

## Umgang mit Kinderängsten

### Von Monstern unterm Bett und Einbrechern

Ängste gehören zur Kindheit dazu – sie sind ein normaler Bestandteil der Entwicklung und spielen eine wichtige Rolle beim Erlernen von Bewältigungsstrategien. Aber warum sollten pädagogische Mitarbeiter speziell für dieses Thema sensibilisiert sein?

Je früher Ängste erkannt und adressiert werden, desto effektiver können langfristige psychische Probleme vermieden werden (*frühe Intervention*). Als pädagogischer Mitarbeiter können Sie den Kindern hilfreiche Werkzeuge an die Hand geben, um mit ihren Ängsten besser umgehen zu können (*pädagogische Rolle*). Durch Ihre professionelle Einschätzung können Sie auch die Eltern in den Prozess einbeziehen und sie über die Bedürfnisse ihres Kindes informieren (*Elternarbeit*). Der Umgang mit Ängsten ist nicht nur für das betroffene Kind wichtig, sondern fördert auch das Gemeinschaftsgefühl und die sozialen Kompetenzen in der gesamten Gruppe (*soziale Kompetenzen*).

Dieser Workshop bietet Ihnen einen fundierten Überblick über die psychologischen Hintergründe von Kinderängsten und präsentiert praxisorientierte Ansätze zur Bewältigung dieser Herausforderungen im Kita-Alltag.

#### Ziele des Workshops

- Ängste erkennen: Lernen, die Symptome und Anzeichen von Ängsten bei Kindern zu identifizieren.
- Psychologisches Verständnis: Grundlagenwissen über die kindliche Psyche und typische Ängste in verschiedenen Altersstufen.
- Interventionsstrategien: Erlernen von Techniken und Aktivitäten, um Kinder in angstauslösenden Situationen zu unterstützen.
- Elternarbeit: Ansätze zur effektiven Kommunikation mit Eltern über das Thema Kinderängste.
- Gruppenmanagement: Wie man ein sicheres und unterstützendes Umfeld für alle Kinder schafft.
- Reflexion der eigenen Rolle: Selbsteinschätzung und eigene Weiterentwicklung im Umgang mit diesem sensiblen Thema.

#### Mögliche Inhalte des Workshops

- Was sind Kinderängste? – Eine Einführung.
- Altersspezifische Ängste und ihre Ursachen.
- Praktische Übungen zur Angstbewältigung in der Kita.
- Kommunikationsstrategien: Wie spricht man mit Kindern über ihre Ängste?

#### Mögliche Inhalte des Workshops (Forts.)

- Elterngespräche führen: Do's and Don'ts.
- Die Bedeutung der Phantasie und des Spiels bei der Bewältigung von Ängsten.
- Schaffung eines sicheren Raumes: physisch und emotional.
- Fallstudien: Beispiele aus dem Kita-Alltag.
- Ressourcen: Bücher, Apps und weitere Hilfsmittel.
- Selbstfürsorge für pädagogische Mitarbeiter: Wie man mit den eigenen emotionalen Reaktionen umgeht.

#### Methoden

- Fachlicher Input
- Moderation
- Kleingruppenarbeiten
- Bearbeitung individueller Anliegen
- Diskussion
- Erfahrungsaustausch

#### Zielgruppe

Pädagogische Mitarbeiter, Sozialarbeiter, Mitarbeiter der OGS

#### Hilfsmittel

Flipchart, Beamer, Moderations-/ Metaplanwand

#### Materialien

Präsentation/ Fotoprotokoll, Fortbildungsmaterialien

#### Zeitlicher Rahmen

6 Zeitstunden + Kaffee- u. Mittagspause

08:00 h bis 15:00 h o. 08:30 h bis 15:30 h o. 09:00 h bis 16:00 h

#### terminliche Verfügbarkeit & Angebot

[bitte hier anfragen](#)