

Dauerkonflikt mit aggressivem Fünfjährigen!



Wir haben leider einen Dauerkonflikt in der Familie, der mich sehr verunsichert. Mein Sohn, fast 5, war schon immer sehr temperamentvoll, regulationsschwach mit einer Neigung zu heftigen Wutausbrüchen und dominantem Verhalten. Ich fürchte die Ursache liegt auch in meinem früheren Erziehungsverhalten: mit einer falsch verstandenen „Bedürfnisorientierung“ habe ich einen Mangel an Frustrationstoleranz verursacht und leider dafür gesorgt, dass mein Sohn sich schwer tut die Grenzen anderer zu achten und selbst nicht immer die maximale Aufmerksamkeit zu bekommen.

Nun zum Problem: seit der Geburt seiner Schwester (16 Monate) zeigt er massiv aggressive Verhaltensweisen. Ständig langt er ihr ins Gesicht, schubst sie und zwickt sie. Wenn wir ihn zurecht weisen schlägt, tritt und beschimpft er uns. Mein Mann und ich verbringen beide soviel Exklusiv-Zeit wie möglich im Wechsel mit den Kindern, wir versuchen aber auch schöne Geschwistermomente zu fördern (das klappt durchaus auch, er kann auch sehr liebevoll zu ihr sein, die Beziehung ist aber eben sehr ambivalent). Doch vor allem wenn wir zu viert sind oder (noch schlimmer) einer von uns allein mit den Kindern ist, ist es einfach nur anstrengend und man kann sie keine Sekunde aus den Augen lassen. Wir schwanken zwischen Verständnis, auf ihn eingehen, Gefühle übersetzen und dann wieder ihn schimpfen und strafen und sind einfach alle langsam am Ende mit den Nerven. Er dreht oft völlig auf, egal was wir machen und ist dann durch nichts zu erreichen. Ich schaffe es kaum noch ruhig zu bleiben und diesen ständigen Stress zu ertragen.

Nun zu meiner eigentlichen Frage: Wäre es besser in solchen Momenten das schlechte Verhalten komplett zu ignorieren und sich allein seiner Schwester zuzuwenden? Er möchte ja schließlich Aufmerksamkeit und würde dann dafür keine mehr bekommen? Oder ist es psychische Gewalt ein Kind bewusst zu ignorieren?

Selbstverständlich meine ich nicht, dass ich ihn im Nachgang mit Schweigen oder ähnlichem bestrafen würde, sondern nur in der Situation selbst. Auch bin ich im Zweifel, ob ich so ein Verhalten einfach so unkommentiert stehen lassen kann. Auf der anderen Seite weiß er ja eh schon, dass es falsch ist? Über eine Antwort und eine Einschätzung von Dir würde ich mich sehr freuen,

Herzliche Grüße von einer etwas verzweifelten Mama

Gerade diese Probleme mit einer längeren Vorgeschichte quälen uns besonders und machen zudem ein schlechtes Gewissen. Deshalb ganz großen Dank für Deine Offenheit!

Was Du schreibst deutet für mich zwei Sachen an: Da haben sich ungünstige Gewohnheiten eingeschliffen. Und da fehlen vielleicht auch manche Grundlagen, die es noch „nachzuholen“ gilt.

Und ja, bei den Wörtern „eingeschliffen“ oder „nachholen“ ahnst Du bestimmt schon: Ich werde Dir jetzt nicht ein paar Tricks nennen, die das alles prompt ins Lot bringen. Sondern eher etwas dazu sagen, in welche Richtung Ihr vielleicht denken könnt.

Und ich werde dabei ganz bewusst einmal das Thema „Geschwisterkonflikt“ außen vor lassen. Das wird Dich vielleicht verwundern, denn Geschwisterkonflikte werden ja gerne genommen um Probleme von Kindern (und ihren Eltern) zu erklären, Hölzchen rauf, Klötzchen runter. Aber mir scheint Euer Problem in einer Etage tiefer zu liegen. Das Geschwisterproblem wird sich entspannen, wenn Ihr das andere anpackt.

1

Dein Kind VERSTEHEN ist so ein wichtiger Schritt. Dir ist klar, dass bei Euch das “System Familie” eine Zeitlang Schlagseite hatte und noch immer hat. **Das ist ein großer Schritt, denn wie nahe liegt oft eine andere Version: MEIN KIND MACHT THEATER!** Nein, tut er nicht. Er hat manches noch nicht gelernt – aus Gründen. Und die haben mit Euch als Familie zu tun. „We are all in this together“, heißt die Devise bei solchen Familiengeschichten!

2

Du darfst deshalb nicht verzweifeln. Auch wenn Ihr es jetzt super anstrengend miteinander habt! Vielleicht hilft Dir das als Trost: **Die Bindung, die Ihr aufgebaut habt, ist ja nicht einfach weg**, man kann das nicht genug abfeiern. Und so vieles hat Dein Sohn doch schon gelernt, auch das klingt in Deiner Mail an – etwa, dass er auch liebevoll mit seiner Schwester umgehen kann. Und Du hättest bestimmt noch mehr Feines von Deinem Sohn zu berichten!

3

Jetzt aber mitten rein in die Familie. Euer Kind ist offenbar unzufrieden und überfordert. Ich bin mir sicher: Er wird sich da „rausentwickeln“. Aber es wird das nicht alleine können. Ihr werdet es gemeinsam tun.

Denn eines der wichtigsten Geheimnisse beim Zusammenleben ist das: **Wenn Du willst, dass der andere sich ändert, dann musst Du auch Dich selber ändern.** Darin liegt oft der entscheidende Impuls. Es muss von Dir und Deinem Mann kommen, denn ein kleines Kind hat nicht die Kraft, um tiefgreifende Änderungen anzustoßen, das können nur Erwachsene – *sie* schieben den Zug an. **Erst wenn er rollt, schafft es das Kind aufzuspringen.**

4

Aber wie könnt ihr euch ändern, und wohin? Es scheint mir, wie wenn die Bahnen in Eurem Familienuniversum nicht rund laufen. Da fehlt die Balance. Euer Sohn scheint in die Mitte des Planetensystems gerutscht zu sein und von dort aus das Familienleben kontrollieren zu müssen. Wie aufgeschmissen und überfordert er da ist, das seht Ihr. Ihr werdet Euer Familienuniversum jetzt neu austarieren müssen. Und zwar **indem Ihr als Eltern Euren Platz neu findet**. Die Kinder folgen dann nach. Der Zug muss schon mal rollen, wie gesagt.

5

Wo ist Euer Platz? Er ist dort, wo Ihr selbst wieder mehr Freude haben könnt – an Euren Aufgaben, und auch an Euch selbst. Und er ist dort, wo Ihr ECHT sein könnt. Wo Ihr also Eure Bedürfnisse, Eure Gefühle und auch Eure Grenzen zeigen könnt. **Wo Ihr nicht nur reagiert, sondern auch agiert**: SO stellen wir uns das Zusammenleben vor, SO wollen wir es haben. Weil uns das gut tut. Oder: Weil es uns richtig erscheint.

Ich kann es nicht oft genug sagen: Probleme kannst Du nicht mit “Techniken” beseitigen. Sie führen oft mittenrein in: Wer Du bist. Wer Du sein willst, und wie Du das alles momentan zusammenbringst. Da hilft eines immens, und beim Leben mit Kindern ist es vielleicht sogar ein Zauberspruch: **Folge der Spur der Freude. Und der Echtheit**. Ich weiß, dass das nicht immer einfach “machbar” ist. Aber zumindest ist das die Wünschelrute, mit der Ihr wieder die Adern des Lebens als Familie findet. Das bringt Euch weiter als jede “Technik”.

6

Und dann sind da noch die wunderbaren „Entwicklungshelfer“, ich will zu jedem was sagen, ganz kurz:

Dein Sohn ist jetzt bald fünf 🚀. Er kann jetzt unglaublich viel von anderen Kindern lernen, auch Selbstregulation. Gerade das “selbst gemachte” Spielen und Entdecken enthält so viel Stärkendes! **„Exklusivzeit“ mit anderen Kindern ist für ein Kind etwas Geniales!** Also, wenn Ihr da ein Türchen in die Kinder-community seht: macht es auf.

Und auch in der Familie unbedingt dran denken: **diese Kinder-Menschen wollen ihren Tatendurst stillen!** Zu viel ground control macht sie tiefengestresst, und das Rumgezwicke am Geschwisterkind fängt ja nicht an, wenn ein Kind atemlos vor Entdeckerglück ist. Wie könnt Ihr etwas Spannendes gemeinsam erleben? **Spannendes sorgt für Entspannung**. Lasst Euren Sohn so viel wie möglich Teil des Teams sein, zeigt ihm Wertschätzung für das was er wuppt. Und vergesst nicht, dass Euer Kind **noch immer viel Balsam braucht**, aufmunternde Worte, liebe Blicke und Gesten. Eben das, was Du bei Deinem Partner so sehr liebst 😊

7

Lass mich zum Schluss trotzdem noch ein Wort zum Ignorieren sagen: Dein Kind will, dass Ihr ihm als echte Menschen begegnet. Mit Euren Gefühlen, Euren menschlichen Reaktionen. Dein Kind will erleben, wer Ihr seid! Passt da das Ignorieren dazu? Das Ignorieren von etwas, das Dich bis ins Knochenmark NERVVT? Ich glaube nicht. **Zeige Dich klar, und zeige, was in Dir vorgeht**. Und was für Dich geht und was nicht. Wenn Dein Sohn seine Schwester quält, dann BIST Du ein Stopp-Zeichen. Und Du machst das auch zum Thema in den guten Stunden, die Ihr habt. Oder in den Geschichten, die Du ihm erzählst.

Lass mich das alles vielleicht so zusammenfassen: Es geht darum, dass Du Kraft schöpfst. Und Ihr als Paar. Und als Familie. **Du hast gute Vorstellungen, wie Ihr Familie leben wollt, ja, wie Ihr Familie SEIN wollt**. Setze sie um, hartnäckig, immer wieder aufs Neue. Entwicklung ist ein Chancen-Weg.

"Mit Herz und Klarheit – Wie Erziehung heute gelingt und was eine gute Kindheit ausmacht" ist soeben erschienen. Dieses Buch ist ein Wegweiser für eine erfüllende und gelingende bedürfnisorientierte Familienzeit.

