



Lydia Kruska

# Ängste bei Kindern und Jugendlichen – verstehen und handeln

Komplexe Krisen  
und Störungen

Hrsg. von Günter H. Seidler,  
Jonas Tesarz und Annette Streeck-Fischer

Fach-  
buch   
Klett-Cotta



## **Komplexe Krisen und Störungen**

*Herausgegeben von Prof. Dr. Günter H. Seidler, Dossenheim/Heidelberg,  
PD Dr. Jonas Tesarz, Heidelberg und Prof. Dr. Annette Streeck-Fischer, Göttingen/  
Berlin*

Die Reihe setzt sich zur Aufgabe, wichtige psychische Leidenszustände und Störungen in kurzer, überblickshafter und dennoch tiefgehender und wissenschaftlich-umfassender Weise darzustellen. Dazu gehören auch solche, die in den modernen Diagnoseschemata keine Berücksichtigung (mehr) finden, deren Konzepte für ein tieferes Verständnis dennoch wichtig sind.

Die Bände dieser innovativen Reihe bieten hier klinische Orientierung. Große Bedeutung wird der Phänomenologie und der Theorie zum Verständnis des jeweiligen Störungsbilds beigemessen. Die jeweilige Behandlungslehre gibt eine Übersicht über die jeweils in Frage kommenden therapeutischen Möglichkeiten.

Die Autoren sind meist jüngere, in ihren Fachbereichen aber durchaus ausgewiesene ExpertInnen. Adressaten sind die große Zielgruppe der angehenden FachärztInnen unterschiedlicher medizinischer Fachgebiete, insbesondere PsychiaterInnen und PsychosomatikerInnen und Psychologische und Ärztliche PsychotherapeutInnen.

### **Die Herausgeber**

*Günter H. Seidler*, Prof. Dr. med., war Leiter der Sektion Psychotraumatologie im Zentrum für Psychosoziale Medizin der Universitätsklinik Heidelberg. Er ist Facharzt für Neurologie und Psychiatrie sowie für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Lehranalytiker, Gruppenlehranalytiker und EMDR-Supervisor.

*Jonas Tesarz*, PD Dr. med., Arzt und Wissenschaftler am Universitätsklinikum Heidelberg, Klinik für Allgemeine Innere Medizin und Psychosomatik.

*Annette Streeck-Fischer*, Prof. Dr. med., war Chefärztin der Abteilung »Klinische Psychotherapie bei Kindern und Jugendlichen« in Tiefenbrunn, ist Psychoanalytikerin, Ärztin für Kinderpsychiatrie und Psychotherapeutische Medizin und Hochschullehrerin an der International Psychoanalytic University Berlin (IPU).

### **Die Einzelbände behandeln folgende Themen:**

Digitale Störungen bei Kindern und Jugendlichen (Jan van Loh)  
(bereits erschienen)

Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen (Vjera Holthoff-Detto)  
(bereits erschienen)

Psychosomatik in der Schmerztherapie (Jonas Tesarz) (bereits erschienen)

Obdachlosigkeit (Alex Füller/Sarah Morr) (in Vorbereitung)  
Weitere Bände in Vorbereitung

Lydia Kruska

# **Ängste bei Kindern und Jugendlichen – verstehen und handeln**

Klett-Cotta

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Speicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Klett-Cotta

[www.klett-cotta.de](http://www.klett-cotta.de)

© 2020 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung

Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte vorbehalten

Cover: Bettina Herrmann, Stuttgart

unter Verwendung eines Fotos von © Shutterstock/Petr Bonek

Datenkonvertierung: Kösel Media GmbH, Krugzell

Printausgabe: ISBN 978-3-608-96034-1

E-Book: ISBN 978-3-608-11613-7

PDF-E-Book: ISBN 978-3-608-20455-1

Dieses E-Book basiert auf der aktuellen Auflage der Printausgabe.

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.

# Inhalt

<b>Geleitwort der Reihenherausgeber</b> .....	9	
<b>Geleitwort von Annette Streeck-Fischer</b> .....	11	
<b>Einleitung</b> .....	13	
<b>Teil 1 Angst erkennen:</b>		
<b>Das Phänomen Angst und Angststörungen</b> .....	19	
<b>Definition: Furcht, Angst, Panik – ein etymologischer Zugang</b> .....	20	
Angst im Entwicklungsverlauf .....	22	
Funktionale und dysfunktionale Aspekte von Angst:		
Wann ist Angst gesund und wann krankhaft? .....	24	
Prävalenz, Geschlechterverteilung, Risikofaktoren, Komorbidität von Angststörungen im Kindes- und Jugendalter .....		32
<b>Klassifikation und differenzialdiagnostische Überlegungen zu Angststörungen im Kindes- und Jugendalter</b> .....	35	
Trennungsangst .....	37	
Spezifische Phobie .....	43	
Soziale Phobie .....	47	
Generalisierte Angststörung .....	53	
Panikstörung .....	58	
Differenzialdiagnostische Überlegungen .....	62	

<b>Teil 2 Angst verstehen: Psychodynamische Modelle von Angststörungen im Entwicklungsverlauf</b> .....	75
<b>Historische Betrachtungen</b> .....	77
Triebtheorie .....	77
Individualpsychologie .....	82
Ich-Psychologie .....	85
Objektbeziehungstheorie .....	87
Säuglings- und Bindungsforschung .....	95
<b>Neuere Beiträge zu einem psychodynamischen Verständnis von Angst</b> .....	102
<b>Exkurs: Die Bedeutung von Latenz und Adoleszenz</b> .....	112
<b>Matrix einer psychodynamischen Diagnostik von Angststörungen nach OPD-KJ-2</b> .....	115
Angst und Struktur .....	116
Angst und Konflikt .....	135
<b>Verschränkung von strukturellen und konflikthaften Anteilen</b> .....	150
<b>Angst und die Rolle der Objektbeziehungen</b> .....	152
<b>Synopsis: Die Entwicklung von Ängsten und ihre Regulation im Zusammenspiel von inneren und äußeren Faktoren</b> .....	155
<b>Teil 3 Angst behandeln: Psychodynamische Behandlung von Angststörungen im Kindes- und Jugendalter</b> .....	160
<b>Vor der Therapie: Wann eine Therapie beginnen?</b> .....	160
Behandlungsvoraussetzungen: Leidensdruck, Krankheitsgewinn, innere und äußere Ressourcen, Veränderungsmotivation .....	162
Indikation und die Dauer der psychotherapeutischen Intervention .....	167

<b>Der Beginn der Therapie: Therapeutische Arbeit mit ängstlichen Kindern und Jugendlichen möglich machen</b> ....	168
Der Rahmen .....	168
Umgang mit Trennungsszenen .....	174
Das Arbeitsbündnis bzw. die tragfähige Beziehung .....	179
Fokusarbeit .....	182
<b>Die Mitte der Therapie: Therapeutische Arbeit mit ängstlichen Kindern und Jugendlichen</b> .....	189
Positive und negative Übertragung .....	189
Spiel als Medium .....	192
Durcharbeiten: Die Arbeit mit den ängstlichen und aggressiven Affekten .....	198
Widerstand, Abwehr und Veränderung .....	209
Umgang mit Konkurrenz im Wartezimmer und zuhause .....	219
<b>Das Ende der Therapie: Die Abschlussphase</b> .....	221
Rückfallprophylaxe: Die gemeinsame Reflexion des Erreichten .....	221
Umgang mit Therapieabbrüchen .....	223
<b>Ausgewählte Aspekte der Familiendynamik und Elternarbeit bei ängstlichen Kindern und Jugendlichen</b> .....	224
Ängstlichkeit der Eltern .....	226
Überfürsorglichkeit .....	228
Überkritische Eltern .....	230
Paarkonflikte .....	232
<b>Anhang</b>	
<b>Literaturverzeichnis</b> .....	237
<b>Tabellenverzeichnis</b> .....	249
<b>Die Autorin</b> .....	250





# Geleitwort der Reihenherausgeber

In unserer sich rasch verändernden Welt tauchen häufig Fragestellungen auf, die sich schwer beantworten lassen, und Probleme, mit denen schwer umzugehen ist. Welche Auswirkungen hat etwa die rasant wachsende Internetwelt, in der Virtualität und Realität nicht selten ineinander übergehen, auf die Trieborganisation von Menschen, auf ihre Werte, ihre Wünsche und Beziehungsgestaltungen und damit auch auf die »Krankheiten«, die einzelne Individuen entwickeln mögen? Oder: Was ist, wenn der Körper in seinen einzelnen Funktionen versagt und medizinisch durchaus hilfreiche Eingriffe möglich sind, die aber das Leben und Erleben des Betroffenen völlig auf den Kopf stellen? Welche Bedeutungen haben zunehmende Entgrenzungen in Bezug auf Alter, Geschlecht und gesellschaftliches Leben von Menschen, etwa durch Medizin und Gesetzgebung?

Diagnosen für Krankheitsbilder werden nach der jeweils aktuellen Ausgabe der ICD und des DSM vergeben. Für die jüngeren Kolleginnen und Kollegen ist das selbstverständlich; sie sind darin von Beginn ihrer Aus- und Weiterbildung geschult worden. Ältere Kolleginnen und Kollegen wissen, dass es auch anders geht.

Die Orientierung an den großen Manualen bietet ohne Zweifel viele Vorteile. Eine standardisierte Diagnose etwa ist die Voraussetzung für internationale Studien, die dasselbe Krankheitsbild betreffen. Nur mit ihrer Hilfe sind Aussagen über Inzidenz- und Prävalenzzahlen definierter Krankheitsbilder, ihre Verläufe und über die Ergebnisse therapeutischer Interventionen möglich.

Nun gibt es zahlreiche Lebens- und Erlebensbereiche, die sich in ihrer krankhaften Form der Zuordnung zu lediglich einer ICD- oder DSM-Nummer entziehen. Im Einzelfall kann das sehr unterschied-

lich bedingt sein: Ein Leidenszustand kann derart viele Lebensbereiche umfassen, dass es nicht möglich ist, ihn nur einer Person als individuelle Krankheit zuzuschreiben. Es kann aber auch sein, dass eine sich sehr schnell verändernde Welt bislang nicht beschriebene und vielleicht auch nicht mit den bisherigen Ansätzen beschreibbare »Störungsbilder« hervorbringt. Stößt möglicherweise der bisherige Krankheitsbegriff (auch) hier an seine Grenzen?

Mit unserer Buchreihe versuchen wir, uns dieser schwierigen Thematik anzunähern. Es geht uns darum, Leidenszustände oder »Störungsbilder« zu beschreiben, die mit ihren vielen Aspekten nur unzureichend mit lediglich einer – oder additiv mit mehreren – ICD- oder DSM-Nummern abgebildet werden können. Eine sicherlich immer gegebene Nähe zu den entsprechenden Darstellungen in den großen Manualen soll so weit wie möglich deutlich gemacht werden. Es wird aber auch immer einen Bereich geben, der über die »offiziellen« Beschreibungen der jeweiligen Störungsbilder hinausgeht.

Die Reihe bewegt sich mit ihren Themen in Grenzbereichen zwischen Normalität und Pathologie. Es geht um Fragen an der Grenze zwischen Medizin, Psychiatrie, Psychotherapie und Gesellschaft, die unser alltägliches Leben bestimmen.

Unser Anliegen besteht darin, mit jedem Band und zu jeder Thematik Anregungen und Informationen zu geben, die einen hilfreichen Umgang mit der jeweils relevanten Problematik ermöglichen.

Günter H. Seidler (Dossenheim/Heidelberg)

Annette Streeck-Fischer (Göttingen/Berlin)

Jonas Tesarz (Heidelberg)

# Geleitwort von Annette Streeck-Fischer

Angstgefühle gehören zum normalen Leben. Sie haben eine wichtige Signal- und Steuerungsfunktion. Angstgefühle helfen dabei, sich in der Welt zurechtzufinden. Nur wer Angst hat, kann Gefahren erkennen. Der Bergsteiger, der Angst nicht kennt, kann kaum abschätzen, wo der Auf- oder Abstieg gefährlich werden, und wo er sich gefahrlos bewegen kann.

Als Kind habe ich mich gefragt, ob es nicht gut wäre, sich – wie in dem Märchen *Von einem, der auszog, das Fürchten zu lernen* – nicht zu fürchten. Das wäre doch vielleicht eine Lösung, wenn ein Kind viel Angst hat. Und dann konnte ich mich nicht mit dem Ende der Geschichte abfinden, in dem der furchtlose junge Mann sich auf einmal fürchtete, nur weil er nachts im Bett mit Grünlingen – das sind kleine Fische – übergossen wurde. Was war da geschehen?

Im Märchen erscheint der furchtlose Zustand als Defizit, als Entwicklungsproblem, das mit Dummheit einhergeht. Aber der junge Mann hat immerhin die Königstochter als Belohnung für seine Furchtlosigkeit bekommen. War das nicht gut so? Erst später wurde mir klar, dass er anfang, sich zu fürchten, als er in einer für ihn neuen, vielleicht liebevollen Beziehung lebte. Die Beziehung zur Königstochter hatte ihn verlebendigt.

Angst zu haben, ist also gut und wichtig. Sie gehört zu Beziehungen und ist Bestandteil des Lebens. Aber wenn ein Kind, statt furchtlos zu sein, gravierende Ängste hat, wenn da ständig Angst vor allem Möglichen auftaucht, wenn das Leben des Kindes aufgrund von Angst zergrübelt wird, dann kommt es ebenfalls zu einer Entwicklungsblockade – und dann entsteht Handlungsbedarf.

Kinderängste werden noch nicht lange als psychische Störung

wahrgenommen und diagnostiziert. Noch in den 1970er Jahren des vergangenen Jahrhunderts gab es keine Diagnose zu Angststörungen im Kindesalter. Nicht selten wurden sie abgetan mit einem »das wächst sich aus« oder so ähnlich. Vergleichbare Vorstellungen sind auch heute noch anzutreffen.

Einschlägige Untersuchungen haben gezeigt, dass 30 Prozent aller Kinder an Angststörungen leiden und etwa 10 Prozent behandlungsbedürftig sind. Man weiß heute, dass Angststörungen chronifizieren können, mit längerfristigen psychischen Beeinträchtigungen und daraus resultierenden sozialen Folgen. Vor diesem Hintergrund ist das Thema »Angststörungen im Kindesalter« dringlich.

Lydia Kruska, die ich in den vergangenen zehn Jahren als kluge, offene und einfühlsame Mitarbeiterin kennenlernen konnte, hat im Rahmen ihrer Tätigkeit an der Internationalen Psychoanalytischen Universität (IPU) viele Kinder mit Angststörungen und deren Eltern gesehen. Sie hat diese Kinder und ihre Eltern nicht nur im Rahmen einer gründlichen Diagnostik kennengelernt, sondern auch ihre Entwicklungen im Verlauf einer Psychotherapie verfolgen können. Kruskas Buch ist eine fundierte Darstellung, die zum Verständnis von Angst im Kindesalter maßgeblich beiträgt. Die Autorin unterzieht die Angststörungen wie Trennungsangst, generalisierte Angst und soziale Phobie mit den jeweiligen Psychodynamiken der betroffenen Kinder und ihrer Eltern einer differenzierten Betrachtung. Dabei bezieht sie sich sowohl auf verschiedene psychoanalytische Ansätze wie auch auf die operationalisierte psychodynamische Diagnostik (OPD-KJ). Mit Blick auf die Psychotherapie macht die Autorin deutlich, wie wichtig es ist, das Beziehungsgeschehen Therapeut – Kind – Eltern in der Behandlung zu einem Fokus zu machen, um die Störung mit ihren Blockaden zu überwinden.

Das Buch informiert umfassend über Angststörungen und zeigt Wege des Umgangs mit kindlichen Ängsten auf. Die Lektüre ist für Psychotherapeuten, Eltern, Lehrer, Erzieher und andere, die mit Kindern beruflich oder persönlich näher zu tun haben, hilfreich und bereichernd.

Annette Streeck-Fischer, im März 2020