zu betrachten und die Dinge, die ihnen wirklich wichtig sind, mehr wertzuschätzen. *Oberflächliche Errungenschaften wie Ruhm, Aussehen und Karriere* (Kinnier et al., 2001, p. 174) spielen im "neuen" Leben eine eher unwichtige Rolle. Tiefe persönliche Beziehungen und die Familie werden hingegen als besonders wichtig und wertvoll empfunden. Die Tatsache, dass Menschen, die eine Erfahrung mit dem Tod gemacht haben, ihr Leben mehr schätzen und mehr Zeit mit denen ihn wichtigen Dingen verbringen, führt auch dazu, dass sie weniger Angst vor dem Tod empfinden (Sutherland, 1990).

Es soll hier nicht relativiert werden, dass die Bedrohung durch den Tod zunächst eine schreckliche Erfahrung ist. Nicht allen Menschen gelingt es, so gut mit solch einer existentiellen Erfahrung fertig zu werden und sogar etwas Positives daraus zu ziehen. Obwohl Sinn und Bedeutung im eigenen Leben als positiv empfunden werden, wird die Suche danach mit negativen Auswirkungen assoziiert (Linley & Joseph, 2011). Mehr Sinn und Bedeutung ermöglichen also einen positiven Wandel des Lebens, aber die Suche danach ist ein Wagnis. Dies ist erklärbar durch die Unsicherheit, die eine Loslösung von allgemeinen Werten auslöst, und auch durch die Angst, die mit der Akzeptanz des Todes ausgehalten werden muss. Mit der Suche nach dem Sinn geht der Mensch also ein Risiko ein, und dies erfordert Mut. Die hier zitierten Befunde stützen die Hypothese, dass die Auseinandersetzung mit dem Tod nicht nur Angst und deren Verdrängung verursacht, sondern einen positiven Wandel des Lebens hervorrufen kann.

### **Wachstumshypothese**

Eine weitere Theorie, welche eine Auseinandersetzung mit dem Tod als Quelle für ein authentisches Leben betrachtet und dies explizit als These formuliert, ist die *Meaning Management Theorie*, welche im Rahmen der Positiven Psychologie und der existentiellen humanistischen Theorie entstand (Kastenbaum, 2000; Wong, 2008).

Die *Meaning Management Theorie* (MMT) erkennt an, dass es, wie die TMT zeigt, Verdrängungseffekte im Umgang mit dem eigenen Tod gibt. Doch sie verneint, dass dies die

einzigste Reaktion sei. Wong (2012) hat ein Zwei-Prozess-Modell entwickelt, um den Umgang mit dem Tod zu systematisieren: Der erste Prozess ist die Vermeidung und der zweite die Verarbeitung der Angst vor dem Tod. Beide Wirkmechanismen sind in jedem Menschen aktiv, jedoch gibt es persönliche Tendenzen, mehr zu vermeiden oder mehr zu verarbeiten. Im Falle der Vermeidung wirken bewusste und unbewusste Verteidigungsmechanismen, die uns kurzfristig Schutz vor der Angst bieten. Personen, die eher diese Strategie verfolgen, sind meist zurückhaltend, ängstlich und risikoscheu. Paradoxerweise haben sie trotz ihrer Vermeidungsstrategien ein höheres Angstlevel als die eher verarbeitenden Personen. Jene sind hingegen weniger zurückhaltend, sondern eher zielorientiert, hin auf Ziele wie Erfolg im Beruf, Familie oder anderes. Der "Trick" der Verarbeiter besteht darin, dass sie aus den Rückschlägen und Zweifeln, die jeder Mensch zwangsläufig erlebt, so umgehen, dass sie nicht resignieren, sondern weiter versuchen, Möglichkeiten zum Positiven zu ergreifen. Diese Menschen sind meist wagemutiger, motiviert, ihre Ziele zu erreichen, und konzentriert auf die Dinge im Leben, die ihnen persönlich wichtig sind. Diese beiden Typen kommen derart idealisiert wahrscheinlich kaum vor, jedoch macht die Beschreibung deutlich, welches Verhalten mit der jeweiligen Strategie einhergeht. Auch andere positive Psychologen gehen von ähnlichen entgegengesetzten Verhaltensmöglichkeiten aus. Yalom (2008) betrachtet die Akzeptanz des Todes als ein Ziel menschlicher Entwicklung: Noch nicht überwundene oder unterdrückte Angst vor dem Tod hindert den Menschen daran, ein glückliches Leben zu führen. Da die Vermeidungsstrategie ständig aktiv sein muss, führt dies zu Stress, Angst und Konflikten. Somit hindert die nicht überwundene Angst vor dem Tod uns daran, ein glückliches Leben zu führen. Hierbei wird nicht vorausgesetzt, dass es möglich ist, völlig angstfrei dem Tod gegenüber zu stehen, sondern dass es möglich ist, mit möglichst wenig Vermeidung die Angst vor dem Tod auszuhalten und zu lernen, in einer lebensbejahenden und befreienden Weise über den Tod zu sprechen (Wong & Tomer, 2011). Wong (2008, p. 68f.) betont zudem, dass der Umgang mit der Angst vor dem Tod wesentlich mit der Frage nach einem guten oder gelungenen Leben zusammenhängt: Wer ein bedeutungsvolles Leben gelebt hat, kann dem Tod angstfreier entgegen gehen. Die Akzeptanz des Todes führe hin zu einer Fokussierung auf ein sinnvolles Leben und erfülle uns idealerweise mit der Energie und Kraft, dies zu bewerkstelligen. Zudem seien Angst und Akzeptanz nicht als strikte Gegensätze zu begreifen, sondern als zum Teil koexistierende Kräfte. *Meaning Management* betrifft demnach die allgemeine Haushaltung des *inneren Lebens* eines Menschen: seine wahre Identität, seine Werte, seine Ziele und sein Glück oder Wohlbefinden (Wong, 2008, p. 70). *Meaning Management* entspringt, genau wie *Terror Management*, aus der Endlichkeit des menschlichen Lebens und dem Wissen darüber. Im Gegensatz zum *Terror Management* beruft es sich allerdings auf menschliche Fähigkeiten wie Selbstbewusstsein, Reflektion, Sprache sowie narrative Konstruktion, Imagination und andere geistige Fähigkeiten. Kastenbaum (2000, pp. 31,37) unterscheidet drei Reaktionen im Umgang mit dem Tod. Er nimmt ebenfalls Verdrängung und Akzeptanz, aber als Drittes noch die akute Angst selbst in seine Aufzählung auf. Kastenbaum meint mit Verdrängung die gleichen Effekte, die Wong und Yalom mit Vermeidung bezeichnen. Nach Kastenbaum ist die entscheidende Frage in der Verarbeitung der existentiellen Angst nicht, ob jemand die Angst unterdrücke, sondern welche Aspekte der Angst und des Sterbens er verdrängt. Verdrängung wird im psychiatrischen Duktus als primitive Abwehrreaktion verstanden, Kastenbaum betont jedoch, dass in der Reaktion auf die existentielle Angst nicht nur primitive, sondern komplexe und elaborierte Vermeidungsstrategien wirken. Wenn im Laufe der Arbeit von Verdrängung oder Verdrängungshypothese gesprochen wird, ist dieser

breite Begriff von Verdrängung gemeint. Außerdem ist zu betonen, dass Verdrängung nicht immer negativ gemeint sein muss, sondern ebenso ein nützlicher Schutzmechanismus sein kann.

Zusammenfassend kann die Wachstumshypothese so formuliert werden, dass durch die Konfrontation mit der Angst einige Vermeidungsstrategien überwunden werden können und durch diesen Prozess eine persönliche Reifung und Entwicklung zu einem authentischeren Leben möglich ist. Im folgenden Abschnitt werden weitere empirische Hinweise, die im Rahmen der TMT gefunden wurden, als Unterstützung der Wachstumshypothese untersucht.

### ***Ambivalente Befunde: Hinweise für Effekte von MS außerhalb der Hypothesen der TMT***

Es wurde bereits in Kapitel 3 auf die Befunde von Hirschberger et al. (2009), welche die TMT nicht gänzlich erklären kann, eingegangen. Es trat der Effekt auf, dass Probanden, die mit MS geprimed wurden und eine deeskalierende Rhetorik des Feindes erhielten, weniger Aggression gegenüber der Feingruppe zeigten als nicht mit MS geprimte Probanden. Im Rahmen der Terror Management Theorie kann dies nicht erklärt werden, da dieses Verhalten weder als Verteidigung der Weltanschauung noch als Verteidigung des Selbstwertes betrachtet werden kann. Auch die Anpassung an kulturelle Normen (in diesem Fall vielleicht die Norm, Konflikte friedlich zu lösen) wäre keine gute Erklärung, da diese Anpassung auch in anderen Studien immer nur innerhalb der und für die Eigengruppe geschah. Mortalitätssalienz scheint also noch weitere Effekte zu haben, die über die Thesen der TMT hinausgehen. Das Priming der Mortalitätssalienz wird im Folgenden genauer betrachtet. Verschiedene Studien haben Abwandlungen des Primings getestet und sind zu interessanten Ergebnissen gekommen.

#### *Differenzierung des Primings der Mortalitätssalienz*

Agustin (2009) testete vier verschiedene Operationalisierungen von Mortalitätssalienz: Er erweiterte die Instruktion, die eigenen Gefühle und Gedanken bezüglich des eigenen Todes niederzuschreiben, um die Art des Todes. Die erste Instruktion bezog sich auf den Tod durch eine Krebserkrankung und sollte die personale Identität ansprechen. Die zweite Instruktion, Tod durch Terroranschlag, sollte hingegen die soziale Identität erfassen. Die dritte Instruktion sollte eine noch allgemeinere Perspektive, die gemeinsame menschliche Identität, ansprechen und gab einen Tod durch einen Meteoriteneinschlag vor. Als Kontrollbedingung wurde die Instruktion, starke Zahnschmerzen zu beschreiben, verwendet. Um die Wirkung des Priming zu testen, wurde die Verteidigung der eigenen Weltanschauung in Form eines Fragebogens zur Erfassung von Einstellungen, Identifikation und Gefühlen gegenüber Minderheiten gemessen. Die Ergebnisse zeigten als ersten signifikanten Unterschied beim Vergleich der Gruppe "soziale Identität" und der Kontrollgruppe eine höhere Verteidigung der eigenen Weltanschauung. Ein weiteres signifikantes Ergebnis war die geringere Verteidigung der eigenen Weltanschauung durch die Gruppe "menschliche Identität" und die Kontrollgruppe. Hier hat Mortalitätssalienz demnach den Effekt gehabt, sogar die Verteidigung der eigenen Weltanschauung zu verringern. Dies ist offensichtlich nicht mit der Terror Management Theorie vereinbar. Ein ebenso interessantes Ergebnis war, dass zwischen der Gruppe "personale Identität" und der Kontrollgruppe kein Unterschied gemessen werden konnte. Es kann demnach eine erste Einschränkung für das Priming Mortalitätssalienz festgehalten werden: MS funktioniert nur, wenn es sich nicht auf eine konkrete persönliche Art zu sterben bezieht (hier: Krebserkrankung), sondern allgemein formuliert ist (Standardoperationalisierung) oder die soziale Identität (hier: Terroranschlag) angreift. Außerdem wirkt es in umgekehrter Richtung, wenn es sich auf den Tod der Menschheit im allgemeinen (hier: Meteoriteneinschlag) bezieht.

Ein weiteres aufschlussreiches Experiment wurde von Rogers (2011) durchgeführt. Rogers veränderte die Standardoperationalisierung dahingehend, dass er die Probanden instruierte, über einen möglichen bedeutungsvollen Tod zu schreiben:

"Bitte beschreiben Sie kurz, aber so spezifisch wie möglich, was ein persönlich bedeutungsvoller/idealer Tod für Sie sein würde. Bitte beschreiben Sie kurz Ihre Gefühle, die der Gedanke an einen bedeutungsvollen/idealen Tod in Ihnen auslöst." (Übersetzung der Autorin aus dem Englischen, Rogers, 2011)

Durch diese Veränderung der Instruktion konnten keine Effekte der Verteidigung der eigenen Weltansicht festgestellt werden. Rogers interpretiert dies so, dass der bedeutungsvolle Tod den letzten und endgültigen Akt der Integration des eigenen Selbst in die kulturelle Weltanschauung darstellt. Daher seien danach keine Verteidigungsmechanismen notwendig. Ohne dies jetzt zu bewerten, kann festgehalten werden, dass dies ein weiterer Befund dafür ist, dass Mortalitätssalienz und Sinn und Bedeutung im Leben sehr eng verknüpft und scheinbar entgegengesetzt wirken. Weitere Befunde hierfür wurden schon in Kapitel zwei betrachtet: Primings mit teleologischen Erklärungen (Davis et al., 2011) und intrinsische Religiosität (Golec de Zavala et al., 2012) können die Verteidigungsmechanismen gegen die Angst vor dem Tod verhindern. Außerdem konnte festgestellt werden, dass Mortalitätssalienz die Tendenz erhöht, Sinn und Bedeutung im eigenen Leben festzustellen (Landau et al., 2009; Landau et al., 2011). Ein scheinbar widersprüchliches Ergebnis zu dem oben beschriebenen Experiment von Rogers weist eine Studie von Taubman-Ben-Ari (2011) auf. Hier wurde ein ähnliches Priming verwendet ("Was denken Sie über die Bedeutung in Ihrem Leben? Bitte beschreiben Sie Ihre Gefühle hinsichtlich der Bedeutung in Ihrem Leben."), es zeigten sich jedoch andere Ergebnisse: Dieses Priming erhöhte die Death Thought Accessibility. Es scheint demnach so zu sein, dass in dem einen Fall das Priming die postulierten Effekte von MS verhindert und im anderen Fall die postulierten Effekte nachgewiesen werden können. Allerdings ist es wahrscheinlich, dass die Effekte der Death Thought Accessibility, welche eine Aktivierung oder Sensibilisierung für Gedanken an den Tod darstellt, und die Verteidigungs- oder Verdrängungsmechanismen besser unterschieden werden sollten. Hierauf werde ich nach der folgenden Beschreibung eines weiteren Forschungsergebnisses näher eingehen. Schon 1997 konnten Simon et al. zeigen, dass das Priming der Mortalitätssalienz nicht mehr hypothesenkonform mit der TMT funktioniert, wenn es mit der Instruktion verbunden wird, den Text über den eigenen Tod rational und analytisch zu schreiben. Dieser Befund ist konform mit dem Zwei-Prozess-Modell (Pyszczynski et al., 1999), welches besagt, dass die Verteidigung der eigenen Weltanschauung ein distaler Effekt ist, welcher nur im distalen Modus (nicht rational) auftritt. Damit fallen alle rationalen oder bewussten Umgehensweisen mit dem Gedanken an den Tod aus dem Modell der Terror Management Theorie heraus. Dieser Aspekt des Primings von Mortalitätssalienz kann deswegen nicht als mögliche Begründung von Effekten herangezogen werden, obwohl natürlich nie verhindert werden kann, dass Probanden das Geschriebene im MS Priming auch rational verarbeiten. Es ist jedoch der Fall, dass es widersprüchliche Befunde und innerhalb der Theorie unerklärliche Befunde gibt, welche eine weitere Differenzierung der TMT verlangen.

Beispielsweise konnten Simon et al. (1997) zeigen, dass im rationalen Modus die DTA durchweg niedrig ist. Dies wiederum scheint dafür zu sprechen, dass DTA und die Verteidigungseffekte der Angst vor dem Tod kongruent auftreten. Die oben zitierten Experimente zu Mortalitätssalienz und Sinn/Bedeutung (Taubman-Ben-Ari, Eherenfreund-Hager, & Findler, 2011) wiesen hingegen darauf hin, dass die DTA erhalten bleibt, auch wenn dasselbe Priming nicht mehr zu den

Verteidigungseffekten gegen die Angst vor dem Tod führt (Rogers, 2011). Dies könnte damit erklärt werden, dass das Priming mit einem bedeutungsvollen Tod immer noch das Wort "Tod" enthält, was alleine schon für eine Erhöhung der DTA ausreicht. Diese Erhöhung der DTA tritt allerdings nur auf, wenn ein zeitlicher Abstand zwischen der Manipulation und der DTA Messung vorhanden ist (Arndt, Greenberg, Solomon, Pyszczynski, & Simon, 1997). Doch auch dieser Befund ist nicht eindeutig (aktuelles Review: Hayes et al., 2010). Da die Befunde um das unterschiedliche Auftreten von DTA und Verteidigungseffekten gegen die Angst vor dem Tod, was auch die Geltung des Zwei-Prozess-Modells betrifft, so uneindeutig und vielfältig sind, ist zu vermuten, dass hier mehr Variablen wirken als bisher angenommen wurde. Es kann ein weiteres fruchtbares Forschungsanliegen sein, dies genauer zu untersuchen. Ich werde hier jedoch den Schluss ziehen, dass die aktuelle Datenlage daraufhin deutet, dass es gerechtfertigt ist, die Terror Management Theorie differenzierter zu betrachten und anzunehmen, dass es weitere Mechanismen gibt, die aufgedeckt werden sollten. Vor allem die Aspekte des rationalen Umgangs mit und der bedeutungsvollen Verarbeitung der Angst vor dem Tod scheinen Befunde zu liefern, die eine Überarbeitung der Terror Management Theorie verlangen.

#### *Kulturunterschiede*

Ich werde nun ein weiteres Paper zitieren, welches Indizien dafür liefert, dass die Art des Umgangs mit dem Tod die Effekte der Mortalitätssalienz signifikant verändert. Ein aktuelles Paper hat zum ersten Mal Kulturunterschiede im Umgang mit der Angst vor dem Tod untersucht. Ma-Kellams and Blascovich (2012) haben eine Stichprobe von asiatisch-stämmigen US-Amerikanern der ersten und zweiten Generation mit US-Amerikanern verglichen und ihr Verhalten nach einem Priming von Mortalitätssalienz miteinander verglichen. Die Autoren begründen den Vergleich damit, dass die ostasiatische Kultur, im Gegensatz zur westlichen amerikanischen Kultur, eine holistischere Weltansicht habe. Holistisch meint, dass beispielsweise Gegensätze wie gut und böse oder Tod und Leben in ein Verständnis integriert werden und somit nicht als Gegensätze, sondern als zwei Seiten der gleichen Sache begriffen werden. Außerdem stehe in der ostasiatischen Kultur das Prinzip der Veränderung an hoher Stelle, was zur Folge habe, dass das Ende oder der Tod nicht ein wirkliches Ende bedeuten, sondern nur Veränderung, die ewig weitergeht. Mit diesem Verständnis von Leben und Tod ist es möglich, den Tod nicht nur als das Ende des Lebens, sondern als den notwendigen Gegensatz des Lebens zu begreifen, ohne welchen auch das Leben gar nicht möglich wäre. Die Autoren stellen deswegen die These auf, dass Asiaten im Gegensatz zu Amerikanern "paradoxe" MS Effekte aufweisen werden, die sich von den Reaktionen der Amerikanern unterscheiden.

Zunächst untersuchten die Forscher, ob das Priming von Mortalitätssalienz bei beiden Stichproben die von der TMT prognostizierte Erhöhung der Death Thought Accessibility verursache. Zusätzlich wurde die Life Thought Accessibility erfasst. Bei der Amerikanischen Stichprobe wurde dieser Effekt einer erhöhten DTA wie erwartet nachgewiesen. Bei der asiatisch stämmigen Stichprobe hingegen zeigte sich keine erhöhte DTA, sondern eine erhöhte Life Thought Accessibility. Asiaten sind also unter dem Einfluss von Mortalitätssalienz besonders sensibel für Gedanken über das Leben. In einem zweitem Experiment fragten die Forscher nach einem Priming mit MS ab, welche Aktivitäten die Probanden präferieren. Bei der amerikanischen Stichprobe zeigte sich kein Einfluss von MS auf die Wahl von Aktivitäten. Bei der asiatisch-stämmigen Stichprobe allerdings zeigte sich der Effekt, dass unter dem Einfluss von Mortalitätssalienz Aktivitäten bevorzugt werden, welche damit zusammenhängen, das alltägliche Leben und gewöhnliche Aktivitäten zu genießen. Zudem wurde in einer dritten Studie der Humor als abhängige Variable gemessen. Die Forscher konnten feststellen, dass die amerikanische Stichprobe unter dem Einfluss von MS einen Comic weniger witzig findet als

die amerikanische Kontrollgruppe. Die asiatisch stämmige Stichprobe empfand unter MS Witze lustiger als die Kontrollgruppe und schrieb auch in einem weiteren Versuch selbst lustigere Geschichten auf.

Um festzustellen, ob wirklich die holistische Denkweise für diese Unterschiede verantwortlich ist, manipulierten die Forscher in einem weiteren Experiment dieses Denken in einer gemischten Stichprobe durch eine Instruktion (lineares vs. holistisches Denken). Tatsächlich konnte hier der kausale Effekt von holistischem Denken auf die Reaktion auf MS nachgewiesen werden. Die Autoren nehmen deswegen an, dass es kulturell unterschiedliche Methoden gibt, mit der Angst vor dem Tod umzugehen. Während für Amerikaner oder andere Kulturkreise mit einem eher linearen Denkstil die Verteidigung der eigenen Weltsicht und das Selbstbewusstsein als Mechanismen entwickelt wurden, gehen holistisch geprägte Kulturen die Angst mit der Methode der Fokussierung auf das momentane und alltägliche Leben an. Einerseits ist diese Interpretation im Rahmen der Terror Management Theorie folgerichtig. Andererseits stellt sich hier wieder die Frage, ob es gerechtfertigt ist, das Streben nach einem Genuss des Lebens als Todesangstvermeidungsstrategie abzuwerten. Es ist deswegen eine Abwertung, weil es einen möglichen Ansatz für das Streben nach Authentizität und einem gelungenen Leben als Verdrängungsmechanismus ausweist.

*"The Roar of Awakening" – Martin, Campbell, and Henry (2004)*

Die Wissenschaftler Martin, Campbell und Henry haben versucht, die These, dass die Auseinandersetzung mit dem Tod zu einem persönlichen "Weckruf" nach mehr Authentizität führen kann, empirisch zu untersuchen. Hierfür haben sie verschiedene experimentelle Ansätze angewendet, die im Folgenden vorgestellt werden. Die Messung und Operationalisierung von Authentizität ist sehr schwierig: Wie kann man messen, ob jemand in einer Experimentalsituation authentisch handelt oder nur sozial erwünscht oder an kulturellen Normen orientiert? Den befolgten kulturellen Normen kann auch eine authentische Wahl vorhergehen, aber wie kann das der Experimentator messen?

Eine Möglichkeit, die Martin et al. (2004) gewählt haben, ist das Messen von Persönlichkeitseigenschaften im Vorhinein, um dann die Wahl, die getroffen wird, dahingehend zu untersuchen, ob sie zur eigenen Persönlichkeit passt. Die Forscher konnten zeigen, dass Probanden nach einem Priming mit Mortalitätssalienz ihre Wahlen bezüglich eines Restaurants (welches nach den Persönlichkeiten seiner Besucher beschrieben wurde) entsprechend ihrer eigenen Persönlichkeit treffen. Auch wenn ein Restaurant als etwas eher Unwichtiges scheinen mag, so ist es doch ein interessantes Ergebnis, dass die Passung von Persönlichkeit und Wahl des Restaurants nach Mortalitätssalienz höher ist. Die Forscher nehmen an, dass dies der Fall ist, weil nach MS Einflüsse, welche eine sozial erwünschte oder routinierte Wahl begünstigen, wegfallen und individuelle Präferenzen mehr hervorstechen können.

Ein weiteres Experiment versuchte Authentizität direkter zu messen. Hierfür wurden den Probanden Münzen zu Verfügung gestellt, mit welchen sie, nach dem Priming, bestimmte Werte und Normen bezüglich ihrer Wichtigkeit bewerten sollten. Das Priming war in der Experimentalgruppe die Aufforderung, einen Aufsatz darüber zu schreiben, wie das ideale Leben aussehen würde, wenn sie nur noch ein Jahr zu leben hätten. Die Kontrollgruppe sollte nur über das ideale Leben schreiben. Als abhängige Variable wurde die Stärke der Präferenz für verschiedene Werte – sowohl persönliche Werte wie persönliches Wachstum oder Anerkennung als auch sozial erwünschte Werte wie Ruhm, Reichtum und Aussehen – gemessen. Der Hypothese entsprechend haben die Probanden der Versuchsbedingung mehr Wert auf persönliche im Gegensatz zu kulturellen Werten gelegt. Die Forscher ziehen den Schluss, dass die Daten darauf hinweisen, dass das Wissen um den

eigenen Tod dazu führen kann, dass authentisches Verhalten und Leben gestärkt wird. Sie führen auch an, dass ihre Hypothese im Gegensatz zu den Hypothesen der Terror Management Theorie stehen. Die Ausrichtung auf persönliche Werte kann im Rahmen der Terror Management Theorie theoriekonform als Strategie zur Verdrängung des eigenen Todes interpretiert werden. Oder sie kann im Rahmen der Weckruf Theorie als Ausrichtung auf mehr Authentizität begriffen werden. Beide Interpretationen sind gerechtfertigt. Es bleiben demnach drei Möglichkeiten: Entweder ist die Terror Management Theorie richtig, oder die in dem Paper von Martin et al. entwickelte Theorie des "Weckrufes" ist richtig, oder beide sind zum Teil richtig (Martin et al., 2004, p. 452). Auch andere Autoren haben in den letzten Jahren ähnliche Bedenken und Kritik bezüglich der TMT geäußert (Crocker & Nuer, 2004; Ryan & Deci, 2004; Wong, 2008).

Ich werde in diesem Artikel über die Äußerung von Bedenken hinausgehen und im folgenden Kapitel dafür argumentieren, dass eine Theorie, welche die Möglichkeit des authentischen Verhaltens – der Freiheit, eine authentische Wahl zu treffen – zulässt, die philosophisch und wissenschaftstheoretisch besser fundierte Theorie und daher der Verdrängungshypothese vorzuziehen ist.

### **Wissenschaftstheoretische Beurteilung der TMT**

In diesem Kapitel wird die Terror Management Theorie wissenschaftstheoretisch untersucht und kritisiert. Hierfür werden zunächst die, zum Teil impliziten, Grundannahmen der TMT herausgestellt. Daraufhin werden diese Annahmen wissenschaftstheoretisch kritisiert. Es wird sich ein allgemeines wissenschaftstheoretisches Problem stellen, welches mit dem Ansatz des Logikers und Wissenschaftstheoretikers Imre Lakatos, der auf Popper, Kuhn und andere rekurriert und über sie hinausgeht, gelöst wird. Um eine Antwort auf die aufkommende Frage und vor allem konkret für die Weiterentwicklung der TMT zu finden, wird schließlich ein für die Psychologie spezifischer Appell an die Formulierung von Theorien argumentiert.

### **Implizite Grundannahmen der TMT**

Die Terror Management Theorie betrachtet die Angst vor dem Tod als Charakteristikum des menschlichen Daseins, welches unser Verhalten und Denken maßgeblich beeinflusst. Die Grundthese der Theorie ist, dass der Mensch, um der Angst vor dem Tod zu entkommen, sich eine symbolische Weltanschauung und ein Selbstbild geschaffen habe. Diese Weltanschauung und das Selbstbild stellen demnach Bewältigungsmechanismen dar, mit denen wir die Angst vor dem Tod aushalten können. Hinter der Terror Management Theorie steht also die materialistische These, dass alles Gedachte und Symbolische "nur Fiktion" und allein Körperliches real ist.

Damit verbunden ist die szientistische These, dass nur empirisch Messbares, wie eben der Körper und sein Zerfall, wissenschaftlich zugänglich sind. Da Kultur und Weltanschauung, aber auch Seele oder echte Authentizität nicht messbar sind, werden sie als Fiktionen begriffen, die eine Funktion erfüllen.

The fragility of existence and the inevitability of its termination are conspicuously physical and unavoidable realities, whereas the cultural and personal bases (...) are fragile social constructions – they are not necessarily "true" in any provable fashion – and are effective at managing death concerns (...). (Landau et al., 2010, p. 196)

Vor diesem Hintergrund ist für die Terror Management Theorie alles, was der Mensch im Rahmen ihrer Forschung tut, als Verdrängungsmechanismus zu interpretieren. Wahre Authentizität

beispielsweise könnte ein Proband in einem Experiment der TMT nicht zeigen, da sein Verhalten aufgrund der Theorie immer als dienlich der Verdrängung des Todes und somit nur als Mittel zu diesem Zweck betrachtet werden kann.

Für den Positivismus sind laut Anzenbacher (1981, p. 61f.) drei Merkmale kennzeichnend: Der Empirismus, der Materialismus und der Szientismus. Der Empirismus kennzeichnet die Auffassung, dass alle Erkenntnis auf sinnliche Wahrnehmung zurückzuführen sei. Der Materialismus fußt auf einer ähnlichen These, dass nur Materielles, also körperlich Wahrnehmbares, existiere. Der Szientismus wandelt diese metaphysischen Thesen in die Forderung um, dass nur die exakte Naturwissenschaft überhaupt als Wissenschaft anzusehen sei. Da, wie oben verdeutlicht, die TMT auf Materialismus, Empirismus und Szientismus beruht, kann festgehalten werden, dass die TMT auf einer positivistischen Weltanschauung beruht.

Diese der TMT zugrunde liegende Weltanschauung ist nicht unproblematisch. Erstens enthält sie, rein logisch betrachtet, einen epistemologischen Zirkel: Die These, dass nur empirisch Messbares wahr sei, ist selbst nicht empirisch verifizierbar und wird somit ihrem eigenen Anspruch nicht gerecht. Dies gilt auch speziell für die These der TMT, dass alles Kulturell-Geistige nur ein Verdrängungsmechanismus sei: Denn dann ist die TMT, als eine von Menschen entwickelte Theorie, selbst nur ein Mittel, um die Angst vor dem Tod abzuwehren. Eine These, die der Selbstapplikation nicht standhalten kann, ist keine gute wissenschaftliche These.

Befassen wir uns nun näher mit der Verdrängungshypothese. Wie wir festgestellt haben, kann jedes empirische Ergebnis im Rahmen der TMT als Verdrängung interpretiert werden. Dies hat zur Folge, dass die Verdrängungshypothese selbst nicht empirisch widerlegt werden kann. Dies ist ein Problem für eine Theorie, da sie als immun gegen Widerlegung und somit nach Popper (1995) eigentlich als unwissenschaftlich zu betrachten ist.

Die Grundhypothese der Theorie, die Verdrängungshypothese, welche aus der positivistischen Weltanschauung der Autoren entspringt, ist also nicht empirisch widerlegbar. Wieso ist sie dies nicht? Diese Frage ist einfach zu beantworten, hat aber weitreichende Konsequenzen für die Herangehensweise an Theorien in der Psychologie. Ich werde nun die Grundhypothese der TMT noch einmal rekonstruieren, um aufzuzeigen, welche Antwort wir auf die oben gestellte Frage geben können.

Die Verdrängungshypothese kann folgendermaßen formuliert werden: Der Mensch ist in Wahrheit nur ein denkendes Tier, welches sterben wird, und alles, was er tut, ist ein Effekt seiner im Laufe der Zeit ausgebildeten Mechanismen zur Bewältigung der Angst. Das heißt, der Mensch ist unfrei, er ist endlich, er ist nur in der Zeit. All diese Aussagen sind aber keine empirisch untersuchbaren Aussagen, da sie sich nicht mit empirisch untersuchbaren Phänomenen beschäftigen. Dies ist die Antwort auf die obige Frage: Die Grundannahmen, ob der Mensch eine freie Wahl hat oder immer den Tod verdrängt, beschäftigt sich nicht mit einem empirisch untersuchbaren Phänomen. Daher sind Grundannahmen solcher Art auch weder empirisch verifizier- noch falsifizierbar. Es sind also keine Fragen, welche die Psychologie beantworten kann. Es sind hingegen philosophische Fragen, denen man sich nur begrifflich und reflexiv nähern kann. Auch die wissenschaftstheoretische Annahme des Positivismus, dass nur empirisch verifizierbare Sätze wissenschaftlich sein können, ist selbst nicht empirisch verifizierbar und ist somit eine philosophische These.

Wir stehen also vor einem Problem: Die positivistische Grundannahme über Wissenschaft und ihre Methoden ist selbst nicht empirisch, sondern philosophisch. Daher muss sich die Psychologie auf eine Wissenschaftstheorie stützen, die sich selbst nicht belegen kann. Dies scheint zunächst kein Problem zu sein, denn nur so ist Wissenschaft möglich. Das Problem tritt jedoch auf, wenn wir nun

Theorien entwickeln, die behaupten, rein empirisch psychologisch zu sein, aber den eigentlichen wissenschaftstheoretischen Ansprüchen – wie Falsifizierbarkeit – nicht gerecht werden. Eigentlich müsste man solche Theorien dann verwerfen. Zögen wir dies jedoch konsequent durch, so würde eine psychologische Theorie nach der anderen fallen. Dies ist der Fall, da jede psychologische Theorie auf Grundannahmen über menschliches Handeln beruht, von denen wir uns nicht vollends distanzieren können. Selbst die These des Behaviorismus, dass Verstärkung von Verhalten zu einer Häufung des Verhaltens führt, ist nicht widerlegbar. Wenn das Verhalten sich nicht gehäuft zeigt, hat das Versuchsobjekt einfach noch nicht gelernt und eben nicht die These dieser Lerntheorie widerlegt. Und wir haben kein großartiges Problem damit, weil es vollkommen einsichtig – oder kongruent zu unseren Grundannahmen über Lernen – ist, dass Verstärkung im Allgemeinen zu einer Häufung von Verhalten führt.

Eine ähnliche Auffassung von psychologischen Theorien und sogar wissenschaftlichen Theorien im allgemeinen hat Lakatos (1974) formuliert. Um meine obigen Behauptungen zu stützen, werde ich einen kleinen Exkurs in die Wissenschaftstheorie von Lakatos leisten. Lakatos hat in seiner Wissenschaftstheorie versucht, den raffinierten Falsifikationismus von Popper und die Beobachtung der Paradigmenwechsel von Kuhn konstruktiv zu kritisieren und eine darauf aufbauende, aber über Popper und Kuhn hinausgehende Theorie zu formulieren.

### **Exkurs: Lakatos Wissenschaftstheorie**

#### *1. Problemstellung: was sind Theorien?*

Theorien sind nach Lakatos niemals rein empirische Konstrukte, sondern schon immer verwoben mit überempirischen Annahmen. Theorien sind grundlegend für unsere Begriffsbildung, die Auffassung von der Welt und von Objekten (Lakatos, 1974; Tuomela, 1973). Daraus folgt eine Theorieabhängigkeit von Beobachtung, welche bedeutet, dass es niemals rein empirische Beobachtungen geben kann. Außerdem hat die Theorieabhängigkeit zur Folge, dass Theorien niemals widerlegbar sind. Gerade die Psychologie, welche von der Unmöglichkeit einer erwartungsunabhängigen Wahrnehmung weiß, sollte dies begreifen. Diese Thesen stehen im Gegensatz dazu und dienen auch der Widerlegung des *dogmatischen Falsifikationismus*. Dieser besagt, dass jede theoretische Annahme falsifizierbar sein muss, da sie sonst metaphysischer Unsinn sei (Lakatos, 1974, p. 94f.). Der dogmatische Falsifikationismus beruht jedoch auf zwei falschen Annahmen: dass es eine natürliche Grenze zwischen theoretischen, spekulativen Sätzen und andererseits empirischen Sätzen gibt. Diese Grenze kann es jedoch nicht geben, weil es keine erwartungsunabhängige Wahrnehmung gibt. Die zweite Annahme ist, dass die Beobachtung, also der empirische Beobachtungssatz, der die Theorie bestätigen soll, auch automatisch wahr ist und somit den theoretischen Satz bestätigt. Dies ist ebenfalls falsch, da es logisch nicht möglich ist, dass eine Tatsachenaussage durch eine Beobachtung bewiesen werden kann. Sätze folgen logisch nicht aus Tatsachen. Das Fazit des dogmatischen Falsifikationismus, dass nur rein empirische Theorien wissenschaftlich seien, gilt hiermit als widerlegt. (Vgl. Absatz mit: Lakatos, 1974, pp. 94-98)

Lakatos bezeichnet die unwiderlegbare, unempirische Grundlage einer Theorie als *harten Kern* einer Theorie (Lakatos, 1974, p. 129).

#### *2. Lösung für das Problem der Theorieabhängigkeit von Theorien*

Nun stellt sich die Frage, wie denn eine wissenschaftliche Vergleichbarkeit zwischen Theorien überhaupt möglich ist. Wenn alle Theorien gleich unwiderlegbar sind, wie ist dann

wissenschaftlicher Fortschritt möglich? Lakatos rekuriert hier zunächst auf den raffinierten Falsifikationismus von Popper, den er mit seiner eigenen Auffassung von Theorien kombiniert. Wenn der harte Kern einer Theorie nicht empirisch widerlegbar ist, so muss eine rationale Vergleichbarkeit von Theorien außerhalb dieses harten Kerns gesucht werden. Um den harten Kern herum befindet sich die positive Heuristik, eine Ansammlung von Hilfhypothesen, welche aus dem harten Kern folgen und empirisch überprüft werden können. Eine Theorie kann nun rational an ihrer positiven Heuristik gemessen und mit anderen Theorien verglichen werden. Wenn der bewährte empirische Gehalt von Hilfhypothesen zunimmt, dann ist eine Theorie als progressiv zu betrachten. Nimmt er jedoch nicht weiter zu, sondern es werden mehr Befunde festgestellt, die nicht im Einklang mit dem harten Kern sind, so ist eine Theorie degenerativ. Nach Lakatos wird eine Theorie nicht einfach falsifiziert und aufgegeben, sondern weiterentwickelt oder durch eine bessere Theorie ersetzt. Wenn eine neue Theorie einen empirischen Erklärungsüberschuss hat und die Befunde der alten Theorie auch erklären kann, so ist es nötig, die alte Theorie durch die neue zu ersetzen, damit es wissenschaftlichen Fortschritt gibt. (Vgl. Absatz mit: Lakatos, 1974, pp. 129-134)

Wir eliminieren eine Metaphysische Theorie genau dann, wenn es eine bessere, konkurrierende Metaphysik gibt, die sie ersetzen kann (Lakatos, 1974, p. 123).

Damit ist es möglich geworden, trotz der Theorieabhängigkeit von Theorien, diese rational zu vergleichen und wissenschaftlichen Fortschritt zu ermöglichen. Der harte Kern einer Theorie wird dann aufgegeben, wenn ein anderer harter Kern eine bessere Erklärungsleistung erbringt.

### 3. Besonderheiten der Psychologie

Ich möchte hier auf ein weiteres Spezifikum der Wissenschaftstheorie kurz hinweisen: Es wurde anhand des sogenannten *Ramsey-Kriteriums* versucht, eine rein empirische Vergleichbarkeit zwischen Theorien aufrechtzuerhalten. Ich möchte hier kurz darauf eingehen, um deutlich zu machen, dass gerade in der Psychologie diese vermeintliche Lösung eine Sackgasse darstellt. Ein Verfechter der Geltung des *Ramsey-Kriteriums* ist das neue strukturalistische Theorienkonzept (Stegmüller, 1986). Dieses versucht als Antwort auf die Theorieabhängigkeit von Theorien einen rationalen Vergleich von Theorien zu fordern, der nur anhand der empirischen Hypothesen der Theorien selbst gezogen wird. Der Vorgang des rationalen Vergleiches von Theorien gleicht eigentlich dem von Lakatos, jedoch wird hier die Zusatzannahme, dass Begriffe nur innerhalb einer Theorie existieren, getroffen. Dies bedeutet, dass die Bedeutung der Begriffe nur innerhalb der Theorie gilt und somit nichts über die Welt oder das Untersuchungsobjekt, sondern nur etwas über die Theorie selbst aussagen. Verdrängung, Authentizität, Angst: All diese Begriffe würden demnach nichts über den Menschen oder sein Verhalten, sondern nur etwas über eine Theorie aussagen. Dies ist nicht nur als Folge für die Psychologie problematisch, sondern auch als Möglichkeit der Begriffsbildung. In der Psychologie besteht erstens die Besonderheit, dass Untersuchungsobjekt und Untersuchungssubjekt das Gleiche, nämlich der Mensch, sind. Daher kleben wir in der Psychologie quasi schon an der Wirklichkeit bzw. an dem realen Objekt dran und dies verhindert eine unvoreingenommene Begriffsbildung. Als Folge wäre an diesem Theorieansatz problematisch, dass es keine externe Validität jeglicher psychologischer Theorien mehr gäbe. Nicht nur das, sondern auch alle praktischen Ziele der Psychologie wie Heilung und Behandlung von psychischen Krankheiten oder das wissenschaftliche Ziel, Aussagen über den Menschen zu machen, wären damit unerreichbar. Daher fordere ich für die Psychologie einen Theorienrealismus, also den

Anspruch, dass theoretische Begriffe Aussagen über die Realität machen und nicht nur über Theorien. Als Folge dieser Forderung entsteht eine weitere Möglichkeit des Vergleichs von Theorien: Aussagen sind nicht an den Theorien zu messen oder an ihrem progressiven Fortschritt, sondern zudem an der Realität. Das Kriterium "Entspricht diese Theorie unserer Auffassung vom Menschen?" oder "Wird diese Theorie dem Menschen gerecht?" muss für die Bewertung einer Theorie hinzugezogen werden. Außerdem werden damit weitere Kriterien möglich: Ethische und pragmatische Ansprüche an Theorien können nun ernster genommen werden und spielen eine größere Rolle für die Bewertung von Theorien. Zusammenfassend verlangt die Eingebundenheit des Forschungssubjektes in das Forschungsobjekt, also die Verquickung von Forscher und Erforschtem, eine noch größere Geltung des Argumentes der Theorieabhängigkeit von Theorien bzw. der Unmöglichkeit des Antirealismus von Theorien und damit einen Theorienrealismus.

### **Zusammenfassende Kritik an TMT und Vergleich mit MMT**

#### ***Theorie interne Kritik***

Die Terror Management Theorie ist als eine reliable Theorie zu betrachten; die relevanten Befunden wurden zahlreich repliziert. Die ökologische Validität hingegen kann kritisiert werden. Denn die Hypothesen wurden bisher nur für das Standard Priming von MS und wenige andere Todesstimuli, meist subliminal, bestätigt. Die Bestätigung der Hypothesen scheint vorauszusetzen, dass kein rationaler Umgang mit der Angst vor dem Tod stattfindet, denn dieser verhindert die Effekte, welche die TMT voraussagt. Leider kann die TMT nicht erklären, wieso die Effekte bei rationalem Umgang wegfallen, sie postuliert es einfach ohne gute Begründung. Zudem zeigt eine gewisse Anzahl an Befunden, die ich bereits berichtet habe, dass die Hypothesen der TMT nicht ausreichen, um alle Befunde zu erklären. Dies macht es wahrscheinlich, dass es mehr Variable gibt, als die TMT annimmt, und diese eventuell bei rationalem Umgang mit der Angst vor dem Tod eine Rolle spielen.

#### ***Kritik aus Metaebene***

Zusammenfassend lässt sich die TMT aus wissenschaftstheoretischer Perspektive als nicht falsifizierbar und der Selbstapplikation nicht standhaltend kritisieren. Vom Standpunkt des Theorienrealismus lässt sich außerdem fragen, ob die Theorie ihrem Untersuchungsgegenstand, dem Menschen, gerecht wird. Im Rahmen der TMT kann nicht zwischen Täuschung und Authentizität unterschieden werden. Alles, was der Mensch tut, ist Täuschung, Verdrängung. Es gibt also weder die Möglichkeit eines authentischen Lebens, noch ist es überhaupt möglich, dass der Mensch sich, abseits von funktionaler Täuschung, entwickelt. Dies wird nicht nur dem Erleben der meisten Menschen nicht gerecht, sondern hat zudem sehr fragwürdige Implikationen für die Therapie. Außerdem können auch ethisch motivierte Argumente gegen die TMT vorgebracht werden: Die TMT spricht dem Subjekt jegliche Autonomie ab: Alles, was ich sage und tue, wird an der TMT gemessen und ist demnach Verdrängung. Daraus folgt, dass ich keine Bewertungshoheit mehr über mein eigenes Denken und Handeln habe. Es zeigt sich also, dass die TMT ein sehr fragwürdiges Menschenbild voraussetzt und impliziert. Rückblickend kann konstatiert werden, dass die TMT, obwohl sie sehr reliabel ist, eine suboptimale ökologische Validität hat, den rationalen Umgang mit ihrem Hauptkonzept, Angst vor dem Tod, ausschließt und damit eine Reihe von Befunden nicht erklären kann. Außerdem hat sie bedenkliche Implikationen für Therapie und Menschenbild. Im Folgenden wird als Erweiterung und Verbesserung der TMT vorgeschlagen, die

Meaning Management Theorie in die TMT zu integrieren. Die MMT liefert genau die Möglichkeit des rationalen Umgangs, die die TMT ausblendet, und stellt somit die zweite Haupthypothese der neuen TMT dar: Auf der einen Seite steht die Möglichkeit der Verdrängung der Angst vor dem Tode und auf der anderen die Möglichkeit, diese Angst zu bewältigen und über diese Bewältigung zu einer Entwicklung hin zu mehr Authentizität zu gelangen.

Die MMT ist außerdem kongruent mit der Existenzphilosophie von Heidegger und Kierkegaard. Wie gezeigt, argumentieren diese beiden Philosophen für genau diese zwei Möglichkeiten der Reaktion auf die Angst vor dem Tod. Im nächsten Kapitel wird nun die theoretische und praktische Vereinbarkeit der TMT und der MMT diskutiert.

### **Diskussion**

Ich vertrete demnach die These, dass die TMT in ihren Grundannahmen erweitert werden und die MMT integrieren muss. Doch ist dies überhaupt möglich? Und welche Probleme gehen damit einher? Zunächst wird eine theoretische Vereinbarkeit der beiden Theorieansätze überprüft. Daran anschließend werden die praktische Vereinbarkeit und mögliche empirische Untersuchungen problematisiert.

### ***Theoretische Vereinbarkeit von TMT und MMT***

Eine theoretische Vereinbarkeit der TMT und der MMT ist vor allem durch die Kongruenz der bereits ausformulierten Ansätze von Kierkegaard und Heidegger gegeben. Der janusköpfige Charakter der Angst verdeutlicht die zwei entgegengesetzten Möglichkeiten, die der Umgang mit der Angst bietet: Flucht in die Alltäglichkeit und damit Verdrängung der Angst oder Aushalten und Verarbeiten der Angst, um zu sich selbst und zu mehr Authentizität zu gelangen. Aus wissenschaftstheoretischer Perspektive ist diese neue TMT dann immer noch immun gegen Falsifikation, was aber, wie im vorherigen Kapitel gezeigt wurde, kein Problem darstellt, da dies unmöglich zu verhindern ist. Es kann argumentiert werden, dass die neue TMT erstens die alten Befunde der TMT und zweitens noch mehr empirische Daten erklären kann und somit einen größeren Geltungsbereich hat, was einen progressiven Fortschritt der Theorie bedeutet.

Hinzu kommt, dass hinter der MMT andere Grundannahmen über den Menschen stehen: Menschen sind biologisch-psychologische und spirituelle Wesen (Wong, 2008, p. 72). Die TMT nahm an, dass der Mensch nur ein Haufen von Zellen ist, gleich einer "Zucchini" (J. Greenberg, Koole, & Pyszczynski, 2004, p. 197), der noch die zusätzliche Fähigkeit hat, sich – dank seiner kognitiven Fähigkeiten – Illusionen zu schaffen. Die MMT hingegen geht davon aus, dass Bedeutung und Sinn im Leben der Menschen eine zentrale Rolle spielen, die nicht nur unser Leben strukturieren, sondern außerdem eine zentrale Motivation darstellen (Wong, 2008, p. 72). Bedeutung und Sinn werden hier nicht als Illusionen, sondern als Phänomene des menschlichen Lebens begriffen, deren ontologischer Status nicht innerhalb der MMT diskutiert wird. Die MMT macht also, weil sie nur über die Wirkung von Bedeutung und Sinn spricht, weniger Annahmen als die TMT, die über den ontologischen Status von allen geistigen Phänomenen entscheiden möchte und diese als Illusionen deklariert.

Die Grundannahmen der MMT sind therapeutisch und auch ethisch eher zu vertreten als die der TMT. Innerhalb der MMT ist eine Entwicklung des Menschen möglich, zudem wird dem Subjekt nicht die Autonomie abgesprochen, sondern es besteht die Möglichkeit, eigene Werte zu vertreten, eine Wahl zu treffen und seinem Selbst gerecht zu werden: also überhaupt ein Subjekt zu sein. Die MMT macht einen autonomen, der Entwicklung fähigen Menschen möglich.

**Praktische Vereinbarkeit von TMT und MMT**

Eine praktische Vereinbarkeit der TMT und MMT bedeutet das Nebeneinander der Verdrängungs- und der Wachstumshypothese. Problematisch daran ist die Unterscheidbarkeit der beiden Effekte. Theoretisch sind die beiden Hypothesen fundamental entgegengesetzt, praktisch jedoch machen sie zum Teil ähnliche Vorhersagen. Verschiedene Effekte wie die Hinwendung zu persönlichen Beziehungen oder dem Genuss der alltäglichen Freuden können einerseits als authentisch, andererseits aber auch als Verdrängung interpretiert werden. Aus diesem Grund ist es nötig, differenziertere Hypothesen und Vorhersagen in Bezug auf die beiden Hypothesen zu machen. Die Messung der Wachstumshypothese stellt also eine besondere Herausforderung dar.

Um Wachstum überhaupt zu ermöglichen könnte es erforderlich sein, das Priming von MS zu verändern. Viele Befunde deuten daraufhin, dass das Standard Priming eher negativ wirkt, Unsicherheit und Angst auslöst (Holbrook et al., 2011; Kastenbaum & Heflick, 2010; van den Bos & Lind, 2010). Insbesondere der Befund, dass MS den Alarmzustand "unbewusste Vigilanz" auslöst (Holbrook et al., 2011), zeigt, dass das Standard Priming speziell negativ wirkt. Es wurde außerdem gezeigt, dass die gewöhnlichen Effekte von MS nur dann auftreten, wenn das Original Priming verwendet wird. Es besteht also die Möglichkeit, das Priming von MS zu differenzieren und gezielte Vorhersagen für die Wachstumshypothese zu machen. Martin et al. (2004) haben bereits Versuche gemacht, das Priming positiver zu formulieren, um einen anderen Umgang mit der Angst vor dem Tod zu evozieren. Die Aufforderung, seine Gefühle und Gedanken bei dem Gedanken daran, dass man nur noch ein Jahr zu leben hätte, zu beschreiben, ist offensichtlich mit dem Gedanken an die eigenen Endlichkeit und gleichzeitig jedoch auch mit dem Leben, und damit der Möglichkeit der positiven "Nutzung" des Lebens, verbunden. Es kann vermutet werden, dass das Original Priming besonders negative Gefühle auslöst, da es nur an den Verfall des eigenen Körpers erinnert und eben nicht an das Leben, das vor dem Tod gelebt werden kann. Dieser zweite Aspekt der Angst vor dem Tod ist es jedoch, der für die Wachstumshypothese verantwortlich ist.

Eine Einschränkung des Standard MS Primings, die bereits oben genannt wurde, ist, dass es nicht mehr funktioniert, sobald eine Ursache des Todes (Krebserkrankung) oder die Auslöschung der Menschheit (Meteoriteneinschlag) angegeben wird. Es ist zu vermuten, dass durch Angabe einer Todesursache die Gedanken der Probanden auf sich selbst und ihr eigenes Leben gelenkt werden und dadurch das Priming anders wirkt als ohne diese Angabe. Die TMT kann alleine nicht erklären, wieso das Meteoriteneinschlag Priming die Verteidigung der eigenen Weltanschauung senkt. Dies kann in einen Zusammenhang mit den Befunden von Hirschberger et al. (2009), dass MS unter Wirkung bestimmter Moderatoren die Aggressivität gegenüber einer Fremdgruppe im Vergleich zu nicht mit MS geprägten Probanden senkt, gestellt werden. In beiden Fällen wurde unter Einfluss von MS und einer zusätzlichen Variable der Effekt der Verteidigung der eigenen Weltanschauung in sein Gegenteil verkehrt. Dies bietet einen interessanten Forschungsansatz für die Konfliktforschung, welche diesen Zusammenhang weiter untersuchen könnte.

Zusammenfassend könnten mit neuen MS Primings, die eine Todesursache nennen, weniger negativ formuliert sind oder die positive Nutzung der verbleibenden Zeit betonen, gearbeitet werden. Mit diesen neuen Priming könnten Wachstumseffekte getestet werden.

Zudem wurde gezeigt, dass die Effekte der TMT wie die Verteidigung der eigenen Weltanschauung wegfallen, sobald die Mortalitätssalienz rational und analytisch verarbeitet wird (Simon et al., 1997). Ebenso treten diese Effekte nicht mehr auf, wenn ein *bedeutungsvoller* Tod geprimed wird (Rogers, 2011). Dies lässt darauf schließen, dass erstens Experimente, die den Einfluss von Sinn und Bedeutung sowie andere positive Formulierungen berücksichtigen, den Umgang mit

existentieller Angst erhellen können. Zweitens wäre die rationale Verarbeitung ein Forschungsbereich, der sicherlich interessante Erkenntnisse liefern könnte.

Diese neuen "positiven" oder "rationalen" Primings müssten mit neuen Hypothesen getestet werden. Neue positive Effekte von MS könnten hypothetisch angenommen werden: Beispielsweise aufbauend auf den aggressionsmildernden Effekten von MS in Gruppenkonflikten (Hirschberger et al., 2009). Interessant wäre auch, den Zusammenhang von MS kulturellen Normen (Jonas & Fritsche, 2012) mit dem positiven Priming neu zu erforschen. Es kann vermutet werden, dass unter einem Einfluss von positiv formuliertem MS die Befolgung von Normen weniger stark an die Meinung der Gruppe angepasst wird. Außerdem könnte die Reaktion nach MS in Bezug auf den Umgang mit persönlichen Beziehungen und den *perceived regard* (Cox & Arndt, 2012) untersucht werden. Cox and Arndt (2012) haben in diesem Experiment gezeigt, dass nach MS der *perceived regard* in engen Partnerschaften ansteigt, jedoch nicht bei unbekanntem Menschen. Die Forscher hypothesierten, dass der *perceived regard* als Selbstwerterhöhung genutzt wird, dies würde jedoch bedeuten, dass der Effekt auch bei der Einschätzung des *perceived regard* bei Unbekanntem auftreten sollte. Dass dies nicht der Fall ist, legt die Vermutung nahe, dass hier mehr als nur Selbstwerterhöhung bewirkt werden soll. Weitere Experimente könnten den Umgang mit persönlichen Partnerschaften, das Commitment und andere Aspekte erhellen.

Der rationale Umgang mit der Angst vor dem Tod wurde bisher in der Forschung noch nicht beachtet. Deshalb wäre es auch sinnvoll, explorative Studien hierzu anzulegen.

### Schluss

Die existentielle Angst als Thema der Philosophie, Literatur und Psychologie bietet einen reichhaltigen Ansatz, um das Verhalten und Denken der Menschen besser zu verstehen. Die Terror Management Theorie hat diesen Aspekt aufgegriffen und kann erklären, wie Menschen die Angst vor dem Tod abwehren und welcher Mechanismen sie sich hierzu bedienen. Gerade in der heutigen Zeit, in der Jung und Alt immer mehr getrennt voneinander leben, das Alter keinen Platz mehr in den Medien oder im öffentlichen Leben hat und jeder krampfhaft versucht, seine Jugend zu bewahren, tritt besonders deutlich hervor, dass wir den Tod und das Alter immer wieder auf später verschieben: Wir "wissen", dass wir einmal sterben werden, doch der Tod bleibt immer ein unbestimmter Zeitpunkt in der Zukunft, der uns, so meinen wir, jetzt *noch nicht* betrifft. Wie wir mit unserer eigenen Sterblichkeit umgehen, ist weitgehend beeinflusst durch unsere Sozialisation, die Medien, unsere Familie und Kultur (Kastenbaum, 2000). Es scheint demnach ein Merkmal der westlichen Kultur zu sein, die Angst vor dem Tod eher zu verdrängen, anstatt sich mit ihr auseinander zu setzen. Die Terror Management Theorie zeigt diesen Umgang mit dem Tod einerseits auf, andererseits erhebt sie diese Art des Umgangs zum Paradigma, das nicht umgangen werden kann. In dieser Arbeit wurde gezeigt, dass die Terror Management Theorie hier eine theoretische Einengung vornimmt, die auf ihrer szientistischen Weltanschauung fußt: *Der Mensch hat ein Selbstbewusstsein, weil er den Tod verdrängen muss. Der Mensch baut sich die Illusion einer zweiten geistigen Realität auf, weil er biologisch auf das Überleben ausgerichtet ist.* Dies sind Annahmen mit weitreichenden Implikationen für das Menschenbild, die Gesellschaft und den Umgang mit Sinn- und Selbstfindung. Es wurde dahingehend argumentiert, dass es wissenschaftstheoretisch sinnvoll ist, diese Einengung der TMT aufzuheben und als zweite Haupthypothese zur "Verdrängungshypothese" eine "Wachstumshypothese" anzunehmen. Die Wachstumshypothese erlaubt authentisches Verhalten, persönliches Wachstum und Sinnfindung jenseits vom Zweck, seinen Tod nur fernzuhalten. Die existentielle Erfahrung kann somit als

"Weckruf" dienen: Als Möglichkeit, Authentizität und Sinn zu hinterfragen und neu zu finden. Allerdings gibt es, wie auch das Ende des Theaterstücks von Laura Naumann zeigt – der Versuch, den Menschen durch simulierte Terroranschläge das Glück des Lebens neu aufzuzeigen, endet in einem Desaster – kein Patentrezept für Sinnfindung. Die Möglichkeit des Wachstums und der Authentizität heißt noch lange nicht, dass dies einfach oder gar endgültig erreicht werden könnte. Die Suche nach dem eigenen Selbst und dem Sinn des Lebens bleibt ein persönlich zu bestreitender Weg, der kein festes Ziel hat, sondern, da sich immer wieder neue Wege und Abzweigungen ergeben, diese auch immer wieder zu bewältigen sind.

## Literatur

- Agustin, Echebarria-Echabe. (2009). Effects of mortality salience aroused by threats against human identity on intergroup bias. *European Journal of Social Psychology, 39*(5), 862-867. doi: 10.1002/ejsp.597
- Anzenbacher, Arno. (1981). *Einführung in die Philosophie*. Freiburg: Herder.
- Arndt, Jamie, Greenberg, Jeff, Simon, Linda, Pyszczynski, Tom, & Solomon, Sheldon. (1998). Terror management and self-awareness: Evidence that mortality salience provokes avoidance of the self-focused state. *Personality and Social Psychology Bulletin, 24*(11), 1216-1227. doi: 10.1177/01461672982411008
- Arndt, Jamie, Greenberg, Jeff, Solomon, Sheldon, Pyszczynski, Tom, & Simon, Linda. (1997). Suppression, accessibility of death-related thoughts, and cultural worldview defense: Exploring the psychodynamics of terror management. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*(1), 5-18. doi: 10.1037/0022-3514.73.1.5
- Becker, Ernest. (1973). *The denial of death*. New York, NY US: Free Press.
- Birkenstock, Eva. (1997). Heißt philosophieren sterben lernen? *Alber Philosophie*.
- Bradley, Kristopher I., Kennison, Shelia M., Burke, Amanda L., & Chaney, John M. (2012). The effect of mortality salience on implicit bias. *Death Studies, 36*(9), 819-831. doi: 10.1080/07481187.2011.605987
- Burke, Brian L., Martens, Andy, & Faucher, Erik H. (2010). Two decades of terror management theory: A meta-analysis of mortality salience research. *Personality and Social Psychology Review, 14*(2), 155-195. doi: 10.1177/1088868309352321
- Castano, Emanuele, Yzerbyt, Vincent, Paladino, Maria-Paola, & Sacchi, Simona. (2002). I belong, therefore, I exist: Ingroup identification, ingroup entitativity, and ingroup bias. *Personality and Social Psychology Bulletin, 28*(2), 135-143. doi: 10.1177/0146167202282001
- Cox, Cathy R., & Arndt, Jamie. (2012). How sweet it is to be loved by you: The role of perceived regard in the terror management of close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 102*(3), 616-632. doi: 10.1037/a0025947
- Crocker, Jennifer, & Nuer, Noah. (2004). Do People Need Self-Esteem? Comment on Pyszczynski et al. (2004). *Psychological Bulletin, 130*(3), 469-472. doi: 10.1037/0033-2909.130.3.469
- Davis, William E., Juhl, Jacob, & Routledge, Clay. (2011). Death and design: The terror management function of teleological beliefs. *Motivation and Emotion, 35*(1), 98-104. doi: 10.1007/s11031-010-9193-6
- Goldenberg, Jamie L., Pyszczynski, Tom, Greenberg, Jeff, & Solomon, Sheldon. (2000). Fleeing the body: A terror management perspective on the problem of human corporeality. *Personality and Social Psychology Review, 4*(3), 200-218. doi: 10.1207/S15327957PSPR0403\_1
- Golec de Zavala, Agnieszka, Cichocka, Aleksandra, Orehek, Edward, & Abdollahi, Abdolhossein. (2012). Intrinsic religiosity reduces intergroup hostility under mortality salience. *European Journal of Social Psychology, 42*(4), 451-461. doi: 10.1002/ejsp.1843
- Greenberg, Jeff. (2012). Terror management theory: From genesis to revelations. In P. R. Shaver & M. Mikulincer (Eds.), *Meaning, mortality, and choice: The social psychology of existential concerns*. (pp. 17-35). Washington, DC US: American Psychological Association.

- Greenberg, Jeff, Koole, Sander L., & Pyszczynski, Tom. (2004). *Handbook of Experimental Existential Psychology*. New York, NY US: Guilford Press.
- Greenberg, Jeff, & Kosloff, Spee. (2008). Terror management theory: Implications for understanding prejudice, stereotyping, intergroup conflict, and political attitudes. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(5), 1881-1894. doi: 10.1111/j.1751-9004.2008.00144.x
- Greenberg, Jeff, Porteus, Jonathan, Simon, Linda, & Pyszczynski, Tom. (1995). Evidence of a terror management function of cultural icons: The effects of mortality salience on the inappropriate use of cherished cultural symbols. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(11), 1221-1228. doi: 10.1177/01461672952111010
- Greenberg, Jeff, Pyszczynski, Tom, Solomon, Sheldon, Rosenblatt, Abram, Veeder, Mitchell, Kirkland, Shari, & Lyon, Deborah. (1990). Evidence for terror management theory II: The effects of mortality salience on reactions to those who threaten or bolster the cultural worldview. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 308-318. doi: 10.1037/0022-3514.58.2.308
- Greenberg, Jeff; Solomon, Sheldon; Arndt, J. (2008). A basic but uniquely human motivation: Terror management. In J. G. Shah, W. (Ed.), *Handbook of motivation science* (pp. 113-134). New York: Guilford Press.
- Hartmann, K. (2007). Existenzphilosophie. In J. Ritter, K. Gründer & G. Gabriel (Eds.), *Historisches Wörterbuch der Philosophie* (Vol. 2, pp. 863-865): Schwabe Verlag.
- Hayes, Joseph, Schimel, Jeff, Arndt, Jamie, & Faucher, Erik H. (2010). A theoretical and empirical review of the death-thought accessibility concept in terror management research. *Psychological Bulletin*, 136(5), 699-739. doi: 10.1037/a0020524
- Heidegger, Martin. (2006). Sein und Zeit. *Max Niemeyer Verlag Tübingen*.
- Hirschberger, Gilad. (2010). Compassionate callousness: A terror management perspective on prosocial behavior. In M. Mikulincer & P. R. Shaver (Eds.), *Prosocial motives, emotions, and behavior: The better angels of our nature*. (pp. 201-219). Washington, DC US: American Psychological Association.
- Hirschberger, Gilad, Ein-Dor, Tsachi, & Almakias, Shaul. (2008). The self-protective altruist: Terror management and the ambivalent nature of prosocial behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(5), 666-678. doi: 10.1177/0146167207313933
- Hirschberger, Gilad, Florian, Victor, & Mikulincer, Mario. (2003). Strivings for romantic intimacy following partner complaint or partner criticism: A terror management perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(5), 675-687. doi: 10.1177/02654075030205006
- Hirschberger, Gilad, Florian, Victor, & Mikulincer, Mario. (2005). Fear and Compassion: A Terror Management Analysis of Emotional Reactions to Physical Disability. *Rehabilitation Psychology*, 50(3), 246-257. doi: 10.1037/0090-5550.50.3.246
- Hirschberger, Gilad, Pyszczynski, Thomas, & Ein-Dor, Tsachi. (2009). Vulnerability and vigilance: Threat awareness and perceived adversary intent moderate the impact of mortality salience on intergroup violence. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35(5), 597-607. doi: 10.1177/0146167208331093
- Hogan, Nancy S., & Schmidt, Lee A. (2002). Testing the Grief to Personal Growth model using structural equation modeling. *Death Studies*, 26(8), 615-634. doi: 10.1080/07481180290088338
- Holbrook, Colin, Sousa, Paulo, & Hahn-Holbrook, Jennifer. (2011). Unconscious vigilance: Worldview defense without adaptations for terror, coalition, or uncertainty management. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(3), 451-466. doi: 10.1037/a0024033
- Jonas, Eva, & Fritsche, Immo. (2012). Follow the norm! Terror management theory and the influence of descriptive norms. *Social Psychology*, 43(1), 28-32. doi: 10.1027/1864-9335/a000077
- Jonas, Eva, Martens, Andy, Niesta Kayser, Daniela, Fritsche, Immo, Sullivan, Daniel, & Greenberg, Jeff. (2008). Focus theory of normative conduct and terror-management theory: The interactive impact of mortality salience and norm salience on social judgment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(6), 1239-1251. doi: 10.1037/a0013593

- Jonas, Eva, Schimmel, Jeff, Greenberg, Jeff, & Pyszczynski, Tom. (2002). The Scrooge effect: Evidence that mortality salience increases prosocial attitudes and behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(10), 1342-1353. doi: 10.1177/014616702236834
- Kastenbaum, Robert. (2000). *The psychology of death (3rd ed.)*. New York, NY US: Springer Publishing Co.
- Kastenbaum, Robert, & Heflick, Nathan A. (2010). Sad to say: Is it time for sorrow management theory? *Omega: Journal of Death and Dying*, 62(4), 305-327. doi: 10.2190/OM.62.4.a
- Kierkegaard, Soren. (1976). *Krankheit zum Tode* (H. Diem & W. Rest Eds.). München: Dt. Taschenbuch-Verl.
- Kinnier, Richard T., Tribensee, Nancy E., Rose, Cynthia A., & Vaughan, Susan M. (2001). In the final analysis: More wisdom from people who have faced death. *Journal of Counseling & Development*, 79(2), 171-177. doi: 10.1002/j.1556-6676.2001.tb01957.x
- Lakatos, Imre. (1974). Falsifikation und die Methodologie wissenschaftlicher Forschungsprogramme. In I. Lakatos & A. Musgrave (Eds.), *Kritik und Erkenntnisfortschritt*. Braunschweig: Vieweg & Sohn.
- Landau, Mark J., Greenberg, Jeff, & Kosloff, Spee. (2010). Coping with life's one certainty: A terror management perspective on the existentially uncertain self. In R. M. Arkin, K. C. Oleson & P. J. Carroll (Eds.), *Handbook of the uncertain self*. (pp. 195-215). New York, NY US: Psychology Press.
- Landau, Mark J., Greenberg, Jeff, Sullivan, Daniel, Routledge, Clay, & Arndt, Jamie. (2009). The protective identity: Evidence that mortality salience heightens the clarity and coherence of the self-concept. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45(4), 796-807. doi: 10.1016/j.jesp.2009.05.013
- Landau, Mark J., Johns, Michael, Greenberg, Jeff, Pyszczynski, Tom, Martens, Andy, Goldenberg, Jamie L., & Solomon, Sheldon. (2004). A Function of Form: Terror Management and Structuring the Social World. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(2), 190-210. doi: 10.1037/0022-3514.87.2.190
- Landau, Mark J., Kosloff, Spee, & Schmeichel, Brandon J. (2011). Imbuing everyday actions with meaning in response to existential threat. *Self and Identity*, 10(1), 64-76. doi: 10.1080/15298860903557243
- Lehman, Darrin R., Davis, Christopher G., DeLongis, Anita, Wortman, Camille B., Bluck, Susan, Mandel, David R., & Ellard, John H. (1993). Positive and negative life changes following bereavement and their relations to adjustment. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 12(1), 90-112. doi: 10.1521/jscp.1993.12.1.90
- Linley, P. Alex, & Joseph, Stephen. (2011). Meaning in life and posttraumatic growth. *Journal of Loss and Trauma*, 16(2), 150-159. doi: 10.1080/15325024.2010.519287
- Ma-Kellams, Christine, & Blascovich, Jim. (2012). Enjoying life in the face of death: East-West differences in responses to mortality salience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 103(5), 773-786. doi: 10.1037/a0029366
- Maercker, Andreas, & Langner, Robert. (2001). Persönliche Reifung (personal growth) durch Belastungen und Traumata: Validierung zweier deutschsprachiger Fragebogenversionen. *Diagnostica*, 47(3), 153-162. doi: 10.1026//0012-1924.47.3.153
- Martin, Leonard L., Campbell, W. Keith, & Henry, Christopher D. (2004). The Roar of Awakening: Mortality Acknowledgment as a Call to Authentic Living. In J. Greenberg, S. L. Koole & T. Pyszczynski (Eds.), *Handbook of Experimental Existential Psychology*. (pp. 431-448). New York, NY US: Guilford Press.
- Mikulincer, Mario, & Florian, Victor. (2000). Exploring individual differences in reactions to mortality salience: Does attachment style regulate terror management mechanisms? *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(2), 260-273. doi: 10.1037/0022-3514.79.2.260
- Morris, Bronwyn A., Shakespeare-Finch, Jane, Rieck, Murray, & Newbery, Jasmin. (2005). Multidimensional Nature of Posttraumatic Growth in an Australian Population. *Journal of Traumatic Stress*, 18(5), 575-585. doi: 10.1002/jts.20067
- Naumann, Laura. (2012). *Demut vor deinen Taten, Baby!* Hamburg: Rohwolt Theater Verlag.
- Niesta, Daniela, Fritsche, Immo, & Jonas, Eva. (2008). Mortality salience and its effects on peace processes: A review. *Social Psychology*, 39(1), 48-58. doi: 10.1027/1864-9335.39.1.48
- Popper, Karl R. (1995). *Lesebuch: ausgewählte Texte zur Erkenntnistheorie, Philosophie der Naturwissenschaften, Metaphysik, Sozialphilosophie* (D. Miller Ed.). Tübingen: Mohr.

- Pyszczynski, Tom, Greenberg, Jeff, & Solomon, Sheldon. (1999). A dual-process model of defense against conscious and unconscious death-related thoughts: An extension of terror management theory. *Psychological Review*, *106*(4), 835-845. doi: 10.1037/0033-295X.106.4.835
- Pyszczynski, Tom, Greenberg, Jeff, Solomon, Sheldon, Arndt, Jamie, & Schimel, Jeff. (2004). Why Do People Need Self-Esteem? A Theoretical and Empirical Review. *Psychological Bulletin*, *130*(3), 435-468. doi: 10.1037/0033-2909.130.3.435
- Rogers, Ross. (2011). Conceptualizing death in a worldview consistent, meaningful way and its effects on worldview defense. *Death Studies*, *35*(2), 107-123. doi: 10.1080/07481187.2011.535379
- Rosenblatt, Abram, Greenberg, Jeff, Solomon, Sheldon, Pyszczynski, Tom, & Lyon, Deborah. (1989). Evidence for terror management theory: I. The effects of mortality salience on reactions to those who violate or uphold cultural values. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*(4), 681-690. doi: 10.1037/0022-3514.57.4.681
- Ryan, Richard M., & Deci, Edward L. (2004). Avoiding Death or Engaging Life as Accounts of Meaning and Culture: Comment on Pyszczynski et al. (2004). *Psychological Bulletin*, *130*(3), 473-477. doi: 10.1037/0033-2909.130.3.473
- Schimel, Jeff, Hayes, Joseph, Williams, Todd, & Jahrig, Jesse. (2007). Is death really the worm at the core? Converging evidence that worldview threat increases death-thought accessibility. *Journal of Personality and Social Psychology*, *92*(5), 789-803. doi: 10.1037/0022-3514.92.5.789
- Simon, Linda, Greenberg, Jeff, Harmon-Jones, Eddie, Solomon, Sheldon, Pyszczynski, Tom, Arndt, Jamie, & Abend, Teresa. (1997). Terror management and cognitive-experiential self-theory: Evidence that terror management occurs in the experiential system. *Journal of Personality and Social Psychology*, *72*(5), 1132-1146. doi: 10.1037/0022-3514.72.5.1132
- Stegmüller, Wolfgang. (1986). Die Entwicklung des neuen Strukturalismus seit 1973 *Theorie und Erfahrung*. Berlin: Springer.
- Sutherland, Cherie. (1990). Changes in religious beliefs, attitudes, and practices following near-death experiences: An Australian study. *Journal of Near-Death Studies*, *9*(1), 21-31. doi: 10.1007/BF01074098
- Taku, Kanako, Calhoun, Lawrence G., Cann, Arnie, & Tedeschi, Richard G. (2008). The role of rumination in the coexistence of distress and posttraumatic growth among bereaved Japanese university students. *Death Studies*, *32*(5), 428-444. doi: 10.1080/07481180801974745
- Taubman-Ben-Ari, Orit. (2011). Is the meaning of life also the meaning of death? A terror management perspective reply. *Journal of Happiness Studies*, *12*(3), 385-399. doi: 10.1007/s10902-010-9201-2
- Taubman-Ben-Ari, Orit, Eherenfreund-Hager, Ahinoam, & Findler, Liora. (2011). Mortality salience and positive affect influence adolescents' attitudes toward peers with physical disabilities: Terror management and broaden and build theories. *Death Studies*, *35*(1), 1-21. doi: 10.1080/07481187.2010.501012
- Tedeschi, Richard G., & Calhoun, Lawrence G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, *9*(3), 455-472. doi: 10.1002/jts.2490090305
- Tuomela, Raimo. (1973). *Theoretical Concepts*. Berlin, Heidelberg, New York: Springer.
- Vail, Kenneth E., III, Rothschild, Zachary K., Weise, Dave R., Solomon, Sheldon, Pyszczynski, Tom, & Greenberg, Jeff. (2010). A terror management analysis of the psychological functions of religion. *Personality and Social Psychology Review*, *14*(1), 84-94. doi: 10.1177/1088868309351165
- van den Bos, Kees, & Lind, E. Allan. (2010). The social psychology of fairness and the regulation of personal uncertainty. In R. M. Arkin, K. C. Oleson & P. J. Carroll (Eds.), *Handbook of the uncertain self*. (pp. 122-141). New York, NY US: Psychology Press.
- van den Bos, Kees, Poortvliet, P. Marijn, Maas, Marjolein, Miedema, Joost, & van den Ham, Ernst-Jan. (2005). An enquiry concerning the principles of cultural norms and values: The impact of uncertainty and mortality salience on reactions to violations and bolstering of cultural worldviews. *Journal of Experimental Social Psychology*, *41*(2), 91-113. doi: 10.1016/j.jesp.2004.06.001

- Wong, Paul T. P. (2008). Meaning management theory and death acceptance. In A. Tomer, G. T. Eliason & P. T. P. Wong (Eds.), *Existential and spiritual issues in death attitudes*. (pp. 65-87). Mahwah, NJ US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Wong, Paul T. P. (2012). Toward a dual-systems model of what makes life worth living. In P. T. P. Wong (Ed.), *The human quest for meaning: Theories, research, and applications (2nd ed.)*. (pp. 3-22). New York, NY US: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Wong, Paul T. P., & Tomer, Adrian. (2011). Beyond terror and denial: The positive psychology of death acceptance. *Death Studies, 35*(2), 99-106. doi: 10.1080/07481187.2011.535377
- Yalom, Irvin D. (2008). *Staring at the sun: Overcoming the terror of death*. San Francisco, CA US: Jossey-Bass.
- Zöllner, T., Calhoun, Lawrence G., & Tedeschi, Richard G. (2006). Trauma und persönliches Wachstum. In A. Maercker (Ed.), *Psychotherapie der Posttraumatischen Belastungsstörungen* (pp. 36-45). Stuttgart: Gerog Thieme Verlag KG.

\*