



Patricia Scheidl
Jugendcoach
Erziehungsberaterin
Elternbildnerin
www.nah-am-leben.at

Weitere
Informationen
Tipps und Anregungen



- Eine Bestandsaufnahme - Teil 1:
- **Trotz, Wut und Aggression**

„BIST DU WÜTEND, ZÄHL BIS VIER, HilFT DAS NICHT, DANN EXPLODIER.“ –
WILHELM BUSCH

Aggressive und trotzende Kinder stellen heute eine große Herausforderung für Eltern und Pädagogen dar. Obwohl es immer schon Situationen gegeben hat, in denen Kinder aggressive Verhaltensweisen aufzeigten und auch die sogenannte Trotzphase keine gänzlich neue Entdeckung ist, erscheint das Ausmaß der derzeitigen kindlichen Wutanfälle und aggressiven Verhaltensweisen weitaus heftiger als noch vor einigen Jahren bzw. bei den vorhergehenden Generationen beobachtbar.

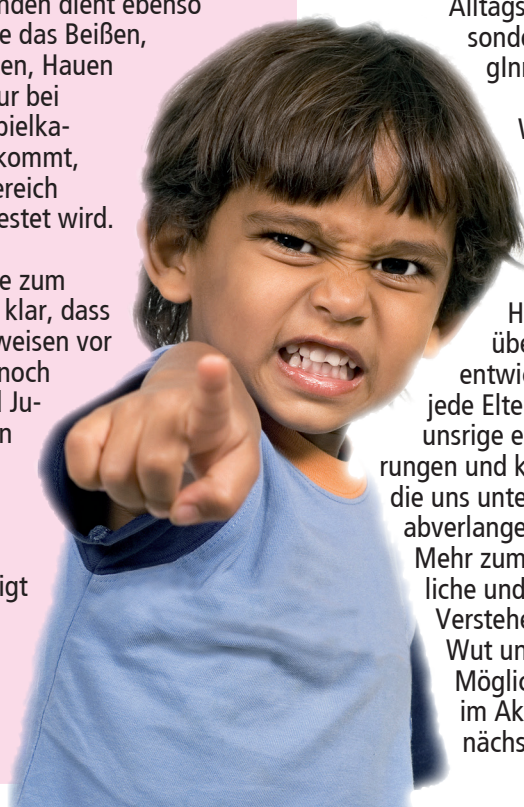
Trotz-, und Wutanfälle inkl. Brüll- und Schreikonzerten stellen hier derzeit noch die harmlosesten, wenn auch nicht weniger anstrengenden, Momente im Beisammensein mit Kindern dar. Das Zerstören und Werfen von Gegenständen dient ebenso dem Aggressionsabbau wie das Beißen, Spucken, Schimpfen, Kratzen, Hauen und Schubsen, das nicht nur bei Geschwisterkindern und Spielkameraden zur Anwendung kommt, sondern deren Wirkungsbereich auch bei Erwachsenen getestet wird.

Bei einer Literaturrecherche zum Thema wird relativ schnell klar, dass die erwähnten Verhaltensweisen vor gar nicht allzu langer Zeit noch ausschließlich Kindern und Jugendlichen aus schwierigen familiären Verhältnissen sowie sozial schwächeren Umgebungen zugeordnet wurden. Dies kann heute definitiv nicht mehr bestätigt werden.

Doch wie ist das auffallend impulsive Verhalten von vielen Kindern zu erklären? Haben wir es heute mit lauter verhaltensauffälligen Kindern zu tun? Auch dies, denke ich, würde zu kurz greifen. Ohne Frage, können gewisse grenzüberschreitende, gefährdende und auffällige Verhaltensweisen unter bestimmten Umständen starke Botschaften nach außen sein, die uns Erwachsenen zeigen sollen, dass es dem Kind in der derzeitigen (familiären) Situation nicht gut geht, es unglücklich oder überfordert ist. In diesen Fällen ist es besonders wichtig, das Verhalten auch als Auffälligkeit und Botschaft des Kindes zu erkennen, um adäquat helfen zu können. Doch scheinen oben erwähnte Verhaltensweisen heute in unterschiedlicher Ausprägung auch bei allen anderen Kindern zum Alltagsprogramm zu gehören. Dies ist nicht nur in unterschiedlichsten Alltagssituationen zu beobachten, sondern wird auch von Pädagogen und Eltern bestätigt.

Wir haben es also mit einer neuen Generation von Kindern zu tun, die sich in unserer heutigen schnelllebigen Konsumgesellschaft bewegt, neuen Herausforderungen gegenübersteht und sich individuell entwickelt und verhält. Sowie jede Elterngeneration, hat auch die unsrige es mit neuen Herausforderungen und kindlichen Individuen zu tun, die uns unterschiedlichste Fähigkeiten abverlangen.

Mehr zum Thema (über gesellschaftliche und elterliche Einflüsse, dem Verstehen und Begleiten von Trotz, Wut und Aggression und den Möglichkeiten der Unterstützung im Akutfall) lesen Sie in den nächsten Ausgaben. ●





Patricia Scheidl
Jugendcoach
Erziehungsberaterin
Elternbildnerin
www.nah-am-leben.at

● Ein gesellschaftliches Tabu?!?! - Teil 2: ● Trotz, Wut und Aggression

NEGATIVE GEFÜHLE HABEN IN UNSEREN VORSTELLUNGEN OFT KEINEN PLATZ

Oft habe ich den Eindruck, dass Aggression ein neues Tabu in der kindlichen Entwicklung darstellt. Immer wieder spreche ich mit Eltern, die voller Scham- und Schuldgefühle darüber berichten, dass ihre Kinder zwicken, beißen und hauen und sich fragen, was sie denn falsch machen.

Die „Elternjury“, der wir überall in unserem Alltag und Umfeld begegnen, hat freilich eine Meinung dazu, wie sich ein Kind zu verhalten hat und, dass die Schuld bei der fehlerhaften Erziehung und mangelnden Härte der Eltern liegt.

Unlängst wurde ich auf einem Spielplatz von einer netten, älteren Dame darauf aufmerksam gemacht, dass es aggressive Verhaltensweisen, wie jene, die wir an diesem Tag beobachten konnten, früher nicht gab. Da hätten sich Kinder „solche Dinge“ gar nicht getraut, oder man sagte den Kindern einfach, wie sie zu sein und was sie zu unterlassen haben.

Vielleicht müssen Sie jetzt ähnlich schmunzeln, wie ich es musste, als ich an eine große Anzahl mir bekannter Kinder dachte. Willensstarke kleine Menschen, mit einem großen Selbstvertrauen, die sich selbst, ihre Grenzen und Erwachsenen erforschen, jene der sowie

testen, und uns in vielen Situationen weitaus mehr Aufmerksamkeit und pädagogische Kniffe abverlangen, als eine kurze Anweisung.

Wenn ich Eltern bei Vorträgen frage, was denn das Ziel der Begleitung ihrer Kinder ist, höre ich vorrangig drei Dinge: Sie mögen selbstständige, selbstsichere und glückliche Menschen werden. Unser Umgang und unsere erzieherische Haltung hat sich gewandelt, wir stärken Kinder, betrachten sie als gleichwertige Menschen, die wir ein Stück ihres Weges begleiten dürfen, unterstützen sie dabei ihr Potenzial ausschöpfen und ihre Gefühle spüren sowie ausdrücken zu können. Die Welt der Emotionen umfasst aber neben der großen Bandbreite an positiven Gefühlen, auch jene, die wir (leider) eher als negativ einstufen sowie unterdrücken. Doch Kinder kennen den von uns gemachten Unterschied noch nicht. Sie agieren die Emotion impulsiv, sowie intuitiv aus. Den Umgang damit lernen sie mit der Zeit von ihrem Umfeld.

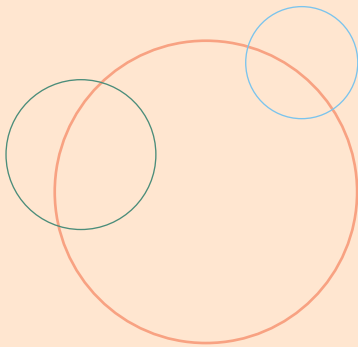
Wir als Gesellschaft, Erwachsene, Pädagogen und Eltern dienen als Vorbild und schaffen die Rahmenbedingungen für die kindliche Entwicklung.

Um diese schaffen zu können, denke ich, braucht es eine Enttabuisierung von Aggression, ein bewusstes, schuldfreies Hinsehen auf, und eine Akzeptanz von allen kindlichen Verhaltensweisen der neuen Generation. Sowie ein selbstbewusstes Auftreten der Eltern, die ihren Kindern den sicheren Rahmen gestalten, indem sie sich entwickeln können, sowie lernen mit allen Emotionen sinnvoll und sozial verträglich umzugehen.

Vom Verstehen und aktiven Begleiten von Trotz, Wut und Aggression lesen Sie in der nächsten Ausgabe. ●



Patricia Weiner
Jugendcoach
Erziehungsberaterin
Elternbildnerin
www.nah-am-leben.at



● Trotz, Wut und Aggression – Teil 3: ● Ursprung ganz „normaler“ Emotionen

WUT IST EINE IN UNS MENSCHEN VERANLAGTE GRUNDEMOTION

Wut gehört laut dem amerikanischen Psychologen Paul Ekman zu den sieben Grund- oder Basiseemotionen des Menschen. Fröhlichkeit, Ekel, Furcht, Verachtung, Traurigkeit, Überraschung und eben die Wut seien die sieben Emotionen, die jeder Mensch unabhängig von seiner Abstammung und Kultur in sich trüge und auslebe. Auch Kinder sind schon sehr früh fähig diese Gefühle zu spüren.

Aggression an sich ist ein biologisch fundiertes Verhaltensmuster, das der Menschheit ihr Überleben gesichert hat. Diese in uns veranlagte Aggression treibt uns an, im Leben voranzugehen, Spitzenleistungen zu erbringen und unser sowie das Leben anderer zu schützen. Somit sind Aggressionen durchaus sinnvoll, für unser Vorankommen, für das Erreichen von Zielen, für das Setzen von persönlichen Grenzen, zur Selbstverteidigung und als Motor für Wut und Ärger.

So wie wir Erwachsenen werden auch Kinder manchmal in unangenehm empfundenen Situationen von ihren Emotionen überrollt, haben aber oft noch nicht gelernt konstruktiv mit Wut und Aggression umzugehen. Situationen können je nach Entwicklungsstand des Kindes unterschiedlich bewertet werden und damit zum

Wutausbruch führen oder eben auch nicht.

Generell zeigt uns das Verhalten des Kindes, wie es sich jetzt gerade fühlt und dass es mitunter auch sehr frustriert ist aufgrund seiner eigenen Begrenzung. Im Laufe der Entwicklung erkennt ein Kind immer mehr, dass es ein eigenständiger Mensch ist, der einen eigenen Willen hat, etwas wollen und nicht wollen kann.

Im Rahmen der Umsetzung des eigenen Willens und der Autonomiebestrebungen stößt das Kind aber regelmäßig auf natürliche und von außen gesetzte Grenzen. Diese Situation ist überfordernd sowie frustrierend, wird als unangenehm als auch einschränkend erlebt und löst negative Emotionen aus, die ausgegärt werden möchten. Die sogenannte(n) „Trotzphase(n)“ in der Entwicklung eines Kindes kann/können somit auch als Autonomiephase(n) und als Bestreben des Kindes nach Selbständigkeit verstanden werden.

Jedes Kind ist ein Individuum, das eine eigene Persönlichkeit und ein eigenes Temperament in sich trägt, welche die Heftigkeit und das Vorkommen von Wutanfällen und aggressiven Verhaltensweisen mitbeeinflussen. Neben dieser Tatsache gibt es allerdings auch noch zahlreiche Gründe und verstärkende Faktoren, die hinter auffallend heftigen aggressiven Ausbrüchen stecken können. Diese Ursachen verdienen gesonderte Aufmerksamkeit von uns als Erwachsenen, denn die Rahmenbedingungen für kindliches Erleben können und müssen von uns gesteuert werden. Wir erschaffen den Rahmen, in dem sich das Kind entwickeln darf und damit auch einen Rahmen in dem mehr oder weniger Raum für auffallend aggressive Verhaltensweisen besteht.

Mit diesen Gründen hinter und verstärkenden Faktoren von Trotz, Wut und Aggression werde ich mich in der nächsten Ausgabe beschäftigen. ●

● Trotz, Wut und Aggression – Teil 4:
● Grenzenlos ist nur meine Liebe



GRENZEN SCHAFFEN EINE SICHERE BASIS FÜR EINE FREIE ENTWICKLUNG VON KINDERN

Wut, Aggression und Trotz gehören zur „normalen“ kindlichen Entwicklung dazu. Bei manchen Kindern mehr, bei anderen weniger. Doch neben der Persönlichkeit und dem Temperament entscheiden auch noch andere Faktoren darüber wie stark ausgeprägt aggressive Verhaltensweisen sowie Trotz- und Wutanfälle bei Kindern sind.

So können mangelnde Bewegungsmöglichkeiten, überhöhter Zuckerkonsum und unkontrollierter Medienkonsum zu erhöhter Aggression führen. Stress und Hektik im Alltag, Müdigkeit, ungestillte Bedürfnisse als auch Probleme in der Familie, im Kindergarten oder der Schule können überfordern und die Wut oder das aggressive Verhalten Ergebnis dieser Überforderung, und damit eine starke Botschaft nach außen, sein. Was das Kind als unangenehm oder überfordernd empfindet ist für uns als Erwachsene zwar nicht immer nachvollziehbar, doch es ist wichtig, das Kind in seinen Empfindungen ernst zu nehmen.

Überfordernd ist für Kinder auch ein von ihnen bestimmter Alltag ohne bzw. mit wenig Grenzsetzung durch die Eltern. Klare Regeln, Struktur und Grenzen geben Kindern Sicherheit, in einer Welt, die sie gerade erst entdecken. Auch ein Nein durch die Eltern kann eine Verweigerungshaltung oder aggressives Verhalten des Kindes auslösen. Das Kind muss ja schließlich Gewissheit bekommen, ob es hier wirklich auf eine Grenze gestoßen ist. Es möchte austesten, ob es nicht doch noch erwirken kann, dass die Situation

nach seinen Vorstellungen gehandhabt wird. Erreicht das Kind durch einen Wutanfall z.B. im Supermarkt, dass es doch noch die weitere Süßigkeit in den Einkaufswagen legen darf, lernt es, dass ein Wutanfall, der den Eltern peinlich und unangenehm ist, zum Ziel führt und das gerade erprobte Verhalten wird als effektiver Weg zum Ziel abgespeichert. Beim nächsten Mal hat das Kind also schon eine Idee dazu, wie es schnell an sein Ziel kommen könnte.

Drei elterliche Verhaltensweisen tragen, neben anderen Faktoren, vorrangig dazu bei, dass Kinder vermehrt zu Trotz- und Wutanfällen neigen.

1. Wir setzen zu wenige Grenzen: Wenn wir keine Regeln vorgeben und dem Kind Entscheidungen überlassen, die es aufgrund seines Alters und seines Entwicklungsstandes, nicht treffen kann, wird das Kind in eine unsichere und überfordernde Situation gebracht. Die Überforderung führt zu Wut, Trotz und Aggression.

2. Wir lassen das Kind „regieren“: Das Kind ist es gewohnt als bestimmender Prinz oder tonangebende Prinzessin den Familienalltag zu gestalten. Stößt es dann einmal an eine Grenze, versucht es diese mit allen Mitteln zu überwinden.

3. Wir lassen zu, dass das Kind mit Trotz, Wut und Aggression Ziele erreicht: Das effektive Verhalten wird als Verhaltensmuster abgespeichert und kommt in den verschiedensten Situationen zur Anwendung. Schließlich hat das Kind mit diesem Verhalten ja schon einmal oder mehrere Male seine Ziele erreicht.

Mit Ritualen, einer vorgegebenen Struktur im Alltagsablauf, klaren Regeln und einer sicheren Grenzsetzung schaffen wir eine schützende, sicherheitsgebende Basis für die Entwicklung unserer Kinder, zu der Trotz, Wut und Aggression in einem gewissen Ausmaß dazugehören dürfen.

Wir als Erwachsene können Kinder unterstützen mit diesen „normalen“ Emotionen und Zuständen umzugehen. Den Grundstein legen wir mit unserer erzieherischen Grundhaltung und dem Wahrnehmen unserer Elternrolle. Von konkreten Möglichkeiten des Umgangs mit Trotz, Wut und Aggression von Kindern lesen Sie in der nächsten Ausgabe. ●

Patricia Weiner
Jugendcoach
Erziehungsberaterin
Elternbildnerin
www.nah-am-leben.at



Foto: © pixabay.com