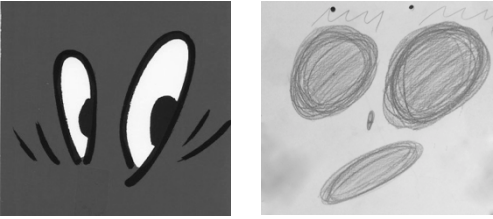



Angst




Prim.Dr.Adrian Kamper
Department für Psychosomatik
für Säuglinge, Kinder und Jugendliche
Wien 29.09.2017



Angst

- Angst ist ein menschliches Grundgefühl und zeigt körperliche, psychische und soziale Wirksamkeit.
- Wir erleben Angst in bedrohlichen oder als bedrohlich erlebten Situationen.
- Auslöser von Ängsten sind reale, erwartete oder phantasierte Bedrohungen.
- Diese beziehen sich häufig auf die körperliche Unversehrtheit (Verletzungen, Erkrankungen, Schmerzen, Tod) oder auf die Persönlichkeit (Kränkung, Beschämung)

Dr.Adrian Kamper OÖGKJ 28092017




Angst

- Angst schützt (Angst als Schutzmechanismus)
- ohne Angst kein Lernen (Angst als Motor der Entwicklung)
- Angst-Symptome unterscheiden nicht, ob es sich um eine reale Bedrohung handelt oder nicht.

Ängstlichkeit

- ist eine Temperamenteigenschaft, ein Wesensmerkmal leichter, rascher, häufiger und intensiver Angst zu fühlen, als andere Menschen.


Dr.Adrian Kamper OÖGKJ 28092017



Bindung: Sicherheit als Voraussetzung von Autonomie

- dies geschieht innerhalb des vorhandenen familiären Bezugssystems (und den Möglichkeiten an Bindung)
- vom „Wir sind-Gefühl“ mittels affektivem Tuning zum „Ich bin ich Selbst“ und mittels fortlaufender Entwicklung (Mobilität, social-kognition revolution, Ernährung) zur physiologischen Trennung
- Schritt für Schritt in die Autonomie (Übung im Spiel, Trennungskompetenz erwerben, Selbstständigkeit entwickeln, Neues erkunden)
- Knautschzone Jugendalter

Dr.Adrian Kamper OÖGKJ 28092017



altersbezogene Angstthemen		
Alter	Angst-Thema	Beispiele
0-6 Mo	Aversive Reize	neue Geräusche, Lärm, Unruhe, Klima
6-9 Mo	Fremde	Nicht vertraute, fremde Personen
9-24 Mo	Trennung	von Bezugspersonen Kuscheltier, Schnuller
2-5 Jahre	Umweltängste	Dunkelheit, Lärm, Wetterphänomene, Tiere, Gespenster, Spritzen,

Dr. Adrian Kampfer ÖGKJ 20092017


altersbezogene Angstthemen		
Alter	Angst-Thema	Beispiele
6-9 Jahre	Sozialisations-ängste	Schule/Leistungen, sozial-emotional, Trennung
9-12 Jahre	Realängste	Erkrankung, Tod, Trennung
12-14 Jahre	Reifungsängste	körperl. Entwicklung, Sexualität, Körperschema/-morphe Phobien, Panik
>14 Jahre	Existenzängste	Selbstwert, Identität sozialen Kontakten und Situationen, Zukunft

Dr. Adrian Kampfer ÖGKJ 20092017

krankhafte Angst

Kennzeichen

- eine lange Dauer
- eine hohe Intensität
- die Anlassgeneralisierung/ Generalisierungstendenz
- eine Unangemessenheit im situativen Kontext




Dr. Adrian Kampfer ÖGKJ 20092017

Dysfunktionalität

(nach Christian Scharfetter, allgemeine Psychopathologie)


- die Bewältigung von Aufgaben im gegebenen Lebenskontext gelingt nicht (*nicht mehr*)
- Versagen, nicht mehr können, sich daneben zu benehmen
- Opfer der eigenen Impulse, Triebe und Affekte zu werden, sich und andere zu gefährden



Dr. Adrian Kampfer ÖGKJ 20092017

Epidemiologie


- Häufigkeitsangaben variieren stark durch Anwendung unterschiedlicher Kriterien: 5-18%
- bei Bestehen einer Angststörung: 60% Chance zu einer weiteren Angststörung
- zusätzliche depressive Störungen: in 30 und 70% (+ Verschlimmerung der Angstsymptomatik)
- liegen Angst und Depression gemeinsam vor-weitere Angststörungen in 65-95%
- Liegt primär eine Depression vor: Komorbiditätsraten für Angststörungen 20-50%



Dr. Adrian Kämpfer OÖGK 20092017

Ausdrucksformen

- körperlich: Stressreaktionen (Psychoneuroendokrinologie)
Symptome des somatoformen (funktionellen) Spektrums
- psychisch: Veränderungen von Wahrnehmung, Denken und Handeln
- sozial: Alltagsfunktionen- und Situationen werden verändert/ eingeschränkt/ vermieden



Dr. Adrian Kämpfer OÖGK 20092017

affektive Alarmreaktionen Stressreaktionen

Innere Bewertung:
Erfahrungssumme
+ emotionale Färbung

Reaktionen :
Flucht oder Kampf
oder kluge Überlegung

Resultat:
bewältigbarer Stress.....
also Erfolg (Belohnung)

Furcht
-hyperarousal
-Sensibilisierung





Dr. Adrian Kämpfer OÖGK 20092017

Literatur für Betroffene





Dr. Adrian Kämpfer OÖGK 20092017