

Inhaltsverzeichnis

1	Fallbeispiele	9
1.1	Fallbeispiel 1: Kind, 8 Jahre – Jonas, Grundschule, 2. Klasse, Diagnose Störung mit sozialer Ängstlichkeit des Kindesalters	9
1.1.1	Vorstellungsanlass und Entwicklungsgeschichte	9
1.1.2	Familiäre Situation	10
1.1.3	Diagnose	11
1.1.4	Weitere Entwicklung und Förderung	11
1.2	Fallbeispiel 2: Jugendliche, 14 Jahre – Lena, Realschule, 9. Klasse, Diagnose soziale Phobie	11
1.2.1	Vorstellungsanlass und Entwicklungsgeschichte	11
1.2.2	Familiäre Situation	12
1.2.3	Diagnose	13
1.2.4	Weitere Entwicklung und Förderung	13
1.3	Fallbeispiel 3: Kind, 11 Jahre – Marissa, Gymnasium, 6. Klasse, keine Diagnose	14
1.3.1	Vorstellungsanlass und Entwicklungsgeschichte	14
1.3.2	Familiäre Situation	15
1.3.3	Diagnose	15
1.3.4	Weitere Entwicklung und Förderung	15
2	Phänomene und definitorische Festlegungen	16
2.1	Was ist soziale Angst?	16
2.2	Wie äußert sich Angst?	19
2.3	Begriffliche Abgrenzungen	21
2.3.1	Schüchternheit	21
2.3.2	Soziale Angst	22
2.3.3	Soziale Angststörung/soziale Phobie	23
2.4	Häufigkeit	25
2.4.1	Häufigkeit soziale Ängste und Schüchternheit	26
2.4.2	Häufigkeit soziale Angststörung	27
2.4.3	Häufigkeit in Abhängigkeit anderer Faktoren	27
2.5	Komorbid auftretende Phänomene und Abgrenzung zu anderen Symptomen	28

2.5.1	Differenzierung von Ängsten im Schulalltag	30
2.5.2	Klinische Differenzialdiagnostik	31
2.5.3	Abgrenzung zu anderen Ängsten	32
2.6	Zusammenfassung	38
3	Ursachen	39
3.1	Entstehung und Aufrechterhaltung von sozialen Ängsten	39
3.2	Biologische Risiko- und Schutzfaktoren	41
3.2.1	Genetische Risikofaktoren	41
3.2.2	Temperament	41
3.3	Psychische Risikofaktoren	42
3.3.1	Kognitive Verzerrungen	42
3.3.2	Soziale Kompetenz	44
3.3.3	Emotionsregulation	45
3.4	Soziale Risikofaktoren	48
3.4.1	Familie	48
3.4.2	Gleichaltrige	49
3.4.3	Schule	50
3.4.4	Cyberbullying	51
3.5	Schutzfaktoren und Ressourcen	52
3.5.1	Psychische Faktoren	53
3.5.2	Soziale Unterstützung	53
3.5.3	Positive Lernerfahrungen	54
3.6	Zusammenfassende Betrachtung der Entstehung und Aufrechterhaltung	55
3.6.1	Wie kommt es zu einer sozialen Angststörung?	56
3.6.2	Modellerklärung der Entwicklung der sozialen Ängste in den Fallbeispielen	57
4	Folgen	59
4.1	Normativer Entwicklungsverlauf	59
4.1.1	Entwicklungsaufgaben im Kindergarten- und Vorschulalter	61
4.1.2	Entwicklungsaufgaben im frühen Schulalter	62
4.1.3	Entwicklungsaufgaben im Jugendalter	62
4.2	Klinische Folgen der sozialen Angststörung	63
4.3	Schulische Folgen sozialer Angst und der sozialen Angststörung	63
4.3.1	Leistungsbezogene Folgen	64
4.3.2	Soziale Folgen	65
4.4	Zusammenfassung	67
5	Diagnose	68
5.1	Klinische Diagnostik	68

5.1.1	Grundlagen der Diagnostik	69
5.1.2	Klinische Interviews	70
5.1.3	Fragebögen	70
5.1.4	Beobachtung	74
5.1.5	Leistungsdiagnostik	74
5.1.6	Klinische Diagnostik im Schulkontext	76
5.2	Erkennen von sozialen Ängsten durch Lehrkräfte im Schulkontext	77
5.2.1	Beobachtung	77
5.2.2	Gespräch mit dem*der betroffenen Schüler*in und den Eltern	79
5.2.3	Mögliche Schwierigkeiten im Gespräch	80
5.2.4	Entscheidung zur psychotherapeutischen Übergabe	85
6	Schulzentrierte Maßnahmen zur Unterstützung und Begleitung sozial ängstlicher Kinder und Jugendlicher	87
6.1	Die innere Haltung im pädagogischen Umgang mit sozial ängstlichen Schüler*innen	88
6.2.1	Psychoedukation zu sozialen Ängsten	89
6.2	Kognitive Methoden zur Umstrukturierung von Angst auslösenden Gedanken	92
6.3	Training sozialer Kompetenzen	95
6.4	Expositions- oder Konfrontationstechniken	99
6.5	Besonderheiten im Umgang mit Leistungsängsten	104
6.5.1	Lernstrategien zur gezielten Vorbereitung	104
6.5.2	Positive Selbstverbalisation in der Leistungssituation	105
6.6	Die Zusammenarbeit mit Eltern von sozial ängstlichen Kindern und Jugendlichen	106
6.7	Weitere schulische und außerschulische Unterstützungs- und Fördermöglichkeiten	107
6.8	Zusammenfassung	110
7	Ausblick	111
7.1	Relevanz sozialer Ängste im Schulkontext	112
7.2	Möglichkeiten der externen Unterstützung	112
7.3	Erwartungen und Entwicklungen im Umgang mit sozialen Ängsten im Schulkontext	112
7.4	Erwartungen und Entwicklungen im Umgang mit sozialen Ängsten in der psychotherapeutischen Versorgung	113
	Literatur	115
	Anhang	121