



Pädagogischer Impuls | Jänner 2024

Warum Frustration wichtig ist

Eltern wollen in aller Regel nur das Beste für ihre Kinder, sie möchten sie beschützen und ihnen am liebsten Schmerzen und Frustration ersparen. Dieser Wunsch ist nachvollziehbar, jedoch macht die Vermeidung von Frustration nicht zwangsläufig zufriedener. „Lieb sein zum Nachwuchs macht noch lange keine glücklichen und zufriedenen Kinder und schon gar nicht eine glückliche Familie.“ (Messmer, 2017, S.66)¹ Der Umgang mit einem Nein und kleineren Enttäuschungen im Familienalltag ist äußerst wichtig, um Strategien und Lernerfahrungen für das Leben außerhalb der familiären Sicherheit zu sammeln.

Nicht jeder Wunsch muss erfüllt werden

Wir dürfen unseren Kindern auch ein Nein und unangenehme Gefühle zutrauen, das bedeutet im Alltag, dass nicht jeder Wunsch erfüllt werden muss. Ausschlaggebend für die Entwicklung der inneren Stabilität eines Kindes ist nicht, dass Kinder alles bekommen, was sie sich wünschen, sondern dass sie sich von ihren Bezugspersonen sicher geführt fühlen. „Sicherheit auszustrahlen ist das wichtigste Signal an den kleinen Homo sapiens. Und dieser lautet: „Ich weiß, was ich tue, und es ist jetzt für uns beide das einzig Richtige, was gerade zu tun ist!“ Unsere Kleinsten sind gar nicht so zerbrechlich. Wichtig ist es vielmehr, welche Informationen, also Signale, sie von uns bekommen. Je älter ein Säugling wird, umso mehr darf und soll man ihm auch Frustration zumuten und zutrauen. Er wird lernen, diese auszuhalten. Damit baut er sein regulatives System auf.“ (Messmer, 2017, S.60)² Somit lernt ein Kind, wie es sich bei unangenehmen Gefühlen selbst regulieren kann.

Rücksichtnahme bei unerfüllten Bedürfnissen

Natürlich gibt es auch Alltagssituationen, wo Kinder beispielsweise nach einem langen Tag im Kindergarten oder in der Schule einfach müde und erschöpft sind. Hier stehen die Grundbedürfnisse nach Erholung und Ruhe im Vordergrund. Ein erschöpftes Kind kann nicht mehr kooperieren. Einem Kind in so einem Moment noch weitere Frustration zuzumuten, wäre für alle Beteiligten sehr kräftezehrend.

Verwöhnen ist nicht das Gleiche wie lieben

„Wenn Eltern im Familienleben die Führung übernehmen, kann sich der kleine Homo sapiens an ihrem Verhalten orientieren und fühlt sich sicher. Sicherheit bedingt also Führung. Ein sicher gebundenes Kind hat auch gelernt, Situationen auszuhalten, weil ihm nicht alle Stolpersteine aus dem Weg geräumt wurden. Verwöhnen und alles zulassen hat nichts mit Liebe zu tun- Sicherheit zu schenken sehr wohl.“ (Messmer, 2017, S.79f.)³ Die Sicherheit der Eltern wird somit zur inneren Sicherheit der Kinder.

Text: Corinna Bertagnolli

Literaturverzeichnis:

^{1/2/3} Rita Messmer, (2018), Der kleine Homo sapiens kann's! Die natürliche Kompetenz und Selbstständigkeit von Kindern stärken. Beltz Verlag, 1. Auflage, Weinheim Basel

