

Inhalt

Vorwort zur 1. Auflage	11
1 Ängstlich und aggressiv als Kind – psychisch krank als Erwachsener	13
1.1 Die Kindheit prägt unser Verhalten	13
1.2 Reaktionen der Umgebung	14
1.3 Dauerstress – Ursachen und Folgen	18
1.4 Was tun bei mangelhafter Fähigkeit zur Verhaltenssteuerung?	18
1.5 Wann sollte ein Verhaltenstherapeut befragt werden?	19
1.6 Jahrzehnt der Verhaltensstörungen	20
2 Selbstwertgefühl und Verhalten	21
2.1 Das Selbstwertgefühl	21
2.2 Kindliches Verhalten	23
2.3 Die Verhaltensbildung	27
2.4 Selbstwertgefühl und soziale Kompetenz	28
3 Verhaltensauffälligkeiten	32
3.1 Die neurologischen Ursachen der Verhaltensbildung	32
3.2 Wichtige Gehirnbereiche für die Verhaltensbildung	33
3.3 Kriterien zur Verhaltensbeurteilung	37
3.4 Wenn auffälliges Verhalten zur Verhaltensstörung wird	38
3.5 Beispiele aus der täglichen Praxis	39
3.6 Wie kann Verhaltensstörungen entgegengewirkt werden?	41
3.7 Konkrete Hilfen frühzeitig einsetzen	42
3.8 Erwartetes Verhalten	44
3.9 Verhaltensbesonderheiten in der frühen Kindheit	45
Das Schreikind mit »Dreimonatskolik«	45
Das trotzende Kind	46
Der »Wegbleiber« – respiratorische Affektkrämpfe	46
3.10 Richtiges Verhalten erlernen	47
4 Ursachen von Verhaltensstörungen behandeln	50
4.1 Erbanlagen und soziale Normen	50
4.2 Der Beginn einer Negativspirale	51

4.3	Ergebnisse veränderter Wahrnehmung	52
4.4	Die Bedeutung des sozialen Umfeldes	53
4.5	Der Einfluss der Vererbung	54
4.6	Beeinträchtigung der Entwicklung	54
	Asperger-Syndrom	54
	Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom (AD(H)S) mit und ohne Hyperaktivität	58
	Fragiles-X-Syndrom	61
4.7	Die Bedeutung des Zentralnervensystems für die Verhaltensbildung	62
4.8	Neurobiologie des Lernens	63
4.9	Verbesserung der Wahrnehmungsverarbeitung	66
5	Gehirn, Umwelt und Verhalten	68
5.1	Was beeinflusst die Gehirnentwicklung?	68
	Toxine (Giftstoffe) in der Schwangerschaft als wichtige Ursache für Funktionsstörungen des Gehirns	68
	Infektionen in der Schwangerschaft	70
	Hochgradige Unreife bei der Geburt	70
5.2	Die Bedeutung der Vorbildwirkung für Verhaltensbildung ..	71
5.3	Fördern und fordern – durch Spielen lernen	72
	Bedeutung des Spielens	72
	Kindergarten als Vorbereitung auf die Schule	73
5.4	Die Erziehung	75
	Erziehen ist schwer, richtig erziehen noch schwerer	75
	Richtige Belohnung	77
	Wie viel Erziehung braucht ein Kind?	77
	Kriterien der sozialen Reife	78
	Verwöhnende Erziehung	78
	Erziehung setzt Grenzen mit Konsequenzen	80
6	Wahrnehmungsverarbeitung und Stress	82
6.1	Stress als Ursache und Folge veränderter Wahrnehmung	82
6.2	Stress ist ein Bindeglied zwischen Veranlagung und Verhalten	83
6.3	Körperliche Auswirkungen von negativem Stress	84
	Die Wirkung von Stress auf das Nervensystem	84
6.4	Stressbewältigung	87
6.5	AD(H)S – ein Stresspotenzial	87
6.6	Ängste und Aggressionen in der Kindheit	88
6.7	Was bedeutet »reaktive Fehlentwicklung«?	90
6.8	Psychischer Stress und das Immunsystem	91
6.9	Alpträume	92
6.10	Stottern und Stammeln	93

7	Teilleistungsstörungen als Folge einer gestörten Informationsverarbeitung	95
7.1	Entwicklung von Teilleistungsstörungen	95
7.2	Ursachen von Teilleistungsstörungen	96
7.3	Folgen für die Entwicklung und das Selbstwertgefühl	97
7.4	Beispiele von Kindern und Jugendlichen mit Teilleistungsstörungen, auffälligem Verhalten und Selbstwertproblematik	100
8	Ängste und ihre Bedeutung	109
8.1	Angst als Symptom	109
8.2	Traumatisch bedingte Ängste	110
8.3	Ängste infolge innerer Verunsicherung	111
8.4	Der Unterschied zwischen »Angst« und »Furcht«	113
8.5	Verschiedene Ängste und ihre Ursachen	115
8.6	Panikattacken	116
8.7	Schulphobie	117
8.8	Zwänge und ihre Ursachen	118
8.9	Therapeutische Strategien bei Ängsten im Kindes- und Jugendalter	119
	Konfrontationstherapie	119
	Ursachenorientierte Verhaltenstherapie	119
8.10	Angst als Beginn einer psychischen Erkrankung	121
8.11	Medikamentöse Behandlung	122
9	Aggressives Verhalten	125
9.1	Verschiedene Formen der Aggressivität	125
	Aggressivität als positive Eigenschaft	125
9.2	Beispiele aus der Praxis	126
9.3	Das limbische System – ein Zentrum der Gefühle	128
9.4	Die häufigsten neurobiologischen Ursachen für Aggressivität	129
9.5	Wenn aus einer Verhaltensstörung eine Borderline-Persönlichkeitsstörung wird	130
9.6	Das Borderline-Syndrom bei Erwachsenen	131
	Borderline – eine Extremform des AD(H)S im Erwachsenenalter?	132
9.7	AD(H)S-Symptome bei Erwachsenen	133
9.8	Affektive Störungen	134
9.9	Vorwiegend soziale Ursachen für aggressives Verhalten	135
9.10	Der Einfluss der Medien auf die Verhaltensbildung	136
9.11	Computerspiele können Lernen blockieren	137
9.12	Mediensüchtig?	138
10	Kriminelle Laufbahnen verhindern	140
10.1	Kriminelle Handlungen	140
10.2	Gesellschaftliche Ursachen	142

10.3	Maßnahmen zur Verhinderung einer kriminellen Entwicklung	143
10.4	Sozial angepasste Aggressivität	144
10.5	Intelligenz und Verhalten	146
10.6	Widersprüche lösen und Extremverhalten unterbinden	147
10.7	Verhalten und familiäres Umfeld	148
10.8	Beispiele aus der Praxis	149
11	Aggressives Verhalten verhindern	150
11.1	Die Schule als konfliktbelasteter Bereich	150
11.2	Welche Schüler sind potenzielle Mobbing-Opfer?	152
11.3	Teamwork gegen aggressives Verhalten	152
	Die Eltern als Coach	152
	Verhaltenstherapeutische Strategien	153
11.4	Wichtige Therapiebestandteile	153
12	Autoaggressive Handlungen	155
12.1	Ursachen für Selbstverletzungen	155
12.2	Essen als Mittel zum Stressabbau	156
	Ess-Brech-Sucht oder Bulimie	156
	Frustessen und seine Ursachen	157
	Die Pubertäts-Magersucht (Anorexie)	159
13	Folgen einer traumatisch erlebten Kindheit	161
13.1	Umweltfaktoren und Veranlagung	161
13.2	Diagnostik psychischer Störungen	164
	Familie in Tieren	164
	Der Sceno-Test	166
	Familienbrett	166
	Der Satzergänzungstest	167
	Die Befindlichkeitsskala	167
	Der Zaubertest	167
14	Therapie von Verhaltensstörungen	168
14.1	Verhaltenstraining	168
	Beispiele für eine verhaltenstherapeutische Behandlung von Klein- und Vorschulkindern	169
14.2	Training der Gruppenfähigkeit	169
14.3	Unterschiede von analytischer, tiefenpsychologischer und psychodynamischer Therapie	172
	Wenn der Missbrauch »missbraucht« wird	173
14.4	Systemische Therapie	174
14.5	Verhaltenstherapie	174
	Schwerpunkte der Verhaltenstherapie	176
14.6	Therapiebegleitende Elternarbeit und was sie bedeutet	178

15	Aktives Handeln bei Verhaltensstörungen, um ihre möglichen Folgen zu vermeiden	180
	Literaturempfehlungen für Eltern und Therapeuten	182
	Stichwortverzeichnis	185