

Kathrin Göpfert
Marion Goedelt

Nein!



TULIPAN

Fein, dass du endlich trotzt!

„Der Begriff Trotzalter ist typisch für Machthaber, die sich über renitente Untertanen ärgern. Die natürliche Entwicklung eines Kindes bringt es mit sich, dass es zunehmend selbständig wird und nur ein totalitäres System kann ein Interesse daran haben, diese kontinuierliche Entfaltung einer eigenständigen Persönlichkeit zu problematisieren.“¹ Tja, und wieder zitiere ich meinen lieben Jesper Juul! Besser als der dänische Familientherapeut kann man kaum auf den Punkt bringen, was zum Trotz zu sagen wäre. Wie man die trotzigste Zeit im Leben des Kindes am besten meistert, schildert Monique Reiter von TRAGZEIT Biesenthal in ihrem Artikel: **Trotzphase - eine Frage des Blickwinkels**.

Vorher noch einige Erlebnisse von Eltern mit ihren kleinen Trotzköpfen:

★ Als mein Sohn so 3 Jahre alt war, wohnten wir noch in Berlin in einem Hinterhaus. Der Weg vom Kindergarten nach Hause führte bei einem Bäcker vorbei, der viele Süßigkeiten in der Auslage hatte. Auf unser Nein reagierte unser Sohn mit lautstarkem Protest, der bis zu unserem Hinterhof anhielt und dort an Lautstärke zunahm. Es hallte ungläublich und nach meinem Gefühle schauten sämtliche Nachbarn zu uns herunter. Ich versuchte mein strampelndes Kind zu schnappen und es die Treppen in den 3. Stock hoch zu tragen, um schnell in die Wohnung zu kommen. Dieses Spiel hatten wir eine Zeit lang. Dann dachte ich irgendwann, heute spielen wir was anderes. Wir kamen wieder auf unseren Hinterhof, unser Sohn brüllte und schmiss sich auf die Erde. Und ich setzte mich zu ihm hin und sagte, du kannst jetzt schreien, solange du willst. Ich warte, bis du fertig bist, dann gehen wir hoch. Und er brüllte noch etwas, testete verschiedene Lautstärken, hörte dann auf und wir gingen hoch. Das war's. Der Hinterhof hatte seine Ruhe wieder. Kerstin aus Panketal

★ Da fällt mir ein, wie mein Sohn im Drogeriemarkt im Bernauer Einkaufszentrum zu toben begann, weil ich nichts von dem Süßkram dort kaufte. Er schrie lauthals und ich konnte ihn nur unter den Arm klemmen und losgehen. Wie ein Brett machte er sich steif und tobte weiter. Vor dem Center stellte ich ihn wieder ab und sagte ihm, dass es so nicht geht. Er schimpfte und brüllte noch weiter, bis wir am Bahnhofsvorplatz ankamen und dann war es gut. Das war sein erster und einziger großer Wutanfall und der war auch für mich sehr aufreibend. Jacqueline aus Marienwerder

★ Ich kann mich gar nicht an so eine herausragende Begebenheit erinnern. Gab sie bestimmt, ich hab nur alles verdrängt. Ulrike aus Wandlitz

★ Mein trotzendes Kind - wenn ich entspannt bin, ist es nicht so schlimm. Zeitdruck, Unwohlsein und eigener Ärger geben der Situation das Unerträgliche. Eine entspannte Freundin wirkt dann oft Wunder. Lilith aus Eberswalde

★ Ich hatte Geburtstag und wir gingen mit unseren Kindern fein essen. Unsere Tochter Emma, gerade statistisch im Zenit der Trotzphase, aß und begann sich zu langweilen. In solchen Momenten kann sie sehr kreativ werden, daheim in Ordnung, unterwegs eher ungünstig. Ich mahnte sie an, sie solle sich noch etwas gedulden. Geduld war zu diesem Zeitpunkt nicht ihre Stärke, eher impulsives Verhalten. Als dann die Kerze umfiel und das Wachs über den Tisch lief, wurde ich eindrucksvoller und sagte, so gehe das nicht. Meine Dreijährige schaute mich mit ihrem „So-aber-nicht-Blick“ an und raunzte: „Mir reicht's, ich bin nicht mehr Deine Mutter!!“ Monique aus Biesenthal

„Mama, können wir auf den Spielplatz?“
„Heute klappt es leider nicht.“
„Na toll, dann lade ich dich nicht zu meinem 4. Geburtstag ein!“
„Und wer macht den Kuchen?“
„... na gut, zum Kaffee darfst du kommen.“
Monique aus Biesenthal

¹ Jesper Juul: Dein kompetentes Kind, rororo 2009, S.25

Trotzphase - eine Frage des Blickwinkels

Irgendwann zwischen dem ersten und dem vierten Geburtstag ist die Zeit gekommen. Dann beginnt sie, die so genannte „Trotzphase“. Eltern und Kinder berichten gleichermaßen, dass das die Zeit ist, wo die Kinder nicht so recht wissen, wie sie mit ihrer Wut im Bauch und ihren starken Gefühlen umgehen sollen. Auf beiden Seiten ist in dieser Zeit die Unzufriedenheit häufig groß. Ein anderer Begriff für „Trotzphase“ ist die „Ich-Findung“. Und diese findet mit dem ersten gesprochenen „Ich“ ab hier, den Rest des Lebens statt. Sie wird von Eltern, Großeltern und sogar Pädagogen sehr unterschiedlich bewertet, hinsichtlich dessen, wie Eltern darauf reagieren sollten, wenn ihre Kinder ihren oft sehr starken Gefühlen Ausdruck verleihen. Wenn die lieben Kleinen wie tasmanische Teufel ihren Gefühlen freien Lauf lassen, kann es schnell laut und auch sehr emotional werden. Als Eltern haben wir die Aufgabe unsere Kinder in jeder Phase einfühlsam zu begleiten. Auch in der Trotzphase. Gerade in dieser Zeit sehen wir uns konfrontiert mit der Art, wie wir mit unseren Kindern umgehen und mit unseren Vorstellungen für ihre Zukunft. Eltern sollten wissen, dass die Trotzphase zur gesunden Entwicklung eines Kindes dazugehört. Es wird sich seiner selbst bewusst und das kann für alle sehr anstrengend und auch aufwühlend sein. Immer wieder taucht in diesem Zusammenhang das Thema „Grenzen“ auf. Sie sind in diesem Lebensabschnitt besonders wichtig. Es geht dabei nicht darum, dem Kind selbst besonders viele Grenzen zu setzen. Das hat häufig den gegenteiligen Effekt. Denn gerade jetzt arbeiten die lieben Kleinen an ihrer Selbständigkeit, die wir an vielen Erwachsenen so sehr zu schätzen wissen. Wir erkennen die Grenzen anderer, wenn wir wissen, wie es sich anfühlt, wenn die eigenen durchbrochen werden. Eltern müssen bedenken, dass diese Grenzen nicht universell gelten, sondern individuell. So ist es völlig in Ordnung, wenn die Mama überschwänglich mit Umarmungen und Küssen begrüßt wird, die arthritische Nachbarin davon aber überhaupt nicht begeistert ist. Diese Differenzierung lernen Kinder in dieser wichtigen Zeit und das auch häufig durch Situationen, die sie selbst nur schwer verstehen. Hier sind wir als Eltern mit unseren Erklärungen gefragt. Eltern wünschen sich Kinder, die zu starken und selbständigen Erwachsenen werden, die ihren Weg gehen und sich frei entfalten. Dies geschieht allerdings nicht von heute auf morgen, sondern ist ein Weg, der mit vielen Erfahrungen gepflastert werden

muss. Eltern dienen als Vorbilder, müssen aber dafür auch nicht immer alles richtig machen, genauso wenig wie ihre Kinder. Kinder wollen sich integrieren - in der Familie, im Kindergarten, in der Schule und letztendlich auch in der Gesellschaft. Kinder müssen sich in der Familie aufgehoben und integer fühlen, denn wenn sie sich wertgeschätzt fühlen, sehen sie sich auch als wertvoll für die Gesellschaft an. Darum ist es wichtig, dass Eltern die Grenzen ihrer Kinder respektieren. Dadurch fühlen sich die Kinder geschätzt und in ihren Gefühlen ernsthaft wahrgenommen. Wenn dies nicht geschieht, keimen Aggressionen auf. Bei näherem Betrachten sind diese häufig nachvollziehbar und sollten auch nicht verboten, sondern besprochen werden. Kinder dürfen das Gefühl der Aggression spüren. Der Umgang damit wird erlernt. Eltern tragen in diesen Situationen ein hohes Maß an Verantwortung. Auch wenn uns diese Situationen oft an unsere eigenen Grenzen bringen, ist hier ganz besonders unsere Vorbildwirkung gefragt, denn die Kinder tragen nicht die Verantwortung für die Qualität der Beziehungen in der Familie. Das bedeutet: Eltern, die das Verhalten ihrer Kinder in Trotzphasen und bei aggressivem Verhalten spiegeln, machen diese durch ihr eigenes Verhalten

oft noch schlimmer. Die Konflikte, die aggressivem Verhalten oftmals vorausgingen, müssen nicht immer gleich gelöst werden. Kinder dürfen lernen, dass Kompromisse sehr gute Lösungen sind. So lernen sie Verhandlungsfähigkeiten, die ihnen im ganzen Leben dienen können. Kinder sind gleichwertig und wollen in ihrem Verhalten und mit ihren Gefühlen ernst genommen werden. Dafür müssen sie in ihren Grenzen respektiert werden und dürfen keine Verantwortung für das Wohlergehen der Erwachsenen tragen. Kinder sind glücklich mit Eltern, die sich ihrer eigenen Gefühle bewusst sind, diese äußern und sich selbst authentisch zeigen. Und all dies schenkt uns die Trotzphase und ist gleichermaßen für Eltern und Kinder ein wichtiger Entwicklungsschritt.

von Monique Reiter - TRAGZEIT

Jesper Juul:
Nein aus Liebe. Klare Eltern - starke Kinder,
Kösel 2008, übers.: Knut Krüger, 128 S.,
ISBN: 978-3-466-30776-0, 12,95 €

Jesper Juul: Aus Erziehung wird Beziehung.
Authentische Eltern - kompetente Kinder,
Hrsg. Ingeborg Szöllösi, Herder 2011, 160 S.,
ISBN: 978-3-451-05533-1, 8,95 €

Jesper Juul: Grenzen, Nähe, Respekt. Auf dem Weg zur kompetenten Eltern-Kind-Beziehung,
rororo 2009, 96 S., ISBN: 978-3-499-62534-3, 7,99 €

Zum Weiterlesen



**Kathrin Göpfert
Marion Goedelt:**

Nein!

Für alle kleinen und großen Neinsager! Paul findet unter einer Bank eine Tüte voller Neins und lässt sie frei. Doch leider sind diese Neins nicht so zahm wie Löwen im Zirkus: Sie machen, was sie wollen. Ob Paul jetzt nie wieder Würstchen mit Kartoffelbrei essen oder eine Gutenachtgeschichte hören darf?

ab 4 J., Tulipan 2012, 36 S., ISBN: 978-3-939944-80-5, 14,95 €



**Frauke Bahr
Annette Langen:**

Carlotta - Meine Haare kämme ich nicht!

Carlotta weiß, was sie nicht will: ihre Haare kämmen! Allmählich wächst auf ihrem Kopf ein Zottel-Lottel-Dschungel. Es zischt, krächzt und faucht im wuchtigen Dickicht - das ist kein Spaß mehr! Eine haarsträubende Geschichte über ein Mädchen mit viel Fantasie und Eigensinn.

ab 4 J., NordSüd 2010, 32 S., ISBN: 978-3-314-01761-2, 13,95 €



**Patricia Mennen
Betina Gotzen-Beek:**

Der kleine Trotzdrache

Gefühlschaos und Wutausbrüche - Kinder haben es in der Trotzphase manchmal ganz schön schwer. Und ihre Eltern auch. Die Bilderbuchgeschichte zeigt, wie der kleine Drache lernt, mit seinen Gefühlen umzugehen, seinen Trotz zu verstehen und zu überwinden.

ab 4 J., arsEdition 2010, 32 S., ISBN 978-3-7607-5158-0, 12,95 €

MARTIN GROPIUS KRANKENHAUS

Wenn Kinder und Jugendliche Sorgen haben ...

Die Psychiatrische Institutsambulanz der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik des Kindes- und Jugendalters bietet Hilfe für Kinder und Jugendliche mit seelischen Problemen bzw. für Eltern oder Sorgeberechtigte, die seelische Probleme bei ihren Kindern vermuten.

Ambulanz:

0 33 34/ 53 - 701

erreichbar ab 8.00 Uhr bis 16.30 Uhr, darüber hinaus über den Bereitschaftsdienst 0 33 34/ 53 - 0

Wenn Eltern ratlos sind ...



„Welch eine erleichternde Erfahrung, dass andere Familien ähnliche Probleme haben!“

Hilfe zur Selbsthilfe für Familien mit Problemen und „auffälligen“ Kindern bietet die **Familientherapeutische Einheit**.

Sie **ermutigt Eltern:**

- Problemursachen zu erkennen
- ihre Kompetenzen zu stärken
- Ressourcen zu suchen

Ansprechpartner für Sie ist:

Dipl.-Psych. Inga Plewe

0 33 38/ 60 46 722

16321 Bernau, Breitscheidstr. 6

GLG
Gesellschaft für Leben und Gesundheit mbH