

Kinder-Uni

Warum wir manchmal Angsthasen sind

Wieso Menschen Angst haben und woher diese überhaupt kommt, erklärt Professorin Tanja Michael am 30. Januar bei der Saarbrücker Kinder-Uni. Die Kinder-Studenten erfahren außerdem, wie man mit Angst zurechtkommt und sie loswerden kann.

Von SZ-Redaktionsmitglied
Björn Heib



Saarbrücken. Dieses Gefühl kennen wir alle: Wir liegen nachts alleine im Bett, hören unheimliche Geräusche, fürchten uns und ziehen die Bettdecke weit über den Kopf. Angst, die hat jeder mal. Kinder fürchten sich manchmal vor schwierigen Klassenarbeiten in der Schule, manche Erwachsene haben Angst vor Spinnen oder Schlangen. Am liebsten würde man dieses lästige

Gefühl abschalten. Doch Angst zu haben, ist manchmal ganz gut und auch wichtig.

Wieso das so ist, erfahren die Kinder-Studenten am 30. Januar bei der Saarbrücker Kinder-Uni von Professorin Tanja Michael. Sie unterrichtet Psychologie und kennt sich mit den unterschiedlichen Gefühlen der Menschen sehr gut aus. Tanja Michael wird den Kinder-Studenten in ihrer



Wieso sich viele vor kleinen Krabbeltieren wie Spinnen fürchten, erklärt Professorin Tanja Michael am 30. Januar bei der Kinder-Uni. Foto: Iris Maurer

Vorlesung erklären, dass es ganz normal ist, Angst zu haben. Dieses Gefühl kennen schon unsere Vorfahren vor Tausenden von Jahren, sagt die Professorin. Für sie war Angst wichtig, um zu überleben. Wenn sie in einer Höhle übernachteten und sich eine Schlange näherte, liefen sie vor Furcht davon. „Hätten wir keine Angst, würde es uns nicht mehr geben“, erklärt Tanja Michael.

Manchmal ist es also gut, auf das Gefühl Angst zu hören, zum Beispiel wenn es uns sagt, dass wir vor einer Bedrohung fliehen sollen.

Doch leider kann man nicht immer abhauen, wenn man sich fürchtet. Auch nicht, wenn einem die Mathearbeit, die am

nächsten Morgen ansteht, Bauchschmerzen bereitet.

Darum erfahren die Kinder-Studenten in der Vorlesung auch, wie sie mit ihren Ängsten zurechtkommen und sie loswerden können. „Am einfachsten ist es, wenn man seine Angst mit anderen teilt“, sagt Tanja Michael. Fürchtet sich ein Kind vor einer Klassenarbeit, spricht es am besten mit seinen Eltern oder einem Lehrer darüber.

Zwar pocht das Herz kurz vor der Mathearbeit dann vielleicht immer noch ganz wild. Doch wer sich seinen Ängsten stellt und mit anderen darüber redet, der wird sie auch irgendwann einmal verlieren, sagt die Professorin.

Kinderleichte Anmeldung per Coupon oder Internet

Saarbrücken. Die Kinder-Uni wird von der Universität des Saarlandes und der Saarbrücker Zeitung gemeinsam organisiert. Mädchen und Jungen zwischen acht und 14 Jahren sind herzlich dazu eingeladen und können sich für die kostenlosen Vorlesungen anmelden – entweder schriftlich mit dem Coupon links auf dieser Seite oder im Internet. Auch ganze Schulklassen sind herzlich willkommen. Anfang Oktober werden die Studentenausweise verschickt. Die vier Vorlesungen des Wintersemesters 2012/2013 finden immer

mittwochs (14. November, 12. Dezember, 9. Januar, 30. Januar) um 16 Uhr im Audimax auf dem Saarbrücker Uni-Campus statt. Sie dauern jeweils rund eine Stunde und werden für die erwachsenen Begleiter in einen Nebenhörsaal übertragen. Das SZ-Maskottchen Klecks Klever wird bei der Eröffnung am 14. November dabei sein und die Kinder-Studenten begrüßen. *aba*

www.uni-saarland.de/kinderuni
saarbruecker-zeitung.de/kinderuni