



Caroline Märki

«Wilde Kinder gelten schnell als Problemkinder»

Sollen Kinder Konflikte diskutieren?

Können das denn Erwachsene? Die Erfahrung zeigt: Wenn Kinder Erwachsenen begegnen, die Verständnis für Aggression haben, dann können sie lernen, konstruktiv mit diesem Gefühl umzugehen.

Tut körperliche Auseinandersetzung Kindern gut?

Man hat heute viel zu schnell das Gefühl, körperliche Konflikte seien Gewalt und deshalb zu unterbinden. Raufen hat aber nicht grundsätzlich mit Gewalt zu tun. Kinder wollen sich messen, wissen, wer der Stärkere ist, wer gewinnt – auf verschiedene Weisen, auch körperlich.

Sich zu prügeln ist also gut?

Raufen gehört zum Aufwachsen. Kinder brauchen eine Kindheit lang, um Frustration und Wut zu bestimmen und sie in einer weniger destruktiven Art auszudrücken.

Es gibt Studien, die besagen, dass Schul- und Kindergartenkinder heute aggressiver und schwieriger sind als früher. Was ist Ihr Eindruck?

Unser Verständnis von Aggression hat sich verändert, nicht das Verhalten der Kinder: Wir urteilen anders. Kinder, die wilder sind, schnell wütend werden oder einen hitzigen Charakter haben, werden schnell als Problemkinder eingestuft.

Caroline Märki (45) ist Eltern- und Erwachsenenbildnerin bei der Familienberatungsstelle Familylab.



Wie viel Aggressionist akzeptabel?
www.migmagch/raufen

Familie

Raufen ist ganz normal

Wenn Kinder ihre **Wut** körperlich statt verbal ausdrücken, glauben viele Erwachsene, sogleich eingreifen zu müssen. Dabei ist es durchaus sinnvoll, die kindlichen Aggressionen zuzulassen.

Text: Claudia Langenegger

Nicola (9) ist wütend. Den ganzen Morgen schon stichelt sein Schulkollege Remo (9) gegen ihn. In der Pause wird es zu viel: Als Remo weiter provoziert, haut er ihm kurzerhand eine runter. Danach unterlässt Remo die Spötteleien, auch nach der Schule. Die Welt ist wieder in Ordnung – für die Buben.

Körperlich reagieren? Das liegt nicht drin, findet die Lehrerin. Sie bestellt Nicolas Mutter zum Elterngespräch und stellt klar: Wer provoziert wird, soll seine Enttäuschung und Wut mit Worten ausdrücken. «Es ist aber ganz normal, dass ein Kind mal wütend wird», sagt Caroline Märki (45), Eltern- und Erwachsenenbildnerin und Leiterin der Familienberatungsstelle Familylab. Und es sei auch normal, dass es dann im Zorn reagiere und Provokationen unüberlegt begegne – also auch mal kratze, beisse, um sich schlage.

«Emotionen wie Wut und Aggression gehören zum Menschen. Kinder müssen lernen, damit umzugehen und zu leben», weiss

die Fachfrau, die seit zehn Jahren Elternkurse zum Thema durchführt. Sie stellt immer wieder fest: «Diese Gefühle werden zusehends tabuisiert; man gibt ihnen kaum noch Raum.» Stattdessen ist Harmoniezwang angesagt. Ein Kind, das eher wild ist, gern rauft oder überschüssige körperliche Energie hat, gilt schnell als schwierig oder problematisch.

Aggressionen erfüllen wichtige Funktionen

Dabei sind Aggressionen oder Wut Emotionen, die man nicht abschalten oder weglassen kann. Sie erfüllen wichtige Funktionen im Zusammenleben: «Zorn ist eine Reaktion auf ein Nein – wenn ein Kind etwas will und es nicht erhält», erklärt Caroline Märki. «Da bricht für manche die Welt zusammen, und die Emotionen überschlagen sich.» Lassen Eltern diese Wut zu und bewerten sie nicht gleich, kann das Kind daraus lernen. «Es wird merken, dass die Welt nicht zusammenbricht.» Es gibt





Kein Grund zur Sorge: Kräftemessen ist im Kindesalter wichtig für die Entwicklung.

auch Kinder, die empfindlicher sind und schnell wütend werden, wenn man bei ihnen Grenzen überschreitet. Zorn entsteht unter anderem auch dann, wenn ein Kind sich unverstanden, nicht ernst genommen, ungerecht behandelt oder sozial ausgegrenzt fühlt. «Solche Wutausbrüche sind ein Hilfeschrei und drücken eine Notsituation aus», sagt Caroline Märki. Hier gilt es, genauer hinzuschauen und zu fragen, was das Kind denn so wütend gemacht hat.

Erwachsene mischen sich aber auch oft viel zu schnell ein. **«Bei Reibereien, wie sie zwischen Nicola und Remo passiert sind, haben Erwachsene eigentlich nichts zu suchen»**, meint Caroline Märki. «Der Konflikt war geklärt. Man muss die Kinder auch lernen lassen.»

Wer einmal eine Watsche austellt oder anderweitig körperlich zurückschlägt, ist nicht der schlechtere Mensch. Den Kindern wird aber immer öfter vermittelt, Wut, Zorn und Aggression seien falsche Gefühle.

«Sie denken dann, sie selbst seien falsch.» Die Folge: Die Kinder versuchen, diese Emotionen zu unterdrücken – was fatale Folgen haben kann.

Aufgestautes entlädt sich oft später

«Versucht man, aggressives Verhalten zu unterbinden, führt das nicht etwa zu weniger Gewalt. Im Gegenteil: Daraus entstehen viel eher destruktive Verhaltensweisen.» Das Aufgestaute entlädt sich oft später – und dann viel heftiger.

Würdigung und Akzeptanz lautet das Rezept: Wenn zwei Kinder sich prügeln und raufen, soll man sie zunächst mal ruhig sich selbst überlassen. Beim Elterngespräch dachte Nicolas Mutter insgeheim, dass die Reaktion ihres Sohnes in Ordnung war. Aber sie wagte nicht, dies auch laut zu sagen. Weil sie fürchtete, die Lehrerin würde sie für eine Befürworterin von Gewalt halten. Tatsache ist jedoch: Aggressive Gefühle sind etwas ganz anderes als Gewalt. **MM**

Gut zu wissen

Mit Emotionen richtig umgehen

Im Gegensatz

zur Gewalt mit ihrer beherrschenden und schädigenden Wirkung sind Aggression und Wut Emotionen, die eine wichtige Rolle bei der Selbstbehauptung spielen.

Eltern reagieren

richtig, wenn sie:

- **gelassen bleiben**, und die Wut akzeptieren
- berücksichtigen, was das Kind mit seiner Aggression kommunizieren will, welche **Botschaft** dahintersteckt
- sich **nicht vorschnell einmischen**: Kinder lernen aus ihren emotionalen Ausbrüchen
- Gefühle **nicht zu bewerten** versuchen