

## Wenn Kinder stören

Die Theorie der Nahziele macht kindliches „Fehlverhalten“ verstehbar.

Für Rudolf Dreikurs senden Kinder mit ihrem Verhalten Signale an die Umwelt, die von Eltern, Erziehern und Lehrern entschlüsselt werden sollten. Hier stellen wir die vier Stufen der Entmutigung vor, die Kinder zunehmend veranlassen, immer deutlichere Zeichen an die Erwachsenen zu senden. Dreikurs hatte die große Hoffnung, dass in naher Zukunft alle erzieherisch tätigen Erwachsenen diese vier Signalverhalten kennen und erkennen und dann angemessen, er nannte es „zeitgemäß“, reagieren könnten.

Störende Kinder sind entmutigte Kinder, die sich aus ihren gemachten Erfahrungen heraus die Meinung gebildet haben, dass es mit störendem Verhalten scheinbar leichter ist, die Sehnsucht nach Beachtung, nach Wertschätzung, nach Anerkennung und nach Liebe erfüllt zu bekommen. Dieser kindliche Glaube hat jedoch fatale Wirkung. In der Vergangenheit reagierten die meisten Eltern, Erzieher und Lehrer auf kindliches Störverhalten mit allen Arten von Bestrafung oder mit dem nur scheinbar funktionierenden Gegenteil, der Belohnung.

Alle Kinder – wie alle Menschen – möchten um ihrer selbst willen geliebt werden, unabhängig von einer vorzeigbaren Leistung. Es ist gut, dass es mich gibt, dass ich auf dieser Welt bin – diese Ur-Sehnsucht haben alle Menschen. Und damit kann man Menschen in ihrem Handeln auch beeinflussen oder gar manipulieren. Die Frage ist nur, ob man Menschen für eine sozial nützliche Sache gewinnen möchte oder für eine sozial unnütze.

Doch was ist der Maßstab? Wer oder was legt fest, was nützlich oder unnützlich ist? Alfred Adler fordert uns auf, alle Handlungen unter dem Blickwinkel der Ewigkeit – „sub specie aeternitatis“ – zu prüfen und danach eine Entscheidung zu treffen, die der Gesamtheit aller Menschen dienen wird. Das Gemeinschaftsgefühl und das soziale Interesse des Einzelnen am Fortbestehen der Menschheit als Ganzem in den Fokus zu rücken, fordert also jeden Menschen auf, seine Handlungen daraufhin zu prüfen, ob sie zum Wohle aller Menschen nützlich sind oder nicht.

Kinder, die in früher Kindheit kein Ur-Vertrauen erworben haben, die - aus welchen Gründen auch immer - Zweifel haben, ob sie so wie sie sind wichtig, wertvoll und liebenswert sind, zeigen dies mit störenden Verhaltensweisen, die wir hier etwas näher beleuchten möchten. Der Grad der Entmutigung lässt sich daraus leicht ablesen, denn jede Stufe zeigt einen Menschen, der stärker entmutigt ist und daher aus seiner privaten Logik heraus glaubt, noch stärkere, noch krassere Signale an die Umwelt senden zu müssen.

**Nahziel 1 Aufmerksamkeit erregen**

**Signal 1 Ich nerve so lange, bis du mich beachtest**

Die kindliche Meinung hinter diesem Verhalten lautet: Ich habe nur Bedeutung und Wichtigkeit, wenn sich alle mit mir beschäftigen. Und das am besten den ganzen Tag. Sichtbar wird dieses Signalverhalten etwa bei Kindern, die ständig die Gespräche der Erwachsenen unterbrechen, die immer irgendwie nach Aufmerksamkeit und Applaus streben, die andauernd Fragen stellen. Der Erwachsene fühlt sich in der Regel irritiert, gelangweilt oder verärgert.

Was kann man tun? Das Fehlverhalten sollte ignoriert werden, nicht jedoch das Kind als Mensch. Ein körperlicher Kontakt wie Hand auf die Schulter legen, ein Zuzwinkern, das signalisiert, ich habe dich gesehen, doch auf dein Fehlverhalten gehe ich nicht ein, wirkt hier wahre Wunder. Und zusätzlich sollte der Erwachsene sich gerade in den Momenten dem Kind zuwenden, in denen es KEIN störendes Verhalten zeigt. Damit kann wirksam der kindlichen Meinung entgegen gewirkt werden, dass man nur mit Störverhalten sein Ziel der Beachtung erreichen kann.

**Nahziel 2: Macht gewinnen**

**Signal 2: Ich mache einfach, was ich will und bin damit der „Boss“!**

Die kindliche Meinung hinter diesem Nahziel lautet: Ich habe nur dann ein Gefühl von Bedeutung, wenn ich der Boss, der Bestimmer bin, wenn ich mich von dir zu nichts zwingen lasse. Sichtbare Signale sind Wutausbrüche, Ja sagen, doch Nein tun, Provokationen aller Art, aber auch bewusstes Trödeln und das berühmte Recht-haben-wollen um jeden Preis.

Was ist zu tun in diesem Fall? Der Erwachsene tut gut daran, sich aus Machtkämpfen zurückzuziehen. Dreikurs empfiehlt hier die sogenannte „Abkühlphase“, in der man innerlich zurücktritt und sich bewusst macht, was gerade los ist. Damit haben beide Seiten Zeit, das eigene Verhalten zu überdenken. Und das Kind erfährt unmittelbar, dass der Erwachsene nicht weiter für den Kampf um das letzte Wort, um das Recht haben, zur Verfügung steht.

Was kommt danach? Das Konfliktthema kann dann weniger emotionsgeladen angesprochen werden. Die Stimme sollte freundlich zum Kind, aber fest und bestimmt in der Sache sein. Der Erwachsene teilt mit, was er beim nächsten Mal zu tun gedenkt, nicht jedoch, wozu er das Kind beim nächsten Mal bringen will.

**Nahziel 3: Rache/Vergeltung ausüben****Signal 3: Ich will euch wehtun, denn mir wurde auch wehgetan**

Hier lautet die kindliche Meinung ungefähr so: Ich fühle mich verletzt, blamiert, beschämt und das berührt mein Gefühl der Selbstachtung so sehr, dass ich um mich schlagen muss, damit ihr endlich merkt, was mit mir los ist. Auf der Verhaltensebene finden wir hier alle Formen von verbaler und körperlicher Gewalt, auch Selbstverletzungen, Tiere quälen, stehlen, lügen, andere blamieren usw.

Was können Erwachsene tun? Auch wenn die eigenen Gefühle in dieser Stufe ebenfalls sehr heftig sind, gilt es die Verhaltensweisen des Kindes als Hilfeschrei und nicht als persönlichen Angriff zu werten. Dies ist eine der schwersten Übungen und daher ist in dieser Stufe die Abkühlphase enorm wichtig. Sich selbst beruhigen, sachlich bleiben statt emotional, damit der Rachezyklus nicht weiter eskaliert, das ist hier die Devise. Ist dies gelungen, klappt in der Regel auch das Gespräch mit dem Kind, dem Jugendlichen leichter, denn es geht dann um Wiedergutmachung eines Schadens und nicht darum, dem Kind als Mensch Böses zu unterstellen.

**Nahziel 4: Rückzug/vermeintliche Unfähigkeit****Signal 4: Ich gebe (mich) auf**

Kinder und Jugendliche, die in dieser Stufe angekommen sind, haben Meinungen im Kopf, die sich ungefähr so anhören: „Ich habe die Hoffnung aufgegeben, dass ich hier einen guten Platz finden werde. Daher gebe ich (mich) auf und hoffe, dass die Anderen mich auch in Ruhe lassen.“ Diese Kinder zeigen sich in allen Bereichen lustlos und desinteressiert. Sie wirken hilflos und es macht ihnen scheinbar nichts aus, als Versager dazustehen. Manche kokettieren sogar damit im Sinne von: „Ich weiß ja, dass aus mir nichts werden kann, ich bin halt dumm, nicht richtig im Kopf.“ Und die Erwachsenen fühlen sich hilflos, unfähig und ohnmächtig.

Was ist zu tun? Kinder, die in dieser Stufe der Entmutigung angekommen sind, benötigen dringend klitzekleine Erfolgserlebnisse. Sie sind auf Erwachsene angewiesen, die sie nicht aufgeben, die nach wie vor an sie und an ihre mitgebrachten Fähigkeiten glauben. Die immer wieder den Kontakt zu ihnen suchen und sie ermutigen, die kleinen Fortschritte bewusst zu machen. So kann sich langsam die bisher gebildete Meinung verändern.

Warum fällt es Erwachsenen so schwer, aus den ungu-ten Kreisläufen auszusteigen? Ein plausibler Grund ist das Fehlen von Modellen, von Vorbildern aus der eigenen Kindheit. Unsere kindlichen Signale wurden häufig mit Worten begleitet, wie „Wer nicht hören will, muss fühlen“, „Na warte, das werde ich dem was erzählen“, oder auch „Eine Strafe muss wehtun, sonst lernt das

Kind nichts“. Kennen Sie das auch? Und nun haben wir selbst Kinder, die mit ihrem Verhalten Gefühle in uns auslösen wie Wut, Ärger, Zorn, Scham, Angst oder Trauer. Und wir wollen nicht das Gleiche machen, das wir selbst als unangenehm empfunden haben, doch das Neue, das Andere, das ist noch nicht da.

Und deshalb hören wir in Elternkursen immer wieder Aussagen wie diese: „Ich bin danach selbst über meine Worte, über mein Handeln erschrocken, denn genau das habe ich an meiner Mutter, meinem Vater, meinen Lehrern früher so gehasst. Und nun mache ich das Gleiche auch bei meinem Kind. Ich verwende sogar die gleichen Worte, die ich damals gehört habe. Deshalb bin ich hier im Elterntraining, weil ich da etwas ändern will, doch ich weiß nicht wie ich es machen soll.“ Ich sage an dieser Stelle dann oft:

*„Andere können Gefühle nur auslösen, nicht machen!“*

Eine Aussage, die es in sich hat. Denn damit übernimmt man als Erwachsener die Verantwortung für die eigenen Gefühle und gibt nicht mehr dem Kind und seinem Verhalten die „Schuld“ am eigenen gefühlsmäßigen Zustand. Das ist ein Paradigmenwechsel, denn wer kennt nicht Sätze wie: „Jetzt ist die Mama aber traurig, wenn du das sagst. Du hast mich wütend gemacht, Du hast die Oma enttäuscht.“ Hier gibt der Erwachsene dem Kind die Schuld am eigenen Gefühlszustand. Und Kinder können sich nicht wehren, sie sind darauf angewiesen, dass der Erwachsene erwachsen reagiert. Und wie geht das?

Wie würden die neuen Sätze lauten? „Die Mama ist gerade traurig, deshalb braucht sie ein wenig Zeit, um mit dieser Traurigkeit fertig zu werden. Doch DU bist nicht schuld an der Traurigkeit, die ist nur gerade da bei mir und ich brauche Zeit, um damit klarzukommen. Danach kann ich wieder freundlich zu dir sein.“ Solche Worte könnten der Einstieg in die Abkühlphase sein, deren hoher Nutzwert hier noch einmal besonders deutlich wird. Die selbst verordnete Auszeit ist so grundlegend neu, dass es immer wieder trainiert werden darf.

**Was kann ich tun? Ein Alternativprogramm**

- Ich sehe, höre, spüre kindliches Verhalten.
- Dieser „Trigger“ löst in mir unangenehme Gefühle aus.
- Ich übernehme die volle Verantwortung für mein selbst erzeugtes Gefühl.
- Ich beruhige mich selbst, gebe mir Selbst-Empathie, bis ich die unangenehmen Gefühle „verdaut“ habe.
- Ich gehe wieder freundlich und respektvoll auf mein Kind zu.
- Wir führen ein Gespräch unter Gleich-Wertigen und finden eine Lösung.