

Wenn der Kampf eröffnet ist

Kleine Kinder im Alter von zwei oder drei Jahren sind niedlich, manchmal aber auch sehr anstrengend. Denn diese Zeit ist die "Trotzphase". Hier ist oft Hilfe nötig.

Von Tanja Wolf

Düsseldorf. Mitten im Supermarkt wirft Leon sich auf den Boden. Er schreit und weint sich in Rage. Versucht man, ihn zu beruhigen, tritt er. Leon ist zwei Jahre alt und damit im Trotzalter. Für Eltern ist das eine Herausforderung, die starke Nerven braucht.

"Meist unbemerkt von heute auf morgen läuten die Kinder ihre Selbstbestimmung ein", sagt Sabine Hannen, Erzieherin und Erziehungstherapeutin aus Mönchengladbach. Weil viele Eltern unüberlegt und emotional auf den Trotz ihres Kindes reagierten, sei "der Kampf eröffnet".

Doch statt sich in Machtkämpfen aufzureiben, empfiehlt Sabine Hannen Gelassenheit: "Eltern sollten wissen, was ihre Kinder mit dem Trotz bezwecken und welche Möglichkeiten es gibt, Trotzsituationen zu entschärfen." Denn die Trotzphase im zweiten und dritten Lebensjahr sei "ein sehr bedeutender Entwicklungsschritt".

Das betont auch Ulrike Schmidt, pädagogische Erziehungsbegleiterin aus Düsseldorf. Sie hat den Kurs "Trotz verstehen und begleiten lernen" entwickelt, der etwa beim Kinderschutzbund und bei der Arbeiterwohlfahrt angeboten wird. "Trotz ist nichts Böses, sondern unbewusstes, aggressives Wutverhalten, das zur natürlichen Entwicklung der menschlichen Persönlichkeit gehört." Ulrike Schmidt bezeichnet Kinder in dieser Phase als "Lehrlinge", die den Umgang mit ihren angeborenen Emotionen lernen müssen. Denn Kinder beginnen in dieser Zeit zu verstehen, dass sie ein eigenständiger Mensch sind, ein Mensch, der Gefühle hat - und zwar gute und schlechte.

Müde, krank, hungrig: Das sind Trotzverstärker

"Kinder sind sehr leidenschaftliche Menschen", sagt Ulrike Schmidt. Doch sie könnten ihre Emotionen und Bedürfnisse noch nicht in Worte fassen. "Das ist frustrierend und hat nicht selten heftige Wutanfälle zur Folge." Dazu gebe es "Trotzverstärker": Ist das Kind müde, krank oder hungrig, stehen die Eltern unter Termindruck oder ziehen gerade um, hat das Kind viele Geschwister oder viele Betreuungspersonen oder fühlt es sich ausgeschlossen - all das kann Trotz verstärken. Auch der Erziehungsstil könne ein Grund sein, sagt Ulrike Schmidt: "Eine autoritäre Erziehung ist genauso falsch wie das Laisser-faire, das Kindern zu wenig Halt gibt."

Zudem verstehe ein trotziges Kind Kritik an seiner Handlung als einen Angriff auf seine gesamte Persönlichkeit: "Zweifel an seinem Handeln kann das Kind nicht differenziert betrachten. Deshalb gleicht ein Trotzanfall manchmal einem Systemzusammenbruch." Der Grund für den Wutanfall im Supermarkt etwa werde dabei zur Nebensache, nur das Gefühl der Wut bleibe.

Deshalb, so Ulrike Schmidt, sei es so wichtig, das Kind nicht alleine zu lassen, sondern ihm durch liebevolle Zuwendung zu zeigen, dass man es keineswegs ablehnt. "Das geschieht am deutlichsten, wenn Eltern ihrem Kind zeigen, dass sie seine Wut aushalten, und dann eine gemeinsame Lösung suchen." Auf keinen Fall dürfe das Kind in seiner Persönlichkeit beleidigt oder gar geschlagen werden.

Natürlich sollte unangemessenes Verhalten nicht belohnt werden. Doch anstatt es zu bestrafen empfiehlt Schmidt, es zu ignorieren oder in erwünschtes Verhalten umzuleiten. "Eltern müssen fest sein ohne zu beherrschen", sagt die Psychologin und Erzieherin, "sie müssen das Kind achten, aber auch feste Rituale und eingeführte Ordnungen". Das Kind ernst nehmen, ihm zuhören, und zwar mit Blickkontakt, sei genauso wichtig wie Ermutigung: "Das halbe Puzzle loben, nicht kritisieren, dass es das ganze nicht schafft." Und die Handlung tadeln, nicht die Person: "Was du getan hast, mag ich nicht, dich aber liebe ich."

Auch Sabine Hannen empfiehlt Konsequenz, wo es nötig ist, etwa beim Tobsuchtsanfall im Supermarkt. Wenn das Kind aber allein essen oder sich selbst anziehen möchte, sollte man es lassen, auch wenn einem das Ergebnis nicht gefalle.

"Also sprach in ernstem Ton / der Papa zu seinem Sohn . . .": Auch der Zappel-Philipp tut nicht, was er soll. Repro: Schreiber-Verlag