

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	11
Einführung: Das Phänomen und Problem der Schüchternheit bei Kindern und Jugendlichen?	13
<i>Susanne Amft, Beatrice Uehli Stauffer & Susan C. A. Burkhardt</i>	
Hintergrund	13
Wie äußert sich Schüchternheit?	14
Schüchtern oder introvertiert?	15
Woher kommt Schüchternheit	16
Von schüchtern bis zur sozialen Angststörung	17
Verhaltensauffälligkeiten – internalisierendes Verhalten	17
Häufigkeit von Verhaltensauffälligkeiten	17
Internalisierende Verhaltensauffälligkeiten	18
Relevanz des Themas	19
Zu diesem Buch	19
Literatur	24
Übersicht zum Phänomen Schüchternheit, zur Entstehung und zu sozialen Kompetenztrainings	25
<i>Ulrike Petermann</i>	
1 Sozial ängstliche Kinder	25
1.1 Bedeutung und Auswirkungen von Schüchternheit ..	26
1.2 Soziale Angststörung und soziale Phobie	27
1.3 Trennungsangst	28
1.4 Selektiver Mutismus	29
2 Entstehung und ursächliche Zusammenhänge	31
2.1 Biologische Risikofaktoren	31
2.2 Psychische Risikofaktoren	32
2.3 Soziale Risikofaktoren	34
2.4 Bedingende und aufrechterhaltende Faktoren: Ein integratives Modell	36
3 Intervention	37
3.1 Prävention: Soziales Kompetenztraining	37
3.2 Anwendung in der Schule	39
Literatur	44

Schüchterne/sozial ängstliche Kinder in der Schule: Zusammenhänge mit schulischen Aspekten, Migration und Geschlecht 47

Barbara Gasteiger-Klicpera, Franziska Reitegger & Matthias Kramer

1	Schüchternheit und soziale Ängste in der Entwicklung von Kindern und Jugendlichen	47
2	Zusammenhang mit dem Geschlecht der Kinder und Jugendlichen	50
3	Zusammenhang von Schüchternheit und sozialer Ängstlichkeit mit kulturellen Aspekten und Migrationshintergrund ..	51
4	Der Einfluss des sozialen Schul- und Klassenklimas sowie der Qualität der Beziehungen zwischen Lehrpersonen und Schüler/-innen	54
5	Empirische Untersuchung	58
	5.1 Methodisches Vorgehen	58
	5.2 Untersuchungsinstrumente	59
	5.3 Stichprobe	59
	5.4 Statistische Auswertung	60
6	Ergebnisse	61
	6.1 Unterschiede nach Schultyp und Schulstandort	61
	6.2 Korrelationsanalysen zu Aspekten der Schulebene, der Klassenebene und der individuellen Ebene	62
	6.3 Identifikation von Risikofaktoren	63
7	Zusammenfassung und Diskussion	64
	Literatur	65

Jugendliche mit internalisierender Symptomatik auf Sekundarstufe II: Wohlbefinden und Belastungen 69

Annette Krauss, Patrizia Rösli & Claudia Schellenberg

1	Einleitung	69
2	Internalisierende Symptomatik im Jugendalter	70
3	Wohlbefinden und Anforderungsbewältigung von Jugendlichen mit internalisierenden Symptomen	71
4	Untersuchung zu Wohlbefinden und Belastungen von Lernenden mit internalisierender Symptomatik an Berufsfach- und Mittelschulen	73
	4.1 Stichprobe	73
	4.2 Instrumente	74
	4.3 Statistische Analysen	74
	4.4 Ergebnisse der Studie	75
	4.5 Diskussion	78
5	Schlussfolgerungen	80
	Literatur	81

Aktuelle Therapiemethoden zur kognitiv-behavioralen Behandlung sozial ängstlicher Kinder und Jugendlicher 84

Siebke Melfsen & Susanne Walitzka

1	Therapiebedürftigkeit	84
2	Methoden der klassischen kognitiv-behavioralen Angsttherapie	85
2.1	Überblick über klassische kognitiv-behaviorale Interventionsmethoden	85
2.2	Therapiemanuale	87
2.3	Empirische Befunde	89
2.4	Weitere Behandlungsparameter	89
3	Weitere innovative Forschungsansätze	91
3.1	Gründe für weitere innovative Forschungsansätze ...	91
3.2	Kurzzeitige Intensivtherapien	91
3.3	Selbsthilfe-Programme	92
3.4	Achtsamkeit (mindfulness) und Selbstfürsorge (self-compassion)	95
4	Zusammenfassung	97
	Literatur	98

Ängstliche Kinder in der Schule. Ein personenzentriertes Verständnis und Handlungsempfehlungen für Lehrpersonen 103

Margaretha Florin

1	Angst und Ängstlichkeit im Umfeld von Schule und Unterricht	103
1.1	Ängste und Ängstlichkeit im schulischen Alltag	107
1.2	Auswirkungen von Ängsten auf das Lernen und Wohlbefinden	109
2	Ein personenzentriertes Verständnis von Ängsten und Ängstlichkeit	110
2.1	Menschenbild und Persönlichkeitstheorie des personenzentrierten Ansatzes	111
2.2	Entstehung von Ängsten und Ängstlichkeit nach dem personenzentrierten Ansatz	113
3	Umgang mit Ängsten und Ängstlichkeit im schulischen Alltag	116
3.1	Haltung der Lehrperson und Beziehungsebene	116
3.2	Unterrichts- und Klassenklima	118
3.3	Ideen zur spezifischen Förderung	120
4	Schlusswort	121
	Literatur	122

Der Umgang mit schüchternen Kindern im Unterricht 124

Xenia Müller

1	Erkennen und Wahrnehmung von Schüchternheit durch die Lehrperson	126
---	--	-----

2	Schulleistungen und Leistungsbeurteilungen	128
3	Schüchterne Kinder und Peerbeziehungen	129
4	Handlungsansätze für den Unterricht	131
4.1	Schüchternheit erkennen und Haltungen reflektieren	132
4.2	Umgang mit Ängsten und emotionale sowie soziale Kompetenzen stärken	133
4.3	Förderung der Teilnahme am Unterricht	134
4.4	Soziale Integration in die Schulklasse	136
4.4	Leistungsbeurteilung	137
	Literatur	137

Das unsichtbare Kind – Nonverbaler Ansatz zur Identifizierung von schüchternen und sozial ängstlichen Kindern **139**

Iris Bräuninger, Rosemarie Samaritter & Sue Curtis

1	Einführung ins Thema	139
2	Literaturüberblick	140
3	Identifizierung von schüchternen und sozial unsicheren Kindern durch beobachtbaren nonverbalen Ausdruck	142
4	Fallvignetten zur Zielsetzung im schulisch-therapeutischen Setting mit schüchternen und sozial ängstlichen Kindern ...	145
4.1	Fokussieren auf nonverbale Hinweise	145
4.2	Kinder im allgemeinen Raum	145
4.3	Kinder im persönlichen Raum	146
4.4	Der symbolische Bewegungsausdruck	149
5	Schlussfolgerung	149
	Danksagung	150
	Literatur	150
6	Anhang	151
6.1	Nonverbale Checkliste für Fachkräfte zur leichteren Identifizierung schüchterner und sozial ängstlicher Kinder	151

Schüchterne Kinder in der Schule Möglichkeiten der Ermutigung mit Body 2 Brain CCM® **153**

Claudia Croos-Müller

1	Möglichkeiten der Ermutigung: Körpercodes gegen Schüchternheit	153
1.1	Embodiment und Körperpsychotherapien	154
1.2	Die Body 2 Brain CCM® Methode: einfache Körpercodes zur gezielten Selbststeuerung von Affekt, Kognition und Verhalten	155
1.3	Neurophysiologie und Body 2 Brain CCM® Wirkungsweise	157
2	Zentrales Nervensystem, peripheres Nervensystem und Neurophysiologie im Zusammenspiel mit Körper und Psyche	158

2.1	Das zentrale Nervensystem	160
2.2	Das periphere Nervensystem	161
2.3	Die Hirnnerven	163
2.4	Emotionen und Neurotransmitter	163
3	Schüchternheit – Ängstlichkeit – Selbstwertproblematik – soziale Phobie	164
3.1	Neurophysiologie und Körpersignale	164
3.2	Body 2 Brain CCM® Körpercodes – Grundformen und Kombinationen (Croos-Müller 2019)	166
4	Body 2 Brain CCM® Körpercodes – Übungsbeispiele für schüchterne Kinder	170
	Literatur	175

Mit Musik geht alles besser? Musiktherapie für schüchterne, sozial ängstliche Kinder und Jugendliche

Susan Christina Annamaria Burkhardt

1	Einführung	177
2	Der Mensch ist ein musikalisches Wesen	178
3	Musik als therapeutisches Mittel	180
3.1	Musiktherapie mit Kindern und Jugendlichen	183
3.2	Wirkung von Musiktherapie	185
4	Musiktherapie für schüchterne Kinder und Jugendliche	186
4.1	Methoden der Musiktherapie bei Schüchternheit	187
4.2	Beispiele erfolgreicher musiktherapeutischer Interventionen	190
5	Musiktherapie und Schule	192
5.1	Entwicklungsförderung durch Musiktherapie in der Schule	193
6	Fazit	195
	Literatur	195

Schüchternheit und Mobbing – Hintergrundwissen und Handlungsmöglichkeiten im pädagogischen Arbeitsfeld

Vanessa Jantzer & Michael Kaess

1	Einführung in das Thema Mobbing	198
1.1	Definition von Mobbing	198
1.2	Erscheinungsformen von Mobbing	200
1.3	Häufigkeit von Mobbing	201
1.4	Entstehungsbedingungen von Mobbing	202
1.5	Folgen von Mobbing	204
2	Soziale Angst	205
2.1	Potentielle Einflussfaktoren	206
3	Praktische Implikationen	211
3.1	Individuelle Schutzfaktoren speziell für schüchterne Kinder	213
3.2	Allgemeine Schutzfaktoren	214

3.3	Resilienz	214
4	Fazit	215
	Literatur	217
Selbstverletzendes Verhalten bei sozial ängstlichen Jugendlichen		219
<i>Tina In-Albon & Daniela Schwarz</i>		
1	Fallbeispiel	219
2	Selbstverletzendes Verhalten	220
3	Selbstverletzendes Verhalten und soziale Ängste	223
4	Interventionen	225
5	Zusammenfassung	228
	Literatur	229
Eltern und ihre schüchternen Kinder im Kontext Schule		232
<i>Beatrice Uehli Stauffer</i>		
1	Einleitung	232
2	Ausgangslage	233
3	Eltern sind nicht gleich Eltern – Die Interaktion von individuellen und soziokulturellen Rahmenbedingungen ...	234
3.1	Elterliche Risikofaktoren	235
4	Was Eltern wissen müssen – Relevante kindliche Entwicklungsbereiche	237
4.1	Bindungserfahrungen und Emotionsregulation	237
4.2	Selbstwirksamkeitserfahrung und ein realistisches Selbstkonzept	238
5	Was können Eltern tun?	240
5.1	Stärkung der Selbstwirksamkeitsüberzeugung	240
5.2	Ermöglichen von Erfahrungen in der Peergruppe	242
6	Fazit	244
	Literatur	245
Die Autorinnen und Autoren		247