

Wozu Höhenangst gut ist

Forscher glaubt: Es handelt sich nicht um eine Störung, sondern um die Reaktion auf eine Wahrnehmungsschwäche

Aus ddp/wissenschaft.de – von Martin Röttschke

Höhenangst könnte eine normale Reaktion auf eine gestörte Distanzwahrnehmung sein. Das vermutet der Psychologe Russell Jackson nach Experimenten mit Freiwilligen. Das Ergebnis: Menschen mit Höhenangst überschätzten in den Tests Entfernungen tendenziell eher als andere Probanden.

An der Studie nahmen 43 Erwachsene teil, die größtenteils unter Höhenangst litten. Zunächst bewertete Jackson anhand eines Fragenkatalogs, wie stark ihre Höhenangst jeweils ausgeprägt war. Im zweiten Teil des Experiments schätzten die Teilnehmer die Höhe einer 14 Meter hohen Wand unter freiem Himmel einmal von unten und einmal von oben. Dazu sollten sie eine horizontale Distanz auf dem Boden markieren, die der Höhe der Wand entspricht.

Bei der Auswertung der Daten fand der Forscher klare Zusammenhänge: Je größer die Höhenangst eines Probanden, desto stärker überschätzte er die Höhe der Wand. Jackson untersuchte außerdem noch einen weiteren Aspekt: Generell schätzen Menschen Höhen von unten größer ein als von oben – auch dieser Effekt war bei Menschen mit Höhenangst deutlich stärker.

Aus seinen Ergebnissen schließt Jackson, dass Höhenangst weniger eine psychische Störung ist, sondern eher eine evolutionär begründete, sinnvolle Reaktion auf eine Schwäche beim Schätzen von Entfernungen. Demnach könnte das Trainieren der Distanzwahrnehmung eine ebenso wirkungsvolle Therapie für Höhenangst sein wie Übungen zur Angstkontrolle.

Autor: Russell Jackson (Staatsuniversität von Kalifornien, San Marcos): [Proceedings of the Royal Society B: Biological Sciences](#), DOI: 10.1098/rspb.2009.0004