

Trotz muss sein

(Quelle: Leben & erziehen, Heft 06/2002)

Eigentlich ist Trotz etwas Wunderbares – nur versteht das leider keiner. Aus einem hilflosen Baby wird ein selbstbewusstes Kleinkind. Ein Mensch mit Ecken und Kanten, der weiß, was er will, und bereit ist, für seine Ziele zu kämpfen. Auch klar: Es ist einfacher, ein friedliches Baby durch den Supermarkt zu schieben, als mit einem wutschnaubenden Tyrannen zu diskutieren, ob er jetzt sofort Schokolade braucht.

Irgendwann im zweiten Lebensjahr geht es los: Selbst das beste Kind von allen verwandelt sich in einen Wüterich –zumindest phasenweise. Ein kleiner Mensch entdeckt seinen eigenen Willen, sieht, was er schon kann, und ist neugierig auf den Rest. Und stößt dabei permanent an Grenzen. Wollen, Können und Dürfen miteinander in Einklang bringen, das müssen kleine Kinder erst lernen. Der eigene Wille ist am Anfang noch nicht von Vernunft gesteuert. Karl (2) will das große Brotmesser haben, obwohl er sich damit verletzen kann, Martin (3) möchte mit Papas Bohrmaschine ein Loch bohren und Leonie (18 Monate) wird jetzt auf keinen Fall Karotten essen.

„Ich will“, „nein“, „selber machen“ – das sind die Lieblingswörter dieser Zeit, in der kleine Wichte lernen müssen, dass bestimmte Spielregeln für alle gelten. Ein hartes Stück Arbeit, bei dem die Trotzköpfe Hilfe brauchen – und ihre Eltern Geduld. Es macht nämlich keinen Spaß, wenn der Nachwuchs den Zwergenaufstand probt. Ratlosen Müttern und Vätern sei zum Trost gesagt:

- ▶ Mit drei bis 4 Jahren ist der Spuk spätestens vorbei.
- ▶ Es erwischt alle Eltern gleichermaßen. Jedes Kind trotzt, Einzel- genauso wie Geschwisterkinder, Mädchen wie Jungen, sanfte Elfchen wie Sandkastenrocker. Wie stark, ist eine Frage des Temperaments, richtet sich aber auch danach, wie entspannt Eltern mit den Wutanfällen der Kinder umgehen. Zwölf Überlebensstipps in Sachen Trotz:

1. Cool bleiben

Leicht gesagt und trotzdem eine pädagogische Meisterleistung. Wenn Markus am Gemüsestand zu toben beginnt, weil Mama keine Bananen kaufen will („Wir haben noch genug zu Hause, mein Schatz“), dann jagt das auch dem abgebrühtesten Erziehungsberechtigten das Adrenalin durch den Körper. Es macht die Sache nicht leichter, wenn die Marktfrau helfend eingreifen will: „Was hat denn der Kleine?“ Die richtige Antwort ist: „Er ist wütend, aber das gibt sich wieder.“ Oder Sie überhören die Frage. Auf keinen Fall sollten Sie sich schämen. Ihr Kind ist ein eigenständiger Mensch, dessen Gefühle Sie nicht kontrollieren können. Mama darf Markus getrost toben lassen, spätestens nach ein, zwei Minuten ist der Zauber vorbei – wenn Markus merkt, dass er seine Mutter mit Geschrei nicht provozieren kann. Das gilt natürlich nicht, wenn Markus sich oder andere verletzen kann oder versucht, Dinge kaputtzumachen. Dann muss man ihn sanft, aber bestimmt in den Arm nehmen und festhalten, bis er sich wieder beruhigt hat.

2. Gefühle ernst nehmen

Was machen Sie, wenn morgens die Erdbeermarmelade alle ist? Sie essen Honig. Für Clara ein Drama. Schon beim Anziehen hat sie sich auf ihr rotes Brot gefreut. Und jetzt: Fehlanzeige. Clara ist traurig und wütend. Und kann Sätze wie „Ist doch nicht so schlimm, dann isst du eben etwas anders“ absolut nicht brauchen. Zum Glück weiß Papa das und tröstet: „Ich weiß, dass du dich ärgerst, aber es ist leider keine Marmelade mehr da. Vielleicht probierst du heute Honig. Nach dem Kindergarten kaufen wir neue Marmelade.“

3. Erfolge zulassen

Kaum hat Fritz laufen gelernt, findet er, dass Kinderwagen dummer Babykram sind. Er will selber gehen – und den Buggy schieben. Das soll er so oft wie möglich dürfen, weil ihn das stolz und glücklich macht. Wenn der kleine Mann kapiert hat, dass selber rennen nicht prinzipiell verboten ist, kann er leichter akzeptieren, dass er geschoben wird, wenn“s eilig ist.

4. Nicht zu viel verbieten

„Nicht an die Stereoanlage!“ – „Lass bitte das Bücherregal in Ruhe.“ – „Du darfst nicht mit dem Messer spielen!“ Haben Sie sich schon mal überlegt, was da tagtäglich an Verboten auf kleine Menschen einprasselt? Alles, was Spaß macht, ist tabu. Da muss man ja rebellieren. Überlegen Sie, was Ihnen wirklich wichtig ist: Mamas Schreibtisch ist Sperrgebiet, aber zumindest das Bücherregal darf nach Herzenslust ein- und ausgeräumt werden.

5. Verbote begründen

„Du darfst nicht mit den Gummistiefeln ins Wohnzimmer.“ Wieso nicht? Sind doch tolle Schuhe und außerdem quietscht die Gummisohle toll auf dem Parkett! „Wenn du mit den schmutzigen Stiefeln im Wohnzimmer herumläufst, wird alles dreckig. Dann muss ich putzen und kann nicht mit dir spielen.“ Ach so. Natürlich klappt das nicht immer. Auch ein logisches Verbot kann einen Trotzanfall auslösen. Aber der Wüterich fühlt sich ernst genommen. Das hilft – langfristig.

6. Konsequenz sein

Konsequenz heißt das Zauberwort: Wie soll Carla kapieren, dass sie gestern mit Papas Feuerzeug spielen durfte (während sie auf seinem Schoß saß). Er aber heute erschreckt reagiert, als er merkt, dass sich die junge Dame das Feuerzeug aus der Manteltasche gemopst hat und jetzt im Kinderzimmer damit herumfummelt. Deshalb: Was verboten ist, bleibt verboten. Bei Papa darf ich das, bei Mama nicht? Da blicken Kinder nicht mehr durch. Deshalb sollten Eltern in wichtigen Punkten einig sein.

7. Rechtzeitig planen

Mama ist auf Geschäftsreise, Papa muss ins Büro, Leon in den Kindergarten. Die Cornflakes sind alle, die Latzhose mit dem grünen Bären ist in der Wäsche. Wenn der Tag mit so viel Ärger beginnt, ist schlechte Laune programmiert. Besser: rechtzeitig planen. Anziessachen für den nächsten Tag bereitlegen, Frühstückstisch decken und lieber noch eine Runde spielen, als direkt von der Küche ins Auto zu hetzen.

8. Ärger zulassen

Den siebten Trotzanfall an einem Tag steckt auch die gelassenste Mutter nicht so einfach weg. Muss sie auch nicht. Ein Zweijähriger darf merken: Jetzt ist Mama sauer. Ein verkrampft freundliches Gesicht würde Kinder nur irritieren. Sagen Sie: „Wir sind beide wütend. Jeder geht jetzt für ein paar Minuten in sein Zimmer. Wenn wir uns beruhigt haben, können wir weiterspielen.“ Bitte drohen Sie niemals mit dem Satz: „Wenn du nicht lieb bist, musst du ins Bett.“

9. Vom Zorn ablenken

Jeder hat das Recht, wütend zu sein. Wenn er sich dabei auf dem Boden wälzen möchte, ist das für einen Dreijährigen völlig okay. Allerdings brauchen Kinder manchmal Hilfe, aus ihrem Zorn wieder herauszufinden. Versuchen Sie, den Unglückswurm abzulenken. „Schau mal, da fliegt ein Marienkäfer.“ – „Willst du mit Oma telefonieren?“ – „Komm, lass uns ein Bilderbuch angucken.“

10. Trotzfallen umgehen

Niemand ist immer gleich gut gelaunt. Bei Max wird's kritisch, wenn er hungrig ist. Hanna ist kurz vor dem Schlafengehen besonders trotzgefährdet. Alles, was die Mäuse zusätzlich aus der Balance bringen könnte, lässt man dann lieber bleiben. Also keine schwierigen Entscheidungen treffen: „Möchtest du lieber kochen helfen oder deien Eisenbahn aufbauen?““ Und nicht Mensch-ärgere-dich-nicht spielen. Angeschlagene Krieger verlieren nicht gern.

11. Langeweile meiden

Langeweile ist ein guter Nährboden für Trotz. Spielplatz und andere Kinder sind eine prima Alternative. Hier kann man nach Herzenslust spielen, toben und streiten. Wer glücklich ist, hat weniger Zeit zum Trotzen.

12. Auszeit nehmen

Trotzköpfchen braucht Verständnis, Mama (und Papa) Zeit zum Auftanken. Wer ständig unter Strom steht, kann auch Dauer nicht gelassen bleiben. Gönnen Sie sich einen Babysitter und genießen Sie Momente mit Menschen, die gelernt haben, ihre Gefühle im Griff zu haben.