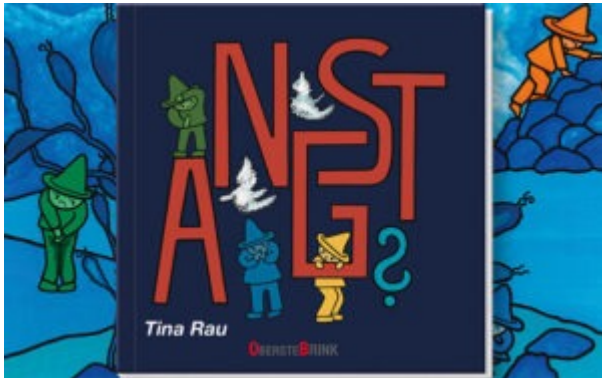


Was Kinderängste stark macht – und wie sie überwunden werden

geschrieben von Redakteur | März 8, 2026

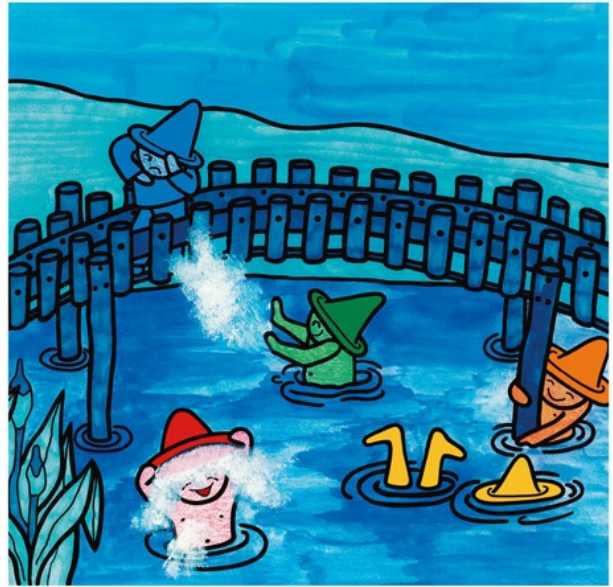


Ein einfühlsames Bilderbuch von Tina Rau über Angst, Mut und den Umgang mit starken Gefühlen

Angst ist ein Gefühl, das alle Kinder kennen. Sie kommt plötzlich, kann groß werden und manchmal überwältigend wirken. Doch Angst gehört zur Entwicklung dazu – und Kinder können lernen, mit ihr umzugehen.

In ihrem einfühlsamen Bilderbuch *Angst?* beschreibt Tina Rau kindgerecht, wie Angst entsteht und wie Kinder ihr begegnen können. Die Geschichte greift typische Situationen aus dem Alltag auf und zeigt, dass Angst nichts ist, wofür man sich schämen muss.

Der blaue Fizzli-Puzzli meint:
„Ich habe Angst vor dem Wasser. Wasser finde ich
so kalt und eklig.“



Mit großer Nähe und Verständnis vermittelt das Buch, dass es hilfreich ist, über Ängste zu sprechen, sie ernst zu nehmen und gemeinsam Wege zu finden, mit ihnen umzugehen. Schritt für Schritt wird deutlich, wie aus Unsicherheit Mut wachsen kann.

Angst? eignet sich besonders für Kinder im Kita- und Grundschulalter sowie für Eltern und pädagogische Fachkräfte, die Kinder beim Umgang mit starken Gefühlen begleiten möchten. Das Buch lädt zum Gespräch ein und bietet einen behutsamen Zugang zu einem zentralen Entwicklungsthema.

Gerade in einer Zeit, in der viele Kinder mit Unsicherheiten und neuen Herausforderungen konfrontiert sind, gewinnt das Thema emotionale Stärkung zusätzlich an Bedeutung. Dieses Bilderbuch unterstützt Kinder darin, ihre Gefühle zu verstehen und Vertrauen in sich selbst zu entwickeln.



[Tina Rau](#)

[Angst?](#)

[Ein Bilderbuch über Mut, Gefühle und das Sprechen über Ängste](#)

Hardcover, 22 x 22cm

36 Seiten, durchgehend farbig

Ab 3 Jahre

ISBN 978-3-96304-057-3

25 € [D], 25,70 [A]

Warengruppe: 1211

Erzählerische Bilderbücher

Angst ist Teil des Aufwachsens – entscheidend ist der Umgang damit

geschrieben von Redakteur | März 8, 2026



Im Interview mit spielen und lernen sprechen Dr. Reid Wilson und Lynn Lyons über die Entstehung kindlicher Ängste, typische Fehler von Eltern und ihre 7-Stufen-Methode aus dem Buch „Mein ängstliches Kind“, die Familien hilft, mutiger mit Sorgen und Unsicherheiten umzugehen.

Mit einem klugen Buch gegen lähmende Ängste bei Kindern

geschrieben von Redakteur | März 8, 2026



„Mein ängstliches Kind“ zeigt praxisnah, wie Eltern und Fachkräfte Kinder bei der Bewältigung von Ängsten stärken können. Mit wissenschaftlich fundierten Methoden, alltagsnahen Beispielen und der 7-Schritte-Methode bietet das Buch konkrete Strategien für mehr Mut und Selbstwirksamkeit.

Webinar zum professionellen Umgang mit Kinderängsten

geschrieben von Redakteur | März 8, 2026



In der Weiterbildung mit dem Dipl.-Päd. Thomas Rupf geht es darum, Kinderängsten gelassener zu begegnen und Lösungen zu finden, die Kindern und Eltern gleichermaßen helfen. Das Seminar findet am 8. Januar 2024 statt und wird als Web-Seminar am PC/Tablet oder Handy durchgeführt.

Wie Bücher helfen, Ängste zu

thematisieren und aufzulösen

geschrieben von Redakteur | März 8, 2026



Wie können Kinderbücher dabei helfen, Ängste mit Kindern zu thematisieren und zu verarbeiten? Darum geht es am 15. Mai ab 16 Uhr beim nächsten Leander Live Seminar mit Gabriele Hoffmann, Bernhard Petermann und Tina Lauer.