

# Schulangst

Name des/der Vortragenden	Univ.-Lektor Ass.-Prof.in Mag.a Dr.in Sabine Vökl-Kernstock
Veranstalter	ÖAP (Österreichische Akademie für Psychologie, Serviceorganisation des BÖP)
Jahr des Vortrages	2015
Ersteller des Überblickbogens	Mag. Rappitsch Mario

## Definition

Schulangst liegt vor, wenn die tägliche Schulpflicht psychische oder psychosomatische Reaktionen hervorruft.

## Prävalenz

*Geschlechterverteilung:* Mädchen sind häufiger betroffen als Buben

*Prozentuelle Häufung in der Bevölkerung:* jeder 5. Schüler (20%) leidet unter Schulangst

## Klassifikationen

ICD 10: F 93.1 Phobische Störung des Kindesalters (gerichtete Angst vor dem Lebensraum Schule)

## Hauptkomponenten

Verhaltensauffälligkeiten

Leistungsangst

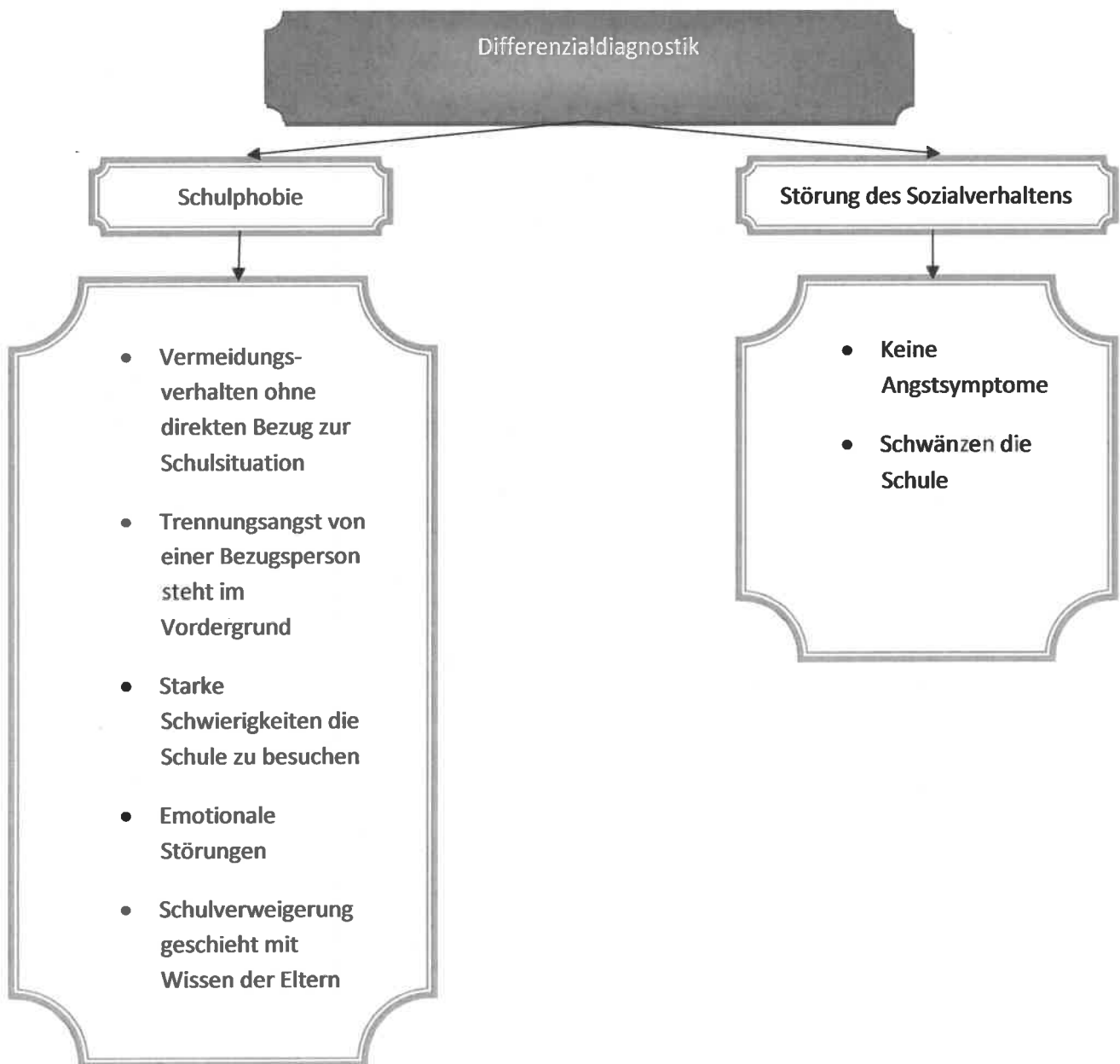
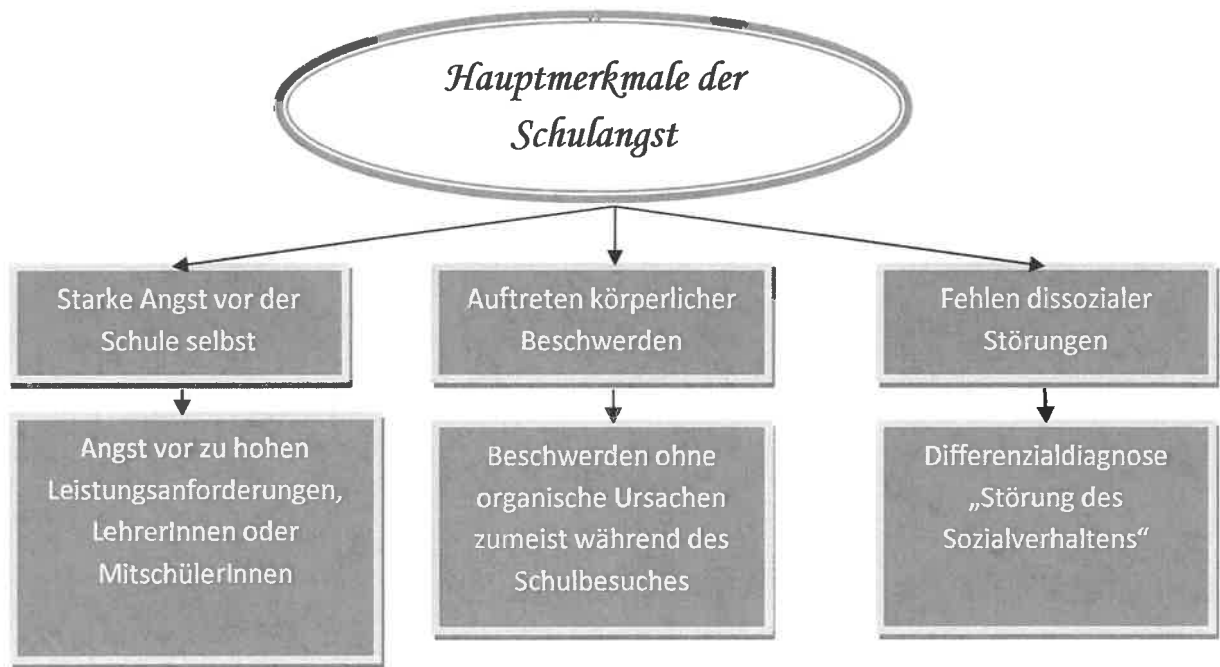
Soziale Angst

- Sorge vor unerfüllbaren Leistungsanforderungen
- Prüfungs- und Versagensangst
- Nicht die Prüfungssituation an sich, sondern die gedankliche Vorstellung vor einem drohenden Misserfolg bereitet Angst
- Gefühl der Hoffnungslosigkeit

### Symptome:

- Bauchschmerzen
- Übelkeit
- Kopfschmerzen
- Durchfall am Prüfungsmorgen
- Schweißausbrüche
- Zittern
- Harndrang
- Schlaf- und Konzentrationsstörungen

- Schwierigkeiten beim Sozialkontakt („Scheuheit“)
- Blickkontakt wird vermieden
- Isolation
- Vermeidung sozialer Kontakte



# Ursachen/Theorien

## Leistungsangst

Schulische Überforderung

Individuelle Lernschwierigkeiten

Nicht entsprechender Lernstil

Zu hohe Leistungserwartung

- **Nicht entsprechender Schultyp:** Jeder zweite fühlt sich zu einer Schulform gedrängt, deren Niveau als zu hoch empfunden wird
- Aufgrund Schulwechsel
- Aufgrund Krankheit
- Zu hoher Leistungsdruck

**Individuelle Lernschwierigkeiten**  
(Teilleistungsschwächen wie LRS und Dyskalkulie, Lernstörung bei ADHS)

- Zu hohe Erwartungen der Eltern
- Zu hohe Erwartungen des Kindes
- Zu hohe Erwartungen von LehrerInnen

## Soziale Angst

Eingeschränkter Umgang mit anderen Menschen

Mobbing

Eingeschränkte Kontakt- und Konfliktlösungsfähigkeit

- „Publikumsangst“
- Scham
- Angst sich zu blamieren
- Verlegenheit
- fühlt sich beobachtet
- Angst vor Bewertungen durch andere

- Prozess der systematischen Ausgrenzung und Erniedrigung eines anderen Menschen

## Persönlichkeitsmerkmale „schulängstlicher“ Kinder

Erhöhte  
generelle  
Ängstlichkeit  
des Kindes

Erhöhte  
Selbstunsicher-  
heit des Kindes

übertriebene  
„Abhängigkeit“  
von einem  
Elternteil  
(zumeist von  
der Mutter)

Hoher Kontrast zwischen  
aggressivem/dominantem  
Verhalten zu Hause  
gegenüber Familie und einer  
Schüchternheit und  
Ängstlichkeit in der Schule  
oder bei anderen sozialen  
Kontakten

Erhöhte  
Sensitivität  
gegenüber  
„auslösenden  
Faktoren“  
(schulische und  
außer-  
schulische  
Vorkommnisse)