

EFB-Aktuell

Ausgabe 06/2016

Vorgelegt von: Nicole Gesikiewicz-Baumgarten

Wut, Ärger, Frustrationen bei Kindern begegnen

Eltern geben ihren Kindern Zuwendung und Liebe und dennoch läuft nicht immer alles rund... Ein Dreijähriger tobt und schreit, weil ihm die Mama gerade nicht das Spielzeug kauft, was er möchte. Die Erzieherin spricht mit der Mutter, weil ihre 5jährige Tochter ein anderes Kind gebissen hat. In der Schule lässt ein 10Jähriger seine Wut an anderen Kindern aus, in dem er sie beleidigt, tritt und schubst... Es gibt viele Formen des Ausdrucks körperlicher und verbaler Aggressionen bei Kindern. Wutszenen in Familien, im Kindergarten oder in der Schule sind nichts Ungewöhnliches, aber meistens unerwünscht. Denn sie stören ein harmonisches Zusammenleben. Für die kindliche Entwicklung ist die Auseinandersetzung mit aggressiven Gefühlen jedoch sehr wichtig.

Aggressive Gefühle sind spontane Impulse der Ablehnung: Ich will nicht den Spinat essen, ich will nicht mein Zimmer aufräumen, ich will nicht geschlagen oder beleidigt werden... Die Fähigkeit „Nein“ zu sagen, beginnt mit einem aggressiven Gefühl. Es muss nicht gleich der Zornesausbruch sein, auch der leichte Ärger ist ein „Nein“ zu einem Verhalten oder einem Umstand, den ein Mensch nicht haben möchte. Wer „Nein“ sagen kann, kann auch „Ja“ zu sich selbst sagen. Mit der Fähigkeit Ärger, Wut und Trotz zu fühlen und lebendig auszudrücken, kann ein Kind sein Selbstbewusstsein entwickeln und lernen, sich zu behaupten. Im Laufe seiner Entwicklung wird sich das Kind seiner eigenen Interessen und Bedürfnisse bewusst und integriert diese Fähigkeit in sein Selbstbild. Das Kind lernt zu unterscheiden, was ihm gut tut und was nicht.

Aggressive Verhaltensweisen sind Einladungen des Kindes, seine Welt achtsam und respektvoll zu betreten und durch echtes Interesse mit ihm zu kommunizieren. Das Kind sollte in Situationen, in denen es Wut empfindet, Hilfe und Unterstützung erfahren und erleben, dass es trotz des vermeintlichen Fehlverhaltens von den Eltern geliebt wird. Denn wenn in der Beziehung zwischen dem Kind und seinen Eltern etwas schief läuft, dann fühlt sich das Kind schuldig. Sich schuldig fühlen bedeutet für das Kind, sich nicht wertvoll zu fühlen. Und das Kind, das sich für seine Eltern nicht wertvoll fühlt, reagiert schließlich mit

aggressivem Verhalten. Gelingt es den Eltern dem Kind mit Sympathie und Mitgefühl die Botschaft zu vermitteln, dass der Erwachsene trotz des Fehlverhaltens für das Kind da ist, so wird sich die Frustration auflösen und das Verhalten des Kindes ändern. In einem Beispiel könnte eine Mutter zu ihrem Kind sagen: „Mir gefällt es nicht, wenn Du mich haust und ich möchte, dass Du damit aufhörst! Trotzdem würde ich gern wissen, womit ich Dich so wütend gemacht habe?“ In einer solchen Mitteilung werden die Grenzen deutlich gemacht, aber das Kind wird nicht pauschal für sein Verhalten verurteilt. Das Kind erfährt das Gefühl, dass ihm jemand zuhört und an seinem Problem interessiert ist. Es fühlt sich trotz des Konflikts wertgeschätzt und wertvoll. Die spontane Reaktion wird dem Selbstwertgefühl des Kindes nicht schaden und seine geistige Gesundheit nicht gefährden. Gerade auch dann nicht, wenn der Erwachsene die Verantwortung für seine Gefühlslage übernimmt, später zu dem Kind hinget und ihm sagt: „Ich war so wütend und du so erschrocken. Tut mir leid!“, und es dann in die Arme nimmt und küsst. Das Kind macht die Erfahrung, dass beide Menschen sind und dass dem Kind nicht allein für sein Verhalten die Schuld zugeschrieben wird.

Kinder, die aggressiv sind, sind einsam und das aggressive Verhalten ein verzweifelter Hilferuf nach echter menschlicher Interaktion. Kinder wollen sich in ihrer Ganzheit wertvoll fühlen und mit allem so angenommen werden wie sie sind. Deshalb brauchen Kinder umso mehr Anerkennung, um sich wertvoll fühlen zu können. Kinder wissen selbst, dass Aggression und Gewalt keine Lösungen darstellen, die zu einer guten Kommunikation beitragen. Kinder brauchen ihre Eltern als Vorbild für eine gute Kommunikation.

In einer geschützten Atmosphäre bieten wir Mitarbeiterinnen der Erziehungs- und Familienberatungsstelle Kindern, Jugendlichen und Eltern in Gesprächen Unterstützung und Hilfestellungen zu vielfältigen persönlichen und familiären Fragen. Unter der Tel.: 03561-403 219 können Sie sich gern bei uns anmelden.