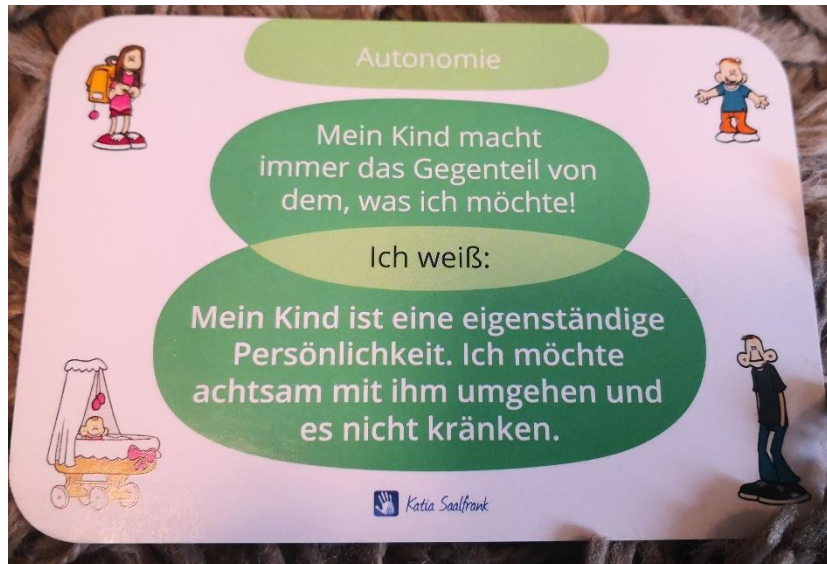


TROTZKOPF! WERTSCHÄTZENDE WEGE DURCH DIE AUTONOMIEPHASE/DIE WUT

Warum ist "Trotz" ein Missverständnis und warum ist die Autonomiephase so wichtig für die Entwicklung meines Kindes? Wie helfe ich meinem Kind in seiner Wut?



Kinder sind grundsätzlich Teamworker



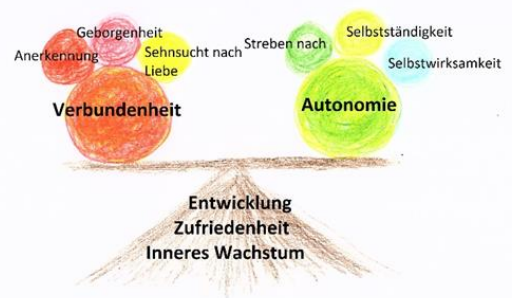
Sie verweigern die Zusammenarbeit nur aus zwei Gründen:

- a) wenn sie gekränkt werden
- b) wenn sie überfordert sind.



Grundannahme

der bindungs- und beziehungsorientierten Haltung nach KS



In der Autonomiephase steht nicht der Trotz im Mittelpunkt, sondern die Entwicklung nach Autonomie und nach Selbstwirksamkeit. In dem Alter zwischen ca. 18 Monaten und 4/5 Jahren steht besonders die emotionale Entwicklung im Vordergrund. Dafür brauchen uns unsere Kinder an ihrer Seite.

- Die Trotzphase ist normal und wichtig
- Das Kind entwickelt sein eigenes ICH, ich kann es dabei unterstützen
- Das Kind bemerkt, ich kann etwas bewirken – Selbstwirksamkeit–
- Wichtig um selbstständig zu werden
- Gefühle des Kindes aushalten — Gefühle wie Wut sind erlaubt
- Ich kann etwas tun, um die Sprach- und Handlungsfähigkeit zu unterstützen – Gefühle benennen und Alternativen vorsichtig ausprobieren
- Verständnis und Geduld sind wichtig!
- Es geht nicht darum Wutanfälle zu vermeiden sondern Machtkämpfe zu vermeiden
- Die ganze Palette an Gefühlen kennen lernen
- Durch unsere Co- Regulation lernen die Kinder ihre Gefühle kennen, zu benennen und nach und nach zu regulieren

Es geht nicht darum, dass unsere Kinder ihre Gefühle abstellen und ruhig sind, sondern darum, dass sie sich in ihren Emotionen und Gefühlen kennenlernen. Und zunehmend in einem andauernden Prozess, der bis in das Erwachsenenalter weiter geht sich selbst, zunächst mit unserer Hilfe regulieren lernen. Für diesen Prozess des Regulieren sind folgende Schritte notwendig:

1. Gefühle wahrnehmen
2. Gefühle erkennen
3. Gefühle benennen

Dieser Prozess beginnt in der Autonomiephase und geht das ganze Leben lang weiter

4. Gefühle kontrollieren (und regulieren)
5. Gefühle selbst beeinflussen



Dieser Prozess dauert das ganze Leben an

Ziel der emotionalen Entwicklung ist es, dass Kinder zunächst Zugang zu ihren Gefühlen bekommen. So können sie langfristig dann ihre Emotionen regulieren und einen guten und konstruktiven Umgang mit damit finden. Langfristig gesehen heißt das, dass sie mit Wut zum Beispiel so umgehen können, dass niemand verletzt — weder sie selbst noch andere Menschen — und nichts beschädigt wird.

Aggressives Verhalten in der Kleinkindphase.

IST NORMAL ABSOLUT ALTERSENTSPRECHEND UND NICHT BESORNISEREND

Meist sind es zwei Gründe, dass Kleinkinder Aggressives Verhalten zeigen:

- Sie wollen Kontakt aufnehmen
- Sie wollen ihre Grenzen wahren

Den Kindern fehlen noch Handlungsstrategien und sie brauchen uns an ihrer Seite.

Wenn diese Grundbedürfnisse nicht oder nur teilweise erfüllt werden, dann entsteht Angst.

Die Bewertung es aggressiven Verhaltens durch uns Erwachsene: „Das darfst du nicht tun und so ist man aber nicht!“, ist für das Kind nicht hilfreich, denn es birgt keine neuen konstruktiven und alternativen BEWÄLTIGUNGSSTRATEGIEN. Wir dürfen also unsere Kinder in ihrem emotionalen Ausdruck wahrnehmen und "lesen lernen" und nicht unsererseits mit Aggressionen, Maßregelungen, Strafen oder Bevormundungen in Form von Belehrungen begegnen, sondern die Liebe zu unseren Kindern auch in liebevolles Handeln übersetzen.

Wir könnten fragen:

- was ist mit dir los?
- was macht dich so wütend
- was brauchst du von mir?

Die Fragen können wir erst stellen wenn die Emotion vorbei ist, in dem Moment der Wut brauchen die Kinder uns an ihren Gefühlen, Trost und Bannen/Erforschen welche Emotionen da gerade am werke sind.

Wir dürfen unsere Kinder ERNSTNEHMEN und verstehen, dass ihr aggressives Verhalten ein Ausdruck eines emotionalen Bedürfnisses ist. Wir dürfen uns 1. einfühlen und weiterhin 2. nicht das Verhalten bewerten, sondern das dahinterliegende Bedürfnisse wahrnehmen, Signale lesen und in einem wertschätzenden Kontakt HANDLUNGSAalternativen aufzeigen, wie Kinder mit ihrer Frustration noch umgehen können.

Kinder benötigen zuverlässige Unterstützung und Begleitung von uns Erwachsenen, um aus einem Wutanfall herauszufinden.

The infographic is set against a yellow background. In the center is a black square depicting a child having a tantrum, with red starburst shapes containing the word 'WUT!' and a speech bubble saying 'EIS!!!'. To the left of the central square are two boxes: the top one shows a child being held and labeled 'Beruhigen', and the bottom one shows a child being held and labeled 'Binden'. To the right of the central square is a box showing a child and an adult talking, labeled 'Besprechen'. Below the central square is a blue rounded rectangle containing text.

Der Wutanfall ist ein „Systemabsturz“, ein emotionales Ereignis, an dem wir die kleinen Menschen am besten unterstützen können wenn wir uns in Ruhe, emotional an ihre Seite setzten. Wir können dem Kind in dem Moment oder im Nachhinein Hilfestellungen geben, zu erforschen, was denn da gerade los war, wo und wie das mit der Wut passiert ist, und wie heftig das war plötzlich keine Lösung zu finden. Oft kann Körperkontakt auch eine gute Möglichkeit, sein um das „System“ des Kindes zu erreichen.