

Gesundheit & Service

Zurückhaltung bei Kindern kann auf soziale Ängste hinweisen  
Probleme werden häufig übersehen - Eindruck mangelnden  
Interesses  
Täuscht

12-12-2009

Berlin (AP) Beteiligen sich Kinder und Jugendliche wenig am Schulunterricht, kann dies auf eine Angststörung hinweisen.

"Sozial  
ängstliche Kinder nehmen sich typischerweise in vielen  
Lebensbereichen stark  
zurück, in denen sie fürchten, einer prüfenden Betrachtung  
ausgesetzt zu  
sein und die Erwartungen anderer nicht zu erfüllen", sagt der  
Präsident der  
Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie,  
Psychosomatik und  
Psychotherapie, Johannes Hebebrand.

"In der Schule melden sie sich beispielsweise selten von  
sich aus und es  
fällt ihnen schwer, vor anderen Kindern und auch Lehrern frei  
zu sprechen  
oder Referate zu halten. Auch außerschulisch meiden sie soziale  
Aktivitäten  
eher und sie tun sich nicht leicht, mit Altersgenossen in  
Kontakt zu  
kommen", erklärt der Professor.

Dadurch können die Kinder den Eindruck machen, nicht am  
Unterricht oder  
an Kontakten interessiert zu sein. Dies bestätigt dann ihre  
Ängste vor  
Fehlbarkeit und Ablehnung und fördert das Vermeidungsverhalten  
- ein  
Teufelskreis beginnt. "Eltern und Lehrer sollten daher genauer  
hinterfragen,  
wodurch die Zurückhaltung zustande kommt und ob diese  
möglicherweise  
Ausdruck einer sozialen Angststörung ist, die therapeutisch  
behandelt werden  
sollte", sagt Hebebrand.

Körperliche Begleiterscheinungen

Soziale Ängste können den Angaben zufolge belastende  
körperliche und  
gedankliche Begleiterscheinungen hervorrufen, wie Herzklopfen,  
Zittern,  
Schwitzen, Schwindel, Übelkeit oder Atemnot. Manche fürchten  
auch, erbrechen

zu müssen.

Charakteristisch für sozial ängstliche Kinder und Jugendliche ist ein niedriges Selbstwertgefühl und Furcht vor Kritik. Im Kontakt mit unvertrauten Personen reden sie meist nur wenig, tun dies oft leise und undeutlich, meiden dabei den Blickkontakt und wirken verlegen. Gelegentlich weinen, schreien oder verstecken sich die Kinder auch, erklärt der Professor.

Weil ängstliche Kinder und Jugendliche oft ruhig und folgsam sind und auch ihre schriftlichen schulische Leistungen nicht beeinträchtigt sind, werden ihre Probleme häufig übersehen. Dabei sind Angststörungen eines der häufigsten psychischen Krankheitsbilder bei Kindern und Jugendlichen - über fünf Prozent leiden darunter.

Bewältigungsstrategien sind erlernbar

In einer Therapie können die Betroffenen Bewältigungsstrategien für den Umgang mit angstträchtigen Situationen erlernen. Insbesondere die kognitive Verhaltenstherapie und im Einzelfall eine medikamentöse Therapie sind wirksame Möglichkeiten zur Behandlung von Kindern und Jugendlichen mit Angststörungen, wie der Experte sagt.

<http://www.psychiater-im-netz.de>