

Warum Kinder trotzen - und wie Eltern am besten damit umgehen

Ein Gespräch mit Monika Kiel-Hinrichsen

„Ein hilfreicher Ansatz in der Erziehung ist es, den Entwicklungsphasen der Kinder immer um einen Schritt voraus zu sein, so wie ich bei einem nahenden Unwetter bereits vor dem Ausbruch alles in Sicherheit bringe. Diese Haltung schafft schon eine gewisse Ruhe im Umgang mit dem trotzenden Kind“, sagt die Erziehungsberaterin, Pädagogin und Buchautorin.



Monika Kiel-Hinrichsen, Jahrgang 1956, ist staatlich anerkannte Erzieherin, Sozialpädagogin und Waldorfpädagogin mit langjähriger heilpädagogischer Erfahrung. Sie arbeitet seit vielen Jahren am Therapeutikum Kiel, wo sie 2002 eine Elternschule und später mit anderen Kollegen die Familienbildungsstätte „Forum Zeitnah“ gründete. Außerdem arbeitete sie zwölf Jahre im Bereich der Familienkultur an der Freien Hochschule für Geisteswissenschaft in Dornach, Schweiz, gestaltend mit. Monika Kiel-Hinrichsen ist eine gefragte Referentin im In- und Ausland. Sie hat eine eigene Praxis für Biographiearbeit, Erziehungs- und Eheberatung, Mediation und Supervision.

Warum haben Sie ein Buch über den kindlichen Trotz geschrieben?

Als Mutter von fünf Kindern habe ich mich in vergangenen Zeiten intensiv mit dem Trotzalter auseinandersetzen können. Es gab trotz dieser Erfahrungen immer wieder Situationen, die mich bei unseren jüngsten Kindern an den Rand meiner Geduld gebracht haben. An einem solchen „Geduldstag“ entstand der Vorsatz, mich intensiver mit dem Trotz zu beschäftigen. Hilfreich war mir hierbei meine freiberufliche Arbeit am Therapeutikum Kiel, wo ich durch Kurs- und Beratungstätigkeit die Erziehungsorgen und –fragen anderer Eltern begleiten konnte.



Foto: istockphoto.com/foxtalbot

Was ist eigentlich die Trotzphase?

Das kleine Kind erlebt um das dritte Lebensjahr herum ein Erwachen – ein Bewusstsein seines eigenen Seins über das eigene Ich. Diesem neuen Erleben, außerhalb und gegenüber der übrigen Welt zu stehen, verleiht das Kind Ausdruck, indem es Widerstand leistet. Durch diesen Widerstand, meist begleitet von dem Wörtchen „Nein“, erlebt es mit allem Nachdruck sein eigenes Wesen. Wir sprechen dann von der beginnenden Trotzphase.

Können Sie ein, zwei Beispiele aus Ihrer Praxis erzählen, wie sich kindlicher Trotz äußert?

Immer wieder erzählen mir Mütter und Väter in meiner Praxis von den Trotzanfällen ihrer Kinder, etwa die Mutter des zweijährigen Lennart: „Er wirft sich auf den Boden, schlägt um sich, trampelt, schreit - also die ganze Bandbreite. Er lässt sich überhaupt nicht ablenken. Es hilft nicht, zu meckern oder liebevoll zu reagieren, keine Ablenkung, kein ‚Durchgreifen‘, etwa an die Hand nehmen. Man hat zeitweise das Gefühl, dass er trotzig sein will, dass das seine Rolle in der Familie ist.“

Die Mutter des dreijährigen Arvid erzählt: „Sein Wille, die Dinge selbst zu entdecken und zu bestimmen, führt zu heftigen Gefühlsäußerungen. Bin ich ruhig und kann dem begegnen, lässt Arvid sich schnell beruhigen. Richtige Wutausbrüche bekommt er, wenn ich nicht so präsent bin, wenn zum Beispiel das Telefon läutet. Ich möchte abnehmen und er auch. Das kann zu erheblichen Trotzreaktionen führen. Eine gute Hilfe in extremen Situationen ist für uns ein bestimmtes Ritual: Arvid muss sich dann einen Augenblick auf sein Bett setzen. So gewinnt er häufig wieder die Fassung und möchte nach einiger Zeit wieder spielen.“

Was sagt die Entwicklungspsychologie zu dieser Phase im Leben von Kleinkindern?

Die Entwicklungspsychologen Metzger und Kemmler halten das gehäufte Auftreten von Trotzreaktionen im zweiten und dritten Lebensjahr für ein Missverhältnis in der Entwicklung verschiedener Bereiche der kindlichen Persönlichkeit. Auf der einen Seite vollzieht sich von der Mitte des zweiten Lebensjahres an eine Stabilisierung und Differenzierung der kindlichen Bedürfnisse. Zugleich beobachtet man ein deutliches Streben nach Selbständigkeit sowie ein wachsendes Interesse an den Objekten der Außenwelt und damit verbunden auch einen zunehmenden Kenntniserwerb. Auf der anderen Seite aber ist das Kind oftmals noch nicht in der Lage, Forderungen der Umwelt zu verstehen und Begrenzungen seines Verhaltens einsichtig zu erfassen. Es besteht ein starker Spannungsbogen zwischen den Bedürfnissen des Kindes und bestimmten Objekten der Umwelt, die für es Aufforderungscharakter besitzen. Wird dieser Spannungsbogen durch einen Eingriff von außen durchbrochen, so reagiert das Kind mit mehr oder weniger heftigen Affekten.

Aber warum sind Kinder in ihren Trotzanfällen oft so zornig?

Der amerikanische Hirnphysiologe und Pädagoge Joseph Chilton Pearce schreibt in seinem Buch „Die magische Welt des Kindes“ nicht über den Trotz, sondern vom Zorn des Kindes. Er sagt, dass Zorn ein Zeichen dafür sei, dass der Antrieb des Kindes nicht berücksichtigt wurde. Antrieb hat keine Logik, sondern den Drang, sich zu verwirklichen. Ich zitiere Pearce: „In seinem unmittelbaren Drang unterdrückt (und das Kind kennt keine Zeit außer jetzt), versucht das Kind, das Hindernis aus dem Weg zu räumen.“



Foto: istockphoto.com/Frank de Meyer

Dadurch bringt es sich selbst in eine unhaltbare Lage. In seiner Zornreaktion möchte es die Eltern los sein, löst aber damit den Schrecken des Verlassenwerdens selbst aus. In solch einer Klemme zwischen entgegengesetzten Trieben (dem Trieb zur Bindung und dem Trieb für ungehemmte Erforschung der Welt) wird das Kind einem unlösbaren Stress ausgesetzt, der wiederum auf den Zorn zurückwirkt und ihn über den ursprünglichen Anlass weit hinauswachsen lässt. Das Kind muss daher lernen, dass sein Zorn das Band (zu den Eltern) unter keinen Umständen verletzen kann. Wenn sein Trieb, die Welt zu erkunden, mit der Verantwortung der Eltern für seine körperliche Sicherheit oder mit der Ordnung und dem Wohlergehen der ganzen Familie kollidiert und seine Enttäuschung in Zorn umschlägt, muss es wissen, dass es seine Wut ausleben kann, ohne das Band zu bedrohen.“

Was sagen Sie als Pädagogin zum kindlichen Trotzverhalten?

Das trotzende Kind in seiner ersten Ich-Geburt oder Ich-Phase fordert uns als Eltern auf, „erkennend“ zu handeln. In den ersten drei Lebensjahren befindet es sich in einem großen leiblichen, seelischen und geistigen Enthüllungsprozess. So muss es in der Begleitung des Kindes darum gehen, Hüllen zu ersetzen oder zu schaffen, so dass es sich geborgen, sicher und angenommen fühlen kann. Eine wesentliche Hülle ist die Wärme, welche

wir ihm auf allen drei Ebenen (leiblich, seelisch und geistig) angedeihen lassen können.

Was bewirken Regeln und Verbote im Umgang mit trotzbildenden Kindern?

Ein Übermaß an Ge- und Verboten lässt die Kinder „auf Durchzug schalten“, was letztendlich ein entwicklungsgemäßer Schutz ist. Oftmals beginnt hier der leidvolle Weg einer nicht enden wollenden Trotzphase, die dann nichts mehr mit dem frühkindlichen Trotz zu tun hat, sondern sich zu Trotzhandlungen ausgedehnt hat. Die Empfehlung: Je weniger Ge- und Verbote ich benutze, desto sicherer kann ich ein, dass sich ein gesunder Gehorsam im Kind bildet.

Wie können Eltern ihrem trotzbildenden Kind helfen?

Für die Erziehung des Kindes in den ersten sieben Lebensjahren stehen vier große Säulen: Vorbild und Nachahmung sowie Rhythmus und Wiederholung. Das kleine Kind in seinem Willenswesen will durch uns als Vorbild so angesprochen werden, dass es ein Nachahmer sein kann. Lebt es so früh wie möglich in einer schaffenden Umgebung, die durch Rhythmus strukturiert ist, können sich gute Gewohnheiten bei ihm ausbilden, die in anderen Situationen des Alltags Maßregelungen überflüssig machen und Hüllen bildend sind.

Was sind denn zum Beispiel gute Gewohnheiten?

Ich nenne einige Beispiele, die Kindern einen Rahmen geben und ihnen deshalb gut tun: jeden Tag zur gleichen Zeit aufstehen; selbstverständlich Zähneputzen; Hausschuhe anziehen; täglich wiederkehrende Arbeiten; klare Essenszeiten; ein Tischspruch, der täglich gesprochen wird; Mittagspausen; besondere Zeiten, wie am Nachmittag ein Buch lesen, gemeinsame Aktivitäten; Zubettgehrituale und feste Schlafenszeiten; feste Zuständigkeiten von Mutter und Vater. Hier wird jede Familie ihre ganz persönlichen Gewohnheiten haben. Wichtig ist, dass diese durch Rhythmus und Wiederholung entstehen. Sie sind dann ein großer nonverbaler Helfer im Alltag. Sie sprechen sich durch selbstverständliches Tun aus und bieten wenig Diskussionsfläche, sondern zeigen dem Kind natürliche Grenzen auf.

Brauchen Kinder Grenzen?

Ich möchte davon ausgehen, dass ein Kind ein Grundbedürfnis nach Grenzen hat, weil es sich durch das Anstoßen daran empfinden kann. Man denke nur an den strampelnden Säugling, der durch den Windelpuck als körperliche Grenze ruhiger wird, an die Begrenzung durch Wiege, Bett, Himmel, Laufstall und die begrenzende Hand beim Spaziergang. Kinder wollen ihre Grenzen über das Tun und nicht nur viele Worte aufgezeigt bekommen. Sie wollen am Erwachsenen erleben, dass er innen und außen authentisch ist.

Lehnen sich Kinder nicht auch oft gegen Grenzen auf?

Bis zum Beginn des dritten Lebensjahres nehmen die Kinder unsere Grenzen noch recht widerstandslos an. Mit dem erwachsenden Ich beginnen sie dann zunehmend, diese auf die „Haltbarkeit“ hin zu überprüfen. Sie wollen von uns wissen, wie wir reagieren und ob ihr Verhalten eine Konsequenz nach sich zieht. Eine klare, liebevolle Konsequenz, die ein Handeln beinhaltet, kann Balsam für die Kinderseele sein. Bin ich als Mutter oder Vater hingegen erschöpft und überreizt, dann bin ich emotional betroffen. Das sind leider die gefährlichen Momente für die Konfliktbewältigung, denn die Kinder spüren dies sofort, und die Situation bekommt eine andere Dramatik. Es kämpfen dann zwei Kinder miteinander: das Dreijährige und mein eigenes, inneres Kind.

Sollten Eltern sparsam mit Grenzen umgehen?

Meiner Ansicht nach sollte der Umgang mit Grenzen sparsam, aber deutlich sein. Dazu gehört, dass ich mir als Mutter oder Vater darüber klar werde, wo meine eigene Grenze liegt und welche Grenze ich innerhalb der Gemeinschaft haben möchte, so dass man einer Willkür und Launenhaftigkeit entgegen wirken kann. Denn sonst entstehen fatale Situationen für die Kinder. In den ersten sieben Lebensjahren gesetzte Grenzen sind als Meilensteine in der Erziehung zu sehen und tragen ihre Früchte in der Pubertät. Hat der Jugendliche Grenzen in seiner frühesten Kindheit kennen gelernt, sind ihm diese unbewusst Führung und Halt in der kritischen Zeit des Jugendalters.

Gibt es Alternativen zu Ge- und Verboten?

In den ersten drei Jahren hält sich das kleine Kind vorwiegend in der Nähe der Eltern auf. Es beobachtet wach und interessiert, was diese tun, und möchte seinem Nachahmungsbedürfnis entsprechend mittun. Ist die Wohnung aufgrund der Einstellung der Eltern so eingerichtet, dass das kleine Kind für sich allein mit Bausteinen, Bilderbuch usw. spielen soll, dann ist der Grundstein für die Konflikte gelegt. Beachtet man aber das Mittunwollen des Kindes und hat den Haushalt darauf eingestellt, dass er nicht voll durchtechnisiert ist, sondern Transparenz für das Kind bietet, so hat man tatsächlich den wertvollsten Helfer neben sich. Ich habe mir zum Beispiel bei den Großmüttern und auf Flohmärkten alte Küchengeräte besorgt. Diese sind ein großer Anreiz zum freudigen Tun geworden und haben uns oftmals aus einem Trotzanfall geholfen oder konnten vorbeugend wirken. Durch meine fleißigen Helfer gab es täglich Salate (Möhren, Rote Beete, Gurke) und Nachspeisen mit Nüssen. Unser Handquirl, die Nussmühle oder der Campingmixer zum Sahneschlagen waren wahre Trosthelfer. Kleine Handwäsche und erster Abwasch erfüllen die Kinder mit Stolz.

Kinder leben ja in ihrer Fantasiewelt. Können Eltern sich das in der Trotzphase zu Nutze machen?

Eine Mutter stellte während eines Kursabends einmal überraschend fest: „Uns fehlen die Bilder, und den Kindern fehlen die Worte.“ Dies sagt so vieles aus. Für Kinder ist alles lebendig, sie gestalten alles nach ihrem Belieben um. Die Bilder oder die Fantasie sind ein wesentlicher Schlüssel im Umgang mit dem Trotz. Denn das kleine Kind trotzt oftmals gerade gegen die toten Begriffe und fordert uns zu neuen Wegen heraus. Wenn wir es schaffen, die im kindlichen Trotz schlummernde Kraft für sinnvolles Tätigsein und schöpferische Fantasie zu verwenden, wirken wir den Widerständen entgegen. Ein praktisches Beispiel für bildhaftes Handeln: Jan spielt lebhaft mit seinem Schiffchen, das gerade auf dem Nordostseekanal fährt. Das Mittagessen ist fertig. Mutter ruft: „Jan, kommst du bitte zum Mittagessen?“ Jan sieht aus, als höre er gar nicht, was Mutter sagt, und fährt weiter sein Schiffchen. Mutter will gerade noch nachdrücklicher rufen, als ihr die Bildhaftigkeit und das Tun des Kindes einfallen. Sie schaut zu Jan und sagt: „Kapitän, der Koch hat das Essen fertig, du musst ankern.“ Jan schaut seine Mutter freudig und dankbar an. Er tutet noch einmal laut und sucht einen Ankerplatz, um dann ohne Aufforderung zum Händewaschen und Essen zu gehen.

Können Sie noch ein weiteres Beispiel nennen?

Maria sitzt schmollend auf der Küchenbank. Die Füßchen sind schon kalt, weil sie ihre Hausschuhe nicht anziehen will. Mutter und Maria haben schon kleine Wortgefechte hinter sich. Nun nimmt Maria die Hausschuhe und will sie gerade in die Ecke werfen, da beginnt die Mutter, den Hausschuh reden zu lassen und fühlt sich selbst ganz erleichtert, findet sogar Spaß daran: „Komm herein ins Haus, du kleine Füßchenmaus, und ruh dich bei mir aus!“ Maria ist noch ein bisschen unentschlossen. Doch dann steckt sie ein Füßchen nach dem anderen hinein. Auch die Mutter ist erleichtert, denn es war ihr letzter liebevoller Versuch, sonst hätte sie Maria auf den Schoß genommen und klar und bestimmt gesagt: „So, jetzt ziehen wir die Hausschuhe an, auch mit Gebrüll!“

Wann klingt die Trotzphase aus?

Im Laufe des vierten Lebensjahres hat sich das kleine Ich normalerweise durch die ständigen Widerstände gestärkt und das Seelenwesen des Kindes mehr und mehr gefestigt. Ein deutliches Zeichen gibt uns das Spielen des Kindes. Das unmittelbare Nachahmungsbedürfnis wird durch das schöpferische, fantasievolle Spielen abgelöst. Die Außenwelt ist dem Kind zu einer friedvolleren Innenwelt geworden. Die Bildhaftigkeit nimmt das Kind jedoch genauso intensiv, wenn nicht durch die wachsende Fantasie sogar noch fruchtbarer auf. Man wird mit dem fünften bis sechsten Lebensjahr aber zunehmend mehr Einsicht und Verstand beim Kind bemerken. Dies hat etwas mit den frei werdenden Vorstellungskräften zu tun, die es dann zum Schulkind werden lassen.

Frau Kiel-Hinrichsen, wir danken Ihnen für das Gespräch!



Dieses Interview führte Jette Lindholm für unsere Redaktion.

Mehr Infos

Mehr über die Arbeit der von Monika Kiel-Hinrichsen mitgegründeten Familienbildungsstätte „Forum Zeitnah“ erfahren sie unter: www.forum-zeitnah.de

Foto:istockphoto.com/foxtalbot

Buchtip

Monika Kiel-Hinrichsen

Warum Kinder trotzen. Phänomene, Hintergründe, pädagogische Begleitung

In jeder Familie gefürchtet: das Trotzalter. Aus dem bisher so ausgeglichenen und friedlichen Kind wird urplötzlich und völlig unvermutet ein kleiner wütender Derwisch, der brüllt, trampelt und sich vor lauter Wut und Verzweiflung auf den Boden wirft. Eltern stehen vor einem Rätsel: Woher kommt dieses plötzliche Trotzen? Was sollen sie tun?



Mit einer einfühlsamen Darstellung bietet die Autorin eine Verständnis-grundlage für die frühkindliche Trotzphase und die damit zusammen-hängende Persönlichkeitsentwicklung. Besonders hilfreich für die Bewältigung von Situationen, in denen Alexander oder Laura wieder einmal ihre Widerstandskraft erproben müssen, sind im zweiten Teil zahlreiche praktische Beispiele aus dem Trotzkinder-Alltag. Da lässt sich unmittelbar ablesen, wie man als Mutter oder Vater spontan reagieren kann. Heitere Sprüche, Fuß- oder Fingerspiele geben darüber hinaus die Möglichkeit, auf spielerische Weise vom Kind zu erreichen, was es sonst vehement abgelehnt hätte. Die Fülle von Anregungen kann zu einem eigenen Erfahrungsschatz werden, aus dem in dramatischen Augenblicken geschöpft oder ein Wutausbruch noch rechtzeitig abgewendet werden kann, ohne den Willen des Kindes zu brechen.

120 Seiten, 12,90 Euro, Verlag Urachhaus