

Häufigste psychische Störung: Angst

TAGUNG: 300 Experten bei Sommersymposium über Angststörungen im Kindes- und Jugendalter – Leiter Dr. Manfred Endres berichtet

BRIXEN (mpi). Angst zählt bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen zu den häufigsten psychischen Störungen. Die Ärztliche Akademie für Psychotherapie von Kindern und Jugendlichen hat ihre Weiterbildungswoche und ihr Symposium in Brixen diesem Thema gewidmet. 300 Ärzte, Psychiater und Psychologen beschäftigen sich laut Leiter Manfred Endres in Brixen mit Diagnostik und Behandlungsmöglichkeiten.

„Dolomiten“: Mit 300 Teilnehmern zählt die Tagung einen neuen Rekord. Was zieht so viele an?

Manfred Endres: Es ist sicherlich der Ort Brixen, an dem wir uns wohl fühlen. Es ist heuer aber auch das Thema. Denn laut Studien leiden sieben Prozent der Kinder und Jugendlichen unter Ängsten. Angststörungen stellen eine der häufigsten Indikationen für eine psychotherapeutische Behandlung dar. Auch im Erwachsenenalter gehören Angstzustände zu den häufigsten Gründen für Krankheitstage im Arbeitsleben.

„D“: Unter welchen Ängsten leiden die Menschen?

Endres: Die Ängste sind sehr unterschiedlich. Kinder leiden oft unter Prüfungs- oder Schulangst. Erwachsene haben oft Ängste, das Haus zu verlassen oder sich in der Öffentlichkeit zu bewegen. Grundsätzlich sind Ängste etwas Normales im Leben. Sie warnen den Menschen vor einer Gefahr, wie etwa vor Gewitter. Angst kann aber auch zu einer psychischen Störung werden.

„D“: Ab wann wird Angst zur Krankheit?

Endres: Sobald Ängste den Alltag beeinträchtigen und stören, gelten sie als krankhaft. Dazu zählt etwa, wenn eine Mutter sich nicht mehr von ihrem Kind trennen kann und es nicht mehr aus dem Haus lassen möchte. Aber es gibt auch viele Phobien wie die Spinnenphobie, die zu einer der häufigsten gehört und wohl evolutionsbiologisch zu erklären ist. Andere häufige Phobien sind die Klaustrophobie, die Angst in engen Räumen, oder die Agoraphobie, die Angst auf Plätzen oder auch die Angst vor dem Alleinsein.



Manfred Endres von der Ärztlichen Akademie für Psychotherapie von Kindern und Jugendlichen in München leitet das Symposium in Brixen. mpi

„D“: Wie können Angstzustände behandelt werden?

Endres: In der Psychotherapie können die Ursachen herausgefunden und ein therapeutischer Prozess eingeleitet werden. Es muss erkannt werden, dass die Ängste keinen realen Hintergrund haben und ihnen keine reale Gefahr zugrunde liegt.

„D“: Worin liegen die Ursachen für Angstzustände?

Endres: Hauptursache für Angststörungen ist eine unsichere, brüchige Beziehung zur Mutter im Säuglingsalter und in der frühen Kindheit. Ist ein Säugling einer unsicheren Umgebung und Angstzuständen bis zu Existenzängsten ausgesetzt,



zeigt sich dies noch im Erwachsenenalter. Es stimmt nicht, dass es gut ist, Säuglinge schreien zu lassen und dies die Lunge stärkt. Für Säuglinge ist die Situation, allein zu sein, existenzbedrohend. Das Gefühl in der frühen Kindheit, allein gelassen worden zu sein, kann zu lebenslangen Problemen führen.