

1 Weshalb ein pädagogisches Fallbuch »Schulangst«? _____

Rolle von Lehrkräften im Umgang mit psychischen Auffälligkeiten.

Flensburg, Mai 2022

Gunnar Brodersen und Armin Castello

2

Trennungsängstlichkeit

Im nachfolgenden Abschnitt werden die Merkmale von Trennungsängsten dargestellt, es werden Informationen zur Häufigkeit und zum Verlauf und den Entstehungsbedingungen von Trennungsängstlichkeit gegeben. *(Oftmals wird »Ängstlichkeit« als Persönlichkeitsmerkmal und »Angst« als Zustand unterschieden. Um das gesamte Spektrum zu beschreiben, verwenden wir beide Begriffe hier weitgehend synonym. Wenn eine behandlungsbedürftige oder auch klinisch relevante Störung gemeint ist, so wird dies jeweils explizit benannt.)*

Wenn sich ein Kind im Kita- oder Grundschulalter nicht gerne von nahestehenden Bezugspersonen trennen möchte, insbesondere über einen längeren Zeitraum hinweg, verwundert dies zumeist niemanden. Es war in der menschlichen Entwicklungsgeschichte

lange Zeit sinnvoll, dass gerade kleine Kinder den Schutz der Eltern vermissen, wenn diese außer Sichtweite sind. Kulturell ist es aber für Kinder eine wichtige Entwicklungsaufgabe, mit den unabwendbaren Trennungen im Alltag allmählich umgehen zu lernen, um dadurch Selbstständigkeit zu entwickeln, soziale Kontakte außerhalb der Familie zu knüpfen, hierdurch wesentliche soziale und kommunikative Kompetenzen zu stärken und unbelastetes schulisches Lernen zu ermöglichen.

Wenn diese Entwicklung beeinträchtigt ist, so können negative Auswirkungen auf die sozial-emotionale und schulische Entwicklung eines Schülers oder einer Schülerin entstehen. Häufig gehen mit einer solchen Trennungsängstlichkeit zudem familiäre Belastungen einher, die in einer negativen Feedbackschleife wiederum die Trennungsängstlichkeit verstärken können, z. B. durch zunehmendes Unverständnis oder die Ärgerreaktionen der Eltern. Besonders in schulischen oder familiären Übergangsphasen wie z. B. Schulwechsel oder Umzügen können temporäre Anpassungsprobleme in Form von trennungsängstlichem Verhalten entstehen. Unterschieden werden muss dabei aber die entwicklungstypische Trennungsangst, die Trennungsängstlichkeit als subklinische Episode in Belastungsphasen und klinisch relevante Trennungsängste, die eine kinder- oder jugendpsychotherapeutische Intervention erforderlich machen.

2.1 Symptome klinischer Trennungsangst

Behandlungsbedürftige Trennungsangst im Kindes- und Jugendalter mit Störungscharakter muss von einer entwicklungsbedingten Trennungsangst unterschieden werden. Das DSM-5 (dieser »Diagnostische und statistische Leitfaden psychischer Störungen« ist ein wichtiges US-amerikanisches psychiatrisches Klassifikations-

system) beschreibt die Merkmale einer solchen behandlungsbedürftigen Störung mit Trennungsangst als

»[e]ine in Relation zur Entwicklung unangemessene und übermäßige Angst vor der Trennung, von zu Hause oder von den Bezugspersonen, wobei mindestens drei der folgenden Kriterien erfüllt sein müssen:

1. wiederholter übermäßiger Kummer bei einer möglichen oder tatsächlichen Trennung von zu Hause oder von wichtigen Bezugspersonen,
2. andauernde und übermäßige Besorgnis, dass sie wichtige Bezugspersonen verlieren könnten oder dass diesen etwas zustoßen könnte,
3. andauernde und übermäßige Besorgnis, dass ein Unglück sie von einer wichtigen Bezugsperson trennen könnte (z.B. verloren zu gehen oder entführt zu werden),
4. andauernder Widerwille oder Weigerung, aus Angst vor der Trennung zur Schule oder an einen anderen Ort zu gehen,
5. ständige und übermäßige Furcht oder Abneigung, allein oder ohne wichtige Bezugspersonen zu Hause oder ohne wichtige Erwachsene in einem anderen Umfeld zu bleiben,
6. andauernder Widerwillen oder Weigerung, ohne die Nähe einer wichtigen Bezugsperson schlafen zu gehen oder auswärts zu übernachten,
7. wiederholt auftretende Alpträume von Trennungen,
8. wiederholte Klagen über körperliche Beschwerden (wie z.B. Kopfschmerzen, Bauchschmerzen, Übelkeit oder Erbrechen), wenn die Trennung von einer wichtigen Bezugsperson bevorsteht oder stattfindet« (S. 255).

Erfüllt sein müssen weiterhin folgende Kriterien:

- »B. Die Dauer der Störung beträgt mindestens 4 Wochen.
- C. Der Störungsbeginn liegt vor dem 18. Lebensjahr.
- D. Die Störung verursacht in klinisch bedeutsamer Weise Leiden oder Beeinträchtigungen in sozialen, schulischen oder anderen wichtigen Funktionsbereichen.
- E. Die Störung tritt nicht ausschließlich im Verlauf einer tiefgreifenden Entwicklungsstörung, Schizophrenie oder einer anderen psychotischen Störung auf und kann bei Jugendlichen und Erwachsenen nicht besser durch die Panikstörung mit Agoraphobie erklärt werden« (ebda).

Die erlebte Angst im Vorfeld der Trennung führt außerdem zu sozial irritierenden Verhaltensweisen wie exzessivem Anklammern

an Bezugspersonen oder aggressivem Verhalten, häufig mit Konsequenzen für die soziale Integration (s. u.).

Die Angst ist begleitet von einer raschen Aufmerksamkeitshinwendung, um Kontrolle über die Situation zu erhalten, d. h. trennungsrelevante Situationen werden aufmerksam »belauert«. Anschließend wird die Aufmerksamkeit abgewendet, d. h. vermieden, um sich möglichst wenig mit dem bedrohlichen Stimulus beschäftigen zu müssen. In einer Situation akut erlebter Trennungsängste ist das schulische Lernen stark beeinträchtigt. Betroffene sind kaum in der Lage, den eigenen Aufmerksamkeitsfokus von den eintretenden Angstgedanken und -gefühlen abzuwenden.

2.2 Subklinische Trennungsängstlichkeit

Sehr große familiäre und schulische Belastungen entstehen bereits, auch wenn nicht alle klinischen Kriterien vollständig erfüllt sind. Subklinische Trennungsängste gehen oft ebenso einher mit Vermeidungstendenzen. Sie können sich auf die häusliche Einschlafsituation beziehen, sodass es Betroffenen schwerfällt, abends alleine ins Bett zu gehen und einzuschlafen, oder auf alltägliche Trennungssituationen zu Hause, wie z. B. mit einer anderen Person als den Eltern alleine zu Hause zu bleiben. Das temporäre Verlassen der Familie ist in vielen Situationen nur gegen heftigen Widerstand des Kindes möglich, wie z. B. Schwierigkeiten, bei Bekannten oder befreundeten Kindern bzw. Jugendlichen zu übernachten oder im Alltag zur Schule zu gehen.

Weiter ins Gewicht fallen schließlich die sekundären Belastungen, die bei Trennungsängstlichkeit entstehen können. Hierzu gehören Schwierigkeiten in der sozialen Integration, da die regelmäßige Vermeidung und dauerhafte Weigerung, zur Schule zu gehen, viele Fehlzeiten verursachen kann. Darunter leidet in der Regel allmählich auch die Qualität des Kontakts zu Gleichaltrigen und