



30_Warum Konflikte wichtig sind

Kinder haben viele Wünsche, das ist ganz normal. Die Schwierigkeit vieler Eltern ist, wie sie damit umgehen sollen, wenn ein Wunsch nicht erfüllt werden kann. Eine heftige Schreiattacke auf der Straße oder die x-te Auseinandersetzung am Tag zehren sehr an den Nerven der Eltern.

Wie läuft eigentlich ein Konflikt ab und was lernen die Kinder dabei?

1. Das Kind hat einen Wunsch.
2. Sie als Eltern oder Großeltern können nun Ja sagen - wenn es für Sie stimmig ist. Sie können auch Nein sagen, wenn Sie von diesem Nein überzeugt sind. Wenn Sie nur ein halbherziges Nein sagen, spüren das die Kinder und beginnen so lange zu betteln oder zu schreien, bis Sie dann doch wieder Ja sagen. In einem solchen Fall können Sie gleich von Beginn an dem Wunsch des Kindes zustimmen!
3. Oder Sie können auch sagen, dass Sie es sich erst überlegen müssen. Dabei nehmen Sie das Kind und sich selbst ernst und bewahren alle vor unüberlegten Entscheidungen.
4. **Falls Sie ein klares Nein aussprechen, kommt es nun in der Regel zu einem Konflikt!** Dieser kann - je nach Charakter und Temperament des Kindes - unterschiedlich heftig ausfallen: Es kann weinen, sich auf den Boden schmeißen oder schreien. Genau vor diesem Konflikt, der so nervenaufreibend ist, fürchten sich die meisten Eltern! Dieser Kampf ist aber wichtig. Dabei lernt das Kind, sich für die eigenen Interessen einzusetzen.
5. **Sie können in Ruhe und ohne schlechtes Gewissen bei ihrem Nein bleiben.** Wichtig ist, dass das tobende Kind für seinen Wunsch und seine Reaktion nicht kritisiert, gedemütigt, lächerlich gemacht oder entwürdigt wird.
6. **Wenn Sie beim Nein bleiben, wird das Kind nach dem Kampf einen großen Frust oder Trauer verspüren!** Es will jetzt in Ruhe gelassen werden, niemand soll es mehr angreifen, es verkriecht sich unter den Tisch oder es fliegen Zimmertüren. Rückzug ist nun angesagt. Das Kind muss sich jetzt von seinem Wunsch innerlich verabschieden. Es ist gut, wenn dem Kind dieser Rückzug gewährt wird. Sie brauchen das Kind jetzt nicht aufheitern, es beruhigen, ihm alles breit erklären. Das Kind braucht nun Zeit für sich. Es verarbeitet seinen Frust. Diese Erfahrung führt dazu, dass Kinder lernen, dass andere Menschen anders sind als sie selbst. Während dieser Verarbeitung schüttet der Körper Hormone aus, die die Hirnreifung vorantreiben. Dabei wird das Einfühlungsvermögen gestärkt. Sich immer wieder von Wünschen zu verabschieden und dabei Frust zu bewältigen, ist eine wichtige Lernerfahrung, die das Kind ein Leben lang brauchen wird.
7. **Nach einer gewissen Zeit kehrt Ruhe ein.** Meist kommt das Kind von sich aus wieder aus seinem Schlupfloch heraus und ist überraschenderweise relativ ruhig. Wichtig ist, dass die Eltern nicht mehr in der „Kampfhaltung“ drinnen sind, sondern es einfach gut sein lassen.

„Es gehören auch Tränen zur Nahrung, die Kinder brauchen, wenn sie authentische Beziehungen zu anderen Menschen aufbauen wollen“, so Jesper Juul. Es ist nicht die Liebe, die Eltern dazu veranlasst, ihren Kindern jede Frustration zu ersparen. Entweder ist es Sentimentalität oder der Wunsch, als guter Vater oder gute Mutter erlebt zu werden, so Juul. Das Kind lernt in solchen Konflikten, bei dem seine Würde respektiert wird, jedoch nicht jeder Wunsch erfüllt wurde, Frustrationstoleranz und Konfliktfähigkeit. Liebe bedeutet, auch mal „Nein“ zu sagen – zum Wohle aller.