

GESCHICHTEN DIE MUT MACHEN

Bibliotherapie als Ressource für das Selbstwertgefühl von Kindern mit Sprachschwierigkeiten und sozialen Ängsten

Diplomarbeit im Rahmen des Lehrgangs
Lebens- und Sozialberatung 2023 – 25
im Bildungshaus Villa Rosental

Eingereicht von

Tanja Maria Steurer

Betreuung durch

Mag. Andreas Urich

Laakirchen, im August 2025

Danksagung/Widmung

Zuallererst danke ich meinem Mann Martin, der mir den Rückhalt und den Raum gibt, meinen Weg zu gehen. Deine Unterstützung im Alltag und dein Vertrauen haben meine Ausbildungen und diese Arbeit erst möglich gemacht. Danke auch an meine Kinder Clara und Leonard – mit ihnen konnte ich meine Liebe zu Büchern teilen und auf eine neue Art entdecken und weitergeben

Mein Dank gilt außerdem dem gesamten Team der Villa Rosental. Die angenehme Atmosphäre hat nicht nur das Lernen und die weite Anfahrt erleichtert, sondern mit dem Ambiente, dem (Rosen)-Garten, dem guten Essen und dem liebevollen Umsorgt werden sehr entspannt und inspiriert. Ebenso danke ich allen TrainerInnen, die mit Kompetenz und Leidenschaft ihre Erfahrungen geteilt und mich über die Inhalte hinaus begleitet haben.

Ein besonderer Dank gilt unserem Lehrgangleiter Mag. Andreas. Urich. Deine Geduld („*Wann`s dann wieder Zeit habts...*“), dein Wissen, deine Ruhe, dein Humor und Witz sowie dein offenes Ohr waren für mich persönlich eine wichtige Stütze während der gesamten Ausbildung.

Nicht zuletzt, aber umso herzlicher danke ich meiner Gruppe „Frauensuppe mit Einlage“ für die tiefen Gespräche, das ehrliche Miteinander, die Wertschätzung und Offenheit und vor allem für den Zusammenhalt. Ihr seid ein genial bunter Haufen aus wunderbaren Menschen und bereichert mein Leben sehr. Danke für die bunten 2 ½ Jahre mit Euch.

Danke auch all den Menschen, die hier keine namentliche Erwähnung finden, aber mich auf meinem Weg begleitet und mitgetragen haben – und dem Leben selbst, das mich immer wieder sanft ermutigt, mich zu verändern und dabei die zu werden, die ich bin.

Nur wer sich ändert, bleibt sich treu.

Marie von Ebner-Eschenbach

Eidesstattliche Erklärung

Ich versichere hiermit, dass ich die vorliegende Diplomarbeit selbstständig verfasst und keine anderen als die im Literaturverzeichnis angegebenen Quellen benutzt habe.

Stellen, die wörtlich oder sinngemäß aus veröffentlichten oder noch nicht veröffentlichten Quellen entnommen sind, sind als solche kenntlich gemacht.

Die Zeichnungen oder Abbildungen in dieser Arbeit sind von mir selbst erstellt worden oder mit einem entsprechenden Quellennachweis versehen.

Diese Arbeit wurde in gleicher oder ähnlicher Form bei keiner anderen Prüfung eingereicht.

.....

Datum

.....

Unterschrift

Gender-Disclaimer

Die vorliegende Diplomarbeit beschäftigt sich u.a. mit dem Feld der Logopädie, Ergotherapie, Pädagogik und Beratung - genauer gesagt mit Berufsfeldern, in denen über 95% der Fachkräfte Frauen sind (vgl. AMS Arbeitsmarktservice Österreich, Rappold Elisabeth, Stefan Mathis-Edenhofer, 2020). Diese Tatsache spiegelt sich auch in der hier verwendeten Sprache wider, da eine inklusive Sprache genutzt wird, die sowohl weibliche als auch männliche und nicht-binäre Fachkräfte anspricht. Die Verwendung des Binnen-I (z. B. „LogopädInnen“) soll die Sichtbarkeit von Frauen erhöhen und zugleich eine diskriminierungsfreie Kommunikation fördern. Es wird sich erhofft, dass der bewusste Einsatz gendergerechter Sprache dabei helfen kann, der Vielfalt innerhalb des Berufsfeldes Rechnung zu tragen und einen Beitrag zur sprachlichen Gleichberechtigung zu leisten, ohne den Lesefluss zu beeinträchtigen.

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1	Beruflicher Kontext der befragten Fachpersonen; Quelle: eigene Umfrage erstellt mit Google Forms	31
Abbildung 2	Häufigkeit der Arbeit mit Kindern mit Sprechängsten oder sozialen Ängsten; Quelle: eigene Umfrage erstellt mit Google Forms	32
Abbildung 3	Einsatz von Büchern oder Bilderbüchern zur Unterstützung von Kindern mit Sprechängsten; Quelle: eigene Umfrage erstellt mit Google Forms	33
Abbildung 4	Häufigkeit genannter Buchtitel; Quelle: eigene Umfrage erstellt mit Google Forms	36
Abbildung 5	Kriterien der Buchauswahl; Quelle: eigene Umfrage erstellt mit Google Forms	38
Abbildung 6	Integration von Büchern; Quelle: eigene Umfrage erstellt mit Google Forms	39
Abbildung 7	Weiterempfehlung; Quelle: eigene Umfrage erstellt mit Google Forms	43
Abbildung 8	Buchcover <i>Der Löwe in dir</i> , Rachel Bright & Jim Field, Magellan Verlag. Quelle: www.buecher.de	47
Abbildung 9	Buchcover <i>Hey, kleiner Kämpfer</i> , Karen Young, Mabuse Verlag. Quelle: www.buecher.de	48
Abbildung 10	Buchcover <i>Was macht man mit einem Problem?</i> , Kobi Yamada, Adrian Verlag. Quelle: www.buecher.de	48
Abbildung 11	Buchcover <i>Ich bin doch ich, genau richtig</i> , Nele Inka Vigh, Carl-Auer Verlag. Quelle: www.buecher.de	48
Abbildung 12	Buchcover <i>Nenn mich Löwe</i> , Camilla Chester, Gulliver Verlag (Beltz). Quelle: www.buecher.de	49
Abbildung 13	Buchcover <i>Mein Tabulu</i> , Paula Kuitunen, Edition Pastorplatz. Quelle: www.buecher.de	49

Abbildung 14	Buchcover <i>Das Farbenmonster</i> . Anna Llenas, Fischer Sauerländer. Quelle: www.buecher.de	49
Abbildung 15	Buchcover <i>Mona und die magische Gefühlsleiter</i> , Julia Schneider, Verlag Grätz. Quelle: www.buecher.de	50
Abbildung 16	Buchcover <i>Der Doktor der Gefühle</i> , Anna Llenas, Fischer Sauerländer. Quelle: www.buecher.de	50
Abbildung 17	<i>Heute bin ich</i> , Mies van Hout, Aracari Verlag. Quelle: www.buecher.de	51
Abbildung 18	Buchcover <i>Fussel und der Mutausbruch</i> , Marlene Walter, edition riedenburg. Quelle: www.buecher.de	51
Abbildung 19	Buchcover <i>Lili, Ben und Omid</i> , Marianne Herzog, Schulverlag plus. Quelle: www.buecher.de	52
Abbildung 20	Buchcover <i>Eine Dose Kussbonbons</i> , Michel Gay, Moritz Verlag. Quelle: www.buecher.de	52
Abbildung 21	Buchcover <i>Rosa und das Mut-Mach-Monsterchen</i> , Sigrun Eder, Edition Riedenburg. Quelle: www.buecher.de	52
Abbildung 22	Buchcover <i>Selina Stummfisch</i> , Karen-Susan Fessel, edition riedenburg. Quelle: www.buecher.de	53
Abbildung 23	Buchcover <i>Mila spricht</i> , Rüdiger Bertram, Carlsen Verlag. Quelle: www.buecher.de	53
Abbildung 24	<i>Die stille kleine Muschel</i> , Kathleen Hong, edition riedenburg. Quelle: www.buecher.de	53
Abbildung 25	Abbildung 22: Buchcover <i>Eine Kugel Schoko bitte</i> , Aniko Lerch, Mabuse Verlag. Quelle: www.buecher.de	54
Abbildung 26	Buchcover <i>Der Wechstabenverbuchler</i> , Mathias Jeschke, Annette Betz Verlag. Quelle: www.buecher.de	54
Abbildung 27	Buchcover <i>Stomatenpaghetti</i> , Susanne Vettinger, Eigenverlag. Quelle: www.buecher.de	55
Abbildung 28	Buchcover <i>Kamfu mir helfen?</i> , Barbara Schmidt, Thienemann Verlag. Quelle: www.buecher.de	55

- Abbildung 29 Buchcover *Der Zauberrabe*, Julia Volmer, edition riedenburg. Quelle: www.buecher.de 56
- Abbildung 30 Buchcover *Ginpuin auf der Suche nach dem großen Glück*, Barbara van den Speulhof, Sauerländer Verlag. Quelle: www.buecher.de 56

Abstract – Zusammenfassung

Diese Arbeit beschäftigt sich mit der Frage, wie Bücher Kindern in schwierigen Entwicklungsphasen zur Seite stehen können. Im Mittelpunkt steht der Einsatz von Geschichten im Rahmen der Bibliothherapie – insbesondere bei Kindern, die sprachlich unsicher sind, sich wenig ausdrücken oder unter sozialer Angst leiden. Auf theoretischer Ebene werden verschiedene Ansätze, Begriffe und Wirkmechanismen vorgestellt und in einen fachlichen Zusammenhang gestellt.

Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf dem praktischen Zugang: Wie kann die Kraft von Geschichten im therapeutischen, pädagogischen und beraterischen Alltag genutzt werden, um Kinder zu begleiten und zu stärken? Dafür wurden Fachpersonen aus Logopädie, Beratung, Therapie und Pädagogik befragt und eigene Erfahrungen aus der Arbeit mit Kindern eingebunden.

Ergänzt wird die Arbeit durch zahlreiche Buchhinweise, Materialien und Beobachtungen, die in der Praxis anwendbar sind. Ziel ist es, den LeserInnen und Lesern einen realistischen Einblick in das Potenzial von Geschichten zu geben – mit Blick auf ihre Wirkung, aber auch auf ihre Grenzen.

Inhaltsverzeichnis

<u>DANKSAGUNG/WIDMUNG</u>	<u>2</u>
<u>EIDESSTATTLICHE ERKLÄRUNG</u>	<u>4</u>
<u>ABBILDUNGSVERZEICHNIS</u>	<u>6</u>
<u>ABSTRACT – ZUSAMMENFASSUNG</u>	<u>9</u>
<u>INHALTSVERZEICHNIS</u>	<u>10</u>
<u>VORWORT.....</u>	<u>13</u>
<u>1 EINLEITUNG.....</u>	<u>14</u>
1.1 FRAGESTELLUNGEN.....	14
1.2 ZIELGRUPPE	14
1.3 ZIEL DER ARBEIT	15
1.4 EIGENE MOTIVATION FÜR DAS THEMA	15
<u>2 THEORETISCHE GRUNDLAGEN UND WISSENSCHAFTLICHE ERKENNTNISSE</u>	<u>17</u>
2.1 BEGRIFFSKLÄRUNG UND RELEVANZ.....	17
2.2 GESCHICHTE DER BIBLIOTHERAPIE	17
2.3 VERSCHIEDENE DEFINITIONEN BIBLIOTHERAPIE.....	19
2.4 ERZÄHLEN ALS GRUNDHALTUNG	20
2.5 FUNKTIONSWEISE DER BIBLIOTHERAPIE BEI KINDERN	21
2.6 FORMEN DER BIBLIOTHERAPIE.....	21
2.6.1 FIKTIONALE UND DIDAKTISCHE BIBLIOTHERAPIE	22
2.6.2 REZEPTIVE UND PRODUKTIVE BIBLIOTHERAPIE	22
2.6.3 KLINISCHE UND ENTWICKLUNGSFÖRDERNDE BIBLIOTHERAPIE.....	23
2.7 WIRKUNGEN UND WIRKSAMKEIT DER BIBLIOTHERAPIE.....	23
2.7.1 POSITIVE AUSWIRKUNGEN DES VORLESENS AUF DIE MENTALE GESUNDHEIT	23
2.7.2 STUDIEN ZUR VORLESEWIRKUNG BEI KLEINKINDERN UND IM SCHULALTER.....	25

<u>3</u>	<u>METHODEN UND PRAXISBASIERTE ZUGÄNGE IN DER BIBLIOTHERAPEUTISCHEN KINDER- UND JUGENDARBEIT</u>	27
3.1	VORLESEN UND DIALOGISCHES LESEN	27
3.2	ARBEIT MIT MÄRCHEN UND ROLLENIDENTIFIKATION	27
3.3	PSYCHOEDUKATIVE LITERATUR UND INDIREKTE LEKTÜRE	28
3.4	LITERATUREMPFEHLUNGEN FÜR PATIENTINNEN UND FAMILIEN	28
3.5	BEZIEHUNGSaufbau über Bilderbücher und Gespräche	28
3.6	BETROFFENENLITERATUR UND SYMBOLISCHE GESCHICHTEN	28
3.7	INDIREKTES VORLESEN MIT SPÄTERER BEZUGNAHME	29
<u>4</u>	<u>EMPIRISCHER TEIL – EIGENE ERHEBUNG UND PRAXISERFAHRUNGEN</u>	30
4.1	ONLINE BEFRAGUNG ZUR ANWENDUNG VON BIBLIOTHERAPIE BEI KINDERN	30
4.1.1	TEILNEHMERINNENPROFIL	31
4.1.2	HÄUFIGKEIT DER ARBEIT MIT KINDERN MIT SPRECHÄNGSTEN/SOZIALEN ÄNGSTEN	32
4.1.3	GEZIELTER EINSATZ VON BÜCHERN IN DER ARBEIT MIT KINDERN	32
4.1.4	SPEZIFISCHE STÖRUNGSBILDER BEIM EINSATZ DER BIBLIOTHERAPIE	33
4.1.5	BUCHAUSWAHL	35
4.1.6	HÄUFIG GENANNT E BUCHTITEL	36
4.1.7	WELCHE KRITERIEN SIND BEI DER BUCHAUSWAHL WICHTIG?	38
4.1.8	METHODEN DER INTEGRATION VON BÜCHERN IN DEN ARBEITSKONTEXT MIT KINDERN	39
4.1.9	ERWEITERTE NUTZUNGSMÖGLICHKEITEN VON BILDERBÜCHERN IM PSYCHOSOZIALEN UND THERAPEUTISCHEN SETTING	39
4.1.10	VERÄNDERUNG DURCH DEN EINSATZ VON BÜCHERN	41
4.1.11	WEITEREMPFEHLUNG	42
4.1.12	FAZIT DER ONLINE-BEFRAGUNG	43
4.2	EIGENE ERFAHRUNGEN UND PERSPEKTIVEN	44
4.3	DER WERT VON BIBLIOTHERAPIE IN DER THERAPIE UND BERATUNG	45
<u>5</u>	<u>PRAXISORIENTIERTE MATERIALIEN UND EMPFEHLUNGEN</u>	47
5.1	LITERATURLISTE UND EMPFOHLENE BÜCHER	47
5.1.1	MUT, SELBSTWERT UND SELBSTANNAHME	47
5.1.2	UMGANG MIT GEFÜHLEN & EMOTIONSREGULATION	50

5.1.3	SPRECHFREUDE, AUSDRUCK & SPRECHHEMMUNGEN	53
5.1.4	SPRACHLICHER AUSDRUCK, ARTIKULATIONSPROBLEME	54
5.2	EMPFEHLENSWERTE LINKS UND BÜCHERLISTEN.....	57
6	<u>SCHLUSSFOLGERUNGEN, ZUSAMMENFASSUNG.....</u>	59
7	<u>LITERATUR- UND QUELLENVERZEICHNIS.....</u>	60

Vorwort

Ein Buch muss die Axt sein für das gefrorene Meer in uns.

Franz Kafka

Zu Beginn dieser Arbeit war ich mir unsicher, welches Thema ich wirklich bearbeiten möchte – da es so unendlich viele spannende Möglichkeiten zu erforschen gibt. Meine Wahl ist dann auf ein Thema gefallen, welches mich schon mein Leben lang begleitet – Bücher. Sie waren für mich immer ein wichtiger Rückzugsort und eine Möglichkeit, mich mit meinen eigenen Gefühlen auseinanderzusetzen. Auch in meiner Arbeit als Logopädin habe ich erlebt, wie wertvoll Bücher und Geschichten für Kinder sein können – besonders dann, wenn Worte allein nicht ausreichen. Sie öffnen Türen zu inneren Welten, die sonst verborgen bleiben, und bieten Wege, mit Herausforderungen umzugehen.

Mit meiner Ausbildung zur psychosozialen Beraterin ergeben sich nun neue Möglichkeiten, mein Wissen aus über 25 Jahren Berufserfahrung zu verbinden und ganzheitlich einzusetzen. Das Thema Bibliothherapie hat mich so sehr begeistert, dass ich darüber nachdenke, einen Leitfaden für Fachpersonen zu erstellen – eine Art Nachschlagewerk, das Bücher und Themen versammelt, die Kindern in verschiedenen Lebenslagen helfen können, sei es bei Ängsten, Freude, Mut oder Konflikten.

Diese Arbeit ist für mich deshalb mehr als ein Projekt – sie ist Ausdruck meiner Leidenschaft und meines Anliegens, Geschichten als kraftvolles Werkzeug sichtbar zu machen. Ich freue mich, meine Erfahrungen und Erkenntnisse zu teilen und hoffe, dass sie anderen dabei helfen können, Kindern mit Geschichten neue Wege zu eröffnen.

1 Einleitung

Mit dieser Arbeit möchte ich der Frage nachgehen, wie Bücher und Geschichten im Rahmen der Bibliothherapie konkret genutzt werden können, um Kindern zu helfen, ihre Emotionen besser zu verstehen, Ängste zu bewältigen und ein gesundes Selbstwertgefühl zu entwickeln. Ich möchte beleuchten, welche psychosozialen Wirkmechanismen Geschichten entfalten und wie sie gezielt eingesetzt werden können, um Kinder in ihrer persönlichen Entwicklung zu stärken. Mein besonderes Augenmerk liegt dabei auf der Emotionsregulation durch Geschichten, der Reduktion von Angstthematiken sowie der Förderung von Resilienz und dem Gefühl „Ich bin gut genug“.

Am Ende dieser Arbeit soll nicht nur das theoretische Verständnis der Bibliothherapie stehen, sondern auch ein praxisnaher Leitfaden, der Eltern, PädagogInnen und TherapeutInnen inspirieren und unterstützen kann, Geschichten als kraftvolles Werkzeug im Umgang mit Kindern einzusetzen.

1.1 Fragestellungen

In dieser Arbeit sollen folgende Fragen beantwortet werden:

Was ist Bibliothherapie und wie wird sie bei Kindern angewendet?

Wie können Bücher und Geschichten das Selbstwertgefühl von Kindern mit Sprachschwierigkeiten stärken?

Welche konkreten Bücher eignen sich zur Förderung von Resilienz, Mut und Selbstakzeptanz bei sprachlich unsicheren Kindern und Kindern sozialen Ängsten?

1.2 Zielgruppe

Die vorliegende Arbeit richtet sich einerseits an Fachpersonen aus der Logopädie, Ergotherapie, Lebensberatung, die Kindern mit Sprachschwierigkeiten und Angstthemen professionell zur Seite stehen. Gleichzeitig möchte sie Beschäftigte in KITAS, Kleinkind- und Elementar

PädagogInnen, LehrerInnen sowie Eltern ansprechen, die im Alltag immer wieder mit Kindern in Berührung kommen, die Sprechängste oder soziale Ängste haben und sich schwer damit tun, ein gesundes Selbstbewusstsein zu entwickeln.

1.3 Ziel der Arbeit

Ziel dieser Arbeit ist es, praktische Ansätze und konkrete Buchempfehlungen aufzuzeigen, die sowohl im therapeutischen als auch im pädagogischen und familiären Umfeld leicht umsetzbar sind. Die Arbeit soll dabei als praxisnaher Leitfaden dienen, der Mut macht, Geschichten gezielt einzusetzen, um Kinder emotional zu stärken und ihnen die Kraft zu geben, ihre eigene Stimme zu finden.

1.4 Eigene Motivation für das Thema

Schon als Kind waren Bücher meine Ausflucht aus einer Welt, die mir oft zu einseitig und langweilig, aber auch unverständlich und fremd erschien. Hier waren Geschichten ein sicherer Ort für mich, an dem ich neue Erfahrungen machte. Sie waren meine Begleiter durch Herausforderungen und oft ein Schlüssel zu einer inneren Welt, die ich nach Wunsch betreten und wieder verlassen konnte. Beim Eintauchen in fremde Welten und beim Mitfühlen mit den Figuren fand ich Worte für meine eigenen Gefühle und Gedanken. Bücher, und die Charaktere darin halfen mir, Ängste zu benennen, Mut zu schöpfen und Stück für Stück mehr Vertrauen in mich selbst zu gewinnen.

Dieses persönliche Erleben hat mein Interesse an der heilenden Wirkung von Geschichten geweckt. Durch meine Tätigkeit als Logopädin im pädiatrischen Bereich faszinieren mich die Möglichkeiten, die Bücher und Geschichten bieten, um Kinder in schwierigen Lebenssituationen zu unterstützen. In vielen Lebenssituationen, sei es im pädagogischen, therapeutischen oder privaten Kontext, habe ich immer wieder erlebt, wie tief und nachhaltig Geschichten wirken können. Sie öffnen Türen zu Gefühlswelten, die sonst schwer zugänglich

sind, bieten Perspektiven an, die neue Handlungsmöglichkeiten aufzeigen, und schenken Trost, wo Worte oft nicht ausreichen.

2 THEORETISCHE GRUNDLAGEN UND WISSENSCHAFTLICHE ERKENNTNISSE

2.1 Begriffsklärung und Relevanz

Bibliotherapie, das heilende Lesen, ist mehr als nur eine unterstützende Maßnahme im therapeutischen Prozess. Sie vereint Literatur, Sprache und emotionale Verarbeitung auf einzigartige Weise. Ursprünglich vor allem zur Psychoedukation eingesetzt, wird sie heute in vielfältigen Kontexten verwendet: zur Selbsthilfe, zur therapeutischen Begleitung oder zur Auseinandersetzung mit Lebensfragen wie Verlust, Identität oder Übergängen im Lebenslauf. Dabei reicht ihr Wirkspektrum weit über klassische psychische Erkrankungen hinaus.

Zahlreiche Studien belegen ihren positiven Einfluss auf intellektuelle, emotionale, psychosoziale und interpersonale Fähigkeiten (vgl. Wittchen & Hoyer, 2011, S. 480). Die unkomplizierte Anwendung, die breite Einsetzbarkeit und die wachsende Zahl an wissenschaftlichen Belegen machen die Bibliotherapie zu einer zunehmend relevanten Methode im therapeutischen wie im pädagogischen Setting (vgl. Süß, 2022, S. 2).

2.2 Geschichte der Bibliotherapie

Ein schönes Buch ist wie ein Schmetterling. Leicht liegt es in der Hand, entführt uns von einer Blüte zur nächsten und läßt den Himmel ahnen.

Lao-Tse

Die heilende Kraft des geschriebenen Wortes begleitet die Menschheitsgeschichte seit ihren Anfängen. Bereits Höhlenmalereien zeigen, dass der Mensch das Bedürfnis hatte, innere Erfahrungen nach außen zu bringen – sei es durch Sprache, Symbole oder Bilder (vgl. Blechinger & Klosinski, 2011, S. 110). Noch bevor es eine definierte therapeutische Praxis gab, wurden Schrift und Bild als Mittel zur Bewältigung und Weitergabe von Erfahrungen eingesetzt.

Bereits im alten Ägypten galt das geschriebene Wort als machtvoll. In der Antike wurde diese Wirkung theoretisch reflektiert: Aristoteles etwa sah in der Tragödie ein Mittel zur emotionalen Reinigung („Katharsis“) durch das bewusste Erleben von Angst und Mitleid (vgl. Blechinger & Klosinski, 2011, S. 111). Auch Platon verband Dichtung mit Philosophie. Apollo als Gott der Heilkunst und zugleich der Poesie symbolisiert die Verbindung von Kunst und Heilung (ebd.).

Im religiösen und rituellen Kontext fand Literatur ebenfalls früh Eingang. Über dem Eingang der Bibliothek von Alexandria stand bereits vor über 2300 Jahren die Inschrift: „Heilstätte der Seele“ (vgl. Pape, 2003). Auch im Al-Mansur-Hospital in Kairo wurde im Jahr 1272 das Studium des Korans als Teil medizinischer Behandlung eingesetzt (vgl. Rubin, 2005, S. 102).

Später entwickelten sich weitere schriftlich-sprachliche Ausdrucksformen mit therapeutischem Potenzial, etwa das Tagebuchschreiben, die Beichte oder spirituelle Selbstreflexion (vgl. Heimes, 2008, S. 89). Freud selbst bezeichnete die Psychoanalyse als eine Form „schöpferischer Erzählkunst“ (vgl. Klosinski, 2008, zit. nach Heimes, 2008, S. 91).

Im 18. und 19. Jahrhundert wurde das Lesen zunehmend als gesundheitsförderlich diskutiert. Das 19. Jahrhundert markiert auch den Beginn eines medizinisch-psychologischen Diskurses über den gezielten Einsatz von Literatur als therapeutisches Mittel (vgl. Wittchen & Hoyer, 2011, S. 480). Der Begriff „Bibliotherapie“ tauchte 1941 erstmals in einem medizinischen Wörterbuch auf (vgl. Eichenberg, 2007, S. 59).

1949 legte C. Shrodes mit ihrer Dissertation „Bibliotherapy: A Theoretical and Clinical-Experimental Study“ an der University of California in Berkeley die erste systematische Definition und Anwendung der Bibliotherapie vor (vgl. Eichenberg, 2007, S. 59). In Deutschland wurde das Konzept insbesondere durch den Pfarrer Karl Friedrich Euler bekannt, der Bücher im Rahmen der Krankenhauseelsorge einsetzte. Seine Erfahrungen publizierte er 1964 (vgl. Wolf, 1989, S. 31).

Ab den 1960er-Jahren entwickelte sich die sogenannte didaktische Bibliotherapie. Zunehmend erschienen Selbsthilfebücher, die auf psychoedukativen Prinzipien basierten und PatientInnen bei der Krankheitsverarbeitung unterstützten (vgl. Wittchen & Hoyer, 2011, S. 480).

Heute wird Bibliotherapie, auch in Kombination mit kreativem Schreiben, wieder verstärkt in psychotherapeutischen Settings angewendet – besonders in der Kinder- und Jugendpsychotherapie. Ihre Methoden ermöglichen einen spielerischen, gleichzeitig tiefgreifenden Zugang zu inneren Konflikten und fördern auf sanfte Weise Einsicht und Veränderung (vgl. Heimes, 2017, S. 13; Blechinger & Klosinski, 2011, S. 111).

2.3 Verschiedene Definitionen Bibliotherapie

Der Begriff „Bibliotherapie“ leitet sich vom griechischen „biblion“ (Buch) und „therapeia“ (Dienen, Heilen) ab. Interessanterweise trägt auch die Bibel den Namen „Das Buch“ (vgl. Schulze, 2018, S. 4). Bibliotherapie bedeutet somit im wörtlichen Sinne „Heilung durch Bücher“ (vgl. Heimes, 2017, S. 13).

Im englischsprachigen Raum finden sich zahlreiche synonym verwendete Begriffe: „bibliocounseling“, „literatherapy“, „bookmatching“ oder „treatment through books“ (vgl. Pardeck, 1998, S. 25).

Die American Library Association definierte Bibliotherapie 1966 als „die Nutzung ausgewählter Texte als therapeutische Hilfe in Medizin und Psychiatrie“ (zit. nach Rubin, 2005, S. 103). Rubin selbst beschreibt Bibliotherapie weiter gefasst als ein „Programm für Aktivitäten auf der Basis der Interaktionsprozesse zwischen Medien und ihren Konsumenten“ (ebd.).

Das klinische Wörterbuch Pschyrembel definiert Bibliotherapie als eine „Form der Psycho- und Kunsttherapie, bei welcher der Patient durch Lektüre geeigneter Literatur oder die Produktion von Texten darin unterstützt werden soll, die eigenen emotionalen Ausdrucksfähigkeiten zu fördern und verbessern“ (medizinische Fachredaktion Pschyrembel, o.J.).

Silke Heimes unterscheidet zwischen der Bibliotherapie (Lesen/Vorlesen) und der Poesietherapie (kreatives Schreiben) und weist auf unterschiedliche Wirkmechanismen beider Formen hin (vgl. Heimes, 2010, S. 85).

Festzuhalten bleibt: Eine einheitliche Definition der Bibliotherapie existiert bis heute nicht. Vielmehr handelt es sich um einen vielfältigen Therapieansatz, der

in unterschiedlichsten Kontexten und mit verschiedenen Zielgruppen zum Einsatz kommt (vgl. Eichenberg, 2007, S. 59f.).

2.4 Erzählen als Grundhaltung

Erzählen ist wie Tanzen, im Rhythmus eines Tanzenden bewegt sich der Erzähler auf die Wirklichkeit zu.

Caesare Pavese

Erzählen ist eine zutiefst menschliche Eigenschaft – durch Erzählungen wird Wissen Weitergegeben, auf drohende Gefahren hingewiesen, Träume und Ziele benannt. Erzählungen ermöglichen es uns, Erfahrenes zu strukturieren, Informationen zu organisieren und Sinn und Bedeutung zu konstruieren. Der Mensch kann somit als erzählendes Wesen beschrieben werden, das sich seine eigene Biographie selbst erzählt. So kann es mitunter auch passieren, dass wir vergangene Erlebnisse anders erzählen, als diejenigen, mit denen wir sie erlebt haben. (vgl. Heimes, 2017, S.24-25).

Erzählungen aktivieren im Gehirn andere und mehr Regionen als reine Informationen, da sie Bilder entstehen lassen und die Phantasie anregen. Dies wird in der Pädagogik ebenso angewandt und sich zunutze gemacht wie in Werbung und Journalismus. (vgl. Heimes, 2017, S.25).

Wer sich eloquent der Sprache bedienen und gut reden kann, hat einen klaren Vorteil, denn er wird als kompetent und glaubhaft wahrgenommen. Sprache bewegt Menschen – auf der Handlungsebene ebenso wie auch emotional.

Dass der Instinkt des Erzählens tief im Menschen verankert ist, haben die österreichischen Psychologen Heider und Simmel schon 1944 erforscht.

Sie zeigten Versuchspersonen drei Körper, die sich bewegten – ein kleines und ein großes Dreieck sowie einen Kreis. Nachdem die Teilnehmer dies eine Zeitlang beobachtet hatten, sollten sie beschreiben, was sie gesehen hatten. Die Befragten beschrieben ihre Erfahrungen als Erzählungen, in denen aus den Dreiecken Männer im Streit um eine Frau, den Kreis wurden. (vgl. Heimes, 2017, S.26).

In der narrativen Medizin, die ihren Ursprung in den Vereinigten Staaten hat, werden Patientengeschichten ähnlich wie literarische Texte gelesen. Dadurch soll ein tieferes Verständnis dafür entstehen, worunter der Patient tatsächlich leidet. Charon (2008), eine Pionierin auf dem Gebiet der narrativen Medizin, erkannte bei sich selbst, dass das Lesen ihr Interesse an Menschen geweckt und vertieft hatte. Gleichzeitig hatte es sie gelehrt, aufmerksam zuzuhören, vielfältige Ausdrucksebenen wahrzunehmen und die Äußerungen ihrer Patientinnen und Patienten in einen größeren Lebenskontext einzuordnen – um sie besser zu verstehen, anstatt sich nur auf die Behandlung von Symptomen zu konzentrieren (vgl. Heimes, 2017, S. 27).

Diese Vorgehensweise – Patientengeschichten in den Vordergrund der Behandlung zu rücken ist in der Homöopathie sowie auch der Chinesischen Medizin bekannt – denn nur wenn verstanden wird, wie sich das Leiden aufgebaut hat, erbeben sich Ansatzpunkte für Veränderung und Ideen, wie das Leiden heilbar oder zu mildern ist (vgl. Heimes, 2017, S.28).

2.5 Funktionsweise der Bibliotherapie bei Kindern

Bibliotherapie kann sowohl im Einzel- als auch im Gruppensetting stattfinden. Beim Vorlesen oder Selberlesen haben Kinder die Möglichkeit, sich mit den Figuren der Geschichte zu identifizieren und eigene Gefühle besser zu verstehen (Gregory & Vessey, 2004). In der Gruppe können die Kinder über das Gelesene sprechen, ihre Gedanken teilen und dadurch neue Sichtweisen gewinnen. Das fördert nicht nur das Verstehen der eigenen Situation, sondern auch den Umgang mit Gefühlen. Geschichten schaffen dabei einen sicheren Raum, in dem Kinder über Probleme sprechen und neue Lösungen entdecken können (De Vries et al., 2017).

2.6 Formen der Bibliotherapie

In Anlehnung an die Einteilung von Grahlmann und Linden (2005) lassen sich unterschiedliche Formen der Bibliotherapie anhand ihrer Zielsetzungen und Anwendungsbereiche differenzieren.

2.6.1 Fiktionale und didaktische Bibliotherapie

Die fiktionale Bibliotherapie bedient sich literarischer Werke, die besonders geeignet sind, emotionale Prozesse und die Vorstellungskraft anzuregen. Dazu zählen Gedichte, Romane, Erzählungen sowie Biografien, die helfen sollen, das eigene emotionale Erleben bewusster wahrzunehmen und therapeutisch zugänglich zu machen. Ziel ist es, durch die imaginative und empathische Auseinandersetzung mit literarischen Figuren und Geschichten einen inneren Wandel anzustoßen, der zur psychischen Heilung beitragen kann (Grahlmann & Linden, 2005).

Im Gegensatz dazu verfolgt die didaktische Bibliotherapie einen stärker kognitiven Ansatz. Sie findet vor allem in der kognitiven Verhaltenstherapie Anwendung und zielt darauf ab, dem Patienten durch sachliche Informationen ein tieferes Verständnis für das eigene Störungsbild zu vermitteln. Auf dieser Grundlage kann Einsicht in das eigene Verhalten gewonnen und der Weg zu gesünderen Denk- und Handlungsweisen unterstützt werden (Grahlmann & Linden, 2005). Dies wird auch als informative Bibliotherapie oder Psychoedukation bezeichnet (Heimes, 2017, S.15).

2.6.2 Rezeptive und produktive Bibliotherapie

Die rezeptive Bibliotherapie stellt die Auseinandersetzung mit ausgewählten Texten in den Mittelpunkt, die von der Therapeutin oder dem Therapeuten gezielt in Bezug auf die jeweilige Problematik des Lesers oder der Leserin ausgewählt werden. Häufig nimmt die betroffene Person dabei eine eher passive Rolle ein und hört in einer entspannten Atmosphäre Texten zu, die vorgelesen werden. Ziel ist es, die Aufmerksamkeit gezielt zu lenken – etwa zur Aktivierung innerer Ressourcen, zur bewussten Erfahrung emotionaler Inhalte (sowohl positiver als auch negativer Art), zur Konfrontation mit der eigenen Situation sowie zur Anregung neuer Sichtweisen und Lösungsansätze.

Demgegenüber fördert der produktive Ansatz das eigene kreative Schreiben. Die betroffene Person wird angeregt, selbst Texte zu verfassen, wobei dies meist in einem strukturierten und angeleiteten Rahmen geschieht. Ausgangspunkt sind oft konkrete Aufgabenstellungen oder thematische Impulse, die nach und nach in freiere Schreibformen und assoziative Prozesse übergehen. Dieses

Schreiben kann als therapeutischer Ausdruck innerer Vorgänge verstanden werden und eröffnet Raum für Reflexion, Selbstverstehen und Verarbeitung. (vgl. Süß, 2022, S. 4–5)

2.6.3 Klinische und entwicklungsfördernde Bibliotherapie

Die klinische Bibliotherapie kommt vor allem im Rahmen psychischer, psychosomatischer oder körperlicher Erkrankungen zum Einsatz. Hier dient Literatur – sei es erzählend oder didaktisch – als therapeutisches Mittel zur Unterstützung von Heilungs- und Verarbeitungsprozessen.

Darüber hinaus kann Bibliotherapie auch präventiv und entwicklungsfördernd wirken. In den USA ist dieses Verständnis bereits breit etabliert: Dort wird Bibliotherapie als entwicklungsbegleitende Maßnahme genutzt, um sowohl intellektuelle als auch emotionale Bedürfnisse, insbesondere von Kindern, gezielt anzusprechen. Über die Identifikation mit literarischen Figuren kann nicht nur die emotionale Verarbeitung gefördert, sondern auch die Persönlichkeitsentwicklung unterstützt werden. (vgl. Süß, 2022, S. 5)

2.7 Wirkungen und Wirksamkeit der Bibliotherapie

2.7.1 Positive Auswirkungen des Vorlesens auf die mentale Gesundheit

Im Kontext der frühkindlichen Entwicklung zeigt sich zunehmend, dass Vorlesen weit mehr ist als eine sprachfördernde Maßnahme. Es entfaltet insbesondere auch im Bereich der psychischen Gesundheit eine bedeutsame Wirkung. Das folgende Kapitel beleuchtet zentrale Erkenntnisse über die positiven Effekte des Vorlesens auf die mentale Gesundheit von Kindern und zeigt auf, wie diese Praxis zur emotionalen Stabilität und sozialen Entwicklung beitragen kann.

Bindungsförderung und Eltern-Kind-Interaktion

Vorlesen stärkt die Eltern-Kind-Interaktion und fördert damit eine sichere emotionale Bindung, die eine grundlegende Voraussetzung für psychische Gesundheit darstellt (vgl. Brunner, 2017; WHO, 2022). Darüber hinaus wirkt sich Shared Reading auch positiv auf das elterliche Wohlbefinden aus, da es zur Stressreduktion beiträgt und feinfühliges Verhalten fördert (vgl. Canfield et al., 2020; Jimenez et al., 2019; Weisleder et al., 2019).

Sprachliche, soziale und emotionale Entwicklung

Regelmäßiges Vorlesen im frühen Kindesalter führt zu einem erweiterten Wortschatz, verbesserten sprachlichen Fähigkeiten und besserer Schulvorbereitung (vgl. Bus et al., 1995; Frijters et al., 2000; Niklas et al., 2016; Shahaeian et al., 2018). Gleichzeitig werden soziale Kompetenzen wie Emotionsverständnis, Selbstregulation und prosoziales Verhalten gestärkt (vgl. Denham et al., 2012; Petermann & Wiedebusch, 2016; Denham, 2019). Der dialogische Charakter des Vorlesens bietet Kindern einen sprachlich-emotionalen Interaktionskontext, in dem Emotionen benannt und reguliert werden können (vgl. Denham et al., 1997; Jester, 2023).

Stressreduktion und körperliches Wohlbefinden

Vorlesen kann auch physiologisch wirksam sein: Studien zeigen eine erhöhte Ausschüttung von Oxytocin sowie eine Senkung des Cortisolspiegels – Effekte, die mit Stressabbau und einer schmerzlindernden Wirkung verbunden sind (vgl. Scatliffe et al., 2019; Brockington et al., 2021).

Neurowissenschaftliche Perspektive: Neuronale Synchronisation

Neuere Erkenntnisse deuten darauf hin, dass beim gemeinsamen Lesen eine neuronale Synchronisierung zwischen Eltern und Kindern entsteht. Diese ist eng mit Empathie, gemeinsamer Aufmerksamkeit und emotionaler Abstimmung verbunden (vgl. Hoehl & Markova, 2018; Nguyen et al., 2020; Zhai et al., 2023). Chronischer Stress kann diese Synchronisation jedoch beeinträchtigen (vgl. Azhari et al., 2019).

2.7.2 Studien zur Vorlesewirkung bei Kleinkindern und im Schulalter

Die zuvor beschriebenen theoretischen und neurowissenschaftlichen Erkenntnisse werden durch eine Vielzahl empirischer Studien gestützt. Insbesondere die sozial-emotionale Entwicklung von Kindern profitiert nachweislich vom Vorlesen – bereits im Kleinkindalter und über verschiedene Altersstufen hinweg.

Kleinkindalter

Schon bei sehr jungen Kindern lassen sich positive Effekte beobachten – insbesondere in benachteiligten Familien. Studien zeigen, dass Vorlesen in diesem Kontext zur Förderung sozial-emotionaler Fähigkeiten beiträgt (vgl. O'Farrelly et al., 2018; Aram & Aviram, 2009; Schapira & Aram, 2019).

Schulalter

Auch bei älteren Kindern führt regelmäßiges Vorlesen zu einer erhöhten Empathiefähigkeit und einem gesteigerten Verantwortungsbewusstsein (vgl. Stiftung Lesen et al., 2015).

Pilotstudie zu schlafbezogenen Ängsten

Eine aktuelle Pilotstudie von Mühr, Teichmüller, Trübner et al. (2024) untersuchte, ob das Vorlesen ausgewählter Bilderbücher bei Kindern im Alter von 4,5 bis 7 Jahren schlafbezogene Ängste reduzieren kann. Über zwei Wochen erhielten die Eltern standardisierte Anleitungen zum Vorlesen. Eingesetzt wurden Schlafprotokolle, Interviews sowie Fremd- und Selbstbeurteilungsbögen. Die Ergebnisse zeigten signifikante Verbesserungen:

- Weniger geäußerte Ängste
- Geringerer Widerstand beim Zubettgehen
- Reduziertes nächtliches Erwachen

Diese positiven Effekte blieben auch vier Wochen nach Studienende stabil. Die Autoren bewerten das Vorlesen als eine einfache, risikoarme und kosteneffiziente Intervention, betonen jedoch die Notwendigkeit weiterführender, kontrollierter Studien zur Validierung der Ergebnisse.

Vorlesen erweist sich also durchaus als wirkungsvolle, niedrighschwellige Maßnahme mit vielfältigen positiven Effekten auf die kindliche Entwicklung. Es fördert sprachliche, soziale und emotionale Kompetenzen, stärkt die Eltern-Kind-Bindung, wirkt stressreduzierend und kann sogar therapeutische Wirkung entfalten – sowohl präventiv als auch unterstützend in belastenden Lebenssituationen.

3 METHODEN UND PRAXISBASIERTE ZUGÄNGE IN DER BIBLIOTHERAPEUTISCHEN KINDER- UND JUGENDARBEIT

*Es gibt mehr Schätze in Büchern als Piratenbeute auf der Schatzinsel.
Und das Beste ist, du kannst diesen Reichtum jeden Tag deines Lebens
genießen.*

Walt Disney, zitiert nach Heimes, 2017

Bibliotherapie findet in der therapeutischen, pädagogischen und Beratungspraxis mit Kindern und Jugendlichen auf vielfältige Weise Anwendung. Dabei werden unterschiedliche Zugänge genutzt, um emotionale Prozesse zu fördern, Krankheitsverständnis zu vermitteln und therapeutische Beziehungen zu unterstützen. Blechinger und Klosinski (2011) verdeutlichen die einzelnen Vorgehensweisen folgendermaßen:

3.1 Vorlesen und dialogisches Lesen

Eine häufige Methode besteht darin, Geschichten vorzulesen und anschließend die Klienten selbst weiterlesen zu lassen. Danach erfolgt ein Gespräch über Inhalte, Empfindungen und mögliche Identifikationen mit Figuren. So können Parallelen zur eigenen Problematik erkannt und verarbeitet werden.

3.2 Arbeit mit Märchen und Rollenidentifikation

Märchen, insbesondere Angst- oder Lieblingsmärchen, werden genutzt, um mit unbewussten Wünschen und Ängsten in Kontakt zu kommen. Durch die Zuweisung von Rollen innerhalb des Märchens an sich selbst oder Familienmitglieder kann ein tiefenpsychologischer Zugang entstehen.

3.3 Psychoedukative Literatur und indirekte Lektüre

Viele Kliniken stellen gezielt ausgewählte Bücher zur Verfügung, insbesondere Selbsthilfeliteratur zu bestimmten Störungsbildern (z. B. Depression, Essstörungen). Die Nutzung erfolgt freiwillig und unterstützt eine selbstständige Auseinandersetzung. Texte zur Aufklärung über Krankheitsbilder unterstützen das Verständnis für Ursachen, Symptome und Bewältigungsstrategien. Ziel ist es, Einsicht und Selbstwirksamkeit zu stärken.

3.4 Literaturempfehlungen für PatientInnen und Familien

Fachpersonen empfehlen gezielt Bücher, die beim Verständnis und der Verarbeitung der Erkrankung helfen. Oft werden auch Eltern und Geschwister einbezogen, um den Therapieerfolg zu unterstützen.

3.5 Beziehungsaufbau über Bilderbücher und Gespräche

Bei jüngeren Kindern kann das gemeinsame Betrachten und Besprechen von Bilderbüchern als Beziehungsanbahnung dienen. Bekannte Werke wie *Der kleine Prinz* von Antoine de Saint-Exupéry können tiefere Gespräche ermöglichen, z. B. über Vertrauen und Freundschaft.

3.6 Betroffenenliteratur und symbolische Geschichten

Literatur von oder über Menschen mit ähnlichen Erkrankungen wird gezielt eingesetzt – etwa bei Anorexie, Depression oder Schizophrenie. Auch symbolische Darstellungen, wie Franz Kafkas *Hungerkünstler*, dienen zur Reflexion.

3.7 Indirektes Vorlesen mit späterer Bezugnahme

Manchmal werden Geschichten zunächst ohne direkten therapeutischen Bezug vorgelesen. Erst zu einem späteren Zeitpunkt wird das Thema gezielt wieder aufgegriffen – um Widerstände abzubauen und unbewusste Verarbeitung zu ermöglichen. (vgl. Blechinger & Klosinski, 2011, S. 114–116).

Aufgrund der Niederschwelligkeit der Methode ist es jedoch besonders wichtig, die entwicklungspsychologischen Besonderheiten von Kindern und Jugendlichen zu berücksichtigen, - wie Alter, Art der Störung oder auch das individuelle kognitive Niveau.

Petzold und Orth (2005) formulieren hierzu grundlegende Richtlinien für den erfolgreichen Einsatz von Bibliothherapie im Kindesalter. Sie betonen, dass bei Kindern, die noch nicht lesen können, Geschichten vorgelesen oder erzählt werden sollten. Bei jüngeren Kindern ist auf eine begrenzte Aufmerksamkeitsspanne Rücksicht zu nehmen, weshalb kurze Texte bevorzugt werden sollten. Besonders geeignet seien hierbei Bilderbücher, da diese visuelle Unterstützung leisten. Wiederholtes Vorlesen desselben Buches könne das Textverständnis fördern. Zudem bieten sich Phantasiegeschichten an, da sie Tagträume auslösen, die therapeutisch genutzt werden können. Auch über spielerische Zugänge oder gegenseitiges Geschichtenerzählen könne der Einstieg in die Therapie und Beratung erleichtert werden.

Je nach Alter und Reifegrad ist eine mehr oder weniger direkte Kommunikation über die therapeutischen Ziele möglich. Bei jüngeren Kindern erfolgt dies eher implizit, während mit älteren Kindern auch explizit über den Zweck der Intervention gesprochen werden kann. Ein besonderes Augenmerk sollte auf die kognitive Leistungsfähigkeit sowie auf mögliche organische oder hirnorganische Beeinträchtigungen gelegt werden, da diese die Durchführung und Wirksamkeit der Bibliothherapie deutlich beeinflussen können (Petzold & Orth, 2005).

4 EMPIRISCHER TEIL – EIGENE ERHEBUNG UND PRAXISERFAHRUNGEN

Geschichten sind gleichermaßen Unterhaltung und Bildung. Sie helfen uns, das Leben zu genießen – und es auszuhalten. Nach Nahrung, Obdach und menschlicher Gesellschaft sind sie das, was wir in dieser Welt am dringendsten brauchen.

Philip Pullman (zitiert nach Berthoud & Elderkin, 2017, S. 15)

Um einen praxisnahen Einblick in die aktuelle Anwendung bibliothераpeutischer Elemente im therapeυtischen, pädagogischen und beratenden Alltag zu erhalten, wurde im Rahmen dieser Arbeit eine Online-Befragung mittels Google Forms durchgeführt. Ziel dieser Erhebung war es, mehr darüber zu erfahren, wie Fachkräfte mit dem Thema Mut, Ängste und emotionale Herausforderungen bei Kindern umgehen – insbesondere im Hinblick darauf, ob und wie gezielt Bücher oder Bilderbücher in diesem Kontext eingesetzt werden.

4.1 Online Befragung zur Anwendung von Bibliothераpie bei Kindern

Bei der Erhebung handelt es sich um eine deskriptive, nicht repräsentative Online-Befragung, die mittels eines standardisierten Fragebogens über Google Forms durchgeführt wurde. Ziel war es, erste Einblicke in den praktischen Umgang mit Kindern zu erhalten, die unter Sprechängsten, Sprechhemmungen oder anderen sozialen Ängsten leiden, und zu untersuchen, inwiefern Fachkräfte bereits gezielt Bücher oder Bilderbücher zur Unterstützung dieser Kinder einsetzen. Der Fragebogen bestand aus geschlossenen Fragen mit Mehrfachantwortoptionen sowie vorgegebenen Antwortkategorien (z. B. Häufigkeitsskalen). Die Auswertung erfolgte beschreibend anhand von Diagrammen zur Veranschaulichung zentraler Tendenzen.

4.1.1 TeilnehmerInnenprofil

Die Zielgruppe der Befragung setzte sich aus Fachpersonen zusammen, die im psychosozialen, pädagogischen und therapeutischen Bereich mit Kindern arbeiten. Insgesamt nahmen 21 Personen an der Umfrage teil. Die größte Gruppe stellten LogopädInnen dar (47,6%), gefolgt von ErgotherapeutInnen (23,8%). Weitere Teilnehmende stammten aus Berufsfeldern wie der Schulischen Heilpädagogik, Elementarpädagogik, medizinischen Berufen (z. B. ÄrztInnen), Psychotherapie (ohne Nennung), dem schulischen Bereich (Lehrkräfte, VolksschullehrerInnen), sowie aus sportpädagogischen Kontexten (z. B. Rollkunstlauftrainerin). Die Heterogenität der Berufsgruppen bietet eine differenzierte Sichtweise auf die Fragestellung und stärkt den interdisziplinären Charakter der Untersuchung.

In welchem beruflichen Kontext arbeiten Sie hauptsächlich?

21 Antworten

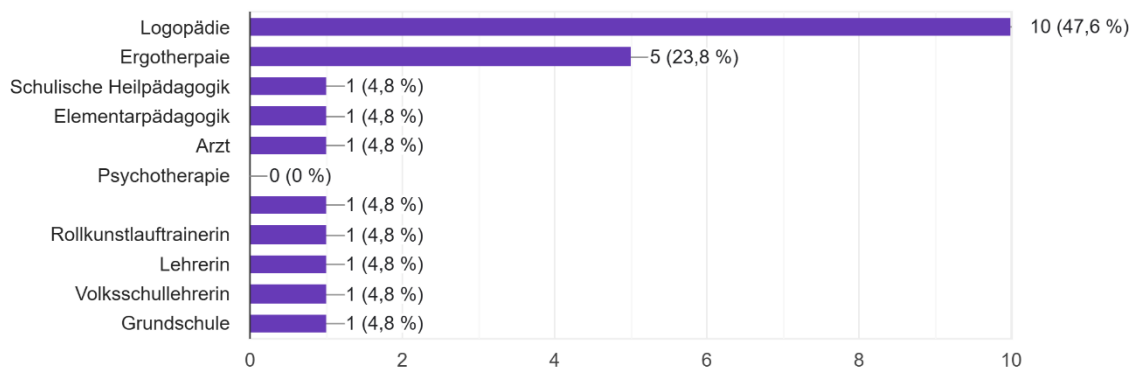


Abbildung 1: Beruflicher Kontext der befragten Fachpersonen (erstellt mit Google Forms, eigene Umfrage)

4.1.2 Häufigkeit der Arbeit mit Kindern mit Sprechängsten/sozialen Ängsten

Im nächsten Schritt wurde erhoben, wie häufig die befragten Fachpersonen mit Kindern arbeiten, die unter Sprechängsten, Sprechhemmungen oder anderen sozialen Ängsten leiden. Diese Information ist wesentlich, um den Bedarf an unterstützenden Maßnahmen – wie etwa dem Einsatz von Büchern – besser einschätzen zu können.

Wie häufig arbeiten Sie mit Kindern, die unter Sprechängsten, Sprechhemmungen oder anderen sozialen Ängsten leiden?

20 Antworten

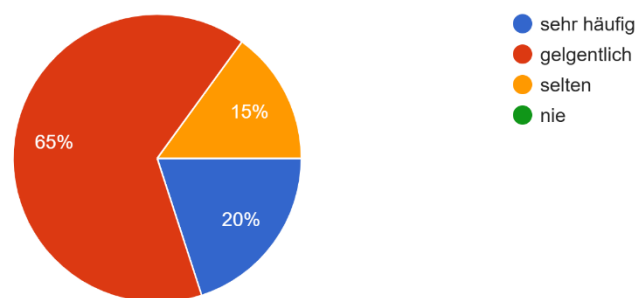


Abbildung 2: Häufigkeit der Arbeit mit Kindern mit Sprechängsten oder sozialen Ängsten (erstellt mit Google Forms, eigene Umfrage)

4.1.3 Gezielter Einsatz von Büchern in der Arbeit mit Kindern

Im folgenden Teil wurde die Frage nach dem gezieltem Einsatz von Büchern in der Therapie, dem Unterricht oder der Beratung gestellt:

Setzen Sie in Ihrer Arbeit gezielt Bücher oder Bilderbücher zur Unterstützung dieser Kinder ein?

20 Antworten

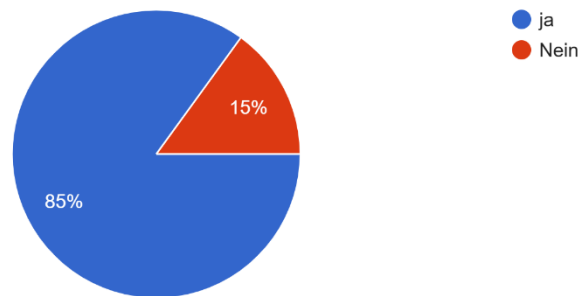


Abbildung 3: Einsatz von Büchern oder Bilderbüchern zur Unterstützung von Kindern mit Sprechängsten (erstellt mit Google Forms, eigene Umfrage)

4.1.4 Spezifische Störungsbilder beim Einsatz der Bibliotherapie

Weiters richtete sich der Fokus auf den praktischen Einsatz bei spezifischen Problemlagen. Ziel war es, herauszufinden, ob es bestimmte Störungsbilder gibt, bei denen Bücher besonders häufig oder gezielt eingesetzt werden – etwa zur Förderung von Ausdruck, zur Entlastung oder zur therapeutischen Begleitung.

Die folgende Frage diente dazu, diese Zusammenhänge näher zu erfassen: „Gibt es spezielle Störungsbilder, bei denen Sie häufiger Bücher zu bestimmten Themen verwenden – wie etwa Mutismus, Stottern, Wahrnehmungsprobleme, Schüchternheit, Artikulationsprobleme etc.?“

Von den insgesamt 21 befragten Fachpersonen gaben die Mehrheit an, Bücher gezielt bei bestimmten Störungsbildern einzusetzen. Die qualitative Auswertung zeigt, dass Bücher vor allem dann genutzt werden, wenn es um emotionale Themen, Sprachförderung sowie die Stärkung des Selbstwerts und der sozialen Kompetenzen geht. Einige Teilnehmende erwähnten ausdrücklich, dass sie Bücher bei allen Störungsbildern einsetzen, während andere den Einsatz bei sehr kleinen Kindern als schwierig einschätzen.

Die Rückmeldungen lassen sich in folgende thematische Schwerpunkte gliedern:

Häufig genannte Störungsbilder bzw. Themenbereiche bei denen Geschichten/Bücher bibliotherapeutisch eingesetzt werden:

- Mutismus (mehrfach genannt)
- Stottern
- Schüchternheit und soziale Ängste
- Wahrnehmungsprobleme (sensorisch oder sozioemotional)
- Artikulationsprobleme und Aussprachestörungen
- Sprachentwicklungsstörungen (SES), Dysgrammatismus
- Emotionale Regulationsstörungen / Emotionsregulation
- Selbstwert, Unsicherheit, geringes Selbstvertrauen
- ADHS
- Autismus-Spektrum-Störungen
- Angststörungen
- Traumatische Erfahrungen
- Enuresis, Enkopresis
- Kinder mit UEMF (unterstütztem Erwerb der Muttersprache in Förderbedarf)
- Sprachbarrieren allgemein
- Eigen- und Fremdwahrnehmung

Weitere Tendenzen:

- Individuelle Anpassung: Einige Fachkräfte betonen, dass der Einsatz von Büchern stark vom Einzelfall abhängt und nicht pauschalisiert werden kann.
- Altersspezifische Überlegungen: Zwei Teilnehmende äußerten, dass sie bei sehr kleinen Kindern Bücher zwar gern einsetzen, es aber aufgrund des Entwicklungsstandes schwierig sein kann, gezielt thematisch zu arbeiten.

Insgesamt zeigt sich, dass Bücher vorrangig bei Störungsbildern eingesetzt werden, die mit kommunikativen Einschränkungen, sozioemotionalen

Schwierigkeiten und verbal vermittelbaren innerpsychischen Themen in Verbindung stehen. Themen wie Mut, Angst, Selbstwert, aber auch sprachliche Ausdrucksfähigkeit und Verarbeitung belastender Erlebnisse lassen sich offenbar besonders gut durch passende Buchinhalte aufgreifen und therapeutisch begleiten.

4.1.5 Buchauswahl

Die qualitative Auswertung der Antworten auf die Frage nach der Herkunft der Inspiration für die Buchwahl zeigt, dass Fachpersonen eine Vielzahl von Quellen nutzen, wobei sich mehrere zentrale Bezugspunkte herauskristallisieren. Der Austausch mit Kolleginnen und Kollegen wird am häufigsten genannt – sowohl im Rahmen des Berufsalltags als auch in strukturierten Kontexten wie Weiterbildungen oder Qualitätszirkeln. Ebenfalls häufig wird Social Media als niederschwellige und aktuelle Inspirationsquelle angegeben. Plattformen wie Instagram, Facebook oder themenspezifische Blogs und Buchseiten scheinen dabei eine wichtige Rolle zu spielen, insbesondere bei der Entdeckung neuer Titel oder thematischer Impulse.

Neben diesen sozialen Quellen greifen viele Befragte auf Fachliteratur, Fachverlage und Internetrecherche zurück. Mehrere Teilnehmende beschreiben zudem einen themengeleiteten Zugang: Sie suchen gezielt nach Büchern zu bestimmten inhaltlichen Schwerpunkten und entscheiden dann individuell, ob ein Buch inhaltlich und methodisch zum Kind oder zur Situation passt. Auch Empfehlungen von Eltern, FreundInnen, Verwandten oder KinderärztInnen finden punktuell Eingang in die Auswahl.

Die Ergebnisse deuten insgesamt auf einen vielfältigen und kombinierten Zugang zur Buchwahl hin, der sowohl von fachlich fundierten als auch informelleren Quellen geprägt ist. Dabei zeigt sich eine hohe Eigeninitiative in der Recherche sowie ein reflektierter Auswahlprozess im Hinblick auf die Passung zum Kind und zur Thematik.

in weiterer zentraler Aspekt der Erhebung betraf die konkrete Auswahl an Büchern und Bilderbüchern, die Fachpersonen in ihrer Praxis besonders gerne und häufig einsetzen. Gerade bei Kindern mit Ängsten oder einem

geringen Selbstwertgefühl können geeignete Bücher eine unterstützende Brücke zu inneren Ressourcen, positiven Vorbildern und stärkenden Narrativen bieten.

4.1.6 Häufig genannte Buchtitel

Vor diesem Hintergrund wurde in der Umfrage gezielt danach gefragt: „Welche Bücher oder Bilderbücher verwenden Sie besonders gerne/häufig bei Kindern mit Ängsten oder zur Förderung von Selbstwertgefühl, Mut und Resilienz?“

Die folgenden Antworten bieten einen Einblick in den bibliothераpeutischen Werkzeugkoffer der befragten Fachpersonen.

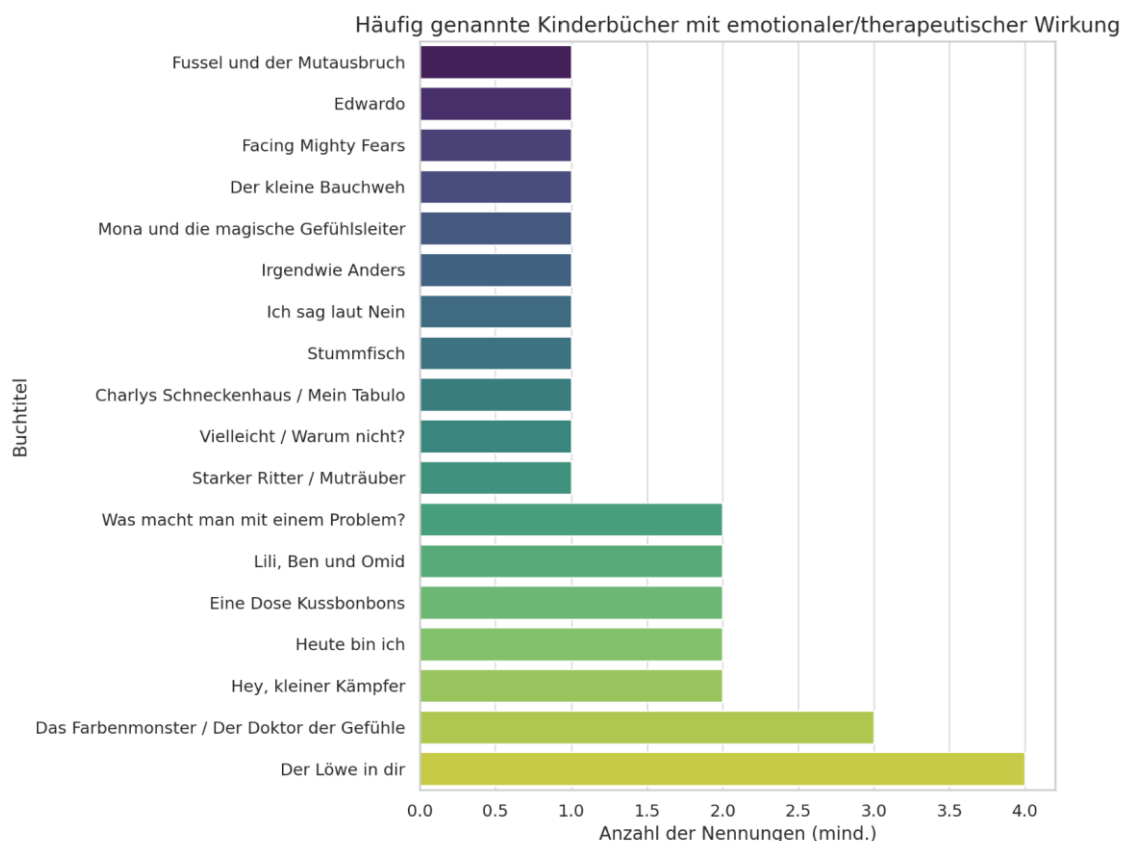


Abbildung 4: Häufigkeit genannter Buchtitel (erstellt mit Google Forms, eigene Umfrage)

Die qualitative Analyse zeigt, dass Fachpersonen Bücher bevorzugen, die folgende Schwerpunkte aufgreifen:

1. Mut und Selbstvertrauen:

Bücher wie *„Der Löwe in dir“*, *„Hey, kleiner Kämpfer“*, *„Fussel und der Mutausbruch“* oder *„Warum nicht?“* greifen das Thema Mut finden trotz Angst oder Unsicherheit kindgerecht auf und werden mehrfach genannt.

2. Emotionale Selbstregulation und Achtsamkeit:

Titel wie *„Das Farbenmonster“*, *„Heute bin ich“*, *„Mona und die magische Gefühlsleiter“* und das *„Achtsamkeits-Wimmelbuch“* zeigen die starke Relevanz von Büchern, die Emotionen benennen, ordnen und regulieren helfen.

3. Soziale Zugehörigkeit und Anderssein:

„Irgendwie Anders“, *„Ich bin fast genau wie du“* oder *„Lili, Ben und Omid“* thematisieren Vielfalt, Inklusion, Selbstannahme und finden gezielten Einsatz bei Kindern mit Unsicherheiten im sozialen Kontext.

4. Stärkung des Selbstwertgefühls:

Bücher wie *„Vielleicht“*, *„Was macht man mit einem Problem?“* oder *„Vom Glück, besonders zu sein“* vermitteln Botschaften der Selbstakzeptanz, Individualität und ermutigen dazu, sich selbst als wertvoll zu erleben.

5. Selektiver Mutismus- Therapeutisch begleitende Inhalte:

Einige Bücher wie *„Selina Stummfisch“*, *„Ich sag laut Nein“*, *„Charlys Schneckenhaus“* oder *„Der kleine Bauchweh“* scheinen spezifisch bei kindlichen Ängsten, Sprachhemmungen oder psychosomatischen Themen zum Einsatz zu kommen.

Die Analyse zeigt, dass die Fachpersonen eine Vielzahl an Bilderbüchern gezielt zur Unterstützung von Kindern mit Angst, geringem Selbstwert, Unsicherheit oder Belastungen einsetzen. Besonders häufig genannte Werke sind *„Der Löwe in dir“* (Bright & Field), *„Das Farbenmonster“* (Llenas) sowie *„Hey, kleiner Kämpfer“* (Young). Die Bücher dienen nicht nur der emotionalen Verarbeitung, sondern auch zur Förderung von Resilienz, Mut und innerer Stärke im therapeutischen oder pädagogischen Setting. Dabei greifen die Fachpersonen sowohl auf beliebte, international verbreitete Titel als auch auf

spezialisierte, oft wenig bekannte Werke zurück, die differenzierte Themen wie Achtsamkeit, Anderssein oder sprachgebundene Ängste ansprechen.

4.1.7 Welche Kriterien sind bei der Buchauswahl wichtig?

Die Ergebnisse, welche nach den Kriterien bei der Auswahl von Kinderbüchern im bibliothераapeutischen Kontext fragen zeigen, dass vor allem ansprechende Illustrationen (85,7 %) sowie die Möglichkeit zur Identifikation mit den Figuren und eine sprachlich einfache, zugängliche Gestaltung (jeweils 76,2 %) eine zentrale Rolle spielen. Auch eine sensible, kindgerechte Darstellung emotionaler Themen (66,7 %) und Bücher, die gut zur Gesprächs- oder Reflexionsanregung geeignet sind (52,4 %), wurden häufig genannt. Diese Rückmeldungen geben wertvolle Hinweise für die Auswahl geeigneter Geschichten in der Arbeit mit Kindern.

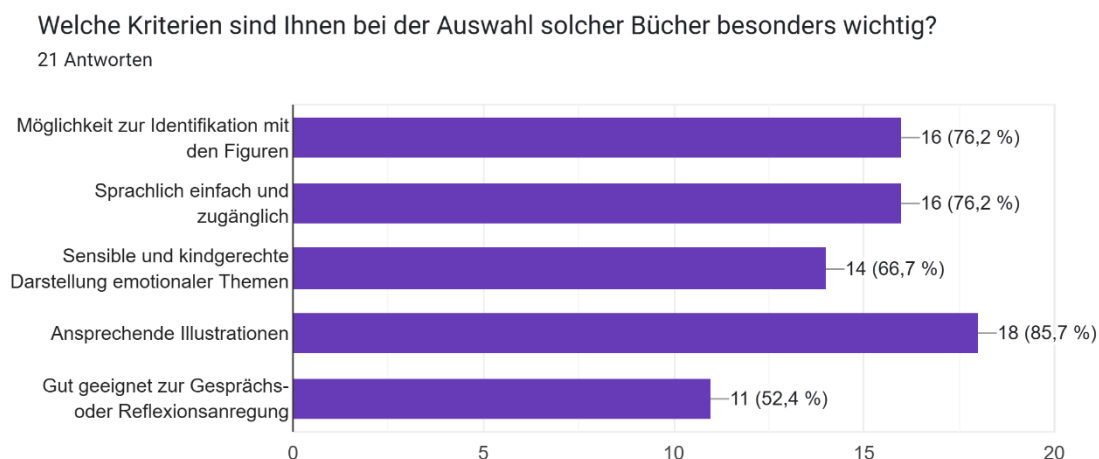


Abbildung 5: Kriterien der Buchauswahl (erstellt mit Google Forms, eigene Umfrage)

Ergänzend wurde von einigen Teilnehmenden betont, dass bei kleineren Kindern auch praktische Aspekte wie die Haptik und Buchgröße eine Rolle spielen. Bücher mit dickeren Seiten und kleineren Formaten gelten hier als besonders geeignet. Zudem wurde darauf hingewiesen, dass die Geschichten für diese Altersgruppe nicht zu lang sein sollten, um die Aufmerksamkeit und das Verständnis der Kinder zu fördern.

4.1.8 Methoden der Integration von Büchern in den Arbeitskontext mit Kindern

Um einen Einblick in die praktische Anwendung von Kinderbüchern im therapeutischen, beratenden und pädagogischen Kontext zu erhalten, wurden die Teilnehmenden gefragt, auf welche Weise sie die Bücher konkret in ihre Arbeit integrieren. Die Auswertung zeigt, dass dabei gemeinsame Reflexion (84,2%), freies Erzählen (73,7%) und Vorlesen (68,4%) besonders häufig genutzt werden. Auch kreative Methoden wie Malen (47,4%) und Rollenspiel (42,1%) spielen eine wichtige Rolle. Weniger häufig kamen Nachspielen des Inhalts, Geschichten schreiben oder sonstige Methoden zum Einsatz. Die Ergebnisse verdeutlichen, wie vielfältig Bücher in der Arbeit mit Kindern eingesetzt werden können, um emotionale und sprachliche Prozesse zu begleiten.

Wie integrieren Sie die Bücher konkret in Ihre therapeutische oder pädagogische Arbeit? (z. B. Vorlesen, freies Erzählen, gemeinsame Reflexion, Rollenspiel, Malen, Nachspielen, ...)

19 Antworten

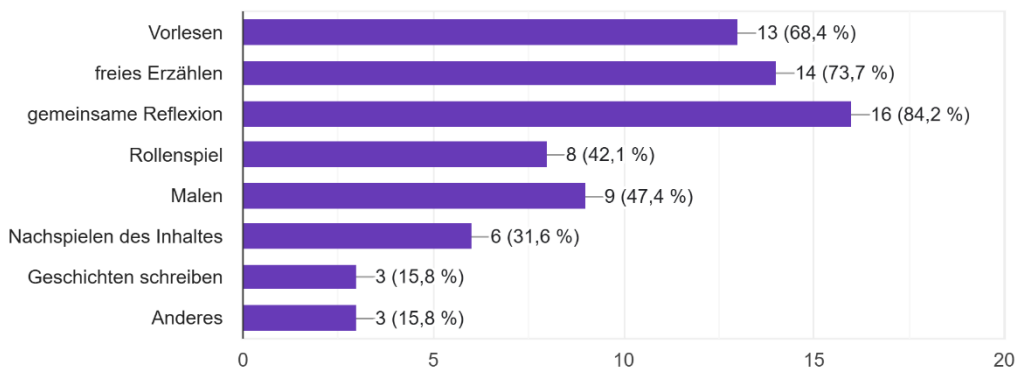


Abbildung 6: Integration von Büchern (erstellt mit Google Forms, eigene Umfrage)

4.1.9 Erweiterte Nutzungsmöglichkeiten von Bilderbüchern im psychosozialen und therapeutischen Setting

In Ergänzung zu den bevorzugten Buchtiteln wurden von acht Teilnehmenden weitere praxisorientierte und kreative Ideen zum Einsatz von Bilderbüchern genannt. Die qualitativen Rückmeldungen zeigen, dass Bilderbücher nicht nur

zur passiven Rezeption, sondern vielfältig interaktiv und prozessorientiert verwendet werden.

Zentrale rückgemeldete Einsatzformen lassen sich in folgende Kategorien gliedern:

1. **Sprachlich-kreative Weiterarbeit mit dem Buch:**

Mehrere Fachpersonen nutzen Bilderbücher als Ausgangspunkt für kreative Sprachförderung. Kinder werden ermutigt, sich in Figuren hineinzusetzen, alternative Handlungsverläufe zu erfinden oder ein eigenes Ende zu gestalten. Auch eigene Nacherzählungen, Satzbauübungen und Artikulationstraining werden im Anschluss an das Vorlesen integriert.

2. **Emotionale und soziale Reflexion:**

Bilderbücher dienen zudem als Impuls für die Reflexion über eigene Gefühle oder Alltagsstrategien. Dies geschieht sowohl im Dialog mit dem Kind als auch auf Seiten der Fachperson selbst, die teils bewusst zunächst eigene Beobachtungen sammelt, bevor ein Input erfolgt. Ziel ist eine feinfühlig, bedürfnisorientierte Begleitung.

3. **Erweiterung durch nonverbale Methoden:**

Eine Teilnehmerin erwähnt den gezielten Einsatz von Pantomime, um Inhalte des Buches nonverbal zu vertiefen. Dies zeigt, dass Bilderbücher auch als Ausgangspunkt für körperlich-ausdrucksbetonte Methoden genutzt werden können.

4. **Einbindung des Umfelds:**

Mehrere Rückmeldungen betonen die Bedeutung des Transfers in den Alltag. Bücher werden bewusst an Eltern oder Lehrpersonen weitergegeben – teils mit der konkreten Aufgabe, diese gemeinsam mit dem Kind zu lesen. Die Begleitung durch die Fachperson bleibt dabei erhalten, was eine nachhaltige Wirkung im sozialen Nahraum unterstützt.

Insgesamt machen die Rückmeldungen deutlich, dass Bilderbücher weit über das Vorlesen hinaus als lebendiger Bestandteil eines ganzheitlichen Förder- und Therapieprozesses eingesetzt werden. Die Fachpersonen nutzen sie dialogisch, kreativ, reflexiv und systemisch, um Kinder in ihrer

sprachlichen, emotionalen und sozialen Entwicklung gezielt zu unterstützen.

4.1.10 Veränderung durch den Einsatz von Büchern

Auf die Frage: „Beobachten Sie Veränderungen durch die ausgewählten Geschichten/Bücher bei den Kindern – insbesondere in Bezug auf Selbstwert, Ausdrucksfähigkeit, Sprechfreude o. ä.“ antworteten alle (100 %) bejahend oder mit klaren Hinweisen auf positive Veränderungen. Das deutet auf eine eindeutige Übereinstimmung im Erleben der Wirkung von Bilderbüchern auf zentrale entwicklungsrelevante Bereiche wie Sprache, Selbstwahrnehmung und emotionale Verarbeitung hin.

Die Rückmeldungen zeigen ein breites Wirkungsspektrum, das sich in mehreren zentralen Themenbereichen zusammenfassen lässt:

- 1. Selbstwert und emotionale Stärkung:**
Viele Fachpersonen beobachten, dass Kinder durch die Geschichten ermutigt werden und ihr Selbstwertgefühl gestärkt wird – etwa durch die Erkenntnis, nicht allein mit einem Thema zu sein, oder durch das Erleben von Vorbildern und Lösungsmöglichkeiten. Das gemeinsame Lesen bietet einen identifikatorischen Zugang, der Hoffnung, Mut und neue Sichtweisen eröffnet.
- 2. Ausdrucksfähigkeit und Sprechfreude:**
Fast alle Antworten betonen, dass Bücher besonders förderlich für die sprachliche Ausdrucksfähigkeit sind. Kinder finden leichter Worte für Gefühle und Gedanken, erzählen freier, stellen Fragen, vergleichen Situationen, und berichten spontan von eigenen Erlebnissen – sogar Kinder mit sprachlichen Auffälligkeiten oder Schüchternheit.
- 3. Interaktion, Reflexion und sozial-emotionale Kompetenz:**
Geschichten regen zur Reflexion über sich selbst und andere an. Kinder üben sich in sozialem Perspektivenwechsel, diskutieren Verhaltensalternativen und entwickeln so Problemlösestrategien. Die dialogische Begleitung schafft Raum für geteilte Aufmerksamkeit, Interaktion und emotionale Beteiligung.

4. Sprachförderung und kognitive Effekte:

Neben der emotionalen Wirkung berichten mehrere Personen von konkreten sprachlichen Fortschritten, etwa in Bezug auf Wortschatz, Satzbau und Merkfähigkeit – insbesondere bei mehrmaligem Lesen oder in ritualisierten Kontexten.

5. Niederschwelliger Zugang zu schwierigen Themen:

Bücher wirken häufig als „Eisbrecher“ – sie erleichtern den Einstieg in Themen wie Angst, Scham, Wut oder Unsicherheit. Die Geschichten schaffen einen kindgerechten, emotional entlastenden Rahmen und senken mögliche Widerstände.

Die Auswertung zeigt, dass Bilderbücher in der sprachtherapeutischen, ergotherapeutischen, beratenden und pädagogischen Praxis nicht nur als didaktisches Werkzeug, sondern als wirksames emotionales und soziales Medium erlebt werden. Sie fördern Selbstwertgefühl, Ausdrucksfähigkeit, Sprechfreude und Reflexionsvermögen auf ganzheitliche Weise – häufig auch bei Kindern, die sich in anderen Settings eher zurückhalten.

4.1.11 Weiterempfehlung

Das Diagramm zeigt deutlich, dass die überwiegende Mehrheit der Befragten (89,5 %) den Einsatz von Büchern, Geschichten oder Bibliothherapie zur Förderung von Selbstwert, Resilienz, Mut, Sprechfreude sowie im Umgang mit sozialen Ängsten weiterempfehlen würde. Nur 10,5 % äußerten sich unentschieden („Ich weiß nicht“), während niemand diese Form der Unterstützung grundsätzlich ablehnt.

Die Ergebnisse unterstreichen eine hohe Zustimmung zur Wirksamkeit bibliothераpeutischer Ansätze im pädagogisch-therapeutischen Kontext. Dies spricht für das Vertrauen in Geschichten als unterstützendes Mittel in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen bei emotionalen und sozialen Themen.

Würden Sie den Einsatz von Büchern/Geschichten/Bibliotherapie zur Förderung von Selbstwert, Resilienz, Mut, Sprechfreude und/oder bei Themen ...sozialen Ängsten zu tun haben weiterempfehlen?

19 Antworten

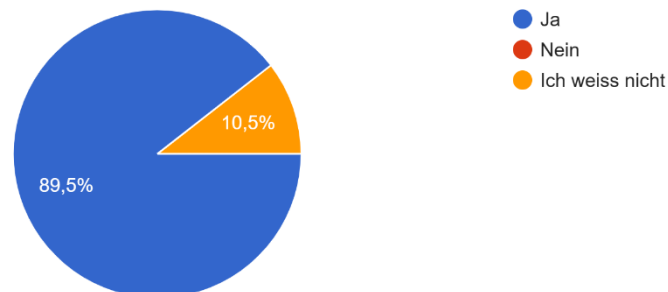


Abbildung 7: Weiterempfehlung (erstellt mit Google Forms, eigene Umfrage)

4.1.12 Fazit der Online-Befragung

Die Umfrageergebnisse zeigen deutlich, dass die Fachpersonen das Potenzial von Bilderbüchern und Geschichten im pädagogischen und therapeutischen Alltag erkennen und gezielt nutzen. Besonders im Umgang mit Kindern, die unter Sprechhemmungen, Ängsten oder einem geringen Selbstwertgefühl leiden, werden Bücher als wirkungsvolles Werkzeug erlebt. Sie fördern Sprechfreude, emotionale Ausdrucksfähigkeit, Reflexion und Selbstwirksamkeit – und bieten gleichzeitig einen geschützten, kindgerechten Rahmen für schwierige Themen. Die Vielfalt der Einsatzformen, die sorgfältige Buchauswahl und die positiven Rückmeldungen zur Wirkung belegen, dass bibliotherapeutische Ansätze ein wertvoller Bestandteil unterstützender Arbeit mit Kindern sind. Die hohe Bereitschaft zur Weiterempfehlung unterstreicht diesen Eindruck und macht deutlich, dass Geschichten weit mehr sein können als reine Unterhaltung – sie eröffnen Räume für Entwicklung, Beziehung und inneres Wachstum.

4.2 Eigene Erfahrungen und Perspektiven

Bücher waren in meinem Leben immer viel mehr als nur Geschichten – sie waren Türen zu anderen Welten, treue Begleiter und stille Lehrmeister. Bereits als Kind habe ich unendlich viel gelesen. Die örtliche Bücherei war für mich ein zweites Zuhause, ich kannte bald nahezu jedes Buch, das dort in den Regalen stand. Für mich war das Lesen eine Art Abenteuerreise – ein Weg, meinem kleinen Heimatdorf gedanklich zu entfliehen und in die große weite Welt einzutauchen, die ich mir voller Neugier erschloss. Die Bücher schenkten mir einen lebendigen, farbenfrohen Blick auf das Leben jenseits meiner gewohnten Umgebung in einem Vorarlberger Dorf. Auch wenn ich keine oder kaum traumatische Erlebnisse zu verarbeiten hatte, waren Bücher für mich trotzdem heilsam – sie haben meine Perspektiven erweitert, mich geprägt, meine Toleranz gefördert und mir meine bis heute anhaltende Liebe zur Sprache eröffnet.

Ganz nebenbei verbesserten sich durch das viele Lesen auch meine Deutschkenntnisse und mein sprachlicher Ausdruck enorm. Bücher haben mich gelehrt, wie kraftvoll Worte sein können – und wie Sprache Brücken bauen kann. Diese frühen, intensiven Leseerfahrungen haben meine Begeisterung für Sprache und meine berufliche Ausrichtung immens stark beeinflusst.

Als Jugendliche und auch später als Erwachsene wurde das Lesen für mich nicht weniger wichtig. In unterschiedlichen Lebensphasen habe ich mich verstärkt Ratgeberliteratur zugewandt – insbesondere im Bereich der Psychoedukation.

Bücher waren für mich stets zuverlässige Quellen von Unterstützung, Orientierung und Weiterentwicklung. Sie haben mir geholfen, mich in herausfordernden Situationen besser zu verstehen, neue Perspektiven einzunehmen und mutige Entscheidungen zu treffen. Auch Romane, in denen Frauen ihren Alltag, ihre Ehen, Familien und Herausforderungen beschreiben, begleiten mich bis heute. Sie geben mir das Gefühl, nicht allein zu sein, gesehen und verstanden zu werden. Sie lassen mich denken: "So wie ich bin, bin ich richtig."

4.3 Der Wert von Bibliothherapie in der Therapie und Beratung

Die tief verwurzelte Liebe zu Büchern spiegelt sich in meiner Arbeit als Therapeutin wieder. Besonders in der Arbeit mit Kindern, die unter selektivem Mutismus, Stottern oder Sprachängsten leiden, sind Bücher für mich ein zentrales und wirkungsvolles therapeutisches Medium. Geschichten schaffen es auf eine sanfte, natürliche und spielerische Art, Kindern Zugang zu schwierigen Themen zu ermöglichen, ohne direkten Druck und ohne die Notwendigkeit, sofort über sich selbst sprechen zu müssen.

Gerade für Kinder mit Sprechängsten ist es oftmals leichter, sich mit einer Buchfigur zu identifizieren, als über die eigenen Gefühle oder Ängste zu sprechen. Die Figuren werden zu Stellvertretern, zu Sprachrohren, die das Kind entlasten und gleichzeitig stärken. In meiner Praxis erlebe ich immer wieder, wie schnell Kinder diese Möglichkeit annehmen. Wir lesen gemeinsam, malen die Buchfiguren, spielen Szenen nach, verändern die Geschichte und überlegen, welche weiteren mutigen Schritte die Figur noch unternehmen könnte. Durch diese kreative Auseinandersetzung können Kinder nicht nur neue Lösungsmöglichkeiten entwickeln – sie entdecken auch bislang unbekannte, starke Seiten an sich selbst. Es ist immer wieder berührend zu sehen, wie Kinder in diesen Prozessen aufblühen, mutiger werden und sich selbst als handlungsfähig erleben.

Bücher sind aus meiner Sicht in der Sprachtherapie sowie in anderen therapeutischen, pädagogischen und beratenden Kontexten weit mehr als nur Material. Sie bieten u.a.:

- **Niederschwellige Sprechkanäle:** Kinder können über Figuren sprechen, ohne direkt von sich erzählen zu müssen.
- **Identifikationsmöglichkeiten:** Figuren, die ähnliche Ängste oder Herausforderungen haben, ermöglichen Kindern, sich gesehen und verstanden zu fühlen.
- **Sprachförderung im Kontext:** Bücher regen zu echten Gesprächen an – es entsteht ein natürlicher Sprachfluss, der sich von klassischen Übungssituationen abhebt.

- **Struktur und Orientierung:** Geschichten bieten Kindern Halt – mit Anfang, Höhepunkt und Auflösung – das gibt Sicherheit.
- **Förderung von Fantasie und Problemlösefähigkeit:** Durch das kreative Weiterdenken und Umgestalten der Geschichten entdecken Kinder eigene Lösungswege.
- **Emotionale Distanz:** Über die Figuren können auch schwierige Themen besprochen werden, ohne dass sich das Kind emotional überfordert fühlt.
- **Förderung von Selbstwirksamkeit:** Wenn Kinder erleben, dass Figuren mutige Wege finden, wächst auch ihr eigener Mut und ihr Vertrauen in sich selbst.
- **Ganzheitliche Förderung:** Bücher sprechen sowohl die sprachliche, als auch die emotionale, soziale und kreative Ebene an.

Insbesondere für Kinder mit selektivem Mutismus oder Sprechängsten sind Bücher ein geschützter Raum. Sie ermöglichen es, Sprache auf eine unaufdringliche, spielerische Weise wieder positiv zu erleben. Die Kinder dürfen entscheiden, wann und wie sie sich einbringen, was sie nachspielen, ob sie selbst sprechen oder die Figur „sprechen lassen“ – sie erleben: „Ich kann etwas sagen, ich darf Raum einnehmen – und ich werde gehört.“

Bücher haben mein eigenes Leben geprägt, mir Türen geöffnet und mir geholfen, mich selbst und andere besser zu verstehen. Diese persönliche Erfahrung wirkt in meine therapeutische Arbeit hinein. Ich arbeite mit Büchern nicht nur aus Überzeugung, sondern aus tief empfundener Dankbarkeit. Es ist ein großer Schatz, den ich mit den kleinen und großen Menschen, mit denen ich arbeite, teilen darf. Geschichten haben die Kraft zu heilen, zu stärken und uns daran zu erinnern, dass wir selbst AutorInnen unseres Lebens sein können – mutig, lebendig und voller neuer Möglichkeiten.

5 Praxisorientierte Materialien und Empfehlungen

5.1 Literaturliste und empfohlene Bücher

Im Rahmen der bibliotherapeutischen Arbeit mit Kindern spielen Bilderbücher eine zentrale Rolle, um schwierige Themen wie Angst, Mut, Selbstwert oder sprachliche Ausdrucksfähigkeit kindgerecht zu bearbeiten. Im Folgenden werden ausgewählte Bücher thematisch geordnet und mit einer kurzen Einordnung zu Inhalt und therapeutischem Einsatz vorgestellt.

5.1.1 Mut, Selbstwert und Selbstannahme



Abbildung 8: Buchcover *Der Löwe in dir*

Der Löwe in dir (Rachel Bright) erzählt die Geschichte einer kleinen Maus, die mutig den starken Löwen aufsucht, um das Brüllen zu lernen – und dabei entdeckt, dass echter Mut von innen kommt. Das Buch vermittelt kindgerecht, dass auch die Kleinsten über innere Stärke verfügen und ihre Ängste überwinden können. Es eignet sich zur Stärkung des Selbstwertgefühls, Mut und Selbstwirksamkeit.

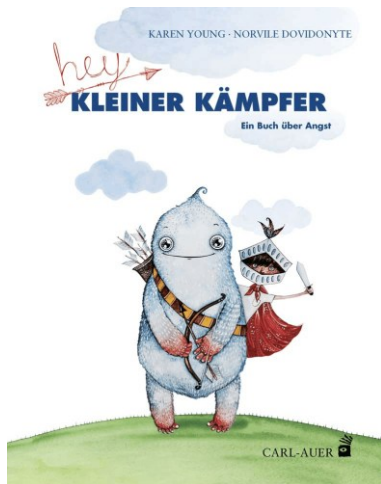


Abbildung 9: Buchcover *Hey, kleiner Kämpfer*

Hey, kleiner Kämpfer (Karen Young) erklärt Kindern, wie Angst im Gehirn entsteht – kindgerecht und neuropsychologisch fundiert. Mit anschaulichen Bildern und praktischen Anleitungen lernen Kinder, ihre Angst zu verstehen und ihr aktiv zu begegnen. Besonders geeignet für die Arbeit mit ängstlichen, traumatisierten oder unsicheren Kindern.



Abbildung 10: Buchcover *Was macht man mit einem Problem?*

Was macht man mit einem Problem? (Kobi Yamada) erzählt von einem Kind, das lernt, sich seinem Problem zu stellen, statt davor wegzulaufen. Die Geschichte zeigt, dass Probleme auch Chancen in sich tragen – und dass Mut, Reflexion und Handlungsspielraum daraus entstehen können. Das Buch eignet sich besonders zur Förderung von Problemlösekompetenz, Resilienz und emotionaler Selbstwirksamkeit



Abbildung 11: Buchcover *Ich bin doch ich - genau richtig!*

Ich bin doch ich, genau richtig (Nele Inka Vigh) Ein Buch über Selbstakzeptanz, Diversität und den Mut, man selbst zu sein. Nützlich zur Stärkung des Selbstwertes und bei Identitätsfragen. Es thematisiert auf einfühlsame Weise den Umgang mit Mobbing und Selbstakzeptanz, unterstützt die Entwicklung eines positiven Körper- und Selbstbildes und legt dabei besonderen Wert auf Inklusion und Diversität.



Abbildung 12: Buchcover *Nenn mich Löwe*

Nenn mich Löwe (Camila Chester) Leo spricht nicht, doch als Richa ihn ohne Druck annimmt, entsteht eine stille Freundschaft voller Verständnis. Als Leo ihr in einem Brief erklärt, warum er nicht spricht, vertraut auch Richa ihm ihr Geheimnis an: Sie kann nicht lesen. Das Buch zeigt einfühlsam, dass echte Verbindung keine Worte braucht. Es eignet sich besonders zur Arbeit mit Kindern mit selektivem Mutismus, Sprachhemmungen oder zur Förderung von Selbstwert und Empathie.

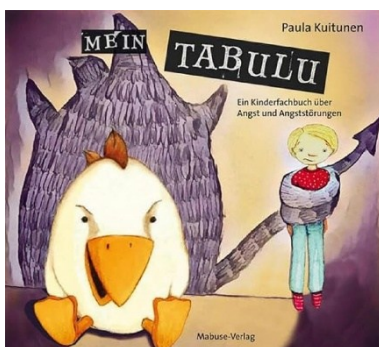


Abbildung 13: Buchcover *Mein Tabulu*

Mein Tabulu (Paula Kuitunen) erzählt von Tabeas Angst, die in Form eines wachsenden Wesens erscheint, als sie in eine neue Schule kommt. Das Buch veranschaulicht, wie Ängste Kinder belasten, aber auch, wie sie durch Verstehen und Annahme kleiner werden können. Einführung in das Thema Angststörungen, zur emotionalen Entlastung und als Gesprächsanlass in pädagogisch-therapeutischen Kontexten.



Abbildung 14: Buchcover *Das Farbenmonster*

Das Farbenmonster (Anna Llenas)

In dem Buch geht es darum, Gefühle zu erkennen, zu benennen und zu ordnen. Das Farbenmonster erlebt verschiedene Emotionen – von fröhlichem Sonnenschein über traurigen, stillen See bis hin zu roter Wut – und lernt, diese nach Farben zu sortieren, um sie besser verstehen und kontrollieren zu können. Das Buch ist ein bewährtes Werkzeug zur Förderung emotionaler Kompetenz, Selbstwahrnehmung und Emotionsregulation i

5.1.2 Umgang mit Gefühlen & Emotionsregulation



Abbildung 15: Buchcover *Mona und die magische Gefühlsleiter*

Mona und die magische Gefühlsleiter (Julia Schneider) Mona lernt mit Hilfe ihres Onkels Merlin, wie sie mit Wut, Streit und Rückzug umgehen kann. Durch bildhafte Metaphern wie die Gefühlsleiter werden emotionale Zustände kindgerecht erklärt und Selbstregulation gefördert. Das Buch eignet sich besonders für die Arbeit mit Kindern zu den Themen Emotionsregulation, Stressverarbeitung und Streitverhalten



Abbildung 16: Buchcover *Der Doktor der Gefühle*

Der Doktor der Gefühle (Anna Llenas) Gefühle werden durch Farben symbolisiert und sortiert. Diese visuelle Darstellung hilft Kindern, ihre Emotionen zu erkennen, zu benennen und zu regulieren. Besonders hilfreich bei ADHS oder emotionalen Regulationsstörungen.

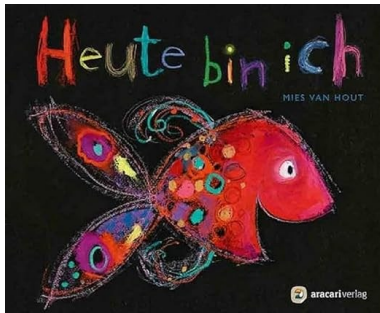


Abbildung 17: Buchcover *Heute bin ich*

Heute bin ich (Mies van Hout) zeigt auf eindrucksvolle Weise eine Vielzahl von Gefühlen anhand farbenfroher, ausdrucksstarker Fischzeichnungen. Jede Emotion wird visuell und sprachlich greifbar gemacht und lädt Kinder dazu ein, ihre eigenen Gefühle zu erkennen, zu benennen und zu verstehen. Das Buch ist besonders geeignet für die emotionale Bildung, Emotionsregulation



Abbildung 18: Buchcover *Fussel und der Mutausbruch*

Fussel und der Mutausbruch (Marlene Walter) erzählt die Geschichte eines kleinen Wesens, das mutig seine sichere Umgebung verlässt und auf eine abenteuerliche Entdeckungsreise geht. Dabei lernt Fussel, Ängste zu überwinden und wächst durch neue Erfahrungen – sowohl äußerlich als auch innerlich. Das Buch eignet sich besonders zur Förderung von Selbstvertrauen, kindlichem Explorationsverhalten und emotionaler Selbstwirksamkeit, z. B. in der Arbeit mit ängstlichen oder zurückhaltenden Kindern.

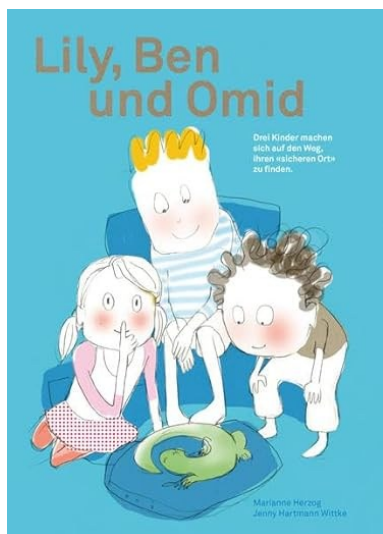


Abbildung 19: Buchcover *Lily, Ben und Omid*

Lili, Ben und Omid (Marianne Herzog) Drei Kinder mit verschiedenen Lebensgeschichten machen sich auf den Weg, um ihren sicheren Ort zu finden – und finden zueinander.

Zudem werden kindliche Verhaltensauffälligkeiten einfühlsam beleuchtet- sowie ihre Auswirkungen auf Selbstwert, Lernen und Sozialverhalten. Auch für Kinder mit Fluchterfahrungen oder Identitätsfragen kann das Buch eine gute Unterstützung sein.

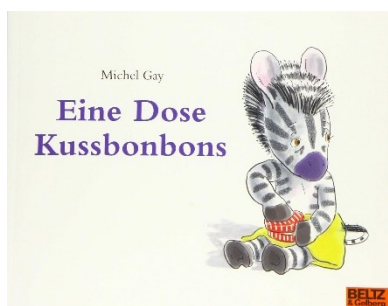


Abbildung 20: Buchcover *Eine Dose Kussbonbons*

Eine Dose Kussbonbons (Michel Gay) Ein liebevolles Buch über Nähe, Geborgenheit und emotionale Sicherheit.

In dem Buch wird die kindliche Trennungsangst und der Übergang in neue soziale Situationen thematisiert. Mit der Idee der „Kussbonbons“ als emotionalem Übergangsobjekt wird kindgerecht aufgezeigt, wie Bindung und Selbstvertrauen gestärkt werden können.



Abbildung 21: Buchcover *Rosa und das Mutmachmonsterchen*

Rosa und das Mutmachmonsterchen (Sigrun Eder)

Rosa hat oft Angst – vor dem Dunkeln, vor fremden Menschen oder neuen Situationen. Doch eines Tages taucht ein kleines Monster auf, das ihr Mut macht: das Mutmachmonsterchen. Es begleitet Rosa auf ihrem Weg, sich ihren Ängsten zu stellen.

Das Buch unterstützt Kinder dabei, Gefühle wie Angst ernst zu nehmen und ihnen spielerisch mit inneren Helfern zu begegnen.

5.1.3 Sprechfreude, Ausdruck & Sprechhemmungen



Abbildung 22: Buchcover *Selina Stummfisch*

Selina Stummfisch (Karen-Susan Fessel) erzählt die Geschichte eines Kindes mit selektivem Mutismus, das zunächst nicht spricht und durch die Begegnung mit einem magischen Fisch allmählich Mut fasst, sich zu äußern. Es eignet sich besonders für den therapeutischen und pädagogischen Einsatz bei Kindern mit sozialer Sprachhemmung oder Angst vor dem Sprechen.



Abbildung 23: Buchcover *Mila spricht!*

Mila spricht (Babette Bürgi Wirth, Stefanie Kolb) In diesem Buch wird ein Kind begleitet, das anfangs Angst vor dem Sprechen hat und durch geduldiges Zuhören, Verständnis und positive Verstärkung ermutigt wird, erste Worte zu äußern. Es fördert den Aufbau von Vertrauen in die eigene Stimme und hilft, Hemmungen im sozialen Kontext abzubauen.



Abbildung 24: Buchcover *Die stille kleine Muschel*

Die stille kleine Muschel (Kathleen Hong) Das Bilderbuch beschreibt ein Kind mit Selektivem Mutismus, das im Kindergarten plötzlich nicht mehr spricht, obwohl es zuvor fröhlich und kommunikativ war. Es vermittelt kindgerecht die Angststörung, die in bestimmten Situationen das Sprechen blockiert, und bietet durch erzählerische Elemente eine Grundlage für Aufklärung und Verständnis im pädagogischen und familiären Umfeld.



Abbildung 25: Buchcover *Eine Kugel Schoko, bitte!*

Eine Kugel Schoko, bitte ! (Aniko Lerch) erzählt die Geschichte von Emmo, der unter Selektivem Mutismus leidet und in bestimmten sozialen Situationen komplett sprachlos wird, was sein Leben und seine Beziehungen stark beeinträchtigt. Es thematisiert die Herausforderungen, denen betroffene Kinder und ihre Familien gegenüberstehen, und zeigt anhand von Therapie- und Familienritualen Wege auf, wie das Kind durch behutsame Unterstützung und gezielte Sprechübungen wieder Vertrauen in die eigene Stimme gewinnen kann.

5.1.4 Sprachlicher Ausdruck, Artikulationsprobleme

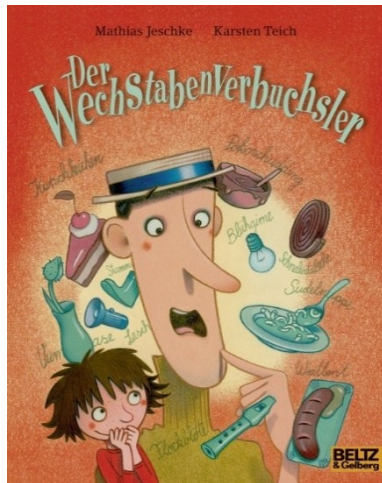


Abbildung 26: Buchcover *Der Wechstabenverbuchstler*

Der Wechstabenverbuchstler (Mathias Jeschke) vermittelt auf humorvolle Weise den Umgang mit sprachlichen Besonderheiten, insbesondere Buchstabenvertauschungen. Es fördert phonologische Bewusstheit und regt Kinder spielerisch dazu an, Sprache bewusst wahrzunehmen, zu reflektieren und kreativ zu nutzen. Besonders geeignet ist das Buch für Kinder mit Sprachentwicklungsstörungen



Abbildung 27: Buchcover *Stomatenpaghetti*

Stomatenpaghetti (Susanne Veltiger) Ein fantasievoller Umgang mit sprachlichen Missgeschicken. Das Buch behandelt das Thema Stottern und die fehlerhafte Artikulation des Lautes /r/. Durch die Identifikationsfigur Oscar und seine fantasievolle Reise vermittelt es betroffenen Kindern Mut und stärkt ihr Selbstwertgefühl. Ideal für Kinder mit Artikulationsproblemen oder Sprechangst.



Abbildung 28: Buchcover *Kamfu mir helfen?*

Kamfu mir helfen? (Barbara Schmidt) Ein verletztes Tier mit Sprachfehler wird von anderen liebevoll verstanden. Das Thema Sprachfehler wird in diesem Buch sehr humorvoll aufgegriffen und begleitet einen kleinen Elefanten mit verbogenem Rüssel und daraus resultierender Lautveränderung. Durch seinen gereimten Text, lebendige Illustrationen und hohe Identifikationskraft fördert es spielerisch die phonologische Bewusstheit, das Sprachverständnis und die Sprechfreude

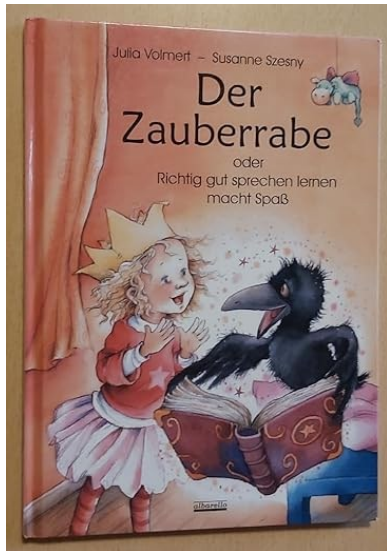


Abbildung 29: Buchcover *Der Zauberrabe*

Der Zauberrabe (Julia Volmert)

Das Buch thematisiert kindgerecht die Bedeutung korrekter Aussprache im frühen Spracherwerb. Durch die Identifikationsfigur Laura und die fantasievolle Rahmenhandlung rund um einen sprachverwirrten Zauberraben bietet das Buch einen spielerischen Zugang zu Aussprachestörungen. Ergänzt durch Zaubersprüche und kreative Sprachspiel-Ideen eröffnet es praxisnahe Impulse für die alltagsintegrierte Sprachförderung

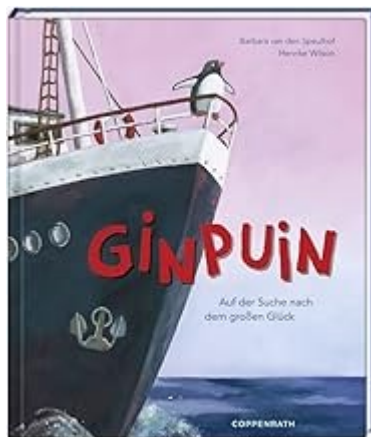


Abbildung 30: Buchcover *Ginpuin*

Ginpuin auf der Suche nach dem großen Glück (Barbara van den Speulhof)

Das Buch erzählt die Geschichte des kleinen Pinguins mit Sprachbesonderheiten, der sich sprachlich von seiner Umwelt unterscheidet. Es wird Ausgrenzung, Selbstwertgefühl und Mut zur Individualität thematisiert. Besonders geeignet ist das Buch für Kinder mit Aussprachestörungen im Bereich der emotionalen und sozialen Entwicklung.

5.2 Empfehlenswerte Links und Bücherlisten

Ob zur thematischen Vertiefung, zur Planung therapeutischer, pädagogischer und beratender Einheiten - oder als Fundgrube für gute Geschichten wurde diese Auswahl an Webseiten zusammengestellt. Sie bietet wertvolle Empfehlungen und immer wieder die neuesten Erscheinungen und Tipps rund um Kinderbücher zu den Themen Angst, Mut, Resilienz, Sprachförderung und emotionaler Entwicklung.

Kinderbuch Couch

www.kinderbuch-couch.de/themen/31-angst/

Leseliebe Bücher über Angst und Mut

www.leseliebe.de/thema/buecher-ueber-angst-und-mut

Räuberfuchs Kinderbücher über Angst

www.raeuberfuchs.de/de-at/collections/kinderbuecher-ueber-angst

Lehmans Therapeutische Literatur für Kinder

www.lehmans.de/listing/3690-therapeutische-literatur-fuer-kinder

Eltern.de Kinderbücher über Gefühle

www.eltern.de/kleinkind/entwicklung/kinderbuecher-ueber-gefuehle---der-knuddelsaurus-13431414-13100504.html

Farbenspiel family Bilderbücher zum Thema Angst

farbenspiel.family/gott/bilderbuecher-zum-thema-angst

Therapieschatzkiste Kinderbücher zum Mutigerwerden

www.therapieschatzkiste.de/post/die-besten-kinderbuecher-zum-mutiger-werden

Lesestoff.ch Kinder und Jugendbücher zu Angst und Mut

www.lesestoff.ch/de/books/kinder-jugendbuch/bilderbuecher/angst-mut

Psychiatrie Verlag Kids in Balance Reihe

www.psychiatrie-verlag.de/product-category/kids-in-balance/page/3/

Starke Sprache Neue Kinderbücher zur Sprachförderung

www.starkesprache.de/neue-kinderbuecher-zur-sprachfoerderung/

MyKÖB PDF Liste Kinderbücher zu Angst Mut Zuversicht

www.mykoeb.de/wp-content/uploads/sites/76/2024/07/Kinderbuecher-zum-Thema-Angst-Mut-Zuversicht.pdf

Mutismus Schweiz Fachliteratur und Empfehlungen für Kinder

www.mutismus-schweiz.ch/fachliteratur

Wunderschöne Kinderbücher Thematisch sortiert

www.wunderschoene-kinderbuecher.de

6 Schlussfolgerungen, Zusammenfassung

Im Verlauf dieser Arbeit wurde deutlich, dass Bücher weit mehr sein können als nur Mittel zur Förderung von sprachlichen Skills. Sie können Kindern helfen, über Gefühle zu sprechen, sich selbst besser zu verstehen oder mit schwierigen Situationen umzugehen. Gerade in der Arbeit mit Kindern, die wenig sprechen oder sich in Gruppen zurückziehen, zeigen Geschichten ihre besondere Wirkung.

Es sind oft kleine Momente, in denen ein Kind in einer Figur etwas wiedererkennt, etwas benennen kann oder sich selbst in einer Geschichte spürt. Diese Begegnungen lassen sich nicht planen, aber sie lassen sich ermöglichen. Bücher bieten dafür einen offenen Rahmen – sie geben Orientierung, schaffen Gesprächsanlässe und eröffnen neue Blickwinkel.

In meiner Arbeit als Logopädin und angehende Lebensberaterin habe ich erlebt, wie Geschichten Prozesse anstoßen können, die nicht spektakulär sind, aber nachhaltig wirken. Sie nehmen Druck, geben Raum und lassen Kinder auf eigene Weise sichtbar werden. Diese Arbeit versteht sich als Einladung, Bücher in der therapeutischen, beratenden und pädagogischen Begleitung bewusster zu nutzen – nicht als Methode, sondern als Haltung.

7 Literatur- und Quellenverzeichnis

Azhari, A., Leck, W. Q., Gabrieli, G., Bizzego, A., Rigo, P., Setoh, P., Bornstein, M. H., & Esposito, G. (2019). Parenting stress undermines mother-child brain-to-brain synchrony: A hyperscanning study. *Scientific Reports*, *9*, 11407. <https://doi.org/10.1038/s41598-019-47810-4>

Berthoud, E., & Elderkin, S. (2017). *Die Romantherapie für Kinder: 233 Bücher, die Kinder glücklich, gesund und schlau machen* (T. Bünger, Hrsg.; K. Bendels & K. Riesselmann, Übers.). Insel Verlag.

Blechinger, T., & Klosinski, G. (2011). Bibliothherapie und expressives Schreiben in der Kinder- und Jugendpsychiatrie. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, *60*(2), 114–116.

Bräutigam, B. (2018). Geschichten, die beißen und die Wahrheit in sich tragen: Vom Nutzen der Kinder- und Jugendliteratur in der Psychotherapie. In B. Bannasch & E. Matthes (Hrsg.), *Kinder- und Jugendliteratur: Historische, erzähl- und medientheoretische, pädagogische und therapeutische Perspektiven* (2., erweiterte Auflage, S. 260). Münster: Waxmann.

Bräutigam, Barbara: Kinderliteratur in der Kinder- und Erwachsenentherapie DOI 10.1055/s-2005-915429 In: PID - Psychotherapie im Dialog. - 7.1 (2006): S. 68–72. - ISSN 1438-7026

Brunner, J. (2017). *Psychotherapie und Neurobiologie*. Stuttgart: Kohlhammer.

Brockington, G., et al. (2021). Storytelling increases oxytocin and decreases cortisol and pain. *PNAS*, *118*, e2018409118. <https://doi.org/10.1073/pnas.2018409118>

Bus, A. G., van Ijzendoorn, M. H., & Pellegrini, A. (1995). Joint book reading makes for success in learning to read: A meta-analysis on intergenerational transmission of literacy. *Review of Educational Research*, *65*(1), 1–21.

Canfield, C. F., Miller, E. B., Shaw, D. S., Morris, P., Alonso, A., & Mendelsohn, A. L. (2020). Beyond language: Impacts of shared reading on parenting stress and early parent-child relational health. *Developmental Psychology*, *56*(7), 1305–1315.

- Denham, S. A. (2019). Emotional competence during childhood and adolescence. In V. LoBue, K. Pérez-Edgar, & K. A. Bus (Eds.), *Handbook of Emotional Development* (pp. 493–541). Cham: Springer.
- Denham, S. A., Bassett, H. H., & Zinsser, K. (2012). Early childhood teachers as socializers of young children's emotional competence. *Early Childhood Education Journal*, 40(3), 137–143.
- De Vries, M., Plaisier, M., & van Driel, L. (2017). Bibliotherapy in education and rehabilitation: Mechanisms of change. In *Various Aspects of Using Bibliotherapy in the Field of Education and Rehabilitation* (pp. 45–58). University of Amsterdam Press.
- Eichenberg, C. (2007). *Psychotherapie im Internet: Möglichkeiten und Grenzen der Online-Kommunikation*. Stuttgart: Schattauer.
- Frijters, J., Barron, R., & Brunello, M. (2000). Direct and mediated influences of home literacy and literacy interest on prereaders' oral vocabulary and early written language skill. *Journal of Educational Psychology*, 92(3), 466–477.
- Grahlmann, K.; Linden, M. (2005): Bibliotherapie. In: Verhaltenstherapie, H. 15, S. 88–93.
- Gregory, K. E., & Vessey, J. A. (2004). Bibliotherapy: A strategy to help students with bullying. *The Journal of School Nursing*, 20(3), 127–133. <https://doi.org/10.1177/10598405040200030201>
- Heimes, S. (2008). *Poesietherapie: Grundlagen - Anwendungsfelder - Wirkungsweisen*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Heimes, S. (2017). *Lesen macht gesund*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Jimenez, M. E., et al. (2019). Early shared reading and harsh parenting: A population-based cohort study. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 40(7), 530–537.
- Jester, M. (2023). „Vorlesen ist irgendwie nix für mich“ – Vorstellungen der Eltern zum Vorlesen. *ALFA Forum - Zeitschrift für Alphabetisierung und Grundbildung*, 103, 10–15.
- Klosinski, G. (2008). In T. Blechinger & G. Klosinski, *Bibliotherapie und expressives Schreiben in der Kinder- und Jugendpsychiatrie* (S. 111).

Mühr, Y., Teichmüller, K., Trübner, L., et al. (2024). Und jetzt noch eine Geschichte... – Pilotstudie zur Veränderung schlafbezogener Ängste von Kindern durch das Vorlesen von Bilderbüchern. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 73, 119–130. <https://doi.org/10.1007/s11818-024-00463-6>

Niklas, F., Cöhrssen, C., Tayler, C., & Schneider, W. (2016). Erstes Vorlesen: Der frühe Vogel fängt den Wurm. *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie*, 30(1), 35–44.

Nguyen, T., Schleichauf, H., Kayhan, E., Matthes, D., Vrticka, P., & Hoehl, S. (2020). The effects of interaction quality on neural synchrony during mother-child problem solving. *Cortex*, 124, 235–249.

O'Farrelly, C., Doyle, O., Victory, G., & Palamaro-Munsell, E. (2018). Shared reading in infancy and later development: Evidence from an early intervention. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 54, 69–83.

Pape, J. (2003). *Therapeutisches Schreiben: Ein Weg zur Selbstheilung*. Freiburg: Herder.

Pardeck, JT.; Pardeck JA. (Aug. 1998): An Exploration of the Uses of Children's Books as an Approach for Enhancing Cultural Diversity. In: Early child development and care, H. 147, S. 25–31.

Petermann, F., & Wiedebusch, S. (2016). *Emotionale Kompetenz bei Kindern* (3. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.

Petzold, H. G., & Orth, I. (2005). *Integrative Bibliothherapie: Einsatzmöglichkeiten und Methoden*. In H. G. Petzold & I. Orth (Hrsg.), *Integrative Therapie mit Kindern und Jugendlichen* (S. 157–176). Paderborn: Junfermann.

Rubin, D. (2005). *Bibliothherapie: Lesen als Medizin*. Frankfurt am Main: Fischer.

Rubin, RJ (2005): Bibliothherapie - Geschichte und Methoden. In: Petzold, Hilarion (Hg.): Poesie und Therapie. Über die Heilkraft der Sprache ; Poesietherapie, Bibliothherapie, literarische Werkstätten. Bielefeld, Locarno: Ed. Sirius (Reihe Kunsttherapie, 1), S. 103–134.

Schulze, C. (2018). *Bibliothherapie für Kinder: Arbeitsbuch zu ausgesuchten therapeutischen Themen*. Norderstedt: Books on Demand.

Scatliffe, N., Casavant, S., Vittner, D., & Cong, X. (2019). Oxytocin and early parent-infant interactions: A systematic review. *International Journal of Nursing Sciences*, 6(4), 445–453.

Shahaeian, A., Wang, C., Tucker-Drob, E., Geiger, V., Bus, A. G., & Harrison, L. J. (2018). Early shared reading, socioeconomic status, and children's cognitive and school competencies: Six years of longitudinal evidence. *Scientific Studies of Reading*, 22(6), 485–502.

Stiftung Lesen, Deutsche Bahn AG & Die Zeit. (2015). *Vorlesen – Investition in Mitgefühl und solidarisches Handeln*. Repräsentative Befragung von Kindern im Alter von acht bis zwölf Jahren und ihren Müttern.

Weisleder, A., et al. (2019). Shared reading and child behavior: Evidence from a population-based birth cohort study. *Journal of Pediatrics*, 213, 187–195.

Wittchen, H.-U., & Hoyer, J. (2011). *Klinische Psychologie und Psychotherapie* (2. Aufl.). Heidelberg: Springer.

WHO. (2022). Mental health. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Wolf, D (1989): *Bibliotherapie in der psychotherapeutischen Praxis. Der Einfluss des therapiebegleitenden Lesens auf kognitive Variablen und körperliches Befinden*. 1. Aufl. Mannheim: PAL

Zhai, Y., et al. (2023). Neuronal synchrony and language ability in early childhood. *Cerebral Cortex*, 33, 10426–10440.