



Traub • In-Albon

THERAPIE-TOOLS



Angststörungen im Kindes- und Jugendalter

2. Auflage



E-Book inside auf
[psychotherapie.tools](https://www.psychotherapie.tools)

BELTZ



Traub • In-Albon

THERAPIE-TOOLS



Angststörungen im Kindes- und Jugendalter

2. Auflage

Traub • In-Albon

Therapie-Tools

Angststörungen im Kindes- und Jugendalter



Johannes Traub, Dipl.-Psych., Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut, Supervisor und Dozent. Arbeitet in eigener Praxis in Karlsruhe.



Prof. Dr. Tina In-Albon ist Professorin für Klinische Psychologie und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters, an der RPTU in Landau, und Leiterin der Landauer Psychotherapie-Ambulanz für Kinder und Jugendliche und des Landauer Studiengangs zur Ausbildung in Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie.

Johannes Traub • Tina In-Albon

Therapie-Tools Angststörungen im Kindes- und Jugendalter

2., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage

BELTZ

Dipl.-Psych. Johannes Traub
Psychotherapiepraxis Traub
Herrenstr. 18
D-76133 Karlsruhe
E-Mail: J.Traub@gmx.net

Prof. Dr. Tina In-Albon
Klinische Psychologie und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters
RPTU Landau
Ostbahnstr. 12
D-76829 Landau
E-Mail: tina.in-albon@rptu.de

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 Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme. Die Verlagsgruppe Beltz behält sich die Nutzung ihrer Inhalte für Text und Data Mining im Sinne von § 44b UrhG ausdrücklich vor.



Dieses Buch ist erhältlich als:
ISBN 978-3-621-28829-3 Print
ISBN 978-3-621-28830-9 E-Book (PDF)

2. Auflage 2024

© 2024 Programm PVU Psychologie Verlags Union
in der Verlagsgruppe Beltz · Weinheim Basel
Werderstraße 10, 69469 Weinheim
Alle Rechte vorbehalten

Lektorat: Franziska Rohde
Einbandgestaltung/Umschlaggestaltung: Lina Marie Oberdorfer
Illustrationen: Claudia Styrsky
Herstellung: Uta Euler
Satz: WMTP Wendt-Media Text-Processing GmbH
Gesamtherstellung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza
Beltz Grafische Betriebe ist ein klimaneutrales Unternehmen (ID 15985-2104-100).
Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autor:innen und Titeln finden Sie unter: www.beltz.de

Inhalt

Verzeichnis der Arbeits- und Informationsblätter	6
Vorwort zur 2. Auflage	10
Einführung	11
1 Diagnostik und Evaluation	13
2 Veränderungspotenzial, Motivationsklärung und Einverständnis in die Therapie	47
3 Psychoedukation	55
4 Ressourcenaktivierung	94
5 Exposition zur Angstbewältigung	115
6 Kognitive Arbeit und Metakognitive Verfahren	131
7 Emotionale Kompetenz	166
8 Soziale Kompetenzen	184
9 Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen	207
10 Zusammenarbeit mit Eltern, Kindergarten und Schule	219
11 Rückfallprophylaxe	249
12 Psychopharmakologie	254
Literatur	258

Verzeichnis der Arbeits- und Informationsblätter

1 Diagnostik und Evaluation	13
AB 1 Anamnesebogen	20
AB 2 Lebenslinie	32
AB 3 Evaluation Kind	36
AB 4 Evaluation Eltern	37
AB 5 Evaluation Lehrperson	38
AB 6 Zielerreichungsskala	39
AB 7 Beeinträchtigung und Belastung (BEE-E/BEL-E)	40
AB 8 Beeinträchtigung und Belastung (BEE-K/BEL-K)	42
AB 9 Skala zur Gesamteinschätzung der Verbesserung	44
AB 10 Sicherheitsverhaltensweisen	45
2 Veränderungspotenzial, Motivationsklärung und Einverständnis in die Therapie	47
AB 11 Bereit für Veränderungen?	49
AB 12 Vor- und Nachteile der Angst bzw. der Therapie	50
INFO 1 Merkblatt für die Familie zur Therapie in einer Praxis oder einer Ambulanz	51
AB 13 Einverständniserklärung zur Psychotherapie	54
3 Psychoedukation	55
INFO 2 Merkblätter Angststörungen im Kindes- und Jugendalter	57
AB 14 Merkblatt Panikattacken	65
AB 15 Was ist Angst?	66
AB 16 Welche Ängste gibt es?	67
AB 17 Wie häufig sind Angststörungen?	68
AB 18 Komponenten der Angst	70
AB 19 Angstthermometer/Befürchtungsthermometer/Angstskala/ Gefühlsthermometer	71
AB 20 Wie geht es dir heute?	72
AB 21 Körperliche Symptome	74
AB 22 Gedanken	76
AB 23 Verhalten	77
AB 24 Teufelskreis	78
AB 25 Gedanken – Gefühle	79
AB 26 Gedanken – Körper	80
AB 27 Gedanken – Gefühle – Verhalten	81
AB 28 Drei Komponenten der Angst/Teufelskreis	83
AB 29 Erklärungsmodell/Störungsmodell	84
AB 30 Störungsmodell	85
AB 31 Angsttagebuch	86
AB 32 Selbstaufmerksamkeit	87
AB 33 Scheinwerferübung	88
AB 34 Soziale Angststörung: Biopsychosoziales Störungsmodell	89
AB 35 Sokratischer Dialog	91
AB 36 Teufelskreis bei Panikattacken	92

4 Ressourcenaktivierung	94
AB 37 Ressourcenendiagramm	96
AB 38 Stärken identifizieren	100
AB 39 Der Weihnachtsbaum	102
AB 40 Helferfigur	103
AB 41 Ressourcenritual zum Stundenabschluss	105
AB 42 Ressourcenreflexion	107
AB 43 Reframing	111
AB 44 Die Mutschatzkiste	113
5 Exposition zur Angstbewältigung	115
AB 45 Erstellen einer Angsthierarchie	117
AB 46 Bergmetapher	118
AB 47 Vorbereitung der Exposition	119
AB 48 Schwierigkeitsverlaufsskala	121
AB 49 Angstverlauf	122
AB 50 Übungsvertrag	123
AB 51 Durchführung der Expositionsübung	124
AB 52 Angstthermometer	126
AB 53 Übungstagebuch: Was ich schon alles geschafft habe!	127
AB 54 Interozeptive Übungen	128
AB 55 Angst vor Blut – Spritzen – Verletzungen (Spezifische Phobie)	129
AB 56 Exposition in sensu	130
6 Kognitive Arbeit und Metakognitive Verfahren	131
AB 57 Eine Situation – mehrere Gedanken I	135
AB 58 Eine Situation – mehrere Gedanken II	136
AB 59 Eine Situation – mehrere Gedanken III	137
AB 60 Eine Situation – mehrere Gedanken IV	138
AB 61 Warum interpretieren wir die Dinge in einer bestimmten Art und Weise?	139
AB 62 Doppelbilder	140
AB 63 Gedanken-Detektivin	141
AB 64 Dysfunktionale Gedanken der Eltern	143
AB 65 Verantwortlichkeit (Tortentechnik)	144
AB 66 Tortendiagramm	145
AB 67 Hilfreiche Gedanken	147
AB 68 Stärkung der Selbstwirksamkeit	148
AB 69 Entkatastrophisieren	149
AB 70 Rückversicherung	151
AB 71 Sorgenzeit	153
AB 72 Intoleranz mit Unsicherheiten	154
AB 73 Wahrscheinlichkeitsschätzung	155
AB 74 Gedanken-Wurfmaschine	156
AB 75 Losgelöste Achtsamkeit – Der blaue Elefant	158
AB 76 Losgelöste Achtsamkeit – Wolken	159
AB 77 Abstand zum Angstgedanken herstellen	163
INFO 3 Verhaltensexperimente	165

7 Emotionale Kompetenz	166
AB 78 Spiel: Emotionswahrnehmung	169
AB 79 Gefühle genau wahrnehmen	171
AB 80 Externalisierung I	174
AB 81 Externalisierung II	176
AB 82 Baum der Gefühle	177
AB 83 Warum eigentlich eine Fledermaus?	180
AB 84 Mein Superhelden-Outfit	182
AB 85 Mein Superheldinnen-Outfit	183
8 Soziale Kompetenzen	184
AB 86 Spiel: Unterschiedliche Freunde	186
AB 87 Selbstsicherheit	189
AB 88 Die Arbeit mit den Grundbedürfnissen	191
AB 89 Bedürfnisse erkennen	195
AB 90 Wünsche formulieren	198
AB 91 Nein sagen	200
AB 92 Ich will das nicht	201
AB 93 Verhaltensexperiment	202
AB 94 Freiheit und eigene Begrenzungen	204
AB 95 Was erwarte ich von mir selbst?	206
9 Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen	207
AB 96 Gewährsein für Geräusche	209
AB 97 Klänge	211
AB 98 Gewährsein für Berührung	212
AB 99 Gegenstände berühren	214
AB 100 Wahrnehmung des Atems – Atemzüge zählen	215
AB 101 Anders Atmen	217
10 Zusammenarbeit mit Eltern, Kindergarten und Schule	219
AB 102 Was ich über Angst gelernt habe	222
AB 103 Verhaltensanalyse	224
AB 104 Eltern-Kind-Kontakt	227
AB 105 Dialog auf Augenhöhe	229
AB 106 Konfliktgespräch auf Augenhöhe	231
AB 107 Beispielsätze	232
AB 108 Nein sagen (Eltern)	233
AB 109 Botschaften für Eltern zum Umgang mit Angst	235
AB 110 Zusammenarbeit mit dem Kindergarten I – Diagnostisch-fragender Teil	237
INFO 4 Zusammenarbeit mit dem Kindergarten II – Übersicht über Interventionsmöglichkeiten	241
AB 111 Zusammenarbeit mit der Schule I – Diagnostisch-fragender Teil	243
INFO 5 Zusammenarbeit mit der Schule II – Übersicht über Interventionsmöglichkeiten	247

11 Rückfallprophylaxe	249
AB 112 Rückfallprophylaxe	251
AB 113 Radiointerview oder fragen Sie den/ die Expert:in (»Call-in«)	252
AB 114 Werbespot	253
12 Psychopharmakologie	254
INFO 6 Einsatz von SSRI	256
INFO 7 Psychopharmaka ohne Zulassung (Off-Label-Gebrauch)	257

Vorwort zur 2. Auflage

Angst ist etwas Gesundes, ja Überlebensnotwendiges. Ein Gefühl, das jeder kennt. Für die meisten sind aber diese Angstmomente von kurzer Dauer und geringer Intensität. Im Gegensatz dazu sind Angststörungen dadurch gekennzeichnet, dass die Ängste über längere Zeit anhalten, meist übermäßig ausgeprägt sind und mit deutlicher Beeinträchtigung im Alltag oder Leidensdruck aufseiten des Kindes oder der Familie einhergehen.

Kinder in unterschiedlichem Alter und in verschiedenen Entwicklungsstufen können unterschiedliche Bedürfnisse haben. Um Verwirrungen zu vermeiden, wird mit dem Begriff »Kinder« sowohl auf Kinder als auch auf Jugendliche verwiesen. Wenn der Verweis spezifisch für eine Altersgruppe ist, wird explizit darauf hingewiesen.

Es freut uns sehr, dass wir mit diesem Band der Therapie-Tools zu Angststörungen im Kindes- und Jugendalter viele Therapeut:innen in ihrer Arbeit unterstützen können. Daher sind wir sehr gerne der Anfrage nach einer 2. Auflage nachgekommen und haben die Materialien und Links teilweise angepasst und um die Bereiche Elternarbeit, Sicherheitsverhaltensweisen und selektive Aufmerksamkeitsfokussierung bei sozialen Angststörungen, Panikattacken und Störungsmodelle erweitert.

Wir danken all unseren kleinen und größeren Patient:innen, mit denen wir bisher arbeiten durften und von denen wir so einiges gelernt haben. Dem Julius Beltz Verlag danken wir für die Unterstützung, insbesondere Frau Franziska Rohde.

Landau und Karlsruhe, im Frühjahr 2024

*Johannes Traub
Tina In-Albon*

Einführung

Angststörungen im Kindes- und Jugendalter gehören zu den »stillen« Störungen, sodass es nicht selten ist, dass Kinder mit Angststörungen lange Zeit mit ihren Schwierigkeiten und Problemen allein sind und keine angemessene Behandlung erhalten. Und dies, obwohl Angststörungen mit 10 Prozent Prävalenzraten die häufigsten psychischen Störungen im Kindes- und Jugendalter sind und einen Schrittmacher für die Entwicklung weiterer psychischer Störungen im Erwachsenenalter darstellen. In diesem Sinne kommt der Behandlung von Kindern mit Angststörungen eine zentrale Rolle zu.

Behandlung

Angststörungen im Kindes- und Jugendalter sind gut psychotherapeutisch zu behandeln. Mit der Kognitiven Verhaltenstherapie liegt ein umfangreich geprüftes und nachhaltig wirksames Therapieverfahren vor (In-Albon & Schneider, 2007; Weisz et al., 2017). Für die angemessene Durchführung und somit Erreichbarkeit der Wirksamkeit gilt es aber einige Aspekte in der Therapie zu berücksichtigen. Der vorliegende Therapie-Tools-Band zu Angststörungen im Kindes- und Jugendalter hat das Ziel, Arbeitsmaterialien zur Verfügung zu stellen, die sich an evidenzbasierten Behandlungskonzepten orientieren. Dennoch erlauben sie eine individuelle Anwendung bei den Kindern und deren Familie. Diese Vorgehensweise dient dazu, dass die Verbreitung evidenzbasierter Therapiekomponenten in der Praxis zunimmt und damit Kinder mit Angststörungen eine Behandlung erhalten, die sich als nachhaltig wirksam erwiesen hat.

Behandlungselemente. Zu den zentralen Behandlungskomponenten zählen die Psychoedukation, die Exposition in vivo, die Steigerung der Selbstwirksamkeit – ggf. über die Arbeit an den Kognitionen – und die Rückfallprophylaxe. Je nach Alter der Kinder nimmt auch die Elternarbeit eine bedeutende Rolle ein. Weitere zusätzliche Komponenten können verschiedene Entspannungs- oder achtsamkeitsbasierte Übungen darstellen, die Ressourcenaktivierung sowie das Training sozialer oder emotionaler Kompetenzen. Da eine Voraussetzung für eine wirksame Therapie eine adäquate Diagnosestellung erfordert, wird sowohl die Diagnostik als auch die Evaluation, im Sinne der Qualitätssicherung, behandelt.

Die Materialien dieses Buches können für die verschiedenen Angststörungen im Kindes- und Jugendalter eingesetzt werden, insbesondere:

- ▶ Störung mit Trennungsangst
- ▶ Spezifische Phobie
- ▶ Generalisierte Angststörung (GAS)
- ▶ Soziale Angststörung

In diesem Therapie-Tools-Buch finden Sie Arbeitsmaterialien zu folgenden, für eine wirkungsvolle Therapie wichtigen Bereichen:

- ▶ Diagnostik und Evaluation
- ▶ Anamnese
- ▶ Psychoedukation
- ▶ Ressourcenaktivierung
- ▶ Exposition
- ▶ Arbeit mit Kognitionen und Metakognitive Techniken
- ▶ Emotionale Kompetenz
- ▶ Entspannung/ Achtsamkeit
- ▶ Soziale Kompetenzen
- ▶ Elternberatung
- ▶ Rückfallprophylaxe
- ▶ Infos: Psychopharmakologische Behandlung

Aufbau und Gestaltung des Tools-Buchs

Die Kapitel beginnen jeweils mit einer Einführung, die Ziel und Durchführung der Übung beschreibt. Es folgen Arbeitsmaterialien mit Anleitungen und Instruktionen, die der / die Therapeut:in mit den Patient:innen durchführen kann.

Die Materialien und Arbeitsblätter sind mit verschiedenen Icons ausgestattet. Diese verweisen einerseits darauf, ob das Arbeitsblatt für Therapeut:in, Eltern oder Kind gedacht ist, und zum anderen, wie die Handhabung erfolgen soll, also ob es etwas zu schreiben oder zu hören gibt.

T **Therapeut:in:** Dieses Icon kennzeichnet, dass das Arbeitsblatt von Therapeut:innen selbst verwendet werden soll.

K **Kind:** Mit diesem Icon ausgezeichnete Arbeitsblätter werden den jüngeren Patient:innen zur Bearbeitung ausgehändigt.

J **Jugendliche:r:** Mit diesem Icon ausgezeichnete Arbeitsblätter werden den jugendlichen Patient:innen zur Bearbeitung ausgehändigt.

E **Eltern:** Mit diesem Icon ausgezeichnete Arbeitsblätter werden den Eltern zur Bearbeitung ausgehändigt.



Ganz Ohr: Dieses Icon signalisiert, dass die Therapeut:innen ihren Patient:innen die Fragen des jeweiligen Arbeitsblattes vorlesen und sich deren Antworten notieren.



Wie sag ich's?: Hier werden Anleitungen gegeben, die die Therapeut:innen so ihren Patient:innen vorsprechen können.

1 Diagnostik und Evaluation

1.1 Ziel

Übergeordnete Ziele der Diagnostik sind Beschreibung, Klassifikation, Erklärung, Prognose und Evaluation. Dabei nimmt die Diagnostik einen wichtigen Stellenwert in der Planung einer effizienten Therapie ein. Um eine Behandlung angemessen zu planen und zielgerichtet durchzuführen, bedarf es vorab einer sorgfältigen Abklärung vorhandener Beschwerden und Schwierigkeiten, aber auch der Stärken des Kindes.

Eine adäquate Diagnostik ist Voraussetzung für eine angemessene Therapie. Dabei gilt es folgende Fragen zu klären:

- (1) Was ist die primäre psychische Störung des Kindes (Differenzialdiagnostik nach ICD-10 zukünftig ICD-11; *kategoriale* Diagnostik)?
 - (2) Liegen zusätzliche, komorbide Störungen vor (*kategoriale* Diagnostik)?
 - (3) Wie stark sind die primären psychischen Beschwerden ausgeprägt (*dimensionale* Diagnostik)?
- Tabelle 1.1 beschreibt verschiedene Ziele der Diagnostik und entsprechende Verfahren.

Tabelle 1.1 Diagnostik: Ziele und Verfahren

Ziel	Beachte	Verfahren
(1) Erfassung der primären psychischen Störung des Kindes	kategoriale Diagnostik, psychische und somatische Differenzialdiagnostik (s. Kasten Abschn. 1.3); klinische Beurteilung durch ausgebildete:n Diagnostiker:in	strukturierte Interviews (z. B. Kinder-DIPS-OA), medizinische Untersuchung
(2) Komorbide Störungen	kategoriale Diagnostik	Kinder-DIPS-OA / J-DIPS-OA
(3) Ausprägung der Störungen	dimensionale Diagnostik	s. Tabelle 1.2
(4) Abklärung kognitiver Fähigkeiten	nur bei Hinweisen auf eine (vor-)schulische Unter- oder Überforderung	K-ABC, WISC
(5) Psychosoziale Belastungsfaktoren, Ressourcen	Erkrankungen in der Familie, Mobbing	Anamnese (s. AB 1)
(6) Therapieevaluation	s. Abschnitt 1.5 Evaluation	

1.2 Erhebung primärer und komorbider Störungen

Für die Diagnosestellung und Therapieindikation ist das fundierte klinische Urteil unerlässlich. Eine Diagnosestellung über Fragebogen, Verhaltensbeobachtung und Tagebücher allein ist nicht möglich. Für die definitive Diagnosestellung müssen klinische Befragungen durch geschulte Diagnostiker:innen durchgeführt werden. Hier gelten strukturierte Interviews als Goldstandard. Ein strukturiertes Interview für die wichtigsten psychischen Störungen im Kindes- und Jugendalter ist das Kinder-DIPS-OA (Schneider et al., 2017).

Differenzialdiagnostische Fragen

Für die Differenzialdiagnostik ist es wichtig, verschiedene, sich ähnelnde Störungsbilder voneinander abzugrenzen. Im Bereich der Angststörungen sollte man folgende Differenzierungen beachten, welche jedoch nur eine kleine eingeschränkte Auswahl an Störungsbildern betrachten.

Spezifische Phobie, Erbrechen vs. Zwangsstörung. Ein:e Patient:in mit Spezifischer Phobie vor dem Erbrechen würde eher folgende Formulierung wählen: »Ich esse keine abgelaufenen Nahrungsmittel. Ich habe große Angst, dass ich mich erbrechen muss. Deshalb esse ich nicht in Restaurants. Wenn mir jemand die Hand gegeben hat, der krank ist, wasche ich mir einmal die Hände, damit ich nicht krank werde und erbrechen muss.« Die Angst ist deutlich klarer umschrieben und es existieren keine zugehörigen Rituale.

Ein:e Patient:in mit Zwangsstörung würde es so sagen: »Wenn ich befürchte, mich mit Bakterien angesteckt zu haben, wasche ich mir 20-mal die Hände, damit ich beruhigt bin, dass ich mich nicht mit einer schlimmen Krankheit angesteckt habe.« Hier steht die Angst vor Kontamination im Vordergrund und nicht Angst vor dem Erbrechen.

Soziale Angststörung vs. Generalisierte Angststörung. Auch bei der Generalisierten Angststörung (GAS) treten häufig soziale Ängste auf. Jedoch sind die Sorgen im Rahmen der GAS weniger auf die negative Bewertung durch andere gerichtet als auf die zwischenmenschliche Beziehung. Die Angst vor der Qualität der Leistung tritt bei Patient:innen mit einer GAS auch auf, wenn sie nicht durch andere beurteilt oder bewertet werden. Im Gegensatz dazu haben Patient:innen mit einer Sozialen Angststörung vorwiegend Ängste und Sorgen, von anderen beurteilt oder bewertet zu werden.

Generalisierte Angststörung vs. Zwangsstörung. Bei beiden Störungen können die Betroffenen Rückversicherungsverhalten zeigen. Die Sorgen bei der GAS beinhalten jedoch reale Lebensumstände wie z. B. Pünktlichkeit, Gesundheit der Familie, während bei der Zwangsstörung die Gedanken irrationaler sind.

Störung mit Trennungsangst vs. Zwangsstörung. Auch Kinder mit einer Störung mit Trennungsangst können Rückversicherungsverhalten zeigen. Dies bezieht sich jedoch vorwiegend auf die Befindlichkeit der Eltern während einer Trennungssituation. Bei Patient:innen mit einer Zwangsstörung bezieht sich die Rückversicherung darauf, dass dies einen Versuch darstellt, ihre Zwangsgedanken zu neutralisieren, z. B. »Ist es ganz sicher, dass ich mich mit keiner schlimmen Krankheit angesteckt habe?«

1.3 Somatische Differenzialdiagnostik

Zur Klärung möglicher organischer Ursachen bzw. somatischer Komorbidität und somatischer Differenzialdiagnostik ist eine ärztliche Untersuchung zu veranlassen (ggf. Konsiliarbericht für Therapieantrag). In der folgenden Übersicht sind mögliche körperliche Erkrankungen aufgeführt, die zu Ängsten führen können und somit ausgeschlossen werden sollten. Des Weiteren sind Medikamente und Substanzen zu erfassen, die Ängste auslösen können.

Somatische Erkrankungen, die im Rahmen der somatischen Differenzialdiagnostik ausgeschlossen werden sollten:

- (1) Herz-Kreislaufkrankungen (z. B. orthostatische Dysregulation, arterielle Hypertonie-Synkopen, Arrhythmien, besonders paroxysmale)
- (2) Atemwegserkrankungen (z. B. Asthma, funktionelle und sonstige Stimmbandstörungen, Laryngitis)
- (3) Neurologische Erkrankungen (z. B. Epilepsien, Migräne, Migraine accompagnée, neurodegenerative Erkrankungen, Multiple Sklerose, Bewegungsstörungen, Teilleistungsstörungen)
- (4) Gastroenterologische Erkrankungen (z. B. Laktose- oder Fruktosemaldigestion, chronisch entzündliche Darmerkrankungen, Obstipation, Zöliakie, Stuhlinkontinenz)
- (5) Urologische Erkrankungen (z. B. Dranginkontinenz, Enuresis)
- (6) Allergologische Erkrankungen (z. B. Anaphylaxie, Urticaria, Asthma)
- (7) Endokrine Störungen (z. B. Hyperthyreose, Hypoglykämie, Salzverlust bei AGS, endokrin aktive Tumore)
- (8) Stoffwechselerkrankungen (z. B. Porphyrrie, Hereditäres Angioödem)
- (9) Erkrankungen der Sinnesorgane (z. B. benigner paroxysmaler Lagerungsschwindel, plötzliche Höreinschränkungen oder Visusbeeinträchtigungen)

1.4 Dimensionale Diagnostik

Bei der Diagnostik von Angststörungen sind darüber hinaus Fragebogenverfahren sehr hilfreich, da sie auf ökonomische Weise eine Übersicht über die Auffälligkeiten und Probleme des Kindes geben und weil sie ermöglichen, die Perspektiven verschiedener Beurteilenden (Eltern, Erzieher:innen, Lehrpersonen, Kinder und Jugendliche selbst) miteinander zu vergleichen. Wegen der hohen Komorbiditätsraten bei Kindern und Jugendlichen mit Angststörungen mit anderen psychischen Störungen empfiehlt es sich, neben Fragebögen zur Erfassung von spezifischen Angststörungen auch Fragebogenverfahren einzusetzen, die ein breites Spektrum psychischer Auffälligkeiten erfassen. Zur problemübergreifenden Erfassung von Beeinträchtigungen und Belastungen (Kind- und Elternversion) siehe **AB 7** »Beeinträchtigung und Belastung (BEE-E / BEL-E)« und **AB 8** »Beeinträchtigung und Belastung (BEE-E / BEL-K)«. Für die Erfassung von Sicherheitsverhaltensweisen in sozialen Situationen liegt auch ein Fragebogen vor (**AB 10** »Sicherheitsverhaltensweisen«).

Tabelle 1.2 Störungsunspezifische und störungsspezifische Fragebogenverfahren zu Angststörungen für das Kindes- und Jugendalter

Verfahren	Beschreibung	Altersbereich	Informant
Störungsunspezifische Verfahren			
K-A-T Kinder-Angst-Test III (Tewes & Naumann, 2016)	19 Items; allgemeine Ängstlichkeit als überdauerndes Persönlichkeitsmerkmal; optional einsetzbarer Explorationsbogen für Eltern- oder Bezugspersonen www.testzentrale.de	6–18 Jahre	P, (E)
SCAS Spence Childrens Anxiety Scale (Spence, 1998; Essau et al., 2002)	44 Items; erfasst Symptome der Trennungsangst, Soziale Phobie, Panikstörung und Agoraphobie, Generalisierte Angststörung, Angst vor körperlicher Verletzung (Spezifische Phobie) www.scaswebsite.com	8–12 Jahre	P, E
RCMAS Manifeste Angstskala für Kinder (Reynolds & Richmond, 1978; Boehnke et al., 1996)	28 Items; Erfassung manifester Angst, jedoch nur mit Ja/Nein- Antwortoption	6–18 Jahre	P
SCARED Screen for Child Anxiety Related Emotional Disorder (Essau et al., 2002)	41 Items; Generalisierte Angst, Soziale Phobie, Trennungsangst, Panikstörung, Schulphobie	7–18 Jahre	P
KASI Kinder-Angstsensitivitätsindex (Schneider et al., 2009)	17 Items; Erfassung der Angstsensitivität	8–17 Jahre	P
STAIK-S Spielberger State/Trait Angst Inventar für Kinder (Spielberger, 1973; Unnewehr et al., 1992)	Erfassung der State- und Trait-Ängstlichkeit	ab 8 Jahren	P
AFS Angstfragebogen für Schüler (Wieczerkowski et al., 2016)	50 Items; allgemeine (manifeste) Angst, Schulunlust, soziale Erwünschtheit, Prüfungsangst www.testzentrale.de	9–18 Jahre	P
BAI Beck-Angst-Inventar (Margraf & Ehlers, 2007)	21 Items; Ausmaß kognitiver und physiologischer Angstsymptome www.testzentrale.de	ab 17 Jahren	P
HAMA Hamilton Angst Skala (CIPS, 1996) (Fremdeinschätzung)	14 Items; psychische und somatische Auswirkungen der Angst	ab 14 Jahren	P
STAI-S/T Spielberger State/Trait Anxiety Inventar (Spielberger et al., 1970; Laux et al., 1981)	STAI-T misst Angst als Eigenschaft, d. h. die Neigung zu Angstreaktionen, als relativ überdauerndes Persönlichkeitsmerkmal	ab 15 Jahren	P
DASS Depression Angst Stressskala (Lovibond & Lovibond, 1995)	Langform: 42 Items, Kurzform: 21 Items; erfasst Angst-, Depressions- und Stresssymptome	ab 12 Jahren	P
BEAR-C Bochumer Angstvermeidung als Emotionsregulation-Fragebogen für Kinder und Jugendliche (Lippert et al., 2021)	30 Items; 5 Subskalen, 4 Vermeidungsstrategien und Reappraisal, ein offenes Item https://fbz-bochum.de/baer-c.html	8–16 / 18 Jahre	P

Verfahren	Beschreibung	Altersbereich	Infor- mant
Panikstörung / Agoraphobie			
ACQ Fragebogen zu angstbezogenen Kognitionen (Ehlers et al., 2001)	14 Items; Ausmaß angstbezogener Kognitionen wie körperliche Krisen, Kontrollverlust, Vermeidung (AKV; www.testzentrale.de)	ab 16 Jahren	P
BSQ Fragebogen zur Angst vor körperlichen Symptomen (Ehlers et al., 2001)	17 Items; Ausmaß der Angst vor der Angst und der Angst vor körperlichen Symptomen (AKV; www.testzentrale.de)	ab 16 Jahren	P
MI Mobilitätsinventar (Ehlers et al., 2001)	27 Items; Ausmaß agoraphobischen Vermeidungsverhaltens; Einschätzung einmal mit und einmal ohne Begleitung (AKV; www.testzentrale.de)	ab 16 Jahren	P
Soziale Angststörung			
SPAIK Sozialphobie und Angstinventar für Kinder (Melfsen et al., 2001)	26 Items; erhebt die somatischen, kognitiven und Verhaltensaspekte der Sozialphobie im Kindes- und Jugendalter www.testzentrale.de	8–16 Jahre	P
SASC-R-D Social Anxiety Scale for Children – Revised (Melfsen & Warnke, 2011)	18 Items; erfasst soziale Ängste anhand zweier Subskalen: Angst vor negativer Evaluation und soziale Vermeidung und Beeinträchtigung	8–16 Jahre	P
SIAS Social Interaction Anxiety Scale und SPS Social Phobia Scale (Mattick & Clarke, 1998; dt. Versionen in Stangier et al., 1999)	20 Items, besonders geeignet für den Subtypus »generalisiert« sowie 20 Items, besonders geeignet für den Subtyp »diskret« und »nicht generalisiert«	keine Altersangaben	P
Liebowitz Soziale Angst Skala; (Stangier & Heidenreich, 2004)	24 Items; Fokus auf Angst und Vermeidung von sozialen Situationen	keine Altersangaben	P
SASKO-J Fragebogen zu sozialer Angst und sozialen Kompetenzdefiziten Version für Jugendliche (Castelao, Kolbeck & Ruhl, 2017)	40 Items, 4 Subskalen (Sprech- und Mittelpunktangst, Angst vor Ablehnung, Interaktionsdefizite und Informationsverarbeitungsdefizite, Zusatzskala Einsamkeit www.testzentrale.de	12–19 Jahre	P
Generalisierte Angststörung			
PSWQ-C Penn State Worry Questionnaire für Kinder (Adam & Hoyer, 2003)	16 Items; erfasst pathologische Sorgen (in In-Albon, 2012)	6–18 Jahre	P
MCQ-A Meta-cognitions Questionnaire – Adolescent Version (Zimmermann et al., 2018)	30 Items; erfasst störungsrelevante Metakognitionen auf 5 Subskalen (positive Überzeugungen über Sorgen, Überzeugungen über Unkontrollierbarkeit und Gefahr, Vertrauen in das Gedächtnis, Annahmen über Aberglaube, Strafe und Verantwortlichkeit, Kognitive Selbstaufmerksamkeit (Zimmermann et al., 2018).	13–17 Jahre	P

Verfahren	Beschreibung	Altersbereich	Informant
Spezifische Phobien			
FSS-FC Fear Schedule for Children (Scherer & Nakamura, 1968; deutsche Übersetzung in Schulte, 1976)	80 Items; Angst vor Versagen und Kritik, Unbekanntem, Gefahren und Tod, Verletzungen und kleinen Tieren, Krankheiten und Ärzt:innen	9–12 Jahre	P
PHOKI Phobiefragebogen für Kinder und Jugendliche (Döpfner et al., 2006)	96 Items; erfasst die Ängste vor verschiedenen Objekten und Situationen)	8–18 Jahre	P
Störung mit Trennungsangst			
TAI (In-Albon et al., 2011, 2013); Kind- und Elternversion	12 Items; erfasst Vermeidungssituationen und deren Schweregrade aufgrund der Trennungsangst (https://psy.rptu.de/aes/klinische-psychologie-und-psychotherapie-des-kindes-und-jugendalters/forschung/downloads)	5–16 Jahre	P, E

Informationsquellen

Die Erfassung von Beschwerden und Auffälligkeiten im Kindes- und Jugendalter anhand mehrerer Informationsquellen (multi informant approach) ist notwendig, da die Beschwerden des Kindes im Kontext seines Bezugssystems betrachtet werden müssen.

Informationen zur Diagnostik sollten sowohl vom Kind als auch von den Eltern und ggf. Lehrpersonen erhoben werden. Allerdings haben Kinder bzw. Jugendliche und ihre Eltern oftmals unterschiedliche Sichtweisen der Beschwerden oder des Problemverhaltens. Eine valide Diagnosestellung kann daher nur unter dem Einbezug unterschiedlicher Perspektiven gewährleistet werden.

Bei Nichtübereinstimmung zwischen Eltern und Kind ist die »Sowohl-als-auch«-Regel anzuwenden, d. h., es wird keine Gewichtung vorgenommen, dass Informationen von einem/einer Informant:in stärker gewichtet werden. Wenn die Kriterien für eine Diagnose erfüllt sind, wird die Diagnose vergeben. Bei Unklarheiten kann es hilfreich sein, zusätzliche Informationen aus den Ergebnissen der Fragebogen oder weiterer Bezugspersonen hinzuzuziehen.

1.5 Evaluation

Um die Wirksamkeit der Psychotherapie zu prüfen, sollten am Ende der Therapie wie zu Beginn der Therapie störungsübergreifende und störungsspezifische Fragebogen ausgegeben werden (s. Tab. 1.2).

Allgemeine Fragen für Kind, Eltern und Lehrpersonen zum Erfassen der Befindlichkeit nach der Therapie finden sich auf den **ABs 3 bis 5**, eine Zielerreichungsskala auf dem **AB 6** und eine Gesamteinschätzung zur Verbesserung auf **AB 9**.

Arbeitsmaterial

AB 1 Anamnesebogen

Dieses Arbeitsblatt dient zur umfassenden Anamnese des Kindes/ der Jugendlichen. Erfragt werden die Entwicklung des Problemverhaltens, Therapieziele, Vorbehandlungen, die Entwicklung des Kindes/ Jugendlichen, Soziales und Aktivitäten sowie die Familienanamnese. Optionale Fragen beziehen sich auf einen Migrationshintergrund.

AB 2 Lebenslinie

In der Übung auf diesem Arbeitsblatt werden anhand einer Lebenslinie bedeutsame biografische Erlebnisse besprochen. Die Anleitung wird zum Teil wörtlich vorgegeben. Vorlagen für die Lebenslinie liegen für zwei verschiedene Altersbereiche sowie in einer Elternversion vor.

AB 3 Evaluation Kind

Mit diesem Arbeitsblatt wird die Zufriedenheit des kindlichen oder jugendlichen Patienten mit der Therapie abgefragt.

AB 4 Evaluation Eltern

Mit diesem Arbeitsblatt wird die Zufriedenheit der Eltern einer kindlichen oder jugendlichen Patientin mit der Therapie abgefragt.

AB 5 Evaluation Lehrperson

Mit diesem Arbeitsblatt wird die Zufriedenheit von Lehrpersonen eines kindlichen oder jugendlichen Patienten mit der Therapie abgefragt.

AB 6 Zielerreichungsskala

Dieses Arbeitsblatt gibt Skalen zur Einschätzung des Therapiefortschritts vor.

AB 7 Beeinträchtigung und Belastung (BEE-E/ BEL-E)

Mit diesem Arbeitsblatt werden Beeinträchtigungen und Belastungen aufgrund der Angststörungen in den Bereichen Schule/ Ausbildung, Freizeit/ Freundeskreis und Familie bei den Eltern erfragt.

AB 8 Beeinträchtigung und Belastung (BEE-K/ BEL-K)

Mit diesem Arbeitsblatt werden Beeinträchtigungen und Belastungen aufgrund der Angststörungen in den Bereichen Schule/ Ausbildung, Freizeit/ Freundeskreis und Familie beim Kind/ bei Jugendlichen erfragt.

AB 9 Skala zur Gesamteinschätzung der Verbesserung

Auf diesem Arbeitsblatt ist die Verbesserung der Symptomatik auf einer grafisch vorgegebenen Skala einzuschätzen. Es wird an die kindlichen oder jugendlichen Patient:innen selbst ausgegeben.

AB 10 Sicherheitsverhaltensweisen

Mit diesem Arbeitsblatt wird das Einsetzen von Sicherheitsverhaltensweisen in sozialen Situationen erhoben.

Anamnesebogen

Name des Kindes:

(1) Entwicklung des Problemverhaltens

Vorstellungsanlass (Problem, wegen dem es zur Vorstellung kommt):

.....
.....
.....
.....

Wann ist das beschriebene Verhalten erstmals aufgetreten?

Vor Tagen / Wochen / Monaten

Gab es besondere Ereignisse, die damit zusammenfielen?

.....
.....
.....
.....

Was haben Sie bisher versucht, um das Problem zu bewältigen?

.....
.....
.....
.....

Wo und wie häufig zeigt sich das Problemverhalten?

- Familie Freizeit Freundeskreis Schule

.....

Anamnesebogen

(2) Therapieziele

Motivation: Wer ist an einer psychotherapeutischen Behandlung interessiert?

- Mutter Vater Kind andere

Ziele und Wünsche an eine Therapie:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Was müsste sich verändern, damit sich das Problemverhalten Ihres Kindes bessert? Wer kann etwas dazu beitragen? Was können Sie dazu beitragen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Anamnesebogen

(3) Vorbehandlungen

Welche ambulanten Vorbehandlungsversuche wurden bisher unternommen und wann?

Behandlung	Wo?	Wann?
Ergotherapie / Physiotherapie
Logopädie
Frühförderung
Sozialpädiatrisches Zentrum
Erziehungsberatungsstelle
Schulpsychologie
Psychotherapeut:in
Psychiater:in
Arzt / Ärztin
Andere:

Bitte bringen Sie alle Berichte mit, die Ihnen vorliegen!

Gab es stationäre Vorbehandlungen? (Bitte Klinik und Zeitraum nennen)

Nein Ja:

.....

.....

.....

Gibt es körperliche Vorerkrankungen?

Nein Ja:

.....

Nimmt Ihr Kind derzeit Medikamente ein?

Nein Ja:

Präparat: Dosierung: seit wann:

Präparat: Dosierung: seit wann:

Präparat: Dosierung: seit wann:

Anamnesebogen

(4) Entwicklung des Kindes bzw. des / der Jugendlichen

Schwangerschaft und Geburt

Wie verlief die Schwangerschaft?

- unauffällig
- Komplikationen:
- Risikofaktoren (z. B. Alkohol, Nikotin, Drogenmissbrauch, Medikamenteneinnahme, Krankenhausaufenthalte, Infektionen, seelische, psychosoziale Belastungen):

.....

Wie verlief die Geburt?

- komplikationslos
- mit Komplikationen:

Das Kind wurde in der Schwangerschaftswoche geboren.

Gewicht: g; Größe: cm; Apgar Werte: / / (s. gelbes Heft).

Bestanden irgendwelche Auffälligkeiten bei Ihrem Kind nach der Geburt?

- Nein Ja:

.....

Hat sich die Mutter nach der Geburt besonders belastet gefühlt?

- Babyblues (ungefähre Dauer von Monaten)
- Depression (ungefähre Dauer von Monaten)
- andere psychische Erkrankung / Belastungen:

.....

Frühkindliche Entwicklung

Bestanden bei Ihrem Kind Auffälligkeiten im Säuglingsalter?

- Nein Ja:
- exzessives Schreien
- Ein- / Durchschlafstörungen
- Fütter- / Gedeihstörung
- schwer zu beruhigen
- Körperkontakt abweisend
- leicht irritierbar
- Blickkontakt vermeidend
- andere:

Anamnesebogen

Wann hat Ihr Kind die folgenden Meilensteine beherrscht?

Motorik	Monat/Jahr	Sauberkeitsentwicklung	Monat/Jahr	Sprache	Monat/Jahr
Krabbeln	ohne Windeln am Tag	erste Worte
Freies Laufen	ohne Windeln in der Nacht	erste Sätze

Gab es in einem der oben genannten Bereiche Auffälligkeiten oder Fördermaßnahmen?

- Nein Ja:

.....

Kindergarten/Krippe

Gab es eine Fremdbetreuung vor dem Eintritt in den Kindergarten (Tagesmutter etc.)?

- Nein Ja

Eintritt in den Kindergarten / Krippe mit Jahren.

- kein Eintritt

Betreuung im Kindergarten: ganztags halbtags

Ging/ Geht Ihr Kind gern ungern in den Kindergarten?

Gab es Verhaltensauffälligkeiten während der Kindergartenzeit?

- Trennungsangst
- Angst vor
- Schüchternheit / Zurückhaltung
- Kontaktschwierigkeiten
- Aggression (verbal / körperlich)
- Wutausbrüche
- Hypermotorik / Zappeligkeit
- Opposition / Regelverstöße
- Kopfschmerzen, Bauchschmerzen
- andere:

Anamnesebogen

Schule

Eintritt mit Jahren.

Gab es einen Schulwechsel?

Nein Ja:

.....

Wurde eine Klasse wiederholt?

Nein Ja:

.....

Gab/ Gibt es besondere Schwierigkeiten in der Grundschulzeit?

Nein Ja:

.....

.....

Weiterführende Schulen/ Ausbildung

Schulform:

Hat Ihre Tochter/ Ihr Sohn einen Schulabschluss?

Nein Ja

Falls nein, welcher Schulabschluss wird angestrebt?

Gab/ Gibt es Verhaltensprobleme in der Schule und (seit) wann?

Nein Ja:

- Leistungsschwierigkeiten
- Angst/ Zurückhaltung
- Konzentrationsprobleme
- Zappeligkeit
- Opposition/ Regelverstoß
- Schwänzen
- Aggression (verbal/ körperlich)
- andere: