

## WOVOR KANN MAN ANGST HABEN?

### SPEZIFISCHE ANGST

Manche Kinder haben große Angst vor bestimmten Situationen oder Dingen, z.B.

- Tiere (Hunde, Spinnen...)
- Höhe
- Gewitter/Donner
- Dunkelheit
- Flugzeug fliegen
- Arzt/Zahnarzt
- Monster



### TRENNUNGSANGST

Manche Kinder haben große Angst, sich von ihren Eltern zu trennen. Sie sorgen sich, dass ihren Eltern oder ihnen selbst etwas Schlimmes zustoßen könnte. Oft haben sie Schwierigkeiten und große Angst davor, z.B.

- alleine zu Hause zu bleiben
- bei Freunden zu übernachten
- auf eine Klassenfahrt zu fahren
- alleine einzuschlafen



Einige Kinder bekommen dann Bauchweh oder Kopfschmerzen, andere werden wütend oder ziehen sich zurück.

### SOZIALE ANGST

Manche Kinder haben große Angst vor fremden Kindern oder Erwachsenen. Sie fürchten, die anderen könnten schlecht über sie denken. Sie haben Angst, etwas zu tun oder zu sagen, was ihnen peinlich sein könnte. Solche Situationen können z.B. sein:

- in der Schulklasse etwas sagen
- mit Fremden sprechen
- Prüfungen/ Tests
- mit anderen Kindern spielen



## KINDER BEWÄLTIGEN ANGST

### AUCH DU KANNST DEINE ANGST BESIEGEN!

- Du erfährst, wie deine Angst entsteht und verstehst besser, warum du auf bestimmte Dinge mit Angst reagierst.
- Gemeinsam mit dem Therapeuten entwickelst du Strategien, wie du die Angst bekämpfen kannst.
- Schrittweise übst du in kleinen Mutproben, schwierige Situationen zu meistern.



### NICHT LÄNGER WARTEN!

### NÄHERE INFORMATIONEN ZU UNSEREM THERAPIEANGEBOT BEI:

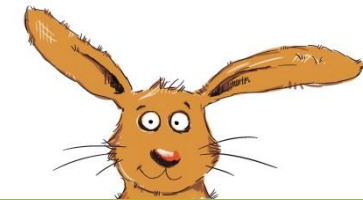
Prof. Dr. Brunna Tuschen-Caffier  
Anna Plum (M.Sc. Psychologin)

unter der Telefonnummer: 0761-203 96766  
oder E-Mail: [KibA-Studie@psychologie.uni-freiburg.de](mailto:KibA-Studie@psychologie.uni-freiburg.de)

## KibA – Studie

### Kinder bewältigen Angst

PSYCHOTHERAPIEANGEBOT  
FÜR KINDER MIT ANGSTSTÖRUNGEN



# KibA

FÜR KINDER UND JUGENDLICHE  
IM ALTER VON 8-14 JAHREN

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung  
Förderkennzeichen  
01EE14202C

## AN WEN RICHTET SICH DIE STUDIE?

### KINDER UND JUGENDLICHE IM ALTER VON 8-14 JAHREN

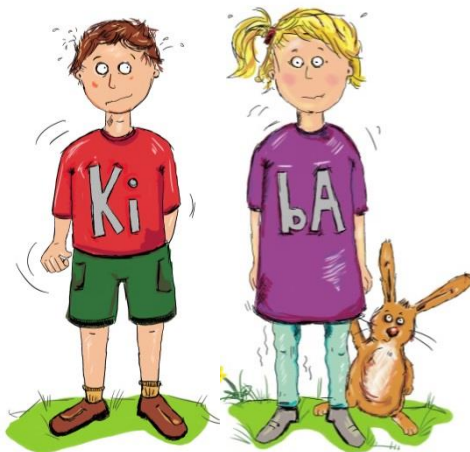


Am Institut für Psychologie der Universität Freiburg, Abteilung Klinische Psychologie und Psychotherapie (Leitung: Prof. Dr. Brunna Tuschen-Caffier), bieten wir ein Therapieprogramm für Kinder mit Angststörungen an.

Zusammen mit ihren Familien können 8- bis 14-jährige Kinder und Jugendliche die Chance wahrnehmen, mit Unterstützung von Psychologen ihre Ängste in den Griff zu bekommen.

## ANGST: EIN HÄUFIGER BEGLEITER

Angststörungen im Kindes- und Jugendalter gehören zu den „stillen“ psychischen Störungen. Anders als z.B. bei hyperaktiven Störungen fallen die Ängste zunächst nicht auf, rascher „Handlungsbedarf“ wird daher oftmals nicht gesehen. Doch Angststörungen gehören bei Kindern und Jugendlichen zu den häufigsten psychischen Störungen: Rund 10% aller Jungen und Mädchen im Alter von 8 Jahren leiden derzeit unter Angsterkrankungen.



## BEI BEHANDLUNG GUTE PROGNOSE

### FRÜHZEITIG ERFOLGREICH BEHANDELN

Kinder und Jugendliche mit einer Angsterkrankung leiden oft noch als Erwachsene unter einer psychischen Erkrankung. Der Leidensdruck ist oftmals hoch und wird von Erwachsenen häufig unterschätzt. Genau deshalb ist es wichtig, den Betroffenen frühzeitig eine erfolgreiche Behandlung zu ermöglichen. Die Prognose bei der Behandlung von Angststörungen – übrigens sowohl im Kindes- und Jugend- als auch im Erwachsenenalter – ist günstig!

## WAS WIRD GEMACHT?

### ERSTGESPRÄCH UND DIAGNOSTIK

- Eltern und Kind führen diagnostische Gespräche mit dem Therapeuten durch und füllen Fragebögen aus.
- Das Kind führt Aufgaben am Computer durch und dabei werden verschiedene körperliche Reaktionen beobachtet.

### PSYCHOTHERAPIE

- Die Psychotherapie ist eine kognitive Verhaltenstherapie - eine Behandlungsform, die sehr gut geprüft ist.
- Zwei Varianten kognitiver Verhaltenstherapie werden durchgeführt: In Variante 1 wird die Behandlung alleine mit dem Kind und in Variante 2 mit dem Kind und den Eltern gemeinsam durchgeführt.
- Beide Behandlungen umfassen jeweils 16 Therapiesitzungen.
- Anhand von Fragebögen wird der Therapieverlauf kontinuierlich beobachtet.

### NACHUNTERSUCHUNGEN

- Direkt und 6 Monate nach Therapieende wird der Therapieerfolg gemessen.
- Es werden die gleichen Untersuchungen wie vor Therapiebeginn durchgeführt.

## EIN VOM BUNDESMINISTERIUM FÜR BILDUNG UND FORSCHUNG (BMBF) GEFÖRDERTES PROJEKT

### ELTERNEINFLUSS BEI DER THERAPIE VON ANGSTSTÖRUNGEN

Das Therapieangebot ist Mittelpunkt eines Forschungsprojekts (Leitung: Prof. Dr. Silvia Schneider, Foto, Lehrstuhl Klinische Kinder- und Jugendpsychologie, Ruhr-Universität Bochum), das vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) gefördert wird. Mehrere universitäre Zentren für Psychotherapie arbeiten zusammen, so dass das Therapieangebot in Bochum, Dresden, Freiburg, Koblenz-Landau, Marburg und Würzburg zur Verfügung steht.



### ZIEL DES FORSCHUNGSPROJEKTS

Die Studie prüft, ob die Teilnahme der Eltern an der Angsttherapie des Kindes den Behandlungserfolg beeinflusst. Mit Ihrer Teilnahme helfen Sie, die Behandlung von Kindern mit Angststörungen weiter zu verbessern.

Alle Behandlungen werden von speziell ausgebildeten und erfahrenen Therapeuten durchgeführt.

### KOSTEN

Die Kosten für die Behandlung werden im Regelfall von Ihrer Krankenkasse übernommen.

GEFÖRDERT VOM



PROTECTAD