



Das Kind und sein Trotzalter. Alles wird plötzlich sehr kompliziert und vieles wird zum prinzipiellen Machtkampf. Eltern können das Trotzalter des Kindes mehr oder weniger gut bestehen. Schlechter, wenn sie versuchen, es „weg zu erziehen“, besser, wenn sie es als wichtigen Entwicklungsschritt sehen!

Das Kind entdeckt sein Ich (und sein Gegenüber)

Wie ein Gewitter überkommt es das Kind (und die Eltern), wenn das Kind zum ersten Mal seinen Willen massiv kund tut und schreiend, sich allenfalls sogar auf den Boden werfend, sein ganzes Elend ausdrückt. Was ist aus dem zarten Engel plötzlich geworden? Die Reaktion, meist auf ein „Nein“ der Eltern, scheint in keinem Verhältnis zum Auslöser zu sein.

Aber, geben Sie doch zu, wenn Ihr Partner Sie nicht zu verstehen scheint, rüsten Sie doch auch auf und beginnen zuerst einmal lauter zu sprechen. Und wenn das nicht reicht, werden Sie deutlich, oder etwa nicht? Genau so läuft das auch bei Ihrem Kind. Im zweiten Lebensjahr entdeckt das Kind zunehmend sein Ich. Es wird zur selbständigen Person mit einem eigenen Willen, der sich nicht immer mit

demjenigen der Eltern deckt. Es ist also Zeichen einer gesunden Entwicklung, wenn das Kind trotzt. Der Unterschied zu den Erwachsenen ist höchstens die Heftigkeit der Willensäußerung. Dies hat mit einer noch ungenügenden Kontrolle der eigenen Gefühle zu tun. Das Kind wird förmlich davon überrollt. Die Fähigkeit, Gefühle zu kontrollieren, bedarf viel Übung und nicht alle meistern diese Aufgabe gleich gut. Zumindest bei Kindern ist die große Aufregung aber schnell wieder vorbei.

Das Trotzen hat also durchaus seine Funktion. Stellen Sie sich vor, wie es wäre, wenn wir nie eine Trotzphase durchleben würden. Wenn wir alles, aber auch wirk-

lich alles, einfach so über uns ergehen lassen würden, widerspruchslos! Das wäre ja schrecklich, nicht wahr?

Mit anderen Worten: Die Trotzphase ist eine unumgängliche, entscheidende, unbedingt nötige Schwelle, die Ihr Kind in der Entwicklung durchmachen, überwinden muss. Auch Sie. Die Trotzphase beginnt im zweiten Lebensjahr und schwächt sich in den folgenden Jahren ab, verschwindet jedoch nicht ganz. Wenn Sie sich einmal kritisch hinterfragen, so gibt es doch auch in Ihrem Erwachsenenleben Situationen, bei denen Sie überreagiert haben, in denen Ihre Reaktion, Ihre Emotionen weit über das Ziel hinausschossen. Und Ihr Gegenüber war wohl genau so überrascht wie Sie, wenn Sie erstmals Ihr trotzendes Kind erleben.

Aus diesen Gedanken folgern auch die Maßnahmen, die Sie ergreifen können, wenn Ihr Kind trotzt:

- Provozieren Sie nicht unnötig Situationen, in denen das Kind seinen Willen unbedingt durchsetzen muss.
- Haben Sie Verständnis. Sie kennen die Gefühle Ihres Kindes aus eigener Erfahrung.

- Bleiben Sie ruhig, vor allem emotional gelassen, und trösten Sie es.
- Trotzanfälle, auch wenn sie sich fast ins Unermessliche zu steigern scheinen, sind letztlich ungefährlich. Unterstützen Sie keinesfalls das Trotzen durch zynische Sticheleien oder Ähnliches!
- Nehmen Sie die Reaktionen ernst, aber niemals persönlich, sondern verstehen Sie sie als etwas unvernünftige

Reaktion auf eine, aus der Sicht des Kindes, ausweglose Situation. Zeigen Sie dem Kind also den Ausweg!



*Nach einem Trotzanfall bin ich zwar noch etwas böse,
aber man kann wieder mit mir reden.*

Diese Informationen sind kein Ersatz für ärztliche Beratung oder Behandlung. Der Inhalt kann und darf nicht verwendet werden, um eigenständig Diagnosen zu stellen oder Behandlungen durchzuführen. Der Inhalt widerspiegelt den aktuellen Wissensstand der Autoren. Trotz größter Sorgfalt können sie keine Gewähr für Vollständigkeit und Aktualität übernehmen. Jegliche Haftung wird abgelehnt. Reproduktion, Kopie, elektronische Verarbeitung sind untersagt.
© 2011 by Dr. med. Paul W. Meier und Thomas Baumann, Kinderärzte TMI Solothurn & Verlag Hans Huber Bern
Layout Michel Burhard

Überreicht durch



Dr. med. M. Hürlimann
Ulmenstrasse 14
4123 Allschwil
Telefon 061 / 481 33 45
KSK-Nr. H 0134.13