

# Trotzalter: Kleine Kinder mit grosser Wut

*Kleine Kinder wollen selbstständig werden. Wenn sie daran gehindert werden, reagieren sie mit Wut. Wie Eltern damit umgehen können, erfahren sie in einem Workshop im Zentrum Elch.*

**Karin Steiner**

Trotzende Kleinkinder können die Nerven ihrer Eltern ganz schön strapazieren. Entsprechend gross war denn auch das Interesse an dem Workshop «Wenn Kinder trotzen», den Antonia Giacomini vergangene Woche im Zentrum Elch Frieden in Affoltern durchführte. «Für Eltern ist es erst einmal sehr wichtig zu wissen, in welcher Entwicklungsphase sich ihr Kind gerade befindet», sagt die Erwachsenenbildnerin.

Im Alter von eineinhalb bis zweieinhalb Jahren entdecken die Kleinen ihren Willen. Dabei lernen sie den Drang, selbstständig zu werden. Werden sie daran gehindert, geraten sie in Wut. «Diese Ich-Entwicklung sollen sie auf natürliche Art durchmachen können, statt es ertragen zu müssen», rät Giacomini. «Was möglich ist, sollte das Kind in einem ge-



**Kinder entdecken ihren Willen und wollen ihn brauchen.** Foto: zvg.

schützten Rahmen selber machen und entscheiden können. Oft bewährt es sich, wenn man ihm Wahlmöglichkeiten offeriert, zum Beispiel: «Willst du lieber einen Apfel oder eine Banane?»

## **Alle Gefühle sind erlaubt**

Das Motto der Erwachsenenbildnerin lautet: Alle Gefühle sind erlaubt, aber nicht alle Handlungen. Verboten sind schlagen, beißen, den Kopf an die Wand schlagen oder Gegenstände beschädigen. «Ein Kind im Trotz ist nicht mehr ansprechbar. Mit Ver-



**Antonia Giacomini ist Erwachsenenbildnerin und Coach.** Foto: kst.

numft kommt man da nicht weiter. Wichtig ist es deshalb, erst einmal die Gefühle des Kindes wahrzunehmen. Für das Kind sind seine Gefühle real. Es ist eine Katastrophe. Am besten reagieren Eltern, indem sie dem Gefühl einen Namen geben, zum Beispiel: «Aha, du bist wütend, weil...» Dadurch lernt das Kind, dass man die Sprache finden muss, um das auszudrücken, was man will.

«Bewährt haben sich auch Gegenstände zum Dampf ablassen, zum Beispiel ein Wutkissen oder ein Boxsack. Man kann auch mit dem Kind

gemeinsam auf den Boden stampfen, bis die Wut sich gelöst hat.» Kleine Frustrationen würden sich häufig stauen. Komme dann noch Müdigkeit dazu, sei das Fass voll, und ein kleiner Tropfen bringe es zum Überlaufen. «Es ist eine Reinigung, es muss irgendwie raus.»

## **Selbstbewusstsein stärken**

Oft bekommen Kinder im Supermarkt einen Wutanfall, weil sie nicht bekommen, was sie wollen. Geben die Eltern dann nach, wissen die Kleinen bald, wie sie es anstellen müssen, um ihr Ziel zu erreichen. «Kinder sind schlau, sie wenden den Wutanfall dann schnell als Strategie an», weiss die Fachfrau, die seit vielen Jahren in der Erwachsenenbildung tätig ist und auch für die Fachschule Viventa der Stadt Zürich arbeitet. «Eltern müssen Wut aushalten können. Deshalb ist die Erwachsenenbildung wichtig. In Kursen und Workshops wird ihr Selbstbewusstsein gestärkt und sie werden in ihren Erziehungskompetenzen unterstützt.»

Eltern sollten Wege suchen, mit dem Kind zu kooperieren und ihm Lösungsmöglichkeiten aufzeigen. Ist die Wut vorbei, sollte man nicht nachtragend sein, sondern dem Kind Liebe und Geborgenheit geben.