

KINDERÄNGSTE

Da ist ein
Monster
unter
meinem Bett

Oh je, morgen
ein Referat vor
allen
Mitschülern

Nein Mama,
bleib bitte bei
mir. Lass mich
nicht alleine!!

Wer sind die
fremden
Menschen um
mich herum. Ich
mag es nicht,



Name:

Nora Veith

Klasse:

13/2

Kurs:

Psychologie

Betreuender Lehrer:

Herr Schenck

Abgegeben am:

18.11.2016

Kinderängste

Nora Veith

Inhaltsverzeichnis

1. Angst - Was ist das?

1.1	Definition	S.3
1.2	Funktionen	S.4
1.3	Drei Bedingungen der Angst	S.5
1.4	Zwei Grundängste	S.5

2. Kinderängste

2.1	Legende	S.6+7
2.2	Entwicklungsangemessene Angstformen	
2.2.1	Trennungsängste	S.8
2.2.2	Fremdenangst	S.9
2.3	Weitere Kinderängste	
2.3.1	Umweltangst	S.10
2.3.2	Magisches Angst/Phantasieangst	S.11+12
2.3.3	Realangst	S.13
2.3.4	Kastrationsangst	S.14+15
2.3.5	Kindergarten-/Schulangst	S.16
2.3.6	Agoraphobie	S.17+18

3. Unterschied zwischen Angst und Angststörungen

S.19

4. Angstverarbeitung/Therapie

S.20-23

5. Eigenständigkeitserklärung

S.24

6. Quellenangaben

S.25

Kinderängste

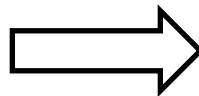
Nora Veith

1. Angst - Was ist das?

1.1 Definition ¹



sprachliche Ableitung



"agchein" (griechisch) +
"angere" (lateinisch)

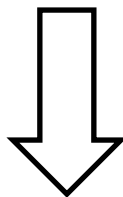
=

Übersetzung

"würgen",

"die Kehle zuschnüren".

ANGST



Vorhanden von



bis



¹ Vgl. <http://www.planet-wissen.de/gesellschaft/psychologie/angst/index.html> Autor: Kai Althoetmar stand vom 09.05.2016

Kinderängste

Nora Veith

1.2 Funktionen²

Angst



Alarmsignal

Der Körper reagiert auf Gefahr mit der Ausschüttung des Hormons Adrenalin.

Die Angst löst körperliche Veränderungen aus.

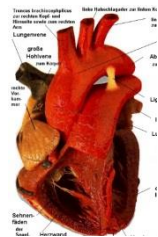
Erhöhte Aufmerksamkeit



Besseres Seh- und Hörvermögen



Schnellerer Herzschlag



Schnellere Atmung



Mehr Energie in den Muskeln



² http://www.uni-saarland.de/fileadmin/user_upload/Info/Schueler/Kinder_Uni/veranstaltungen_flyer/2012/michael.pdf

Kinderängste

Nora Veith

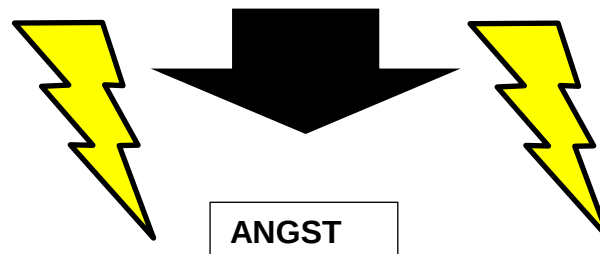
1.3 Drei Bedingungen der Angst



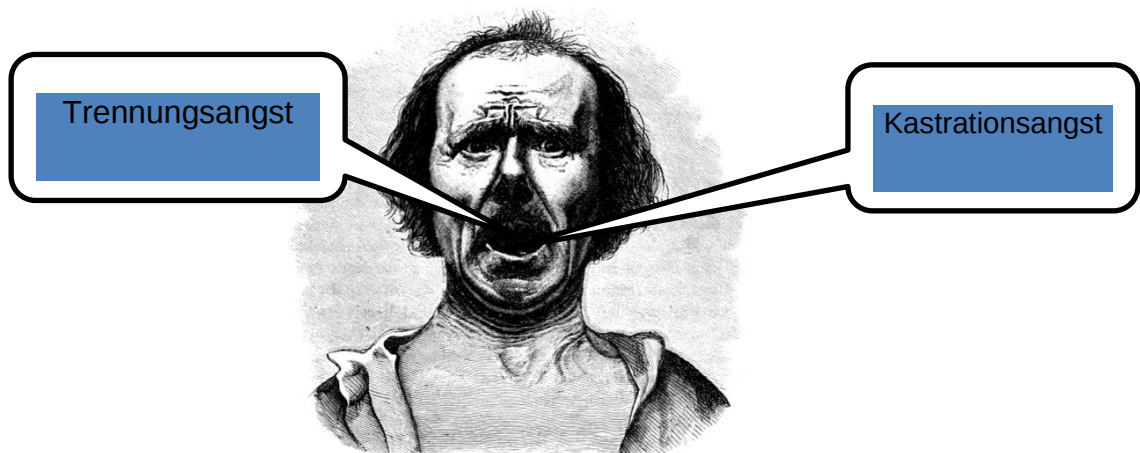
Bedrohung

Unüberschaubar Situation

**Kein Entkommen aus
der Situation**



1.4 Zwei Grundängste³



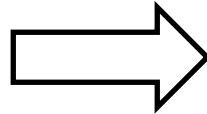
³ Lèon Wurmser, Flucht vor dem Gewissen, Analyse von Über-Ich und Abwehr bei schweren Neurosen. Springer Verlag (Hg), Berlin, Heidelberg S. 267

Kinderängste

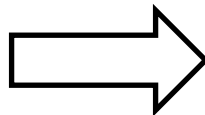
Nora Veith

2. Kinderängste

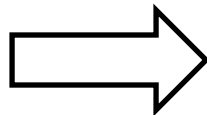
2.1 Legende



Babys im Alter von 0-1 Jahren.



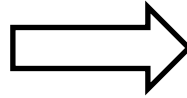
Kleinkinder im Alter von 1-3 Jahren.



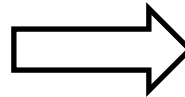
Kindergartenkinder im Alter von 3-6 Jahren.

Kinderängste

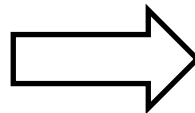
Nora Veith



Schulkinder im Alter ab 6 Jahren.



Teenager ab circa dem 17. Lebensjahr.



Erläuterungen und Anmerkungen der Therapeutin.

Kinderängste

Nora Veith

2.2 Entwicklungsangemessene Angstformen

2.2.1 Trennungsängste⁴⁵

Betroffene Altersgruppen:



(0-1 Jahr)



(1-3Jahre)



(ab 6 Jahren)

Trennungsangst → 1. Natürliche Angst ab dem 7. Monat

Wo ist meine
Mami? Wann
kommt sie
zurück?



Reaktion bei einer Trennung:

Babys und Kinder → weinen, protestieren

Verschlossene Kinder → leiden stumm (innere Qualen)



→Reagieren sehr emotional auf eine Trennung



→können durch eine Trennung Selbständigkeit erlangen. Sie gehen eigene Wege, probieren neue Dinge aus.

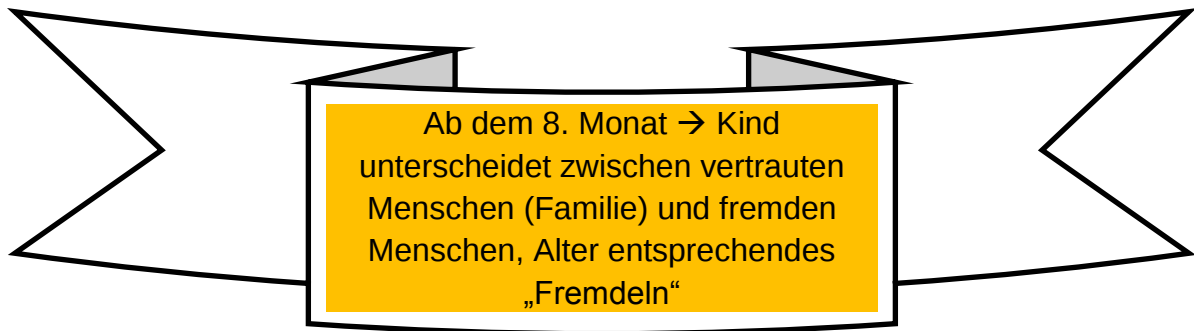
⁴ Vgl. <http://www.spectrumofhealth.de/trennungsangst-separation-anxiety-bei-kindern-oder-abhangigkeit-von-mutter>, letzter Zugriff 18.10.16

⁵ Vgl. Jan-Uwe Rogge, Kinder haben Ängste, Von starken Gefühlen und schwachen Momenten, S.79ff

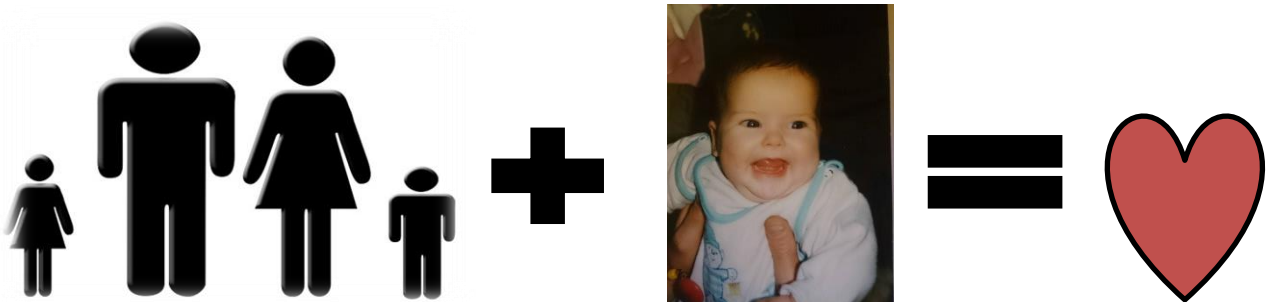
Kinderängste

Nora Veith

2.2.2 Fremdenangst → fremdeln⁶



Für Babys, Kleinkinder ist die eigene Familie sehr wichtig:



Fremde Menschen dagegen lösen bei Kleinkindern Angst aus.



⁶ Vgl. http://www.hallo-eltern.de/m_baby/baby-angst.htm, Autorin: Barbara Schniebel, Letzter Zugriff 18.10.16

Kinderängste

Nora Veith

2.3 Weitere Kinderängste

2.3.1 Umweltangst⁷

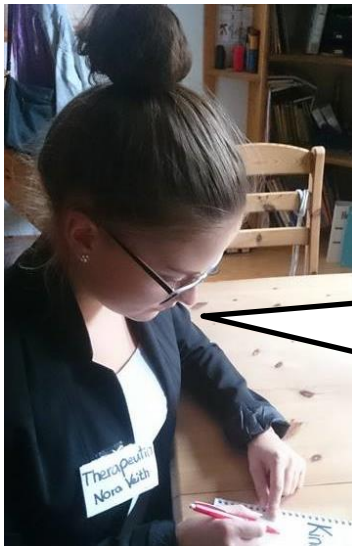
Betroffene Altersgruppen:



(0-1)

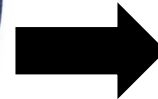


(1-3)



Für Kleinkinder ist die Welt sehr groß. Auf Grund ihrer altersentsprechend entwickelten Fähigkeiten verstehen sie vieles nicht, ist vieles unbekannt und löst dadurch Angst aus, z.B.:

unbekannte Geräusche, Wasser oder eine Veränderung ihrer bekannten Umgebung → andere Möbel, Umzug.



⁷ Vgl. http://www.hallo-eltern.de/m_baby/baby-angst.htm , Autorin: Barbara Schniebel, Letzter Zugriff 18.10.16

Kinderängste

Nora Veith

2.3.2 Magische Angst/ Phantasieangst⁸

Betroffene Altersgruppen:



(ab 3- 6)

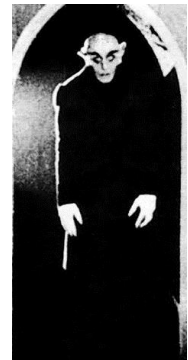
- Angst vor Figuren aus Büchern, Filmen und Phantasie:



Das sogenannte „Monster unter dem Bett“



Hexen



Vampire

- Angst vor unbekannten Tieren:



⁸ Vgl. <https://www.elternimnetz.de/kinder/erziehungsfragen/kindlicheaengste.php>, letzter Zugriff 18.10.16

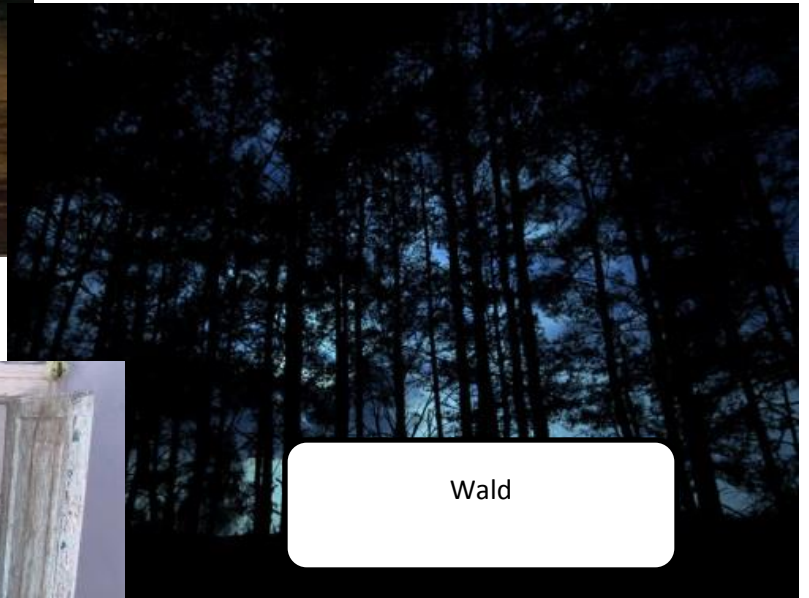
Kinderängste

Nora Veith

- Angst vor der Dunkelheit:⁹



Dachboden



Wald



Keller

Reaktionen der Kinder:

Schreien, Weinen, Klammern, Weglaufen, Suche nach Sicherheit (Eltern)

Diese Ängste können Kinder bis in die Nacht verfolgen.



⁹ Ebd.

Kinderängste

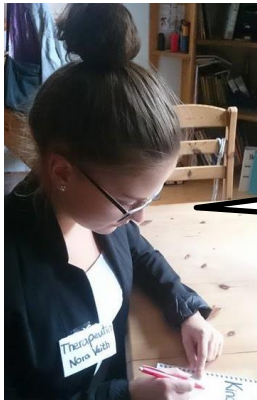
Nora Veith

2.3.3 Realangst¹⁰¹¹

Betroffene Altersgruppen:



(ab 9/10)



kognitive Entwicklung → weit fortgeschritten

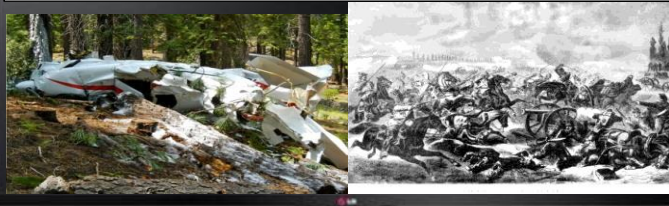
Kind setzt sich mit neuen Themen auseinander.

(Sexualität, Gewalt, Tod)

WARNUNG:

Kinder werden durch die Medien (Fernsehen, Radio) viel zu früh mit diesen Themen konfrontiert.

Sexualität, Flugzeugabstürze, Gewalt, Tod, Umweltzerstörung, Hunger, Arbeitslosigkeit, Atomkrieg,



¹⁰ Vgl. http://www.hallo-eltern.de/m_baby/baby-angst.htm, Autorin: Barbara Schniebel, Letzter Zugriff 18.10.16

¹¹ Vgl. Jan-Uwe Rogge, Kinder haben Ängste, Von starken Gefühlen und schwachen Momenten, S.234ff

Kinderängste

Nora Veith

2.3.4 Kastrationsangst¹²

Betroffene Altersgruppen:



(1-3)



(3-6)



(ab 6)

➔ Tritt bei Jungen häufiger auf als bei Mädchen

➔ 1. Erkennen der Verletzlichkeit des eigenen Körpers. Das Gefühl ein ganzer, eigenständiger Mensch zu sein
Angst, dies wieder zu verlieren.



Angst:

„Beschnitten“ zu werden,

Arm oder Bein zu verlieren

Angst vor:

Heckenscheren, Frisören, Kettensägen,
Hunden, lauten Geräuschen.

Angst:

Pferdeschwanz zu verlieren,

Strafen der Eltern

Angst vor:

Nagelscheren, Frisören

¹² <http://www.medizin-im-text.de/blog/2013/24465/kastrationsangst/>, Letzter Zugriff 18.10.16

Kinderängste

Nora Veith

Durch alte Erziehungsmethoden → Kastrationsängste verstärkt¹³

Wenn du weiter an den
Daumen lutscht, kommt der
Schneider mit der Scher' !!!

(„Struwwelpeter“)



¹³ Vgl. Jan-Uwe Rogge, Kinder haben Ängste, Von starken Gefühlen und schwachen Momenten, S.194ff

Kinderängste

Nora Veith

2.3.5 Kindergarten-/Schulangst ^{14 15}

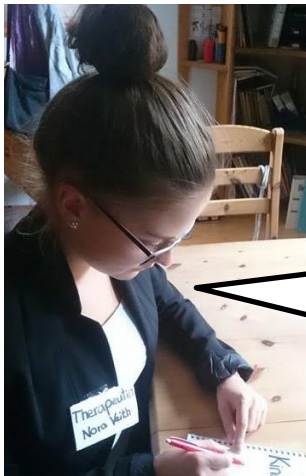
Betroffene Altersgruppen:



(3-6)



(ab 6)



Wiederbelebte Trennungsangst.

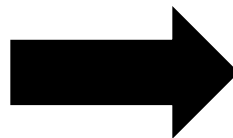
Übergang von zu Hause in den Kindergarten oder in die Schule fällt Kindern schwer.

Sie täuschen Krankheiten vor, um zu Hause bleiben zu können.

Ursachen: Umzug, Schulwechsel, Tod eines Familienmitgliedes oder des Haustieres.

Schulangst über längeren Zeitraum → Therapie

Ich will nicht in die Schule:/ Ich habe Kopfschmerzen, Halsweh, Husten und Bauchweh.



¹⁴ http://www.hallo-eltern.de/m_baby/baby-angst.htm , Autorin: Barbara Schniebel, Letzter Zugriff 18.10.16

¹⁵ <http://www.stangl-taller.at/ARBEITSBLAETTER/EMOTION/AngstKinderJugendliche.shtml>, 2016, letzter Zugriff 18.10.16

Kinderängste

Nora Veith

2.3.6 Agoraphobie¹⁶

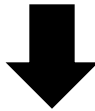
Betroffene Personengruppen:



Ab 17 und älter

Agoraphobie → „Platzangst“

Vermeidung von Plätzen ohne Fluchtweg



Reaktionen der betroffenen Person:

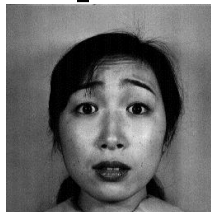
Schwitzen

Zittern

Todesangst

Wilder Herzschlag

Luft wird knapp



Menschen mit Platzangst → in schlimmen Fällen → Panikattacken¹⁷

¹⁶ Vgl. Paulus Jochen, Die Ängste der Kinder, Psychologie heute. O4. 2016, S.72f

¹⁷ Ebd S.72

Kinderängste

Nora Veith



b

18

Extreme Trennungsangst bei Kindern



Vorläufer von



Panikstörungen und Ängsten bei Erwachsenen

Kinderängste

Nora Veith

3. Unterschied zwischen Angst und Angststörungen^{19 20}

Angst → natürlich

Angststörungen → überdauerndes Persönlichkeitsmerkmal → Therapie

Normale Ängste können sich im Laufe des Lebens zu Angststörungen entwickeln:

Starke Angstreaktionen :



(0-1)



(1-3)

NORMAL



(ab 4)

Formen von krankhaften Ängsten



Sehr ausgeprägte Ängste



Ängste über einen längeren Zeitraum hinweg



Entwicklungsbeeinträchtigung durch die Ängste



Probleme in der Familie, im Kindergarten oder in der Schule



Angststörungen → THERAPIE

¹⁹ Vgl. Paulus Jochen, Die Ängste der Kinder, Psychologie heute. 04. 2016, S.72f

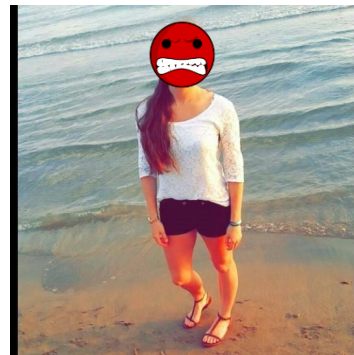
²⁰ Vgl. Jan-Uwe Rogge, Kinder haben Ängste, Von starken Gefühlen und schwachen Momenten, S.146ff

Kinderängste

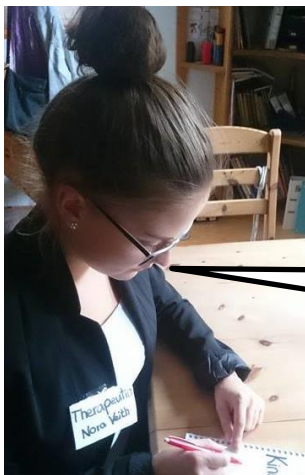
Nora Veith

4. Angstverarbeitung/Therapie²¹

- Emotionen ausleben:



- Aktive Angstbewältigungsstrategie:



Ursache der Angst finden → mit Menschen reden.

²¹ Vgl. <http://www.stangl-taller.at/ARBEITSBLAETTER/EMOTION/AngstKinderJugendliche.shtml>, 2016, letzter Zugriff 18.10.16

Kinderängste

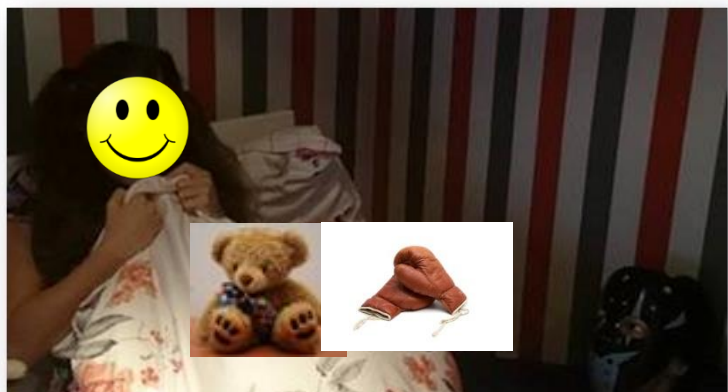
Nora Veith

- Figur, die beschützt → Kuscheltier/Phantasiewesen²²



Angstverarbeitung

 Der Teddy hier
beschützt dich vor dem
Monster unter dem Bett
und vor allen anderen



²² Ebd

Kinderängste

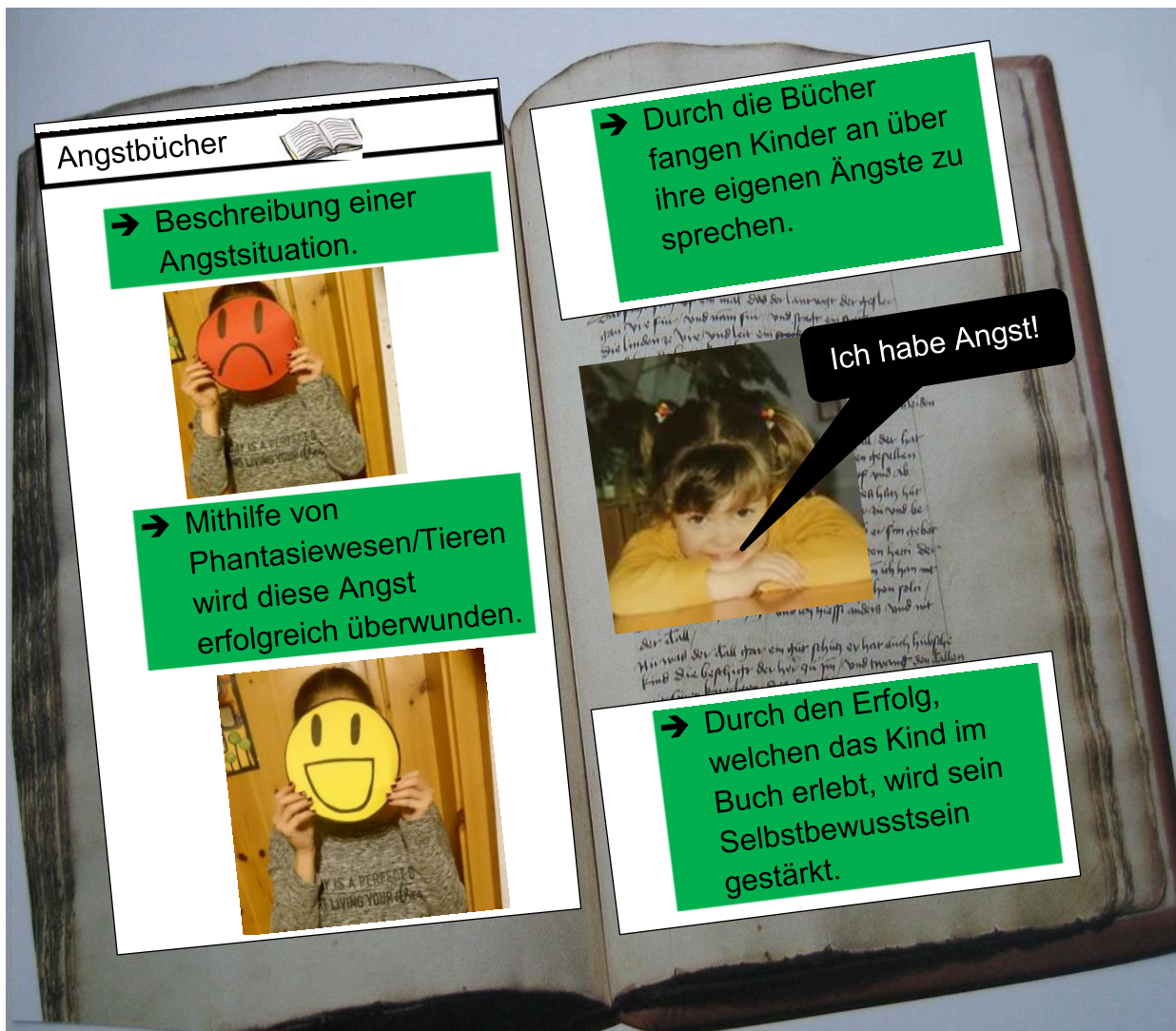
Nora Veith

- Angsbücher:²³

Beispiele:

„Kleine Helden - Großer Mut“ von Angelika Bartram und Jan-Uwe Rogge²⁴

„Wie Leo seine Angst im Dunkeln verlor.“ Von Emma Yarlett²⁵



²³Vgl. <http://www.stangl-taller.at/ARBEITSBLAETTER/EMOTION/AngstKinderJugendliche.shtml>, 2016, letzter Zugriff 18.10.16

²⁴Vgl. Jan-Uwe Rogge, Kinder haben Ängste, Von starken Gefühlen und schwachen Momenten, S.275ff

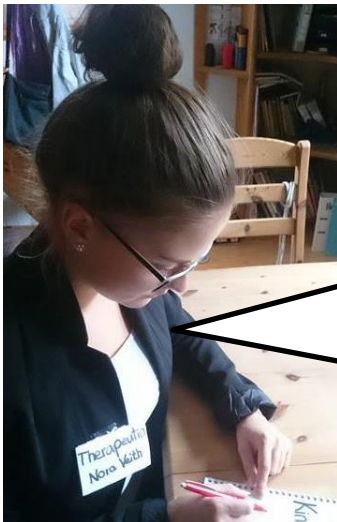
²⁵<https://www.lovelybooks.de/autor/Emma-Yarlett/Wie-Leo-seine-Angst-im-Dunkeln-verlor-1109553248-w/>, letzter Zugriff vom 16.11.2016

Kinderängste

Nora Veith

Angstbuch → gutes Ende

Nicht alleine lesen → sondern gemeinsam (Kinder und Eltern)²⁶



Hilft keine der aufgeführten Angstverarbeitungen oder behindert die Angst die Entwicklung des Kindes, handelt es sich um eine ANGSTSTÖRUNG und muss therapiert werden.

→ Verhaltenstherapie, Hypnosetherapie, Familientherapie, Psychoanalysetherapie oder Spieltherapie

27



THERAPIE



²⁶ Vgl. <http://www.stangl-taller.at/ARBEITSBLAETTER/EMOTION/AngstKinderJugendliche.shtml>, 2016, letzter Zugriff 18.10.16

²⁷ Vgl. Jan-Uwe Rogge, Kinder haben Ängste, Von starken Gefühlen und schwachen Momenten, S.272+273

Kinderängste

Nora Veith

5. Eigenständigkeitserklärung

Ich erkläre hiermit, die Facharbeit ohne fremde Hilfe angefertigt und nur die im Literaturverzeichnis angeführten Quellen und Hilfsmittel verwendet zu haben.

Ahorn-Buch, 18.11.2016

Ort, Datum

(Nora Veith)



E-Mail: 97nora@gmail.com

Kinderängste

Nora Veith

6.Quellen

Internet:

- http://www.hallo-eltern.de/m_baby/baby-angst.htm , Autorin: Barbara Schniebel, Letzter Zugriff 18.10.16
- <http://www.stangl-taller.at/ARBEITSBLAETTER/EMOTION/AngstKinderJugendliche.shtml>, 2016, letzter Zugriff 18.10.16
- <https://www.elternimnetz.de/kinder/erziehungsfragen/kindlicheaengste.php>, Letzter Zugriff 18.10.16
- Vgl. <http://www.spectrumofhealth.de/trennungsangst-separation-anxiety-bei-kindern-oder-abhaengigkeit-von-mutter> , letzter Zugriff 18.10.16
- http://www.uni-saarland.de/fileadmin/user_upload/Info/Schueler/Kinder_Uni/veranstaltungen_flyer/2012/michael.pdf, Letzter Zugriff 18.10.16
- <http://www.medizin-im-text.de/blog/2013/24465/kastrationsangst/>, Letzter Zugriff 18.10.16

Bücher/ Artikel

- Lèon Wurmser, Flucht vor dem Gewissen, Analyse von Über-Ich und Abwehr bei schweren Neurosen. Vandenhoeck & Rubrecht (Hg), Göttingen, 2000
- Paulus Jochen, Die Ängste der Kinder, Psychologie heute. O4. 2016
- Jan-Uwe Rogge, Kinder haben Ängste, Von starken Gefühlen und schwachen Momenten. Rowohlt Verlag GmbH (Hg), Reinbek bei Hamburg, 1997

Fotos:

- Die meisten Fotos sind selbstgemacht oder Kinderfotos.
Die anderen Bilder sind aus ClipArt.