

Wie Sie mit einem Trainingsprogramm aggressiven Kindern helfen

Aggressionen von Kindern gegenüber anderen Kindern sind im Kindergarten an der Tagesordnung. Viele **Kinder lernen nicht richtig**, wie sie **mit** ihren **Aggressionen umgehen** können. **Ursachen von Aggressionen** Die **Ursachen für eine auffällige Gewaltbereitschaft** von Kindern sind vielseitig. Haben Sie mehrere aggressive Kinder in Ihrer Einrichtung, dann kann die Ursache bei den Kindern **ganz unterschiedlich** sein.

Häufige Ursachen von Gewaltbereitschaft sind:

- Übermäßiger Fernsehkonsum
- Gewalterfahrungen zu Hause
- Gleichgültigkeit und Liebesentzug
- Grenzenlose Freiheit
- Verzerrtes Bild der „Männerrolle“
- Uneinigkeit zwischen den Eltern in Erziehungsfragen
- Mangelnder Kontakt zu einem Elternteil
- Ständig wechselnde Beziehungen der Eltern
- Alkoholismus und andere Suchtkrankheiten in der Familie

Helfen Sie diesen Kindern, und **trainieren Sie** mit ihnen, wie **Probleme** auch **ohne Aggressionen** gelöst werden können.

Ermöglichen Sie Ruhe und Entspannung

Aggressive Kinder leben dauerhaft in einer sowohl physischen als auch psychischen Anspannung. Bevor Sie mit diesen Kindern erfolgreich arbeiten können, muss deren **motorische Unruhe** abgebaut werden. Beginnen Sie deshalb den Tag regelmäßig **mit** gezielten Übungen wie autogenem Training oder meditativen **Entspannungsübungen**, damit die Kinder ihre Unruhe **abbauen** können.

Wenn Kinder am Montagmorgen die am Wochenende konsumierten Filme nachspielen, bieten Sie ihnen ausreichend **Möglichkeit**, angestaute **Aggressionen loszuwerden**. Dies können Sie **durch körperliche Betätigung**, Balgereien und Wettspiele erreichen.

Zeigen Sie Alternativen

Viele **Verhaltensprobleme** von Kindern sind die **Folge einer** ungenauen und **undifferenzierten Wahrnehmung**. Deshalb ist es wichtig, dass Sie die **Kinder** unterstützen, Signale anderer verstehen zu lernen und richtig einordnen zu können. Zusätzlich **müssen** sie **lernen**, alternative Reaktionen zu Gewalt und Aggression auszuwählen und Konsequenzen, die sich aus ihrem Verhalten ergeben, richtig einzuschätzen. Lassen Sie die Kinder möglichst viele **Konflikte durch Argumentation** und Überzeugung **lösen** statt durch den Einsatz von Autorität von außen. Üben Sie solche Situationen mit den Kindern ganz praktisch in Streitsituationen oder im Rollenspiel.

Stärken Sie das Selbstwertgefühl

Aggressives Verhalten ist meist auch ein **Hinweis auf das** starke **Bedürfnis nach Selbstbehauptung**. Kinder meinen, dass sie damit ihre Interessen besser durchsetzen und ihre Ziele erreichen können. Dahinter verbirgt sich häufig ein Kind mit geringem

Selbstwertgefühl und schwachem Selbstbewusstsein. Stärken Sie diese Kinder, indem Sie ihnen immer wieder Ihre Zuneigung zeigen und sie spüren lassen, dass sie anerkannt sind. Loben Sie die Kinder, wenn ihnen etwas gut gelingt, und sprechen Sie mit den Kindern über ihre Stärken.

Bringen Sie den Kindern Selbstkontrolle nahe

Es ist wichtig, dass aggressive Kinder lernen, möglichst viele **Konflikte durch Argumentation** und Überzeugung zu **lösen** statt durch Einsatz körperlicher Gewalt. Seien Sie gegenüber aggressivem Verhalten nicht gleichgültig und lassen Sie es bei keinem Kind durchgehen. Bleiben Sie in der Sache konsequent. **Wichtig** ist **für die Kinder**, dass sie **lernen, sich selbst zu kontrollieren**. Dies erreichen Sie durch Rollenspiele, Einzel- und Gruppengespräche und entsprechende Geschichten und Bilderbücher, bei denen sich das Kind gemeinsam mit Ihnen eine „friedliche“ Lösung überlegt.

Schulen Sie das Einfühlungsvermögen

Ein **aggressives Verhalten resultiert** manchmal auch aus der Unfähigkeit, sich in die Lage des anderen hineinzusetzen und **aus** dessen Sicht das Geschehen zu beurteilen. Hierzu kommt das natürliche **Konkurrenzverhalten** der Kinder untereinander. Sprechen Sie deshalb mit den Kindern gezielt über Gefühle: Wie ist das, wenn man fröhlich, traurig, albern, wütend oder ängstlich ist? Regen Sie die Kinder dazu an, sich mit den Empfindungen anderer auseinander zu setzen und sich darum zu bemühen. Spielen Sie mit den Kindern z. B. Spiele, bei denen die Kinder die Gefühle anhand der Mimik darstellen und erkennen sollen.

Wenn es Ihnen gelingt, den aggressiven Kindern Ihrer Einrichtung einen gewaltfreien Umgang nahe zu bringen und diesen auch miteinander zu praktizieren, legen Sie einen wichtigen Grundstein für die weitere Kommunikation der Kinder.