

(Geschlechtsspezifische) Ängste und Bewältigungsmuster

Fortbildung für „Talent im Land“
an der Evangelischen Akademie Bad Boll

3./4.12.2010

© Dr. S. Seiler

Mittelwertvergleich für Angststörung, erhoben mit dem Phobiefragebogen für Kinder und Jugendliche (PHOKI)

Mädchen

Angst vor Gefahr/Tod **

Trennungsängste *

Soziale Ängste**

Bedrohlich./Unheimliches **

Tierphobien **

Medizinische Eingriffe *

Schul- und Leistungsängste

Gesamt-Mittelwert (T-Werte):
53,6

Jungen

Schul- und Leistungsängste

Gesamt-Mittelwert (T-Werte):
41.3

Häufigkeiten im PHOKI bezogen auf das Alter und Geschlecht

	<u>Mädchen</u>		<u>Jungen</u>
8-10-jährige	62.4	>	52.3
11-13-jährige	58.5	>	44.9
14-18-jährige	41.6	>	31.6
Gesamt	53.6	>	41.3

Geschlechtstypische Ausprägungen

(Angaben der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie)

Mädchen

Jungen

Trennungsangst: etwa 4,5% aller Kinder (und Jugendlichen), keine Geschlechterunterschiede

4-7-jährige: **Isolierte Phobien**
(v. a. Angst vor Tieren)

8-12-jährige: **Angst vor medizinischen Eingriffen, gesundheitliche Sorgen**

8-12-jährige: **Angst vor Klassenarbeiten und vor dem Zeugnis**

13-jährige: **Agoraphobien**

18-jährige: **Isolierte Phobien** (etwa 3mal so häufig wie bei männlichen Jugendlichen)

13-jährige: **Angst vor ökonomischen Problemen**

13-jährige: **Soziale Angst** (etwa 2mal so häufig wie bei Mädchen)

Verhaltensforschung: Es gibt drei evolutionär bedingte Reaktionstypen bei Angst:

Flucht:

- Vermeidung
- Verdrängung
- Verleugnung
- Selektive Wahrnehmung
- Kompensation



Schulangst?

Kampf:

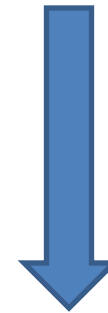
- Aggression und Angriff
- Aktive Problemlösungen
- Anstrengung



Aktive Leistungsverweigerung?
Opposition?

Totstellen:

- Erstarren
- Verstummen



Passive Leistungsverweigerung?
Black-Outs?

Was lässt sich daraus ableiten für geschlechtertypische Umgangsformen mit Angst, die vielleicht biologisch (mit)bedingt sind?

1. Wenn Jungen aggressiver sind als Mädchen

(was ein nicht unumstrittenes Klischee darstellt, weil in den entsprechenden Untersuchungen unterschiedliche Aggressionsformen erhoben werden)

2. Dann kann man rückschließen, dass bei Angst eine der o. g. Reaktionsformen Jungen näher liegt als bei Mädchen: die aggressive Reaktion

(- die Aggression kommt bei Ängstlichen in der Therapie immer dann zum Vorschein, wenn die Flucht/Vermeidung nicht mehr zugelassen wird

- tatsächlich überdecken Jungen ihre Angst oft mit Aggressionen, schon im Kindergarten sind die „wilden“, „aggressiven“ Jungen jene, die ängstlich sind oder sich überfordert fühlen.

- wenn Jungen aggressiv werden, muss man zunächst immer überprüfen, ob dies nicht eine Kompensation für erlebte Angst darstellt)

3. Erschwerend kommt hinzu, dass Jungen so sozialisiert werden, dass sie schlechter über Gefühle kommunizieren können und nicht zu ihrer Angst stehen, weil dies als Schwäche ausgelegt wird. Angstinhalte werden entsprechend abgewehrt und verleugnet.

Locus of control

(Kontrollüberzeugung, Selbstwirksamkeit)

Internale

Kontrollüberzeugung

(ich bin meines eigenen Glückes Schmied)



stabil, z. B.:

- Wissen,
- Fähigkeiten,
- Persönlichkeit

instabil, z. B.:

- Anstrengung,
- Tagesform,
- Faulheit,
- fehlende Motivation

Externale

Kontrollüberzeugung

(mein Leben wird von Faktoren beeinflusst, auf die ich keinen Einfluss habe)



Stabil, z. B.:

- mächtige andere Personen,
- das Schicksal
- Glück/Pech

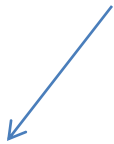
Instabil, z. B.:

- Aufgabenschwere
- Situation,
- das Wetter,
- die falsche Tageszeit

➔ Ein selbstwertförderlicher Attributionsstil zeichnet sich dadurch aus, dass Erfolge internal und stabil, Misserfolge external und instabil attribuiert werden.

Geschlechter-Perspektive der „locus of control-Forschung“:

**Mädchen und Frauen,
attribuieren:**



Erfolg eher external:
(das waren günstige
Umstände, die mir
geholfen haben;
leichte
Aufgabenstellung)



**Misserfolg eher
internal:**
(war ja klar, dass ich das
nicht schaffe)

**Jungen und Männer,
attribuieren:**



Erfolg eher internal:
(das hab ich wieder
toll gemacht)



**Misserfolg eher
external:**
(blöder Lehrer,
Aufgabenstellung viel
zu schwer)

Diskussion von geschlechtstypischen Bewältigungsmustern bei leistungsbezogenen Ängsten

1. Mädchen versuchen ihre Angst eher zu bewältigen über Fleiß und Anstrengung
2. Jungen reagieren mit Verweigerung und Aggression
3. Jungen bemühen sich, Probleme alleine zu lösen, da sie im Zuge ihrer Autonomisierung den Anspruch haben, Autarkie (Unabhängigkeit) herzustellen
4. Mädchen bemühen sich, Probleme eher gemeinschaftlich zu lösen, da sie im Zuge ihrer Autonomisierung Vernetzung und neue Bindungen herstellen wollen.