

## Kinderängste

„FT-Abi-Plattform“-Serie: Artikel zu selbstgewählten Präsentations-Themen aus dem Psychologie-Unterricht von Klaus Schenck

Jeder von euch kann sich bestimmt an verschiedene Ängste seiner Kindheit erinnern. An das Monster unter dem Bett, welches einem den Schlaf raubt, oder den imaginären Einbrecher, vor dem man sich unter der Decke in Sicherheit bringt.



Die meisten dieser Kinderängste sind normal und verlieren sich im Laufe des Erwachsenwerdens. Einige von diesen werden in der nachfolgenden Tabelle nach dem Alter aufsteigend gezeigt. Wobei man Ängste nicht genau einer Altersgruppe zuordnen kann, da verschiedene Faktoren, wie soziales Umfeld und Angstniveau des Kindes, die Ängste beeinflussen.



Alter	Angst	Erklärung
7. Monat	Trennungsangst	Angst vor Trennung von der Familie
8. Monat	Fremdenangst	Angst vor fremden Menschen
0-3 Jahre	Umweltangst	Angst vor den fremden, unerklärlichen Dingen (z.B. tropfender Wasserhahn)
3-6 Jahre	Phantasieangst	Angst vor ausgedachten Phantasiewesen (z.B. Monstern)
3-6 Jahren	Kastrationsangst	Angst, ein Teil von sich zu verlieren

ab 6 Jahren	Schulangst	Angst vor der Schule → wiederbelebte Trennungsangst
ab 9 Jahren	Realangst	Angst vor den schrecklichen Dingen, die in der Welt passieren (z. B. Krieg, Naturkatastrophen)
ab 17 Jahren	Agoraphobie	Platzangst → Angst vor Plätzen ohne Fluchtweg (z. B. Bus, Zug, Fahrstuhl)

Viele dieser Ängste können durch Angstverarbeitungen gemildert werden. Zum Beispiel durch Angstbücher, in denen eine bestimmte Angst geschildert und überwunden wird, oder durch Kuschtiere, die einen beschützenden Charakter einnehmen.



Werden die Ängste jedoch stärker und beeinflussen die Entwicklung und das Leben des Kindes oder verfolgen den Betroffenen auch noch im Erwachsenenalter, dann handelt es sich um eine Angststörung. Diese darf nicht unterschätzt und sollte therapiert werden.

Zusammenfassend kann man sagen, dass Kinderängste in gewissen Maßen natürlich sind, aber auf keinen Fall unterschätzt werden dürfen, da sie ein ganzes Leben beeinflussen können.

**Artikel:** Nora  
**Fotos:** Klaus Schenck

**Unterrichtspräsentation:** <https://www.youtube.com/watch?v=XKsGuwjzVXc>