

P3: Fragen für die Exploration (Therapeut)

1. Was sind die Auslöser der Angst (sind es vorrangig Situationen oder Objekte, imaginierte Angstsituationen/-objekte oder körperliche Empfindungen)?
2. Wie äußert sich das Angsterleben und welche Angstsymptome treten auf (Häufigkeit, Intensität und Dauer)? Wann trat die Angstsymptomatik erstmalig auf und wie war der bisherige Angstverlauf (Ausweitung der Angst, vorübergehende Abschwächung der Angst, konstanter Verlauf, Vorbehandlungen)?
3. Über welche körperlichen Symptome (Bauch-, Kopfschmerzen) klagt das Kind bzw. der Jugendliche? Könnten es körperliche Symptome der Angst sein (Selbsteinschätzung des Patienten und Fremdeinschätzung von Eltern, Lehrern oder anderen Bezugspersonen)?
Fragen zu den körperlichen Symptomen der Angst für Kinder: Woran merkst du, dass du Angst hast? Ist dir dann schwindelig? Schwitzt du stark? Schlägt dein Herz schneller? Hast du Kopfschmerzen oder Bauchweh? Wird dir übel?
4. Welche Gedanken hat das Kind, während es Angst erlebt? Was könnte Schreckliches passieren (so weit denken Angstpatienten meistens gar nicht)? Welche angstbezogenen negativen Gedanken, Vorstellungen und Katastrophenthemen werden geäußert?
Weiß das Kind keine Antwort, helfen suggestives Fragen weiter wie: Könntest du krank werden? Könnte ein Einbrecher in der Wohnung sein?
5. Schämt sich das Kind seiner Angst wegen? (Oft verleugnen Jungen ihre Angstgefühle bereits ab der kognitiven Reife, vermehrt ab der Vorpubertät oder Pubertät, weil sie cool erscheinen wollen.)
6. Vermeidungsverhalten: Wovor wird ausgewichen? Wie versucht das Kind, die Angstsituation zu kontrollieren? Welche Bezugspersonen oder Peers helfen ihm dabei, zu vermeiden? Wie stark
 - a) ... ist sein Bewegungsradius eingeschränkt?
 - b) ... ist es von Bezugspersonen abhängig?
 - c) ... sucht es nach Rückversicherung?
 - d) ... nimmt es eine Schonhaltung ein?
 - e) ... zieht es sich sozial zurück?
 - f) ... ist seine Beeinträchtigung insgesamt?
7. Selbstständigkeit, Bewegungsfreiheit: Wer ermutigt das Kind noch am ehesten? Wer beschützt es und engt seine Autonomieentwicklung und seinen Bewegungsradius vermutlich ein?
8. Wie verlief die schulische Entwicklung bis dato? Welchen Schultyp besucht das Kind bzw. der Jugendliche derzeit? Wie ist sein Leistungsstand in der Schule? Verfügt es/er über herausragende Leistungskompetenzen und soziale Fähigkeiten? Welche fehlen ihm? Wie reagiert es/er auf Bewertung und Benotung? Wie ist die Fremdeinschätzung der Klassenlehrerin und der Eltern?
9. Wie versucht das Kind/der Jugendliche bislang, seine Angst zu bewältigen?
10. Welcher Elternteil und/oder andere Familienmitglieder (Onkel, Tanten, Großeltern) leiden ebenfalls unter Ängsten, Depressionen oder anderen psychischen Störungen? Wie stark ausgeprägt sind diese Störungen (Intensität, Beeinträchtigungsgrad)? Wie geht der oder die Betreffende mit den Ängsten um?
11. Inwieweit lebt der ebenfalls ängstliche Elternteil Vermeidungsverhalten vor?

12. Wie ist der Erziehungsstil der Eltern/Bezugspersonen (überbeschützend und kontrollierend, fordernd und züchtigend, liebevoll und ermutigend)? Besteht ausreichend Konsistenz beim erzieherischen Vorgehen beider Elternteile (vgl. Fragen 19 und 20), tauschen sie sich sachlich aus, ziehen sie am gleichen Strang?
13. Gab es kritische Lebensereignisse innerhalb der letzten zwei Jahre (Krankheits- oder Todesfälle, Unfälle im persönlichen Umfeld, Schulwechsel, Umzug, Partnerprobleme der Eltern, Arbeitslosigkeit eines Elternteils)? Unter welchen Belastungen steht das Kind derzeit? Wie steht es um seine Selbsthilfefähigkeit/Selbstwirksamkeit?
14. Gab es traumatisierende Erlebnisse (wie wurde z. B. der erste Panikanfall erlebt und welche Folgen hatte er)?
15. Welche Ressourcen sind vorhanden (soziale Kommunikationsfähigkeit, soziales Netzwerk, Integration in Gruppen mit Gleichaltrigen, kognitive Beweglichkeit, besondere Interessen und Talente), welche Ressourcen werden gefördert?
16. Liegen komorbide Störungen vor (z. B. Vollbild einer Depression oder subklinisch ausgeprägte Depression? Rangfolge der Diagnosen)?
17. Gibt es gegenwärtige und vergangene körperliche Erkrankungen/Behinderungen?
18. Wie verliefen Geburt und frühkindliche Entwicklung? Ab wann waren das ängstlich-scheue Temperament und die Verhaltenshemmung erkennbar? (Nur selten ist ein Kind mit spezifischer Phobie vor Ausbruch der Angst nicht hochreaktiv und auffällig gewesen.)
19. Welche Familienform liegt vor (vollständige Familie, alleinerziehender Elternteil, Patchwork-Familie)?
20. Falls die Eltern getrennt sind, bei welchem Elternteil lebt das Kind? Wer hat das Personensorgerecht? Wie sieht die Besuchsregelung aus? Erziehen Stiefeltern, Großeltern oder andere mit (sollten sie in die Therapie mit eingebunden werden)?
21. Welche Bildung und welchen Beruf haben die Eltern? In welchem soziokulturellen Milieu wächst das Kind bzw. der Jugendliche auf? Wie ist es um die finanzielle Situation bestellt? In welcher Wohnkultur wird das Kind groß?
22. Welche Erwartungen stellen die Eltern an das Kind?
23. Welchen Stand hat das Kind in der Geschwisterreihe (Halb-, Stief-, Adoptiv-, Pflegegeschwister)? Sind Geschwister auffällig?
24. Wie sieht der Umgang mit Geschwistern, Peers und Erwachsenen innerhalb und außerhalb der Familie aus? Hat das Kind einen Freundeskreis, beste Freunde/Freundinnen?
25. Bestehen weitere Auffälligkeiten; gibt es besondere Lebensbedingungen?
26. Welche Therapieerwartungen haben das Kind/der Jugendliche und seine Eltern?