

- 1 Wolkenstreichelmann
- 2 Angsthose
- 3 SOS von Paul Sauerkraut
- 4 Hirschgeweih
- 5 Im Park
- 6 Post aus dem Dschungel
- 7 Schlagen, Stoßen, Stampfen und Brüllen
- 8 Ungeheuer wilde Sachen im Schrank
- 9 Paula verjagt ihre Angst



UNGEHEUER WILDE TRAUDI

Projektleitung Elfriede Scharf
Geschichte Elfriede Scharf, Kuddel Muddel Theater
Figur Traudi Stefan Karch

Traudi Susanne Weber
Paula Florinda Fürst

Psychologische Aufbereitung Monika Specht-Tomann
Gestaltung Barbara Baumgartner

Ton und Musik 

Spieldauer 37 min.

Libelle 
Hörspiel

Schwere Themen • kinderleicht

UNGEHEUER WILDE TRAUDI

Libelle 
Hörspiel



Wie zeigen sich Kinderängste
und wie werden Kinder mutig?
Traudi hat viele Anregungen!

„Ängste bewältigen statt Ängste verdrängen“

– so lautet das Motto dieser Geschichte, in der das kleine Mädchen Paula gegen ihre Angst ankämpft. Aber warum hat Paula Angst? Das weiß sie auch nicht so genau, und sie kann dieses unheimliche, unangenehme Gefühl auch nicht genau beschreiben. Sie spürt es nur immer wieder. Es kommt beispielsweise, wenn Paula alleine zu Hause ist oder wenn sie in ihrem Bett liegt und eigentlich schlafen möchte...



„Wieso will Marie nicht mehr alleine einschlafen?“
 „Warum hat Max plötzlich Angst, in den Kindergarten zu gehen?“
 „Wie kommt es, dass Anna nicht mehr alleine in den Garten geht?“
 Diese und ähnliche Fragen beschäftigen viele Eltern und rühren an das Thema Angst.

Dieses Projekt kooperiert mit:

Kinderbüro Steiermark
www.kinderbuero.at



kija Steiermark
www.kija.at



Rainbows
www.rainbows.at



Rat und Hilfe erhalten Sie auch an regionalen Kinderschutzzentren, bei Familienberatungsstellen, Telefonseelsorgen und Psychotherapeuten in ihrer Nähe.

Informationen, viele Beispiele aus der Praxis und konkrete Hilfestellungen sind auch dem Buch

„Wenn Kinder Angst haben: Wie wir helfen können“
 (Specht-Tomann Monika, Patmos Verlag, 2007,
 ISBN 978-3-491-40106-8) zu entnehmen.



Das Land
 Steiermark

kultur steiermark

Stellvertretend für die eigenen mulmigen Gefühle, wenn Mama und Papa nicht zu Hause sind, wenn sich die Dunkelheit der Nacht über die Stadt, die Wohnung und das Kinderzimmer legt, wenn der Nachbarhund gar so wild bellt ... tritt das kleine Mädchen **Paula** mit ihrer Angst auf.

Zum Glück gibt es da noch **Traudi** - eine Fantasiegestalt - die dem verängstigten Mädchen hilft, ihre eigenen Kräfte zu entfalten, um das Unheimliche vor der Tür zu vertreiben. Wie gut ist es, wenn man in der Fantasie alle Tierfreunde zu Hilfe rufen kann! Wie befreiend ist es, dabei seine eigenen Kräfte zu entdecken, um mit den Ängsten fertig zu werden!

Für wen ist die Hörspielgeschichte „Ungeheuer wilde Traudi“?

- für Kinder im Kindergarten-, Vorschul- und Volksschulalter
- für Eltern, PädagogInnen und BegleiterInnen, die sich mit kindlichen Ängsten und deren Bewältigung auseinandersetzen möchten

© Monika Specht-Tomann, Psychologin

Warum Angst?

Momente der Angst ziehen sich durch jedes Kinderleben und gehören zu jeder gesunden Entwicklung. Meist sind die Angstzustände von kurzer Dauer. Genauso rasch wie die Entwicklung des Kindes voranschreitet, ändern sich die Angstinhalte.

Auf der Suche nach wirksamen Mitteln gegen die Angst entwickeln Kinder oft unglaubliche innere Kräfte und Phantasien. Bei der Auseinandersetzung mit den vielen großen und kleinen „Angstmonstern“ brauchen sie jedoch die sichere Geborgenheit ihres Umfeldes.



Kinder brauchen Eltern, die Verständnis für die Ängste ihrer Kinder zeigen und sie nicht auslachen. So können sie schrittweise wachsen und lernen, Neues in ihre kleine Kinderwelt zu integrieren.

Vielen Eltern fällt es schwer, den inneren Entwicklungskräften ihrer Kinder zu vertrauen. Die Sorgen über die gezeigten Ängste der Kinder stehen oft im Vordergrund und lösen Unsicherheit aus. In solchen Augenblicken kann es hilfreich sein, etwas genauer in das Thema Angst einzutauchen. So können Eltern die Reaktionen der Kinder besser verstehen und ruhiger und gelassener mit der Situation umgehen.

Was ist Angst?



Angst – das ist ein ganz besonderes Gefühl. Jeder kennt es und doch hat jeder seine ganz persönlichen Erfahrungen.

Grundsätzlich hat die Angst eine wichtige Warnfunktion. Sie soll uns helfen, rechtzeitig auf Bedrohungen aller Art zu reagieren.

Diese Bedrohungen können entweder von außen auf uns einströmen oder durch innere Bilder und Vorstellungen ausgelöst werden. Auch große körperliche oder seelische Veränderungen können dies bewirken.

Explizit erwähnt werden u.a.:

- das Recht des Kindes auf elterliche Fürsorge und ein Zuhause
 - das Recht auf Bildung, Freizeit, Spiel und Erholung aber auch
 - das Recht, „sich zu informieren, sich mitzuteilen, gehört zu werden...“.
- Für den Erziehungsalltag bedeutet dies, sich immer wieder vor Augen zu halten, dass Kinder schlicht und einfach ein Recht darauf haben, auch und gerade über die Schattenseiten ihres Lebens zu reden, angehört und fürsorglich begleitet zu werden.

Im Zusammenhang mit dem Thema Angst bedeutet es, dem Kind Hilfestellungen anzubieten, seine Ängste zu bewältigen.

Warum kann „Ungeheuer wilde Traudi“ hilfreich sein?

Vielen Kindern gelingt es gut, aus eigener Kraft mit den vielfältigen Ängsten, die das Leben an sie heranbringt, fertig zu werden. Andere brauchen etwas Unterstützung und Menschen, die ihnen Mut machen, in sich selbst angstlindernde Kräfte zu entwickeln. Dabei kann die Hörgeschichte „Ungeheuer wilde Traudi“ einen wichtigen Beitrag leisten.



Angstbewältigung ist eine ganz wesentliche Entwicklungsaufgabe. Dabei spielen kreative Ausdrucksmöglichkeiten eine große Rolle wie z.B. das Erfinden von Fantasiefreunden oder Zaubersprüchen. Damit wurde schon so manches Gespenst verbannt und die Schrecken der Dunkelheit überwunden!

Altersgemäße Begleitung - ein Kinderrecht:

Kinder brauchen nicht nur die elterlichen Unterstützung und Geborgenheit, um mit ihren kindlichen Ängsten konstruktiv umgehen zu lernen, sondern sie haben auch ein Recht darauf.

Dieses Recht sichert die seit dem Jahr 1990 in Kraft getretene UN-Kinderrechtskonvention, die wichtige Standards zum Schutz der Kinder weltweit festschreibt. Die Konvention beruht auf den Grundsätzen des Rechts

- auf Überleben und Entwicklung
- des Rechts auf Nichtdiskriminierung
- des Rechts auf Wahrung der Interessen der Kinder und
- des Rechts auf Mitsprache bei Entscheidungen, die die Kinder selbst betreffen.

Besonders sensibel sind Erlebnisse, in denen erstmals viel Neues erfahren wird. Damit sind die Kindheit und die Jugendzeit jene Lebensabschnitte, in denen vermehrt Angst oder unangenehme Gefühle aufkommen können.

Wie zeigt sich Angst?

Angst erfasst den ganzen Menschen. Sie zeigt sich auf 4 Ebenen:

- a) im körperlichen Bereich
- b) auf der Ebene von Gedanken und Erwartungen
- c) im Verhalten und
- d) im Bereich der Gefühle.

Menschen, die Angst haben, zittern z.B. am ganzen Körper und haben starkes Herzklopfen (a).

Auch ihre Gedanken scheinen im Kreis zu gehen, und sie entwickeln oftmals „fixe“ Ideen und Vorstellungen, die eng mit dem Angstinhalt verbunden sind (b).

Um diesem Zustand zu entkommen, möchten sie am liebsten flüchten oder mit den „Angstmonstern“ kämpfen (c).

Sie fühlen sich oft hilf- und schutzlos (d).

Gibt es alterstypische Ängste?

Ja. Bei ganz kleinen Kindern steht die Angst vor Trennungen im Vordergrund. Sie verweist auf die große Bedeutung einer verlässlichen und liebevollen Zuwendung von Erwachsenen für eine gute Entwicklung.

Ängstliches Reagieren auf fremde Personen und Situationen begleitet Zweijährige, die sich Neues erst langsam an der Hand ihrer Begleiter erobern müssen.

Angst vor der Dunkelheit und Angst vor Fantasiefiguren gehören typischer Weise in die Welt von jüngeren Kindergartenkindern und zeigen, wie schwer es sein kann, die bei Tageslicht erworbene Sicherheit auch in das Dunkel der Nacht hinüberzuretten.

Das ältere Kindergartenkind nimmt schon viel bewusster Reize aus seiner realen Umwelt, aber auch aus den Medien auf. Es ist möglich, dass sich Katastrophenbilder und Ähnliches aus dem Fernsehen stark einprägen und Angst machen.

Auch bisher harmlos erlebte Situationen können plötzlich bedrohlich erlebt werden. Zum ersten Mal wird beispielsweise dem Kind bewusst, dass der liebe Nachbarshund auch Zähne hat, die gefährlich sind.

Mit dem Eintritt ins Schulalter kommen dann Ängste in Bezug auf Leistungsbeurteilungen dazu und schließlich auch soziale Ängste.

Was kann helfen?

Für Kinder ist es wichtig, dass sie von Anfang an Geborgenheit und liebevolle Zuwendung erfahren. Dadurch kann sich ein Grundvertrauen entwickeln, dass die „Welt“ an sich gut ist.

Aus diesem Gefühl heraus lassen sich auch Umbruchssituationen und Momente der Angst leichter bewältigen. Wichtig ist es, Kinder ernst zu nehmen, ihnen zuzuhören und ihnen Zeit zu schenken.

So werden sie wirkungsvoll dabei unterstützt, selbst nach Lösungsmöglichkeiten zu suchen, um mit ihren Ängsten umgehen zu lernen.

