

Angst vor Trennung und Bewältigungsversuche (Trennungsangst und Schulphobie)



Angst ist eine Farbe unseres Lebens (Horst Eberhard Richter)

Trennungsangst

Unter ‚Trennungsangst‘ wird sowohl eine für ein bestimmtes Alter typische Entwicklungsphase als auch ein abweichendes Verhalten eines Kindes ab dem Vorschulalter verstanden.

Die manifeste Trennungsangst entspricht zwei Angstmodellen:

- Der *Achtmonatsangst*, einer körpernah gefühlten Angst. Der sensomotorisch wahrgenommene Unterschied zwischen Mutter und Kind sowie ein deutliches Gewahrwerden von Trennung, verknüpfen sich mit Angst vor Objektverlust.
- Der *Angst in der Wiederannäherungskrise*. Das Kind hat erste Vorstellungen einer emotionalen Objektkonstanz sowie erste Über-Ich-Vorstellungen entwickelt. Es erlebt jetzt Angst vor Liebesverlust.

Objektrepräsentanz und Objektkonstanz

Kennzeichnend für Trennungsängste und für eine spätere Angstneurose ist, dass der Patient auf die reale Anwesenheit von anderen Personen, bei kleineren Kindern in der Regel die Mutter, angewiesen ist („Steuerndes Objekt“; König, 1991b). Es hat sich keine adäquate internalisierte Objektrepräsentanz gebildet, oder sie ist wieder zerstört worden. Die Fähigkeit, die dauerhafte Abwesenheit des Objektes zu ertragen, wird auch als Objektkonstanz bezeichnet.

Ziele

Wie können die panischen Ängste beim Verlassen der Objekte beschwichtigt, bewältigt und überwunden werden? Wie schafft es ein Kind, Getrenntheit und den Schrecken von kalten Leerräumen zu ertragen, sich zu lösen und autonom zu werden?

Ziele

Wenn die Prozesse von Repräsentanzenbildung, Symbolisierung und Triangulierung scheitern, so kommt es zur neurotischen Konfliktlösung. Dann wird Trennungsangst zur manifesten Angst, zur Symptomatik. Mit welchen Mechanismen werden diese manifesten Ängste zu bewältigen gesucht?

Bausteine von Angststörungen

Das Verlangen nach einem Objekt ist absolut. Es wird als vorhanden und willenlos phantasiert. Die leeren Räume, die Außenwelten, alle fremden Orte werden gefürchtet.

Bausteine von Angststörungen

- Über Anklammerung wird das Objekt zu beherrschen gesucht und dauerhaft kontrolliert.

Bausteine von Angststörungen

- Wegen der Abhängigkeit des Subjekts vom überlebenswichtigen Objekt wird es auch gehasst, verfolgt und attackiert.

Wie können die panischen Ängste beim Verlassen der Objekte beschwichtigt, bewältigt und überwunden werden?

- Repräsentanzenbildung

Wie können die panischen Ängste beim Verlassen der Objekte beschwichtigt, bewältigt und überwunden werden?

- Repräsentanzenbildung
- Symbolisierung (Übergangsobjekt)

Wie können die panischen Ängste beim Verlassen der Objekte beschwichtigt, bewältigt und überwunden werden?

- Repräsentanzbildung
- Symbolisierung (Übergangsobjekt)
- Triangulierung

Kloster Neresheim: Emblem „Brütender Strauß“



Übergangsobjekt

Friedrich von Amerling (1803-1887): Prinzessin Marie Franziska von Liechtenstein



F 93.0 emotionale Störung mit Trennungsangst des Kindesalters

Fallbeispiel

Lea, ein fast neunjähriges Mädchen, wird von ihrer Mutter zur psychotherapeutischen Behandlung angemeldet, weil sie sich mehr und mehr aus Kontakten zurückziehe. Zunehmend erscheine auch der Schulbesuch schwierig, immer häufiger wolle das Mädchen wegen Bauchschmerzen vorzeitig nach Hause. Nachts hat Lea oft Albträume, in denen es um Trennung oder Tod geht und kommt ans Bett der Eltern. Lea ist ganz auf ihre Mutter bezogen: Sie scheut andere Kinder, weicht ihnen aus und klammert an die Mutter. Leas Spielpartnerinnen sind gelegentlich Vorschulkinder aus der Nachbarschaft.

Traum eines achtjährigen Jungen mit einer Angststörung



Eine Hexe kommt
langsam auf mich
zu
und will mich
auffressen.

Ich will
fortrennen, aber
es geht nicht. Der
Hexe kann man
nicht entkommen.

Traum eines achtjährigen Jungen mit einer Angststörung



Die Hexe ist der negative Aspekt der Mutter. Sie verführt und verwöhnt die Kinder oral. Sie möchte sie in den Backofen stecken, sie für immer festhalten und mit Ihnen „eins sein“.

Sowohl bei der Trennungsangst als auch bei der generalisierten Angststörung besteht das wesentliche Ziel darin, ängstliche und aggressive Affekte aus dem Bewusstsein auszumerzen und dauerhaft fern zu halten. Dies geschieht bei den Ängsten über Verdrängung, über phobische Pseudoobjektivierung, über hypochondrische Befürchtungen sowie über Somatisierungen. Besonders letztere führen dazu, dass der gefährliche Konflikt unkenntlich gemacht wird. Die manifesten Ängste sind bereits in unterschiedlicher Weise verarbeitete unbewusste Ängste.

Wie werden Trennungsängste zu bewältigen gesucht?

- Regression
 - Triebrepressionen
 - Ich-Regressionen
- Resomatisierung
- Symbolisierungsfähigkeit kann schwanken oder einbrechen
- Hypochondrische Verarbeitung
- Aggressionen werden externalisiert oder mittels Zwängen in Schach gehalten
- Phobische Verarbeitung

Wie werden Trennungsängste zu bewältigen gesucht?

Regression

- Der Rückweg zu den Verhaltensweisen und Befriedigungen der Vergangenheit macht es einem Kind leichter möglich, unlustvolle gegenwärtige Erlebnisse zu ertragen, ohne von ihnen überwältigt zu werden. Dies ist aber nur der Fall, wenn sie kurz andauern und spontan rückgängig gemacht werden können. Kommt es zur dauerhaften Regression, bleiben die Triebenergien an Ziele gebunden, die dem Alter des Kindes nicht entsprechen, die Ich- und Über-Ich-Funktionen bleiben erniedrigt und die Weiterentwicklung eines Kindes wird gestört (vgl. Freud, A., 1971, S. 103).

Wie werden Trennungsängste zu bewältigen gesucht?

- **Triebregressionen:** Bei Kindern kann es beispielsweise zu Konflikten der oralen Phase kommen, sie verlangen wieder ihr Fläschchen, werden gierig oder vermeiden die Nahrungsaufnahme. Oder es kommt zu Problemen der analen Phase, mit Einnässen, Einkoten oder zu wütend-trotzigen Auseinandersetzungen.
- **Ich-Regressionen:** Die Sphinkter-Kontrolle fällt beispielsweise wieder aus, Kinder nässen oder koten wieder ein. Die Wahrnehmung und die Realitätsprüfung können gestört sein. Magisch-animistisches Denken kann stattfinden, wie es für die Zwangsneurose kennzeichnend ist.

Wie werden Trennungsängste zu bewältigen gesucht?

- Auch die **Resomatisierung** kann regressiv zur Abwehr von unerträglichen Affekten und Emotionen eingesetzt werden. Die somatoformen Symptome sind Äquivalente der Angst. Resomatisierung kann auch ganz bewusst herbeigeführt werden, etwa beim selbstverletzenden Verhalten.
- **Symbolisierungsfähigkeit** besitzt keinen stabilen Status. Sie kann anlässlich von traumatischen Ereignissen, wie Umzug, Trennung, Verlust immer wieder einbrechen, auch dauerhaft beschädigt werden. Dann kann es zum Schwanken der Symbolisierungsebene, zum Gebrauch von Übergangsobjekten oder wieder zur symbolischen Gleichsetzung kommen. Ängste können externalisierend in Szene gesetzt werden.

Wie werden Trennungsängste zu bewältigen gesucht?

- Bei **hypochondrischer Verarbeitung** finden Projektionen auf den *eigenen Körper* statt. Ich verstehe sie als den Parallelvorgang zur phobischen Verarbeitung. Der Körper wird als ein ambivalentes Objekt empfunden, in das der böse eigene Anteil projiziert wird.
- **Aggressionen** können abgewehrt werden, indem sie externalisiert oder mittels Zwängen in Schach gehalten werden. Diese Vorgänge finden häufiger bei den Jungen statt. Mädchen neigen stärker zum Somatisieren und richten Aggressionen gegen das eigene Selbst.

Wie werden Trennungsängste zu bewältigen gesucht?

- **Phobische Verarbeitung** kann stattfinden, mit *Verschiebung oder Projektion* auf eine Situation, ein Objekt oder ein Lebewesen. Werden negative Introjekte im Objekt untergebracht, so kommt es zu Ängsten vor Fremden oder vor Nähe mit konsequentem Vermeidungsverhalten. Dies geschieht beispielsweise bei der Schulphobie.

Die Schulphobie

Einer **Schulphobie** liegt in der Regel eine Trennungsangst zugrunde, welche auf die Schule verschoben wird. Bei **Schulängsten** geht es um reale Befürchtungen, wie Lernschwächen oder Versagensängsten. Beim **Schuleschwänzen** werden unlustvolle Anforderungen gemieden.



Ein „alltägliches“ Trauma

Jessica, 10 Jahre

„Ich stand auf dem Flur. Mein Hausherr, er ist Jäger, betrat mein Zimmer. Ich wusste nicht, was er darin wollte. Es war dunkel, und ich hatte schreckliche Angst vor dem, was passieren würde. Ich bin dann auch in mein Zimmer gegangen und habe die Schublade meines Nachttisches geöffnet – darin lag ein nackter, blutiger Hase!“

Psychotherapeutische Behandlung von Trennungsängsten und Schulphobien

Die psychoanalytische Situation setzt sich aus zwei Elementen zusammen, dem Prozessanteil sowie dem Rahmen. Dieser stellt eine unwandelbare Konstante dar, welche die Haltung des Analytikers sowie Raum- und Zeitfaktoren beinhaltet. Der Rahmen repräsentiert Symbiose und Trennung, er ist ein triangulierendes Element und verkörpert väterliches Gesetz. Er stellt vor allem das Realitätsprinzip dar.

Arbeit am Rahmen

Eine phobische Verarbeitung bringt die Gefahr mit sich, dass der Patient symptomfrei und ohne Leidensdruck bleiben kann, wenn es ihm gelingt, manifesten Ängsten auszuweichen. Der Patient muss von Anfang mit seiner Angst und vor allem mit den Folgen konfrontiert werden, denn Schulvermeidung hat erhebliche soziale Folgen. Die wichtigste Rahmenbedingung ist, dass das Kind die Schule besuchen soll, ehe mit der Behandlung begonnen wird. Leicht könnte sich ansonsten die pathologische Beziehung zwischen Mutter und Kind, zwischen Anklammern und aggressiver, sadistischer Kontrolle wiederholen.

Arbeit am Rahmen

- Entscheidend ist von Anfang an die Forderung nach engagierter Mitarbeit der Eltern. Diese müssen wieder lernen, Ängste und Aggressionen des Kindes auszuhalten. An diesen Fähigkeiten muss fokussiert gearbeitet werden. Oft ist es äußerst wirksam, wenn anfänglich der Vater das Kind in die Schule begleitet, weil bereits das die unheilvollen Verklebungen zwischen Mutter und Kind lockern kann.

Wie lange diese Klärung dauert, wird von der Haltung eines jeden Therapeuten abhängen.

Die Schulphobie ist eine Trennungsangst. Dieser Konflikt wird allerdings über ‚phobische Pseudoobjektivierung‘ unkenntlich gemacht.

Die Folgen sind: Regression in eine paradiesische Symbiose mit sekundärem Krankheitsgewinn und Vermeidung von Trennung.

Hochproblematisch ist vor allem der soziale Schaden, den lange Schulverweigerung verursacht.

Darum muss dieser Abwehr-Vorgang von Anfang an mit Hilfe der Eltern (des Vaters!) außer Kraft gesetzt werden.

Von der ersten Begegnung an muss die Alternative Schulbesuch oder stationäre Psychotherapie klar eingefordert werden.

Zusammenfassung

Von den Trennungsängsten zu den generalisierten Ängsten wird die Fähigkeit von Ich- und Selbststruktur, Ängste bewältigen zu können, erkennbar immer geringer. Trennungsängste und generalisierte Ängste sind dennoch im Grunde fast identische Angststörungen. Die grundlegenden Ängste bei fast allen Angststörungen sind letztendlich die Ängste der Achtmonatsangst, entweder vor Trennung und Verlust oder vor dem Fremden und allzu großer Nähe.

Die aggressiven Affekte werden über Projektionen sowie über Zwangsbildungen zu bewältigen gesucht. Diese Abwehr schafft jedoch andauernd neue Konflikte, so dass die Ich-Struktur immer wieder labilisiert wird.

Die Phobie

- Phobos (Furcht) und Deimos (Schrecken) sowie Eros (Liebe) waren in der griechischen Mythologie Kinder des Kriegsgottes Ares und der Liebesgöttin Aphrodite. Dies macht deutlich, dass auch die Furcht ein Abkömmling von Liebe und Aggression ist.

Medusa und Phobos



Kennzeichen von Phobien ist eine unmittelbare Angstreaktion beim Auftreten des phobischen Reizes, den das Kind zu vermeiden sucht.



Die Phobie

Innerhalb einer Phobie wird Angst auf **jedem** Strukturniveau verdrängt und auf ein äußeres Objekt verschoben. Das phobische Objekt kann somit gemieden werden, was die Illusion schafft, den Konflikt oder die Angst vermeiden und die Beziehungen konfliktfrei halten zu können. Der ursprüngliche Angstinhalt wird also verdrängt, an seine Stelle tritt die Angst vor äußeren Gefahren.

Spezifische, isolierte Phobien



- Im Kindesalter kommt es insbesondere zu Tierphobien. Zumeist sind es Hunde-, Spinnen-, Quallen oder Schlangenphobien. Häufig ist auch die Furcht vor Gewittern, Regengüssen oder sonstigen lauten Geräuschen. Ängste in geschlossenen Räumen oder auf großen Plätzen mit Menschenansammlungen, vor Dunkelheit und Höhen, sind seltener und kommen erst im späteren Kindes- und Jugendalter vor. Einfache Phobien (also eine anhaltende Angst vor einem umschriebenen Stimulus – Objekt oder Situation) treten als Komorbidität bei den meisten Angststörungen relativ häufig auf: Wie im Erwachsenenalter kommen Kinder mit einfachen Phobien allerdings wegen dieser Symptomatik eher selten in Behandlung.



Fallbeispiele

Agoraphobie

- (Agora = Markt-, Versammlungsplatz) Die Furcht bezieht sich nicht nur große, offene Plätze, sondern auf eine Vielzahl von öffentlichen Orten, wie etwa Kaufhaus, Kino, Fahrstuhl und Menschenansammlungen, die von den Patienten gemieden werden. Die Betroffenen fürchten, dass ihnen in dieser Situation etwas zustoßen könnte. Kinder und Jugendliche mit Agoraphobie befürchten eher, dass der Aufzug stecken bleibt, im Kaufhaus ein Feuer ausbricht und sie dann nicht mehr der Situation entkommen können. Die Befürchtungen beziehen sich bei kleineren Kindern mehr auf die gefürchtete Situation, bei älteren Jugendlichen auf die Bedrohung der eigenen körperlichen Unversehrtheit. Die Agoraphobie tritt oft in Kombination mit der Panikstörung auf

Soziale Phobien im Jugendalter

Gemäß ICD-10 beginnen abgrenzbare soziale Phobien erst im Jugendalter, im Kindesalter ist es die so genannte Schulphobie. Die Patienten fürchten, der prüfenden Betrachtung anderer Menschen ausgesetzt zu werden und vermeiden diese Situation. Soziale Phobien können klar abgegrenzt und beispielsweise auf Essen oder Sprechen in der Öffentlichkeit oder auf Treffen mit dem anderen Geschlecht beschränkt sein.

Soziale Phobien im Jugendalter

- Sie können aber auch generalisieren und in so gut wie allen sozialen Situationen auftreten. Die Symptomatik ist vielfältig, es kommt zu Ängsten, zu Erbrechen, oder zu Beschwerden wie Erröten, Hände zittern, Übelkeit oder einem dauernden Drang zum Wasserlassen. Zum großen Problem wird, dass es zum Rückzug aus allen sozialen Situationen kommen kann. Dies führt zwangsläufig zur Beeinträchtigung von beruflichen Ausbildungen sowie von Partnerbeziehungen. Oft wird auch erst sehr spät psychotherapeutische Hilfe gesucht, so dass bei sozialen Phobien fast immer von „verpassten Chancen“ gesprochen werden muss

Ein Kind, das sich in der Dunkelheit ängstigte, hörte ich ins Nebenzimmer rufen: „Tante, sprich doch zu mir, ich fürchte mich.“ „Aber was hast Du davon? Du siehst mich ja nicht“; darauf das Kind: „Wenn jemand spricht, wird es heller.“ (Sigmund Freud, 1916/17, S. 393)

