

Gibt es eine "Trotzstrategie"?_ein familylab.de - Artikel

von Jesper Juul

Wir haben eine Tochter von 26 Monaten, die sich absolut im Trotzalter befindet. Sie wehrt sich mit Händen und Füßen gegen fast alles, was wir entscheiden wollen. Täglich fechten wir unglaublich viele Kämpfe miteinander aus, und wir wissen einfach nicht mehr, was wir tun sollen, damit das Zusammenspiel mit ihr harmonischer wird. Wir haben u.a. Ihre Bücher gelesen, in denen Sie schreiben, dass oft die Eltern trotzig werden, wenn das Kind in dieses Alter gekommen ist. Zwar erkennen wir das Lustige und teilweise Richtige hierin, bekommen aber nicht unmittelbar eine Antwort auf die Situation, in der wir uns momentan befinden. Wir, die Eltern des Mädchens, betrachten uns selbst als ziemlich ausgeglichene Menschen, mit denen man über Dinge durchaus verhandeln kann. Unsere Tochter macht allerdings den Anschein, als ob sie uns ständig zu einem neuen Machtkampf herausfordern will. Auf Verhandlungen oder Kompromisse ist sie überhaupt nicht eingestellt. Was sollen wir tun? Welche Grenzen sollte man setzen?

Ihre Tochter ist in das Alter gekommen, das man eigentlich "Selbstständig-keitsalter" nennen müsste, da dies rein entwicklungspsychologisch momentan auf sie zutrifft. Bei ihr laufen zwei lebenswichtige Projekte ab. Einerseits befreit sie sich von ihrer vollkommenen Abhängigkeit von Ihnen und wird selbstständiger. Andererseits findet sie langsam zu ihrer eigenen Person, ihrem eigenen Menschen, über den sie jetzt aufgrund ihrer motorischen Freiheit und ihrer Sprache mehr Macht hat. Beides tut sie *für* sich selbst und nicht *gegen* Sie. Ihre Tochter wächst als Mensch genauso, wie sie auch körperlich wächst, und dem sollte man erzieherisch nicht entgegenwirken.

Aus Sicht der Eltern wird gerade die völlige Abhängigkeit in den ersten 18-20 Monaten als Geschenk angesehen, das sie ihrem Kind geben, das Fürsorge, Geborgenheit usw. braucht. So ist es natürlich, aber gleichzeitig spielt auch eine andere Tatsache eine wichtige Rolle. Jeder Erwachsene, der krankheitsbedingt oder durch andere Umstände vollkommen abhängig von anderen gewesen ist, hat erlebt, wie unangenehm dies *auch* sein kann. Vollkommene Abhängigkeit, ob körperlich, geistig oder finanziell, zerstört das Selbstwertgefühl und die Würde des Menschen.

Ich erwähne dies, da viele der so genannten Probleme, die Eltern mit ihren Kindern erleben, eigentlich von der Sicht, dem Blickwinkel und dem Wissen der Eltern abhängen und nicht davon handeln, wer das Kind ist und was es versucht zu sagen. Ihre Tochter will Ihnen mit ihrem Verhalten ungefähr Folgendes zum Ausdruck bringen: "Liebe Mama und lieber Papa, habt vielen Dank für all das, was ihr mir in meinen ersten beiden Lebensjahren gegeben habt. Ihr habt mir wirklich Mut zum Leben gegeben und Lust herauszufinden, wie viel ich schon alleine schaffe. Ihr könnt euch jetzt ruhig etwas entspannen und euch selbst mehr Zeit für euch nehmen."

So können kleine Kinder natürlich nicht sprechen. Deshalb beginnen sie einfach, alles selbst zu wollen und noch schlimmer, alles selbst entscheiden zu wollen. Aber sind sie wirklich kompetent? Können sie wirklich all das, was sie gerne selbst tun wollen? Nein, oftmals können sie es nicht – oder fast nicht. Ihre Kompetenz liegt nicht dort, sondern vielmehr im Willen und der Fähigkeit, aus eigenen Erfahrungen zu lernen und das Ziel zu erreichen: alleine zurechtzu-kommen und für sich selbst verantwortlich zu sein. Dieser Lernprozess dauert bekanntlich die nächsten ca. 15 Jahre an.

Momentan will Ihre Tochter selbst entscheiden, was sie anziehen will. Sie will es auch selbst anziehen, obwohl sie es noch nicht richtig kann. Sie will selbst die Treppen hoch- und runtergehen, die aus Sicht der Erwachsenen zu gefährlich sind, und will selbst entscheiden, was und wie sie isst, badet, schläft usw. Das folgende Beispiel verdeutlicht Ihnen, was Ihre Tochter braucht. Im Anschluss daran möchte ich darauf zurückkommen, was Sie tun können.

Eine Großmutter hatte erzählt, dass sie zusammen mit ihrer zweijährigen Enkelin die lange Treppe im Haus hinuntergehen wollte. Automatisch nahm sie das Mädchen an die Hand, das seine Hand wieder an sich riss, seiner Großmutter direkt in die Augen sah und sagte: "Nein, ich will selbst!" Die Großmutter bestand nicht darauf, ihre Enkelin anzufassen, sondern ging den ganzen Weg neben ihr die Treppe hinunter, woraufhin das Mädchen mit strahlenden glücklichen Augen und stolzer Stimme sagte: "Siehste, Oma, ich hab's selbst geschafft, aber nicht alleine!"

Das Verhalten Ihrer Tochter ist ganz natürlich und notwendig für sie. An sich ist ihr Verhalten vollkommen unproblematisch, bringt sie allerdings in Konflikt mit Ihnen. Die Ursache dafür, dass sich daraus ein Machtkampf entwickelt, befindet sich zwischen Ihren Ohren. Deshalb ist es an der Zeit, die Dinge mit anderen Augen zu sehen.

Ich würde vorschlagen, dass Sie (und alle anderen Eltern in der gleichen Situation) diese Entwicklungsphase genauso wie andere prägende Phasen im Leben Ihrer Tochter – Examen, Menstruation, die erste Liebe, Hochzeit, Kinder u.ä. – als ein erfreuliches Ereignis betrachten, das gefeiert werden muss. Die momentane Phase in ihrer Entwicklung ist ein Geschenk an Sie: Ihre Tochter hat Ihre Aufmerksamkeit und Hilfe vierundzwanzig Stunden am Tag benötigt. Jetzt können Sie etwas entspannen und Zeit und Kraft für andere Dinge als die Elternrolle nutzen.

Wenn Ihre Tochter zukünftig "selbst will", "selbst kann" und selbst entscheiden will, können sie beispielsweise sagen:

- "Das ist ja schön, dass du es selbst willst. Aber meinst du denn, dass du es auch kannst?"
- "Das ist ja toll, wenn du es kannst."
- "Ich glaube schon, dass du es selbst kannst, aber ich muss noch so viel tun. Darf ich dir helfen?"

Alles Weitere sollte so ablaufen wie bei der Großmutter: da sein und bereit sein zu helfen, wenn es nötig ist und Ihre Tochter selbst darum bittet. Einiges lernt sie an einem Tag, anderes braucht Monate und anderes wiederum Jahre. Ihre Aufgabe besteht darin, ihren Lernprozess durch Rückhalt, Engagement, Interesse und Sinn für ihre ganz spezielle Persönlichkeit zu unterstützen. Genauso, wie es wieder sein wird, wenn Ihre Tochter zur Schule kommt.

Diese Phase in ihrem Leben beinhaltet auch, dass sie mit ihren eigenen und Ihren Grenzen experimentieren darf. Wenn sie Grenzen überschreitet, die Sie nicht ändern wollen, muss ihr dies deutlich gemacht werden. Gleiches gilt natürlich, wenn sie selbst meint, dass es in Ordnung ist, bei Rot über die Straße zu gehen, mit Streichhölzern zu spielen und Ähnliches, das ihr Leben in Gefahr bringen kann. Wir sprechen hier also nicht von "Freiheit" im Sinne von Freiheit, alles nach eigener Lust und Laune zu tun, sondern von der Freiheit und dem Freiraum zu lernen, wer sie selbst ist, wer Sie sind und wo ihre Möglichkeiten und Grenzen liegen.

Bei den Grenzen, die eigentlich Ihre Werte sind, müssen Sie etwas Geduld haben. Ein normales gesundes Kind hat erst die Vorstellungen seiner Eltern von gut und schlecht verinnerlicht, wenn es zwischen vier und fünf Jahren alt ist. Dies bedeutet viele Wiederholungen, allerdings weder Strafe noch Kritik. Es macht keinen Sinn, Menschen für etwas zu bestrafen, das sie (noch) nicht können.

Wenn dies Teil Ihres Bewusstseins und Ihrer Sicht wird, werden Sie längst nicht mehr so viele extreme Versuche Ihrer Tochter erleben, auf ihrer Selbstständigkeit zu bestehen. Im Moment fechten Sie viele Kämpfe miteinander aus und beide Parteien tun und sagen Dinge, die sie nicht tun und sagen würden, wenn sie zusammenarbeiten würden.

Sollte Ihnen dies gelingen, dann werden Sie feststellen, dass der nächste Zeitpunkt im Leben Ihrer Tochter, bei dem sie versuchen muss, sich selbst zu finden und zu entdecken – in der Pubertät – viel einfacher verlaufen wird. Teilweise sehen wir gerade jetzt viele Jugendliche, die die Grenzen der Eltern, der Gesellschaft und die eigenen Grenzen heftig überschreiten. Dies ist u.a. ein Produkt dessen, dass wir ihnen zu gewissen Zeitpunkten des Heranwachsens zu viele Grenzen gesetzt haben, z.B. im Selbstständigkeitsalter, in dem sie viel eher Einfühlung, Rückhalt und kompetente Gegenspieler gebraucht hätten.

©Jesper Juul, www.familylab.de

familylab.de

f a m i l y l a b . d e
die familienwerkstatt
Mathias Voelchert GmbH
Amalienstrasse 71
D-80799 München

T 089 - 219 499 71
F 089 - 22 807 200
info@familylab.de
www.familylab.de