

[E-BOOK] Selbsthilfe bei Angst im Kindes- und Jugendalter: Ein Ratgeber für Kinder und Jugendliche, Eltern und Erzieher

## Selbsthilfe bei Angst im Kindes- und Jugendalter: Ein Ratgeber für Kinder und Jugendliche, Eltern und Erzieher

Von Sigrun Schmidt-Traub  
ebooks | Download PDF | \*ePub | DOC | audiobook



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrank: #179395 in BcherVerffentlicht am: 2015-02-23Abmessungen: 8.31 x .47b x 5.28l, Einband: Taschenbuch170 Seiten | File size: 46.Mb

**Von Sigrun Schmidt-Traub : Selbsthilfe bei Angst im Kindes- und Jugendalter: Ein Ratgeber für Kinder und Jugendliche, Eltern und Erzieher** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Selbsthilfe bei Angst im Kindes- und Jugendalter: Ein Ratgeber für Kinder und Jugendliche, Eltern und Erzieher:

Kundenrezensionen  
Hilfreichste Kundenrezensionen  
13 von 14 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Nichts bei "einfachen" Kindesngsten  
Von J. Wolff  
Hallo!  
Das Buch thematisiert berwiegend Phobien, also starke ngste vor konkreten Situationen, Umstnden usw. und empfiehlt die strikte Konfrontation mit dem Angstgegenstand. Soweit so gut, dem konnte ich folgen und wrde auch so vorgehen.  
Unser Zweitgeborener (11) hat jedoch ngste vor Entfhrung, Erkrankung, Tod und kann z. B. deswegen schlecht einschlafen. Dem Buch konnte ich entnehmen, dass dies in seiner Altersgruppe durchaus zum normalen Angstgeschehen gehrt. Was man dagegen tun kann bzw. wie man ihm -etwas professioneller- helfen, ihn untersttzen kann, wird nur kurz behandelt. Soweit waren wir aber schon selbst:  
Abendritual, darber reden usw. (zum "reden" wren inhaltlich Tipps super gewesen).  
Schade, fr uns persnlich am Thema vorbei. Mit was sollte ich ihn hier auch konfrontieren? (\*schreck\*)  
Fr Eltern, deren Kinder Phobien haben und die schon darber nachdenken, ob ggf. psychiatrische Hilfe notwendig sein knnte, sicherlich ein guter Einstieg oder Weg zur Selbstlsung.  
J. Wolff

Kurzbeschreibung  
Zahlreiche Kinder und Jugendliche leiden unter ngsten. Obwohl Angststrungen inzwischen gut zu behandeln sind, kommt nur ein Drittel der Betroffenen in Therapie. Dieses Buch ist fr diejenigen Kinder, Jugendlichen und Eltern geschrieben, die keine Therapie wnschen oder die eine psychotherapeutische Behandlung ihrer Angststrung grndlich vorbereiten mchten. Was Sie als Eltern oder Erzieher ber Angststrungen wissen sollten, ist Gegenstand des ersten Teils des Buches. Verschiedene Angstdiagnosen sowie Methoden zur Angstbewltigung werden vorgestellt. Zahlreiche Beispiele veranschaulichen die entstehenden und aufrechterhaltenden Bedingungen der Angst. Der zweite Teil des Buches wendet sich direkt an ngstliche Kinder und Jugendliche im Alter von 10 bis 16 Jahren. In verstndlicher Sprache wird erlutert, was unter einer Angststrung zu verstehen ist und welche Mglichkeiten der Selbsthilfe es beim Abbau von phobischen und panischen ngsten gibt.