Brunna Tuschen-Caffier · Sigrid Kühl
Caroline Bender

Soziale Ängste und soziale Angststörung im Kindes- und Jugendalter

Ein Therapiemanual

HOGREFE

Soziale Ängste und soziale Angststörung im Kindes- und Jugendalter

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus B. Tuschen-Caffier, S. Kühl & C. Bender: Soziale Ängste und soziale Angststörung im Kindes- und Jugendalter (ISBN 9783840921186) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus B. Tuschen-Caffier, S. Kühl & C. Bender: Soziale Ängste und soziale Angststörung im Kindes- und Jugendalter (ISBN 9783840921186) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Soziale Ängste und soziale Angststörung im Kindes- und Jugendalter

Ein Therapiemanual

von
Brunna Tuschen-Caffier, Sigrid Kühl
und Caroline Bender

HOGREFE
GÖTTINGEN · BERN · WIEN · PARIS · OXFORD · PRAG · TORONTO
CAMBRIDGE, MA · AMSTERDAM · KOPENHAGEN · STOCKHOLM

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus B. Tuschen-Caffier, S. Kühl & C. Bender: Soziale Ängste und soziale Angststörung im Kindes- und Jugendalter (ISBN 9783840921186) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Prof. Dr. Brunna Tuschen-Caffier, geb. 1957. 1976–1983 Studium der Psychologie in Heidelberg. 1990 Promotion. 1998 Habilitation. 1989–2000 Wissenschaftliche Mitarbeiterin, Studienrätin und Oberstudienrätin an der Universität Marburg. 2000–2003 Professorin an der Universität Siegen und 2003–2007 an der Universität Bielefeld. Seit 2007 Professorin für Klinische Psychologie und Psychotherapie am Institut für Psychologie an der Universität Freiburg.

Dr. Sigrid Kühl, geb. 1974. 1994–2000 Studium der Psychologie in Marburg. 2001–2004 Stipendiatin der Christoph-Dornier-Stiftung Siegen und wissenschaftliche Tätigkeit an den Universitäten Siegen und Bielefeld. 2005 Approbation zur Psychologischen Psychotherapeutin. 2006 Promotion. Seit 2005 klinische Tätigkeit in der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie Lahnhöhe, Marburg.

Dipl.-Psych. Caroline Bender, geb. 1979. 1998–2005 Studium der Psychologie in Marburg und an der University of Alabama, USA. 2005–2007 Wissenschaftliche Mitarbeiterin der Universität Bielefeld und seit 2007 Wissenschaftliche Mitarbeiterin der Abteilung für Klinische Psychologie und Psychotherapie an der Universität Freiburg. Seit 2003 regelmäßige Durchführung von Gruppentrainings mit Kindern und Jugendlichen, besonders in den Bereichen Aggression, Hyperaktivität, Essstörungen und Angststörungen.

Wichtiger Hinweis: Der Verlag hat für die Wiedergabe aller in diesem Buch enthaltenen Informationen (Programme, Verfahren, Mengen, Dosierungen, Applikationen etc.) mit Autoren bzw. Herausgebern große Mühe darauf verwandt, diese Angaben genau entsprechend dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes abzudrucken. Trotz sorgfältiger Manuskriptherstellung und Korrektur des Satzes können Fehler nicht ganz ausgeschlossen werden. Autoren bzw. Herausgeber und Verlag übernehmen infolgedessen keine Verantwortung und keine daraus folgende oder sonstige Haftung, die auf irgendeine Art aus der Benutzung der in dem Werk enthaltenen Informationen oder Teilen davon entsteht. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handele.

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.

© 2009 Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG
Göttingen • Bern • Wien • Paris • Oxford • Prag • Toronto
Cambridge, MA • Amsterdam • Kopenhagen • Stockholm
Rohnsweg 25, 37085 Göttingen

http://www.hogrefe.de
Aktuelle Informationen • Weitere Titel zum Thema • Ergänzende Materialien

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Illustrationen: Dipl.-Ing. Frank-Jochen Bender
Satz: Grafik-Design Fischer, Weimar
Gesamtherstellung: Hubert & Co, Göttingen
Printed in Germany
Auf säurefreiem Papier gedruckt

ISBN 978-3-8017-2118-3

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus B. Tuschen-Caffier, S. Kühl & C. Bender: Soziale Ängste und soziale Angststörung im Kindes- und Jugendalter (ISBN 9783840921186) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort 9

I. Theoretischer Hintergrund

Kapitel 1: Einleitung 13

Kapitel 2: Klassifikation und Epidemiologie 15

2.1 Klassifikation der sozialen Angststörung 15
2.1.1 Historische Entwicklungen 15
2.1.2 Aktuelle Klassifikationskriterien im DSM-IV-TR bzw. in der ICD-10 15
2.2 Subtypen sozialer Angststörungen 18
2.2.1 Soziale Ängste 19
2.2.2 Schüchternheit 19
2.3 Differenzialdiagnose 20
2.4 Epidemiologie 23
2.4.1 Prävalenz und Inzidenz 23
2.4.2 Erstmanifestation und Verlauf 24
2.4.3 Soziodemografische Korrelate 24
2.4.4 Komorbidität 25

Kapitel 3: Ätiologie und Aufrechterhaltung 26

3.1 Neurobiologie und das Konzept der Verhaltenshemmung 26
3.2 Klassische Konditionierung und Vermeidungsverhalten 27
3.3 Soziales Lernen 28
3.4 Bindungsverhalten und Erziehungseinflüsse 28
3.5 Kognitive Faktoren 29
3.6 Soziale Kompetenzdefizite 31
3.7 Zusammenfassung zur Entstehung und Aufrechterhaltung sozialer Angst 32

Kapitel 4: Diagnostik bei sozialen Ängsten und sozialer Angststörung 33

4.1 Interviews und Fragebögen 33
4.2 Verhaltensdiagnostik 34
4.3 Eltern-Kind-Übereinstimmung 35

Kapitel 5: Therapie 36

5.1 Training sozialer Kompetenzen 36
5.2 Exposition 37
5.3 Kognitive Interventionen 37
5.4 Operante Methoden 38
5.5 Entspannung 38
5.6 Unterstützung durch Moderatoren 38
5.7 Komplexe Therapieprogramme für Angststörungen 39
5.8 Komplexe Therapieprogramme für die soziale Angststörung 41

Kapitel 6: Prävention 45

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus B. Tuschen-Caffier, S. Kühl & C. Bender: Soziale Ängste und soziale Angststörung im Kindes- und Jugendalter (ISBN 9783840921186) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

II. Das Therapieprogramm

Kapitel 7: Allgemeiner Aufbau des Programms 51

7.1 Rahmenbedingungen des Trainings 52
7.2 Diagnostik vor Beginn des Trainings 53
7.3 Elternarbeit 55
7.4 Kindgerechte Gestaltung der Gruppentrainings 57
7.5 Hausaufgaben, Kontingenz- und Gruppenmanagement 57

Kapitel 8: Ablauf und Struktur der Gruppensitzungen 59

Kapitel 9: Modul I: Kognitive Vorbereitung 64

9.1 Rückmeldung der Diagnostik (Baustein I-1) 64
9.2 Psychoedukation zum Thema Manifestation von Angst (Baustein I-2) 65
9.3 Psychoedukation zum Thema Habituation (Baustein I-3) 67
9.4 Psychoedukation zur Bedeutung von Kognitionen (Baustein I-4) 69
9.5 Vorstellung des Gruppentrainings (Baustein I-5) 70
9.6 Zusätzliche Förderung der Compliance 71
9.7 Umgang mit möglichen Schwierigkeiten in der kognitiven Vorbereitung 72

Kapitel 10: Modul II: Kognitive Interventionen 74

10.1 Einführung in das Training (Baustein II-1) 74
10.2 Einführung der Spaltentechnik (Baustein II-2) 77
10.3 Üben der Spaltentechnik (Baustein II-3) 78
10.4 Neues Verständnis von Angst (Baustein II-4) 79
10.5 Vertiefen der Spaltentechnik (Baustein II-5) 81
10.6 Bedeutung von Gedanken für die Stimmung (Baustein II-6) 82
10.7 Gedanken identifizieren (Baustein II-7) 83
10.8 Kognitive Umstrukturierung (Baustein II-8) 85
10.9 Kognitives Rollenspiel (Baustein II-9) 88
10.10 Kognitives Rollenspiel mit Videofeedback (Baustein II-10, fakultativ) 88
10.11 Zusammenfassung der kognitiven Interventionen (Baustein II-11) 89
10.12 Umgang mit möglichen Schwierigkeiten in den kognitiven Interventionen 89

Kapitel 11: Modul III: Verhaltensaufbauende Interventionen 91

11.1 Ziele bestimmen (Baustein III-1) 91
11.2 Einführung der Rollenspiele (Baustein III-2) 92
11.3 Rollenspiele (Baustein III-3) 93
11.4 Rollenspiele mit Videofeedback (Baustein III-4, fakultativ) 97
11.5 Umgang mit möglichen Schwierigkeiten bei den verhaltensaufbauenden Interventionen 98

Kapitel 12: Modul IV: Exposition 99

12.1 Einführung der Expositionsübungen (Baustein IV-1) 99
12.2 Durchführung der Expositionsübungen (Baustein IV-2) 100
12.3 Übungen in der Gruppensitzung (Baustein IV-3, fakultativ) 105
12.4 Umgang mit möglichen Schwierigkeiten bei der Exposition 105

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus B. Tuschen-Caffier, S. Kühl & C. Bender: Soziale Ängste und soziale Angststörung im Kindes- und Jugendalter (ISBN 9783840921186) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Kapitel 13: Modul V: Selbstmanagement 107

13.1 Bilanzierung und Rückfallprophylaxe (Baustein V-1) 107
13.2 Besprechung der eigenen Übungen (Baustein V-2) 110
13.3 Rückmeldegespräch (Baustein V-3) 111
13.4 Nachtreffen (Baustein V-4, fakultativ) 112

Kapitel 14: Durchführungsbeispiele 113

14.1 Beispiel einer Interventionsgruppe (20 Sitzungen) 113
14.2 Beispiel einer indizierten Präventionsgruppe (12 Sitzungen) 115

Kapitel 15: Wirksamkeit des Trainings 117

15.1 Wirksamkeit des Trainings als Therapieprogramm 117
15.2 Wirksamkeit des Trainings als indizierte Prävention 118

Literatur 119

Anhang 129

Gruppenspiele 131
Auswahl geeigneter Brettspiele 133
Übersicht Arbeitsblätter auf der CD-ROM 133

CD-ROM

Die CD-ROM enthält pdf-Dateien von den Arbeitsblättern.

Die pdf-Dateien können mit dem Programm Acrobat® Reader (eine kostenlose Version ist unter www.adobe.com/products/acrobat erhältlich) gelesen und ausgedruckt werden.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus B. Tuschen-Caffier, S. Kühl & C. Bender: Soziale Ängste und soziale Angststörung im Kindes- und Jugendalter (ISBN 9783840921186) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus B. Tuschen-Caffier, S. Kühl & C. Bender: Soziale Ängste und soziale Angststörung im Kindes- und Jugendalter (ISBN 9783840921186) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Vorwort

Während der sozialen Angststörung und deren Behandlung bei erwachsenen Betroffenen[1] in den letzten 20 Jahren stetig Aufmerksamkeit geschenkt wurde, weckt die Störung bei Kindern und Jugendlichen erst seit einigen Jahren das Forschungsinteresse. Aktuelle Studien lassen auf eine weite Verbreitung der Störung und einen hohen Leidensdruck durch die soziale Angst und ihre Folgeerscheinungen bei den betroffenen Kindern und Jugendlichen schließen. Bereits subklinische Formen, wie Unsicherheit und Schüchternheit, können z. B. mit einem erhöhten Risiko für komorbide Störungen einhergehen. Ein früher Erkrankungsbeginn, komorbide Symptome und der generalisierte Subtyp der sozialen Angststörung, der im frühen Alter von elf bis zwölf Jahren auftreten kann, bedeuten eine ungünstige Prognose für den Verlauf der Problematik.

Diese Befunde machen die Entwicklung von rechtzeitig einsetzenden Präventions- und Therapieprogrammen notwendig. Internationale Studien zeigen erste Erfolge von kognitiv-behavioralen Programmen, die zur Prävention bis hin zur Therapie bei Kindern mit unterschiedlichen Angststörungen eingesetzt werden. Die störungsorientierte Prävention und Therapie sozialer Ängste bzw. sozialer Angststörungen befindet sich allerdings noch in den Anfängen.

Unser Ziel war es daher, ein Programm zu konzipieren und zu evaluieren, das evidenzbasiert zur Prävention und Intervention bei sozialen Ängsten im Kindes- und Jugendalter eingesetzt werden kann. Die Balance zwischen Flexibilität der Gestaltung, die für den praktischen Einsatz unerlässlich ist, und Standardisierung der Programmbestandteile war uns dabei sehr wichtig.

Das nun vorliegende Programm bietet durch die Modularisierung eine hohe Anpassungsfähigkeit und Flexibilität. Als Präventionsprogramm ist der Einsatz in Gruppen mit bis zu acht Kindern möglich, als Therapieprogramm bietet sich der Einsatz ab vier Kindern an. Darüber hinaus können je nach Belastung der Kinder unterschiedliche inhaltliche Schwerpunkte und individualisierte Übungen gewählt werden. Anpassungen an das Alter der Kinder und verschiedene Zeitstrukturen sind möglich.

Viele Menschen haben besonders bei der Erprobung des Programms mitgewirkt, bei denen wir uns sehr herzlich bedanken möchten: Frau Dr. Kathrin Kötting, Frau Dipl.-Soz.-Päd. Anja Sack, Frau Dipl.-Psych. Grit Köster, Frau Dipl.-Psych. Katja Henschel, Herr Dipl.-Psych. Hendrik Büch, Frau Dipl.-Psych. Hanna Kley, Frau Cand.-Psych. Anna Noé, Frau Cand.-Päd. Andrea Hüwel sowie die Praktikanten in den Instituten der Christoph-Dornier-Stiftungen in Siegen und Bielefeld. Darüber hinaus möchten wir uns ganz besonders bei Herrn Dipl.-Ing. Frank-Jochen Bender für die grafische Gestaltung der Arbeitsblätter und Materialien bedanken.

Wir hoffen, mit diesem Manual ein vielfältiges Programm für den praktischen Einsatz zugänglich zu machen und damit einen Beitrag zur Optimierung der Prävention und Behandlung von sozialen Ängsten im Kindes- und Jugendalter zu leisten.

Freiburg, im August 2009

Brunna Tuschen-Caffier
Sigrid Kühl
Caroline Bender

1 Aus Gründen der Lesbarkeit haben wir im Text jeweils die männliche Form verwendet. Weibliche Betroffene, Therapeuten und Trainer sind darin selbstverständlich eingeschlossen.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus B. Tuschen-Caffier, S. Kühl & C. Bender: Soziale Ängste und soziale Angststörung im Kindes- und Jugendalter (ISBN 9783840921186) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus B. Tuschen-Caffier, S. Kühl & C. Bender: Soziale Ängste und soziale Angststörung im Kindes- und Jugendalter (ISBN 9783840921186) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.

I. Theoretischer Hintergrund

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus B. Tuschen-Caffier, S. Kühl & C. Bender: Soziale Ängste und soziale Angststörung im Kindes- und Jugendalter (ISBN 9783840921186) © 2009 Hogrefe Verlag, Göttingen.