

Ergotherapie mit Kindern mit Ängsten

Ängste gehören natürlich zu jedem Leben dazu. Gefühle von Angst, Scheu, Zurückhaltung sind bei bestimmten Erlebnissen angemessene emotionale Reaktionen, mit denen wir lernen, im Leben zurechtzukommen. Manchmal gelingt dieses Kindern jedoch nicht und ihre Ängste hindern sie daran, sich ihren Entwicklungsaufgaben zu stellen. So können Ängste zu starken Hemmnissen werden, die eine Entwicklungsstörung bilden bzw. verursachen.

Der Hintergrund ist bei jedem Kind individuell und vielfältig. Es können körperliche Einschränkungen oder Behinderungen bestehen, die das Kind entmutigen oder für die es beschämt wurde. Vielleicht hat es traumatische Erfahrungen gemacht, die es emotional nicht verarbeiten konnte. Möglicherweise ist die familiäre und soziale Situation sehr belastend oder überfordernd.

Ängste zeigen sich bei jedem Kind individuell und können sich hinter körperlichen Problemen oder auffälligem Verhalten verstecken. Manche entwickeln Bauchschmerzen oder nässen wieder ein. Manche sprechen nicht außerhalb der Familie, entwickeln eine mutistische Störung und machen keine eigenständigen Schritte in die Welt hinaus. Andere verweigern sich oder flüchten sich in oppositionelles Verhalten. Wieder andere sind allzu brav und angepasst.

Ist die Entwicklung eines Kindes aufgrund von Ängsten gestört, kann der Kinderarzt oder Kinder- und Jugendpsychiater Ergotherapie verordnen. In der Ergotherapie biete ich Möglichkeiten an, dass diese Kinder Selbstwirksamkeit erleben: *Ich kann etwas! Ich bin erfolgreich!* Spiele jeder Art und gestalterische und handwerkliche Aktivitäten werden so ausgesucht und angepasst, dass das Kind erlebt, auf die Welt zu zugehen, sie durch Handeln aktiv zu verändern und etwas auszuprobieren macht Freude. Für Kinder, die sich in oppositionelles Verhalten flüchten, biete ich einen klaren Bezugsrahmen, der ihnen in seinen Begrenzungen Halt gibt.

Jedes Kind kann eigenständig und individuell entdecken, dass es aus der Sackgasse, in die es seine Ängste gebracht haben, wieder herauskommen kann. Das Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein wird gestärkt, um die nächsten Entwicklungsschritte zu tun. Der Transfer in die Lebenswelt des Kindes wird möglicherweise durch kleine *Mutaufgaben* vorbereitet. In der Regel nehmen die Kinder die Erfahrungen aus der Ergotherapie schnell mit in ihren Alltag.

Als Therapeutin ist für mich entscheidend, dem Kind Respekt entgegenzubringen. Sein ängstliches Verhalten ist für mich kein Makel, der *weggemacht* werden muss. Ich vertraue auf die grundlegende Neugier, die jedes Kind in sich hat, forschend auf die Welt zuzugehen und auf seine reichen Möglichkeiten, die neuen Erfahrungen in sein Selbstbild zu integrieren. Meine pädagogischen und psychotherapeutischen Aus- und Fortbildungen kann ich dabei gut in die ergotherapeutische Arbeit einbringen.

Den Einbezug der Eltern oder anderer Personen aus dem sozialen Umfeld des Kindes gestalte ich jeweils unterschiedlich. Manchmal ist es wichtig, dass die Eltern nicht anwesend sind, sodass das Kind erlebt, dass die Ergotherapie *sein eigener* Erlebnisraum ist. Häufig sind Eltern einige Zeit bei der Ergotherapie anwesend. Dann können sie möglicherweise als *teilnehmende Beobachter* eine neue Sichtweise auf ihr Kind entwickeln oder vielleicht mein Verhalten als Modell eines Umgangs mit ihrem *schwierigen* Kind sehen. In begleitenden Elterngesprächen wird versucht, ein Verständnis für die Ängste des Kindes zu entwickeln. Es wird besprochen, wie diese ihr Kind im Alltag unterstützen und fördern können.