

Erika Meyer-Glitza

**WENN FRAU WUT
ZU BESUCH KOMMT**

**Therapeutische Geschichten
für impulsive Kinder**

iskopress

ISBN 978-3-89403-189-3
7. Auflage 2013
Copyright © iskopress, Salzhausen
Umschlag und Illustrationen:
Mathias Hütter, Schwäbisch Gmünd
Druck und Bindung: Aalex Buchproduktion,
Großburgwedel

**Bibliografische Information der
Deutschen Bibliothek**

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in
der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet
über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Inhalt

An die Erwachsenen	5
Liebe Kinder!	11
Paul Hitzkopf	12
Zügellosigkeit bei elterlicher Inkonsequenz	
Das Wunschkind	17
Aggressivität eines Adoptivkindes, dem die Wahrheit vorenthalten wird	
Ben und Achmed	23
Fremdenfeindlichkeit, Gruppendruck	
Der dicke Fritz	27
Gehänseltwerden bei Übergewicht führt zu unbeherrschten Reaktionen	
Boris zieht die Bremse an	34
Aggression bei Drogenproblematik der Mutter	
Die Mädchenbande	41
Ausgrenzen und Gewalt auf dem Schulhof	
Das Kind, das niemand haben wollte ...	46
Einkoten bei emotionaler Vernachlässigung	
Frau Lachfalte hat eine Idee	52
Aggressive Reaktion bei Körperbehinderung	
Ein Wutgeist kann ein Freund sein	58
Jähzorn bei Gefühl von Benachteiligung	
Wenn Kan-No-Mushi aufwacht	66
Eine japanische Methode, Wutanfälle zu beeinflussen	

Frau Wut und Herr Zorn	71
Wie das Elternhaus den Umgang mit Emotionen prägt	
Zündstoff-Benny	77
Hyperaktives Kind und sein Helfersystem	
Das rote Teufelchen	82
Heimkind macht durch aggressive Ausbrüche auf sich aufmerksam	
Die Mütze	87
Körperliche Auseinandersetzung der Eltern	
Entspannungsübung für Kinder	91
Literatur	93

An die Erwachsenen

Beim Entstehen dieser Geschichten tauchten nach und nach meine ehemaligen „Therapie-Kinder“ wieder vor mir auf und meldeten sich zu Wort; Kinder, die gegen ihre Umgebung rebellierten, Grenzen überschritten oder dringend nach Grenzen verlangten; Kinder, die mit ihrer ganzen Energie auf sich und ihre Situation aufmerksam machten.

Wenn ich sie näher kennenlernte, hatte ich es so gut wie immer mit liebenswerten, interessanten, ideenreichen kleinen Menschen zu tun. Ich vergaß schnell die Berichte, mit denen sie angekündigt wurden: „M. biss seiner Lehrerin in die Hand“, „K. prügelt sich ständig und kann sich an keine Regel halten“, „F. bedroht Mitschüler“ usw. Denn ich erlebte sie von einer ganz anderen Seite: mit ihren Bedürfnissen und ihren Fähigkeiten.

Gerade Kinder, die durch Aggressionen auffallen, haben häufig viele Stärken, z.B. einen starken Willen, Durchsetzungsfähigkeit, lebhaftes Temperament, Originalität und Sensibilität. Sie nehmen wie Barometer atmosphärische Störungen ihrer Umgebung auf und reagieren sehr empfindlich, wenn man sie in ihrer Art nicht anerkennt und ernstnimmt.

Wutausbrüche, Zerstörungswut, Prügeleien oder Renitenz können dann hilflose Versuche darstellen, innere Not auszudrücken und soziale Beziehungen herzustellen. So sehr sie sich auch selber damit schaden, kämpfen diese Kinder unbewusst

darum, endlich wirklich wahrgenommen zu werden. Sie verlangen danach, die Lebensbedingungen zu finden, in denen sie sich entwickeln können.

Wie hilft man nun Kindern, ihre aggressiven Impulse zu beherrschen und innerlich so zu integrieren, dass sie als wertvolle Lebenskräfte wirksam sein können? Wie lernen sie, sich zu zügeln, ohne sich selbst aufzugeben?

Diese Frage möchte ich skizzenhaft an Hand meiner Erfahrungen, zunächst aus der kindertherapeutischen Praxis, anschließend dann aus familientherapeutischer Sicht zu beantworten versuchen. Ich bin mir dessen bewusst, dass man als TherapeutIn allerdings sehr viel günstigere Bedingungen hat als Eltern, Erzieher und Lehrer. Dennoch können viele Elemente meiner Arbeit auf diese Bereiche übertragen werden.

Spieltherapie

Wie wirkt eine Spieltherapie? Äußerlich betrachtet „spielen die ja nur“. – Versuchen wir uns aber einmal vorzustellen, wir seien ein Kind, vielleicht neun Jahre alt. Überall sind wir angeeckt. Wir haben das Gefühl, ungeliebt zu sein, denn ständig werden wir ermahnt und kritisiert.

Und nun ist da ein Mensch, der sich wöchentlich eine ganze Stunde Zeit nur für uns alleine nimmt, nicht einmal ans Telefon geht. Jemand hört und schaut uns aufmerksam zu, erwartet offensichtlich nichts von uns, scheint aber volles Vertrauen in unsere Fähigkeiten zu haben.

Dieser Mensch, der uns seine Zeit widmet, respektiert all unsere Impulse (sofern sie nicht anderen schaden).

Er stellt uns die Möglichkeiten zur Verfügung, sie auszuleben und mit ihnen zu experimentieren.

Nichts müssen wir erklären.

Haben wir Lust zu kämpfen, so ist er bereit.

Wollen wir einfach nur ausspannen und uns in eine Hängematte fallen lassen, ist das in Ordnung.

Wir können uns wiegen lassen und klein sein und uns erholen von den Strapazen, ein großer Macker sein zu müssen...

Und wir können gemeinsam lachen, wenn etwas schiefgeht.

Sie können sich sicher vorstellen, wie schon eine solche Atmosphäre allein sich auswirkt.

Folgende Elemente benutzen Kinder mit Aggressions-Problemen gern in der Spieltherapie, um ihre Wut-Gefühle auszudrücken und abzuleiten:

- künstlerische Mittel (Malen, Tonarbeiten, Trommeln, Geschichten erfinden),
- Bewegung (Rad, Roller, Toben),
- Rollenspiele (nach wie vor beliebt: Räuber und Polizist, Banküberfall, Cowboys, Heyman u. a. TV-Helden),
- Rollenspiel mit Handpuppen (Haie, Löwen, Tiger, Krokodile),
- Kampfspiele (Boxkampf, Ritter, Kissenschlacht),
- Umgang mit den Elementen (Feuer, Wasser, Sand),
- Pfeilwerfen,
- Werkstattarbeiten (hämmern, sägen, bohren, zusammenbauen, aber auch zerstören).

Zur Entspannung und zur Verankerung bestimmter neuer Erfahrungen dienen:

- Entspannungsübungen,

- Phantasiereisen,
- Therapeutische Geschichten.

Als ein unentbehrliches und wesentliches Element für eine erfolgreiche therapeutische Hilfe darf Folgendes nicht vergessen werden:

Das Familiengespräch

Eltern sind durch Auffälligkeiten ihrer Kinder verunsichert. Sie fürchten, Fehler gemacht zu haben und fühlen sich hilflos, wenn ihre bisherigen erzieherischen Bemühungen unwirksam scheinen. Sie sind auch verärgert und enttäuscht, da sie aus ihrer Sicht alles ihnen Mögliche für ihre Kinder getan haben. Nicht selten bestehen zusätzliche Belastungen durch Arbeitslosigkeit, Geldnot, beengte Wohnverhältnisse, Krankheit usw.

Ebenso wie ihre Kinder erhoffen sie eine respektvolle Form der Unterstützung. Sie sind ja die eigentlichen „Experten“ für ihre Kinder und wollen und brauchen keine großen Umwälzungen ihres Familienlebens, sondern im Sinne von Steve DeShazer* nur einen „Dietrich, um die Tür zu ihren eigenen Lösungsmöglichkeiten aufzuschließen“ zu können.

In dem oben geschilderten Klima von Akzeptanz, Interesse, sich Zeit lassen und dem Bewusstsein der TherapeutInnen, dass nicht sie, sondern die Familien selber ihre passenden Lösungen finden werden, kann schon sehr viel Entlastung entstehen; das ganze Potenzial der Familie kann so zur Veränderung genutzt werden.

* Siehe Literaturliste Seite 93.

Aber zunächst gilt es, ein gemeinsames Ziel zu haben. Dazu sind einige Fragen zu klären:

- Was möchte die Familie genau erreichen?
- Woran würden Eltern und Kinder erkennen, dass das Problem gebessert oder gelöst ist?
- Wie würde sich das auf das Verhalten von Eltern und Kindern auswirken?
- Wie wird ihr gemeinsames Leben aussehen, wenn das Problem behoben sein wird?
- Gibt es jetzt schon manchmal Momente, in denen es so läuft, wie die Familie es sich wünscht?
- Und wann gab es solche Momente früher?
- Welche Bedingungen haben in diesen Fällen zu den positiven Ausnahmen geführt?

Für die Eltern ist es meist überraschend festzustellen, dass es ja durchaus gute Zeiten gibt und gab, die sie durch den Blick auf das Problem ganz vergessen hatten.

Immer wieder erstaunlich ist es, dass gerade auch die Kinder sehr kreative Lösungsmöglichkeiten anbieten, sobald sie merken, dass man sie ernst nimmt und ihnen zuhört.

Kinder fühlen sich besonders motiviert, ihr Verhalten zu ändern, wenn die Erwachsenen sie bei ihren neuen Versuchen, ihre aggressiven Impulse zu zügeln und positiv zu integrieren, begleiten und unterstützen.

In den Familiengesprächen habe ich immer wieder von Kindern erzählt, die auch Schwierigkeiten hatten, mit ihrer Wut o. Ä. zurechtzukommen. Kinder ermutigt und entlastet das sehr. Sie sind neugierig darauf, wie die anderen es geschafft haben, und werden motiviert, auch erfolgreich zu sein.

Dies ist unter anderem der Zweck der folgenden Geschichten, die alle – natürlich verschlüsselt – auf wahren Begebenheiten beruhen.

Liebe Kinder!

Dieses Buch handelt von Kindern, die kratzen, beißen, hauen, treten, brüllen – alles was man so macht, wenn man richtig wütend ist.

Ja, natürlich, man kann auch wütend werden, ohne das alles zu tun. Aber es gibt eben Lebenslagen, in denen nette, lustige Kinder nicht anders können, als mit ihrem ganzen Zorn herauszuplatzen. Oft wissen sie selber nicht ganz genau, warum ihnen das immer passiert. Und meistens sind diese Kinder auch nicht gerade glücklich darüber.

Wütend werden ist ja an sich nicht schlimm, jeder kennt das. Und manchmal muss es auch sein, sonst würde man ja krank, wenn man seinen Ärger immer nur herunterschluckt. So ein Wutausbruch kann manchmal sogar richtig erfrischend sein.

Nur wenn man sich und anderen damit schadet, kann es schlimm werden.

Darum erzähle ich euch diese Geschichten. Vielleicht rastet ihr ja auch manchmal zu doll aus, mehr als ihr es selber wollt. Dann könnte es für euch interessant sein zu hören, was anderen Kindern geholfen hat.

Ganz ohne Erwachsene kann das aber kein Kind schaffen. Die müssen schon ein wenig dabei mithelfen.



**Paul
Hitzkopf**

Als Paul Hitzkopf mit einer großen roten Schramme an der Backe und einer geschwellenen Nase aus der Schule kommt, stößt seine Mutter nur einen tiefen Seufzer aus. Sie fragt gar nicht mehr nach, denn es ist inzwischen an der Tagesordnung, dass Paul sich mit anderen Kindern rauft. Paul Hitzkopf macht nämlich seinem Namen alle Ehre, und zwar schon seit er laufen kann. Dabei sind Herr und Frau Hitzkopf so friedliche Menschen. Jeden Wunsch lesen sie ihm von den Augen ab, obgleich der Paul sehr gut sagen kann, was er will und auch, was er nicht will.

Der friedliche Herr Hitzkopf und seine Frau nehmen Pauls Neigung zu Wutausbrüchen wie eine Naturerscheinung hin, so wie manche Menschen mit einem Vulkan leben, zu dem es nun einmal gehört, dass er von Zeit zu Zeit Feuer spuckt. „Es ist eben Pauls Temperament, dagegen kann man nichts tun“, sagen sie sich und schütteln nur bekümmert ihre lieben Köpfe.

Doch Frau Schlauberger von nebenan, bei der Paul so gern Klingelstreiche macht, hat neulich zu Frau Hitzkopf gesagt: „Sie dürfen nicht so nachgiebig sein mit Ihrem Sohn, sonst wird er noch ein Tunichtgut!“

Der andere Nachbar, Herr Lauscheohr, hat alles mit angehört und noch hinzugefügt: „Ja, der Paul ist schon jetzt ein richtiger kleiner Tyrann!“

„Was ist ein Tyrann?“, hat Paul die Mutter nachher gefragt. Die hat ihm etwas erklärt von einem König, der immer alles selbst bestimmen will und keine Rücksicht nimmt auf andere Menschen. Da hat der Paul dem Nachbarn die Zunge herausgestreckt und laut mit den Türen geknallt, und bei Frau Schlauberger hat er noch mehr Klingelstreiche gemacht.

Nachdem die Mutter das mit dem König erklärt hat, geht ihr die Sache noch lange im Kopf herum. „Ganz unrecht“, denkt sie, „haben die Nachbarn vielleicht doch nicht. Paul ist wirklich unser kleiner König.“ Und als sie mit dem Paul nachher im Supermarkt einkauft, hat sie wieder doppelt so viel im Einkaufswagen, als sie eigentlich wollte: das Eis und die Aufkleber, die Schokolade, Kaugummi, Pauls Lieblings-Joghurts und eine Abenteuerkassette. Bei der Kassette hat sie nein sagen wollen. Da hat der Paul seinen roten Kopf bekommen und hat mit den Füßen getrampelt. Und die Mutter hat schnell die Kassette doch in den Wagen getan, bevor es noch ein Geschrei gab im Laden. Dann hat sie wieder ratlos ihren Kopf geschüttelt.

Dem Vater hat Paul abends beim Fernsehen immer die Fernbedienung weggenommen und hat einfach seine Lieblingssendungen eingestellt. Dabei war es oft schon nach acht. Pauls Vater war genauso

lieb wie seine Frau. Er zuckte nur einige Male hilflos mit den Schultern, während er Pauls Sendungen ansah.

Sicher wäre das noch viele Jahre so weitergegangen und noch viel schlimmer geworden, wenn nicht etwas passiert wäre, was alle, auch den Paul, wachgerüttelt hat.

Es ist Sommer, Paul Hitzkopf hat mit seinen Freunden draußen herumgetobt. Nun hat er Durst und Hunger und will ganz schnell herein. Aber die Haustür ist verschlossen. Er hört den Staubsauger brummen. Er klingelt Sturm. Keiner öffnet. Da wird der Paul wieder von einem großen Jähzorn gepackt. Sein Gesicht wird ganz rot vor Wut und verzerrt sich. Seine beiden Fäuste trommeln gegen die Scheibe an der Haustür. „Aufmachen!“, schreit er und schlägt noch stärker zu. „Aufmachen!“

Da! Ein Krachen! Ein Splittern! Ein Schrei! Die Scherben haben tief in Pauls Arm geschnitten. Überall ist plötzlich Blut. Eine Scherbe steckt noch im Arm.

Paul ist ganz blass geworden. Ihm ist schlecht.

Frau Schlauberger kommt mit einem Handtuch und drückt es ihm auf die blutenden Wunden, nachdem sie die Scherbe herausgezogen hat. Die Mutter hat einen Krankenwagen gerufen. „Nein, nicht ins Krankenhaus!“, schreit Paul. „Ich will nicht!“ Aber zum ersten Mal nützt ihm das Schreien gar nichts.

Er wird mit dem Krankenwagen in die Klinik gefahren. Leider ohne Sirene, das hätte ihn noch ein wenig entschädigt.

Paul jammert vor sich hin. Er hat Schmerzen und Angst, denn es blutet noch sehr. Und auch Frau Hitzkopf sieht etwas blass aus um die Nase.

Der Arzt lässt sich die ganze Geschichte erzählen, während er die Wunden reinigt und näht. Paul schaut ganz still zu. So still hat ihn die Mutter noch nie erlebt. Er hat eine Spritze bekommen, damit es nicht so zwickt.

Dann sagt der Doktor etwas Ähnliches wie Frau Schlauberger und Herr Lauscheohr: „Sie müssen wohl Ihren Paul ein bisschen mehr an die Kandare nehmen.“ Frau Hitzkopf nickt schuld bewusst. „Was ist Kandare?“, fragt Paul misstrauisch. „Hast du schon mal was von Pferdezügeln gehört?“, fragt der Arzt. Paul nickt. „Du kommst mir nämlich wie ein kleines Wildpferd vor, das nicht gewohnt ist, an die Zügel genommen zu werden. Stimmt’s?“ Paul guckt weg. „Außerdem wär’s auch nicht schlecht, wenn du dich selbst etwas zügelst, damit du nicht wieder so etwas Schmerzhaftes erleben musst. So. Das wär’s.“ Der Doktor legt ihm einen dicken Verband an. „Und gute Besserung, kleines Wildpferd!“ Nach diesem Ereignis, darüber sind sich alle einig, die Eltern, die Nachbarn und die Lehrer, ist Paul verändert. Ob es der Schreck war oder der Schmerz oder die Worte des Arztes, weiß keiner so genau. Und auch Herr und Frau Hitzkopf sind nicht mehr dieselben wie früher.

Wie durch einen lauten Wecker sind alle wachgerüttelt worden.

Neulich ist die sanftmütige Frau Hitzkopf sogar ausgerastet, als der Paul im Supermarkt wieder seine Sonderwünsche hatte. Ganz laut und energisch hat sie „Nein!“ gesagt. Frau Schlauberger war gerade dabei und hat anerkennend genickt.

Der Paul hat keinen roten Kopf bekommen. Er guckte nur ärgerlich. Zu gern hätte er jetzt ein Eis und Kaugummi gehabt. Aber wer genau hinsah,

konnte in seinem runden Gesicht auch so etwas wie Stolz entdecken. So schlecht war es eigentlich nicht, starke Eltern zu haben.

Einmal, als Paul ins Bett sollte, wo er doch so gern noch ferngesehen hätte, wollte er gerade wieder seinen roten Wutkopf bekommen, da sagte die Mutter: „Na, mein Wildpferd!“ Da mussten beide lachen. Paul schaute verstohlen auf seine Narbe am Arm und dachte an den Arzt und an die Zügel. Er lehnte sich an seine Mutter und bettelte: „Ich möchte mal mit einer Pferde-Kutsche fahren und die Zügel halten.“ „Ja, wenn das kleine Wildpferd sich ein bisschen gezähmt hat, dann darfst du kutschieren“, versprach die Mutter.

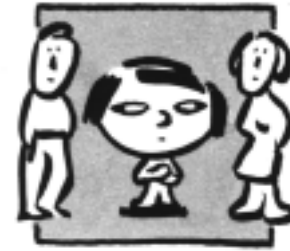
Beinahe könnte man ja nun befürchten, dass im Hause Hitzkopf nun gar nichts mehr los war, ja, dass es richtig langweilig und still wäre ohne Pauls Wutausbrüche. Aber ich kann euch beruhigen. Die Gefahr besteht bei Kindern wie Paul nun doch nicht.

Neulich bin ich an ihrem Haus vorbei gekommen, da hörte ich lautes Trommeln. Erst dachte ich, es sei der Fernseher oder das Radio. Da hab ich durchs Fenster geguckt und den Paul gesehen. Der hat wie wild auf drei große Trommeln geschlagen, in wildem Rhythmus – wie ein echter Schlagzeuger.

Frau Hitzkopf kam aus dem Haus und lachte. „Ja, so tobt sich Paul jetzt immer aus“, rief sie mir zu. „Besser einen Schlagzeuger im Haus als einen Tyrannen.“

Und Herr Lauscheohr guckte um die Ecke und nickte lächelnd. Er mochte Schlagzeug.

Frau Schlauberger aber bekam von alledem gar nichts mit. Sie war nämlich schwerhörig.



Das Wunschkind

„Ich wünsche mir noch ein Kind“, sagte Frau Schmidt zu ihrem Mann.

„Aber wir haben doch schon unsere zwei!“ Ihr Mann blickte erstaunt hinter der Zeitung hervor. „Die machen doch schon genug Tumult!“ Wie auf Kommando drang lautes Krakeelen aus dem Kinderzimmer. Dazu kreischte der Wellensittich Fifi. Er mochte Krach. Das regte ihn zum Pfeifen an. Herr Schmidt mochte aber lieber Ruhe.

„Warum willst du denn noch mehr Unruhe?“

„Ich liebe eben Kinder.“

„Dabei ging es dir das letzte Mal so schlecht“, gab ihr Mann zu bedenken.

„Ich möchte ja, dass wir eins adoptieren.“ Herr Schmidt ließ die Zeitung sinken.

„Adoptieren?!“

„Ja, es gibt so viele arme Kinder ohne Eltern auf der Welt. Ich will eins davon adoptieren.“ Das klang so gut wie beschlossen. Und da Frau Schmidt in der Familie diejenige war, die alles, was die Kinder betraf, bestimmte, und weil sie