familylife KIDS

Eltern stark machen

WARUM UNSERE KINDER GUT SIND, AUCH WENN SIE SICH SCHLECHT BENEHMEN

Tim plagt Laura und sticht sie mit dem Kopfhörerkabel in den Hals. Laura beklagt sich weinend. Mami: »Tim, hör bitte auf, du tust ihr weh.« Tim faucht: »Aber Gott ist bei ihr!« Das ist Kinderlogik. Man verkneift sich ein Lächeln, rettet die Schwester und wartet auf einen geeigneten Moment, um mit dem Bruder über die Situation zu sprechen.

Anders reagieren wir hier: Nach der Herbstwanderung der Schule fordert eine Mutter ihren Sohn auf, mit ihr nach Hause zu gehen. Der Zweitklässler will nicht. Die Mutter insistiert freundlich. Der Kleine wird wütend, er schnappt nach Luft und stößt hervor: »Nein und du bist so eine blöde Kuh!« Die Umstehenden sind froh, dass es nicht ihr Kind ist und wenden sich dezent ab. Was für ein schlechtes Benehmen. Oder etwa nicht?

Die meisten von uns haben eine genaue Vorstellung davon, was gutes oder schlechtes Benehmen ist. Aber diese Zuordnungen entstehen häufig aus Unwissen über die kindliche Hirnentwicklung. Wie verarbeitet ein Kind Informationen? Wie lernt es? Wie drückt ein Kind seine Emotionen aus? (*in Anlehnung an Yolanda Renteria im Gottman-Blog*)

Es gibt Kinder, die empfänglicher für unsere Wünsche sind. Das finden wir Eltern natürlich gut. Tim hingegen kann Informationen noch nicht miteinander verbinden. Und der Kleine im zweiten Beispiel wird von seinen Emotionen überwältigt und kann diese in der Situation nicht angemessen ausdrücken – für unser Empfinden. Schlecht, oder? Die Antwort ist nein. Meist ist das eine Verhalten nicht besser oder schlechter zu bewerten als das andere. Es sind lediglich unterschiedliche Arten, wie Kinder ihr Innenleben und ihre Erfahrungen zum Ausdruck bringen. Kein einfacher Gedanke, wenn ich mir doch so sehr wünsche, dass mein Kind nicht ausflippt, schreit, zappelt, widerspricht.

Das kindliche Gehirn entwickelt sich von Geburt an ständig – abgeschlossen ist die Entwicklung aber erst mit 25 Jahren. Ist das nicht tröstlich für Eltern?

Hier in aller Kürze ein paar Details:

- Die Hirnentwicklung dauert lange – von der Geburt bis zum Alter von 25 Jahren.
- In den ersten 5 Jahren entwickeln sich Sinnesverarbeitung und rationales Denken.
- Die Fähigkeit zu komplexem Denken entwickelt sich erst im Alter von 12 bis 18.
- Die Entwicklung der Amygdala, also der Teil im Gehirn, der uns verstehen lässt, wie sich unsere Handlungen auswirken, wird als letzte abgeschlossen.

Zudem werden unsere Kinder manchmal von ihren Emotionen so überwältigt, dass sie gar keinen Zugang zu diesem wichtigen Teil des Gehirns mehr haben. Dann hilft es, eine Pause einzulegen und das Kind sich mit etwas anderem beschäftigen lassen. Solange bis der rationale Teil des Gehirns wieder online ist. Sicher hilft es enorm, wenn wir verstehen, was das kindliche Hirn bereits in der Lage ist, zu leisten und wie sich das aufs Verhalten auswirkt. Auch hilfreich ist es, die Messlatte beim Kind nicht höher anzulegen als bei sich selbst: Ich habe festgestellt, dass es für mich einfacher ist, Mitgefühl zu zeigen und Lösungen zu suchen, wenn mir bewusst ist, dass mein Kind nicht schwierig ist. Sondern, dass es schwierige Momente erlebt und von Emotionen überwältigt wird. Und selbst in den schlimmsten Momenten vor allem eines will: Die Verbindung mit uns.

Von Alexandra Kämpf ,

arbeitet bei Familylife CH und ist verheiratet mit Richard. Gemeinsam haben sie drei Töchter.

NEXT LEVEL

FÜR DEINE FAMILIE:

Wann hast du das letzte Mal gedacht, dass dein Kind sich daneben benommen hat?

Wie beurteilst du die Situation, wenn du berücksichtigst, dass es unter Umständen noch nicht in der Lage ist, sich angemessen zu verhalten?

Was ändert sich in deinen Gedanken, Gefühlen und in deinem Verhalten?

Kannst du das auch in zukünftigen Situationen anwenden?