

Verena Kast
Zugang zur Lebendigkeit

Verena Kast

Zugang zur Lebendigkeit

Interesse und Langeweile als schöpferische Kräfte

Patmos Verlag

VERLAGSGRUPPE PATMOS

**PATMOS
ESCHBACH
GRÜNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN
VER SACRUM**

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben



MIX
Papier aus verantwor-
tungsvollen Quellen
FSC® C083411



Klimaneutral
Druckprodukt
ClimatePartner.com/14549-2003-1001

Für die Verlagsgruppe Patmos ist Nachhaltigkeit ein wichtiger Maßstab ihres Handelns. Wir achten daher auf den Einsatz umweltschonender Ressourcen und Materialien.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Alle Rechte vorbehalten
© 2021 Patmos Verlag
Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Ostfildern
www.patmos.de

Neuauflage der 2011 im Patmos Verlag erschienenen 3. Auflage des Titels *Interesse und Langeweile als Quellen schöpferischer Energie* (1. Auflage 2001 im Walter Verlag veröffentlicht unter dem Titel *Vom Interesse und dem Sinn der Langeweile*).

Umschlaggestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart
Druck: CPI books GmbH, Leck
Hergestellt in Deutschland
ISBN 978-3-8436-1308-8

Inhalt

Einleitung	9
Interesse	11
Wofür interessieren Sie sich im Moment am meisten?	13
Der Wirkkreis des Interesses	15
Das Emotionsfeld Interesse	18
Neugier	20
Langeweile	22
Die Sozialisation von Neugier und Interesse	24
Bindungstheorie	31
<i>Sichere Bindung</i>	32
<i>Voraussetzungen für eine sichere Bindung</i>	35
Eigene Interessen – geforderte Interessen	39
Geteilte Interessen	44
Das Interesse an sich selbst	47
Die narzisstische Störung	50
Anmerkungen zur Therapie bei fehlendem Interesse an sich selbst	55
Interesse und Komplexe	58
Komplexe	58
Genese der Komplexe	59
Die Wirkung eines Komplexes	60
Noch ein Komplex: »Es ist nie gut genug«	63
Die Komplexkonstellation hinter der Problematik	65
Komplexe strukturieren unsere Interessen	69
Spezifische Komplexepisoden steuern spezifische Interessen . . .	71
Großkomplexe haben Einfluß auf die Richtung von Interessen	73

Das Ausphantasieren der Komplexe	75
<i>Klinisches Beispiel</i>	77
Phantasie und Interesse	78
Phantasien des Besseren	80
Befürchtungsphantasien	81
Phantasien als Kompensation	83
Vorgriffe der Einbildungskraft	83
Narzißmus und Imagination	86
Vom Aufrechterhalten der Intensität der Interessen	88
Der Rhythmus des Interesses	89
Umgehen mit Enttäuschung	90
Sich interessieren lernen	96
Interesse in Beziehungen	101
Wie wird aus Kontakt Beziehung?	102
Interesse aufrechterhalten in einer Beziehung	111
Die handfesten Interessen	117
Öffentliches Interesse	120
Das Unbehagen an den handfesten Interessen	121
Die Neugier	124
Neugierlizenz – Neugierverbot	127
<i>Verbote töten die Neugier, können diese aber auch wecken</i>	127
Verfallsformen der Neugier	129
<i>Neugier verweilt bei den anderen, nicht bei sich selbst</i>	130
<i>Die unersättliche Neugier</i>	132
Neugier als Abwehr von Langeweile	135
Die Langeweile	139
Die banale Langeweile	141
Quellen der Langeweile	144
Die existentielle Langeweile	148
Monotonie und Wiederholung	150
Blockierte Zukunft	152
Langeweile als gesellschaftliches Problem	154
Vom praktischen Umgang mit der Langeweile	159
Die Suche nach der Intensität	170
Was meint man mit Leidenschaft?	170

<i>Leidenschaft ist dialogisch</i>	172
<i>Emotionen, die der Leidenschaft zugrunde liegen</i>	174
<i>Inspiration</i>	174
Die Ambivalenz gegenüber den Leidenschaften	175
<i>Angst vor dem Kontrollverlust</i>	176
<i>Die Ziele der Leidenschaften sind nicht einfach gut</i>	178
<i>Verfallsformen der Leidenschaft</i>	179
<i>Geliebene Leidenschaften</i>	180
<i>Das Ich kann der Leidenschaft abhanden kommen</i>	182
Plädoyer für Lebensleidenschaft	184
<i>Noch einmal: Leidenschaft zum Lebendigen</i>	186
<i>Begeisterung und Freude</i>	188
 Schlußbemerkung	191
Dank	192
Anmerkungen	193
Literatur	197

Einleitung

Ein wirkliches Interesse ist ein wahres Lebenselexier. Ergreift uns ein Interesse, fühlen wir uns belebt, animiert, motiviert, ihm nachzugehen und auch nachzugeben. Sind wir Menschen doch von Natur aus neugierig, gierig auf Neues, noch nicht Bekanntes, noch nicht Verstandenes, immer auf der Suche nach etwas, das eine angenehme Erregung, aber auch Veränderung verspricht. Vielleicht auch auf der Suche nach etwas, aus dem dann ein Interesse werden könnte. Die Neugier allein reicht nicht aus, kann aber den Zugang schaffen zu etwas, das uns dann wirklich mit einem Interesse erfüllt, uns nachhaltig zu interessieren vermag. Das Interesse ist eine ganz besondere Emotion: Interessieren wir uns für etwas, dann sind wir nicht nur sachbezogen, vielleicht an einer Arbeit interessiert, sondern wir sind auch mit unserer ganzen Person dabei. Unsere Außenwelt und unsere Innenwelt spielen zusammen, und das bewirkt, daß wir uns lebendig fühlen, vitalisiert, daß wir uns selber in einem hohen Maße spüren, uns gegenwärtig sind, etwas ausprobieren, von dem wir überzeugt sind, daß es mit uns selbst etwas zu tun hat. Wir engagieren uns. Ganz besonders erlebbar ist das bei einem leidenschaftlichen Interesse.

Unsere Interessen prägen grundsätzlich unseren Lebenslauf, sowohl von den Themen als auch von der Motivation her, etwas wirklich in Angriff zu nehmen, anzupacken und dabeizubleiben. Das Interesse antwortet auf unsere wichtigsten Bedürfnisse, aber auch auf unsere Gier. Wenn wir interessiert sind, antizipieren wir euphorisch etwas, das für uns wichtig oder aber auch total befriedigend sein wird. Die Antizipation ist oft besser als das Erreichen des Ziels: Interessiertes Verfolgen von Ideen hat eine große Befriedigung in sich selbst.

Wie aber entsteht ein solches Interesse, was stört dieses Interesse, wie kann man lernen, sich zu interessieren? Über diese und viele andere Fragen wird in diesem Buch nachgedacht.

Denn: fehlt das Interesse, dann müssen wir Menschen diese Lebendigkeit, die durch ein sich Interessieren entsteht, ersetzen durch Situationen, die uns erregen, und da die Erregung nicht nachhaltig ist, müssen es immer aufregendere Lebenssituationen sein, die gesucht werden, die ihrerseits ganz rasch wieder zur Gewohnheit werden, und gerade den Kitzel, den sie eigentlich bringen sollten, nicht mehr bringen.

Aber warum suchen wir – und das ist heute durchaus ein gesellschaftliches Problem geworden –, immer größere Aufregungen?

Wir wollen der Langeweile entgehen. Die Langeweile, ein Gefühl der Leere, der Öde, keine Lust, zu nichts, ein Überdruß statt dessen, sie ängstigt uns, dies wollen wir vermeiden. Kommt die Langeweile auf, spricht uns nichts an, weder in der Welt noch in unseren Gefühlen und Gedanken. Die Langeweile kann man sich zwar mit Kurzweil vertreiben, eine aufwendige Angelegenheit, oder aber man kann die Langeweile als eine Emotion verstehen, die uns zwingt, inne zu halten, uns neu auf uns selbst zu besinnen und uns wahrzunehmen. Gerade wenn man sich auf die Langweile konzentriert, schälen sich die Interessen heraus, denen zu folgen uns wieder neu belebt.

Interesse

Natürlich interessieren wir uns immer wieder für etwas, oder etwa doch nicht? Wir entscheiden uns ständig, ohne daß es uns meistens bewußt wird, ob uns etwas interessiert oder eben nicht. Was uns nicht interessiert, das lassen wir links liegen, was uns interessiert, damit beschäftigen wir uns. Die Unterscheidung zwischen »interessant« und »nicht interessant« ist eine fundamentale Unterscheidung, die wir ständig treffen.

Es ist ein großer Unterschied im Lebensgefühl, ob wir grundsätzlich Menschen sind, die sich interessieren können, oder Menschen, die wenig Interesse aufbringen, für die Welt, die anderen Menschen, für uns selbst. Interesse ist eine der fundamentalen Emotionen, ihr Vorhandensein, ihr Fehlen oder ihr Abhandenkommen haben direkten Einfluß auf die Struktur unserer Identität. Daran denkt man normalerweise gar nicht, ist Interesse doch eine so »normale« Emotion, die man kaum wahrnimmt. Das Gefühl des Sich-Interessierens ist eine Art Begleitemotion unseres Lebens, eine Grundmelodie. Es ist die affektive Begleiterscheinung aller Formen jeden Grades von Wachheit und von Bewußtheit, die wir registrieren und die unser Verhalten und unsere Handlungen begleitet. Diese Begleitemotion, diese Grundmelodie, nehmen wir erst wahr, wenn sie nicht mehr vorhanden oder sonst in irgendeiner Weise gestört ist. Keine Interessen zu haben, das ist quälend. Beunruhigend kann es auch sein, wenn man ein Interesse nicht aufrechterhalten kann, wenn man zwar immer wieder einmal interessiert ist an etwas, aber dieses Interesse nicht durchhalten kann, etwa das Interesse für einen bestimmten Men-

schen, für ein Wissensgebiet, für einen bestimmten Sport usw. Die Abwesenheit von dieser Emotion Interesse nennen wir in der Regel Langeweile, und diese Langeweile ist eine der unangenehmsten und letztlich doch produktivsten Emotionen überhaupt, wenn man sich ihr überlassen kann.

Interesse und Neugier sind nicht nur fundamentale Emotionen, es sind auch frühe Emotionen. Sie können bei den Säuglingen schon in den ersten Lebenstagen beobachtet werden. Es ist das Wesen des Menschen, daß er unter anderem auch interessiert ist, stärker oder schwächer, grundsätzlich mehr oder weniger. Sind wir aber speziell interessiert, dann springen wir auf etwas an. Wir sind wach, wir sind aufmerksam, wir sind vielleicht ganz Auge oder Ohr, alle unsere Sinne werden wach, meistens sind wir auch nachdenklich, und wir bleiben es auch über eine gewisse Zeit. Wir sprechen dann vielleicht davon, daß wir fasziniert sind, daß wir gefesselt sind von etwas, nachhaltig neugierig, konzentriert, oder etwas hat erste Priorität. Das Interesse bewirkt ein gezieltes Sich-Einlassen, ein gezieltes Erforschen dessen, was unser Interesse erregt hat, allenfalls ein Gestalten. Aus dem Interesse heraus erwachsenen Handlungen. Interesse ohne Handlung und Verhalten ist kein wirkliches Interesse, und aus diesem Grunde kann man auch Interesse und Neugierde wissenschaftlich leicht den Motivationen zuordnen. Ich meine aber, es sind die Emotionen, die hinter unseren Motivationen stecken, und deshalb ist es sinnvoll, sich mit Emotionen zu beschäftigen. Wenn wir jemanden »motivieren« wollen, geht es darum, das Interesse herauszulocken.

Auch wenn wir sprachlich nicht immer eine Unterscheidung treffen, ist doch zu beachten, daß wir zum einen den Ausdruck »Interesse« für den Prozeß des Sich-Interessierens selbst verwenden, andererseits kann dieser auch für sogenannte »handfeste Interessen« stehen, die wir vertreten und die vielleicht noch Bedürfnissen entsprechen, doch vor allem nur der Wahrung des eigenen Vorteils dienen können.

Es geht also bei unseren Interessen einerseits um die Selbster-

haltung: Es liegt im Interesse unseres *Überlebens* und eines guten *Lebens*, daß wir uns Nahrung beschaffen, unsere sexuellen Bedürfnisse befriedigen können, die Geborgenheit finden, die wir brauchen, die Anregung finden, die uns gut tut. Das Interesse hört aber nicht bei der *Selbsterhaltung* auf, es geht dabei auch immer um eine *Selbsterweiterung* auf noch nicht Bestehendes hin, auf die Zukunft hin. Und da besteht eine Verbindung des Interesses zu unseren Wünschen, unseren Tagträumen oder zu Träumen überhaupt.

Wofür interessieren Sie sich im Moment am meisten?

Wichtigste Interessen, die wir in einem bestimmten Moment haben, sagen etwas Zentrales über unsere jetzige Persönlichkeit aus. Unsere Interessen sind die Lebensthemen, die uns in einem bestimmten Moment – und vielleicht auch schon länger oder für länger beschäftigen. Es geht dabei nicht um die Vorzeigeinteressen, von denen man glaubt, daß man sie haben muß in der heutigen Zeit, in der sozialen Schicht, zu der wir uns zählen, oder die man haben muß, um jemandem zu gefallen. Gefragt sind unsere echten, vielleicht auch verschwiegenen Interessen. Verschwiegen, weil sie möglicherweise einen Bereich in unserem Leben markieren, der für uns sehr wertvoll ist und den wir deshalb schützen wollen vor Kritik oder Mißbilligung. Was im jeweiligen Moment am meisten interessiert oder sehr bedeutsam ist, das ist bedeutsam für die gesamte Existenz. Unser Interesse definiert, was wertvoll ist für uns selbst, was aktivierend ist, was belebend ist, die Stärke des Interesses, die Art unseres Interessierens gibt uns einen Hinweis auf den Stellenwert dieses Wertes in unserem aktuellen Leben. Die Frage nach den bedeutendsten Interessen, danach, woran wir wirklich mit Herzblut hängen, zielt auf die Aspekte der Persönlichkeit, die im gegebenen Moment zum Tragen kommen, die entwickelt werden können, aus denen heraus auch Leben sinnvoll und lebendig gestaltet werden kann.

Die Interessen der Menschen sind so breit gefächert wie das Leben selbst: Man kann sich für alles, was es gibt auf der Welt, interessieren – für Menschen, für Liebe, für Sexualität, für Religion, für Theorien, für Dinge, für Sport, für Geld, für Kultur, für Wissenschaft usw. Und innerhalb von all den großen Themen kann man sich für eine ganz bestimmte Fragestellung nachhaltig interessieren. Dabei ist es wichtig, diese Interessen in einen Kontext zu stellen. Da interessiert sich jemand zum Beispiel intensiv für Geld. Dahinter können ganz unterschiedliche Motive stehen: Der eine möchte Geld anhäufen, um sich rasch einen ruhigen Lebensabend zu ermöglichen, ein anderer kann sich für Geld interessieren, weil er eine Spielernatur ist, fasziniert vom Gewinnen, weniger fasziniert von den Verlusten, die es natürlich zu vermeiden gilt, wieder ein anderer will mit seinem Geld beweisen, wie tüchtig er ist, oder verwechselt Geld mit Macht.

Dem Interesse sind keine Grenzen gesetzt. Interessen definieren einen subjektiven, keinen objektiven Wert. Was uns interessiert, ist wichtig und bedeutsam für uns, muß es aber nicht für einen Mitmenschen sein. Wir neigen dazu, die Inhalte unseres Interesses für einen objektiven Wert zu halten, wir meinen, es wäre gut um die Welt bestellt, wenn sie unsere Interessen teilen würde. Wichtig ist das Interesse als solches, wichtig ist, daß Menschen sich interessieren und ihren Interessen nachgehen können, nicht der Inhalt des Interesses. Wir bleiben in der Regel nicht dieselben während des ganzen Lebens, wir entwickeln uns; aus diesem Grunde könnte man die eigene Biographie auch unter der Perspektive der Interessen, denen man im Verlaufe seines Lebens nachgegangen ist, erzählen. Auch hier ginge es dann nicht nur um den Inhalt des Interesses in einem bestimmten Kontext, sondern auch um die Intensität des Interesses. Man überlegt sich, welche Interessen einen als Kind ausgezeichnet haben, wie diese Interessen sich änderten in der Adoleszenz, in der Phase der Berufsfundung, mit dreißig, mit vierzig und später.

Frage man Menschen nach ihren prägenden Interessen ihres

Lebens, dann sind große Unterschiede auszumachen. Bei manchen Menschen gehen Interessen im Verlaufe des Lebens immer wieder in eine ähnliche Richtung, angepaßt ihrem Entwicklungsstand, bei anderen liegen relativ breit gestreute Interessen vor, von denen einige immer wieder verlorengingen. Oft sind diese Menschen erstaunt, daß sie ein vitales Interesse der Kindheit sogar vergessen haben und es erst durch die Frage nach Interessen in der Kindheit wiederfinden. Es gibt auch die Erfahrung, daß ältere Menschen zu ihren Jugendinteressen wieder zurückfinden, daß sie plötzlich feststellen, daß ihnen jahrelang etwas gefehlt hat, daß sie jahrelang ein Interesse vernachlässigt haben, und dieses Interesse nehmen sie wieder auf.

Unsere Interessen rücken immer einen Aspekt unserer Persönlichkeit ins Zentrum, man könnte auch sagen: Unsere Interessen sind momentane Selbstdefinitionen. Das gilt aber nur für die Interessen, die wir auch als Interessen fühlen und die zu einer Haltung und zu bestimmtem Verhalten Anreiz geben. Weil sich im Interesse eine aktuelle Selbstdefinition ausdrückt, vermag uns nicht alles zu interessieren. Auch bei Menschen, die sich für sehr vieles interessieren, stehen dennoch bestimmte Interessen in einer bestimmten Lebensphase im Vordergrund. Unser Interessiertsein aber sagt etwas aus über unser vitales und kreatives Leben, sagt etwas darüber aus, mit welcher Intensität wir uns von unseren Lebensthemen ergreifen lassen und sie auch gestalten.

Der Wirkkreis des Interesses

In seiner intensivsten Form zeigt sich das Wesen einer jeweiligen Emotion am besten. Interessiert sich ein Mensch intensiv für etwas, dann wird eine Sache, eine Person, ein Symbol oder eine Idee so wichtig, daß dadurch die ganze Aufmerksamkeit gefesselt und alle geistigen Prozesse in Beschlag genommen werden. Man ist wach, aufmerksam, *man ist besetzt*, aber im Gegensatz zum

Besetztsein von einem Kummer ist dieses Besetztsein von höchster Vitalität. Man ist nicht belastet, sondern beschwingt, auch dann, wenn das Interesse uns sehr viel Arbeit abverlangt. Unser Interesse führt also dazu, daß wir von einer Sache völlig in Anspruch genommen sind, voller Konzentration, voller Aufmerksamkeit – Konzentration ist eine Form der Aufmerksamkeit. Aus dem Interesse heraus erfolgt ein Handeln und Gestalten, und erfolgt dies nicht, dann stirbt das Interesse auch bald wieder ab. Interessieren wir uns für einen Menschen, wenden wir uns diesem zu. Ist es eine wissenschaftliche Idee, die uns interessiert, werden wir sie mit allen Mitteln auszuarbeiten versuchen. Weil aus dem Interesse eine anhaltende Betätigung erfolgt, gelten Interesse und Neugier auch als Emotionen, die die Motivation zu kreativen und konstruktiven Tätigkeiten, auch zum Lernen verstärken, Langeweile hingegen bringt diese zum Erliegen.

Das Interesse – das »Dazwischensein« – die intensive Anteilnahme an etwas, das einem aus der Welt entgegenkommt, bewirkt eine besondere Verbindung von Innenwelt und Außenwelt. Wenn uns etwas interessiert, gehen wir auf die Welt zu, da wird die Verbindung zwischen uns und der Welt intensiviert, die Welt bekommt eine ganz bestimmte Qualität: Sie geht uns etwas an, in einem hohen Maße. Aber auch das Umgekehrte gilt: auch die Welt kommt auf uns zu. Was uns interessiert, das *springt* uns sozusagen von außen *an*. Künstler reagieren plötzlich auf bestimmte Formen in der Außenwelt, die sie auf ihre Art gestalten wollen, Wissenschaftler sehen ein Problem in der Welt, das sie verstehen und dann auch lösen wollen, Fanatiker sehen einen Mißstand immer wieder in der Politik, werden von diesen Mißständen nicht in Ruhe gelassen. Menschen, die eher tiefenpsychologisch orientiert sind, sind fasziniert von psychischen Konstellationen, die mit dem Kern unserer Persönlichkeit zu tun haben: Lebensthemen, Entwicklungsthemen stehen intrapsychisch an und bewirken, daß wir die Welt entsprechend diesen Themen wahrnehmen. Unsere Interessen dienen der Entwicklung der Innenwelt – und so

besehen ist Interesse die Emotion, die Entwicklung bewirkt. Unsere Innenwelt kommt uns also sozusagen aus der Außenwelt, in den Themen, die uns interessieren, entgegen. Das geht anders gar nicht: Innenwelt muß sich immer an etwas festmachen. Durch das Interessiertsein wird unsere Innenwelt belebt, das belebt wiederum unser Interesse, das Interesse wird noch größer und bringt uns dazu, das, was interessiert, noch mehr zu verfolgen, es zu gestalten. Es ist ein zirkulärer Prozeß, ein Wirkkreis. Man kann sich natürlich fragen, wer da wen ergreift, es bleibt eine geheimnisvolle zirkuläre Interaktion zwischen dem Individuum und der Welt, mit dem Ziel der kreativen Gestaltung und der höchstmöglichen psychischen und physischen Aktualisierung, einem Gefühl intensiver, lustvoller Lebendigkeit.

Es ist eine lustvolle Beziehung zwischen dem Selbst und der Welt, eine interaktive Beziehung, die das Selbst und die Welt verändert. Interessieren wir uns intensiv für etwas, dann sind wir überzeugt davon, daß die Welt interessant ist, wir sind es auch. Wir fühlen uns interessant und angeregt an, lebendig, mitten in einem sinnvollen Leben, das sich verändert und das man selbst auch verändern kann. Das gibt auch ein sicheres Gefühl der eigenen Identität im Vollzug. Was uns interessiert, ist aufregend, verspricht Neues, Entwicklung, Befriedigung und vielleicht auch einmal Ruhm und Ehre. Tätigkeiten, die auf Interesse und Neugier zurückgehen, haben die Belohnung in sich selbst. Belohnt man Kinder für Tätigkeiten, denen sie aus einem inneren Interesse heraus nachgehen, macht das keinen Eindruck. Es genügt einem Kind, daß es sich für das, wofür es sich interessiert, auch wirklich interessieren darf, daß es dem nachgehen darf.

Interesse bewirkt eine anhaltende Betätigung, ob es sich jetzt um Beziehungen, um Ästhetik, um Intellekt oder um Organisation handelt. Diese Bestätigung muß ihrerseits jedoch wieder etwas versprechen – Wandel, ein Mehr an Wissen, an Selbsterkenntnis, an Überblick, an Kompetenz, an emotionalen Facetten. Es muß einfach einen Gewinn geben. Und das Feld muß für uns

neu sein, ungewohnt, unsere Neugier auch anregen, neues Interesse wecken. Ist das Feld nicht neu, gelingt es uns gelegentlich, daß wir uns das Feld neu gestalten, daß wir aus einer neuen Perspektive, mit einer neuen Fragestellung an etwas Bekanntes herangehen. Und nicht nur muß das, was uns interessiert, neu sein und einen Zugewinn versprechen, es muß auch mit einer Herausforderung verbunden sein, es darf sich nicht ganz leicht erschließen lassen, muß aber in unserer Phantasie doch zu bewältigen sein. Ist noch ein Geheimnis damit verbunden, irgendein dunkles Geheimnis vielleicht sogar, dann fordert das unsere Neugier – und anschließend dann unser Interesse ganz besonders heraus.

Das Emotionsfeld Interesse

Emotionen haben die Tendenz, sich zu Emotionsfeldern zu verbinden. So verbindet sich Interesse leicht mit den anderen »gehobenen Emotionen«, wie Freude, Inspiration, Hoffnung.¹ Die gehobenen Emotionen beflügeln die Menschen, lassen sie optimistischer gestimmt sein, regen sie an, solidarischer zu sein mit anderen Menschen und Dinge wirklich auch in Angriff zu nehmen. Auch wenn lebensgeschichtlich bedingt schwierige Emotionen wie Angst, Ärger, Traurigkeit dominieren, sind die gehobenen Emotionen dennoch vorhanden, sie organisieren sich nach Emde relativ isoliert von den negativen Gefühlen,² das heißt zum Beispiel, daß die Angst die Freude nicht töten kann.

Dennoch: das Gefühl des Interesses und der Neugier erwächst oft zunächst aus einer gewissen Angst, die durch das Neue, das Unübersichtliche ausgelöst wird. Aber gerade diese Neuheit bewirkt auch, daß Interesse geweckt wird. Ist allerdings die Angst sehr groß, dann erfolgt ein Rückzug und keine Exploration.

Das Interesse verbindet sich aber nicht nur leicht mit den anderen gehobenen Emotionen, die gehobenen Emotionen erleichtern es den Menschen auch, interessanter zu sein. In der intensivsten

Form ist Interesse etwas, das uns völlig in Anspruch nimmt, und zwar anhaltend, und eine anhaltende Betätigung herausfordert. Und hier wird aus Interesse Leidenschaft, und vielleicht auch Liebe. Spricht man mit Menschen, die sich leidenschaftlich für etwas interessieren, dann sagen sie sehr oft: »Ich liebe das.« Interesse kann in Liebe übergehen.

