

Tipps vom Doc

Wutanfälle – dramatisch oder normal?

Er sorgt dafür, dass aus dem süßesten Kind ein Tyrann wird: der Wutanfall. So erkennen Sie, ob die Wutanfälle bedenklich sind oder einfach nur ein kleines Übel:

Die erste Frage, die ich Eltern stelle, wenn sie über Wutanfälle ihres Kindes klagen, lautet: Bei wem bekommt Ihr Kind die Wutanfälle? Die Antwort bei über 90 Prozent: „Eigentlich ausschließlich bei uns Eltern.“ Dann gratuliere ich und sage: „Herzlichen Glückwunsch. Sie haben sehr viel richtig gemacht.“ Denn das Kind hat dann so eine sichere Bindung zu seinen Eltern, dass es nur dort die Wutanfälle kriegt. Es weiß, dass es dort sicher ist. Und das ist ganz wichtig.

Wutanfälle sind in der kindlichen Entwicklung etwas völlig Normales. Sie treten in allen Kulturen auf und beginnen zwischen eineinhalb und zwei Jahren. Manchmal hat es sich nach einem Jahr erledigt, manchmal nach drei, manchmal nach fünf – und wenn wir ehrlich sind, kennen wir alle auch ein paar Erwachsene, bei denen es sich immer noch nicht so ganz gelegt hat. ;-)

Aus der Ferne ist es immer schwer zu beurteilen, ob die Art und die Häufigkeit der Wutanfälle etwas Krankhaftes haben – oder ob das alles noch im normalen Bereich ist. Aber die Grenze zum „Normalen“ lässt sich sehr schön ziehen. Wenn für Sie als Eltern klar ist, unser Kind ist eigentlich ein gutes Kind, es läuft al-

les, Sie bekommen auch von Außenstehenden ein gutes Feedback – und dennoch rastet dieses Kind manchmal aus, dass alles zu spät ist, dann haben Sie ziemlich sicher kein Problem. Es ist eben „nur“ saumäßig anstrengend für Sie.

Die Auslöser können im Übrigen völlig banal sein. Beispiel: Das Kind flippt aus, weil der gelbe Becher auf dem Tisch steht und nicht der rote. Und wie lange geht so ein Wutanfall? Auch das lässt sich nicht genau sagen. Es kann nach drei Minuten vorbei sein. Oder eine halbe Stunde dauern.

Es gibt leider auch nicht DEN Tipp, was man tun kann. Wichtig ist: Bleiben Sie ruhig und fangen Sie nicht auch an, auszuflippen. Sonst kommt es nur zu einer Wutspirale, die weder Ihnen noch dem Kind weiterhilft. Und natürlich sollte das Kind nicht lernen, dass es mit einem Wutanfall sein Ziel erreicht. Das heißt nicht, dass man ab und zu nicht nachgeben darf – aber tendenziell ist es keine besonders gute Pädagogik, dem Kind das zu geben, was es mit seinen Wutanfällen erreichen will. Denn dann verfestigen Sie dieses Verhalten.

Das Entscheidende ist: Wenn die Wut verfliegen ist, sind die Kinder anhänglich und tröstungsbedürftig. Dann sollten Sie für ihr Kind da sein – und schnell dafür sorgen, dass die Welt Ihres Kindes wieder in Ordnung gerät. Und irgendwann wird auch das ganze Thema dann zu einem guten Ende kommen.