

# Herausforderndes Verhalten als Strategie von Kindern, mit Situationen umzugehen, die für sie selber herausfordernd sind?!

Natalie Jatzlau  
Psychologische Psychotherapeutin  
Fachpsychologin für Rehabilitation  
Therapeutische Leiterin Abteilung Abhängigkeitserkrankungen



## Ausgangssituation

### Welche Beanspruchungen bzw. Anforderungen können die Kinder erfahren?

- Die Familienmitglieder drehen sich um den jeweils betroffenen Elternteil und vernachlässigen in deren Konsequenz eigene Bedürfnisse.
- Die Tabuisierung der Suchterkrankung, der psychischen Erkrankung oder des kritischen Lebensereignisses führt zu einer Sprachlosigkeit.
- Es gibt mitunter keinen kontinuierlichen Tagesablauf und keine transparente Regelmäßigkeit.
- Elterliche Versprechen werden wiederholt gebrochen.
- Es kann Verwahrlosung u.a. in den Bereichen Wohnen, Körperhygiene, med. Versorgung und Ernährung geben.

- Infolge von Streit bzw. gewaltsamen Auseinandersetzungen der Eltern wird die Familienatmosphäre angespannt, unberechenbar und konfliktbelastet erlebt.
- Es bestehen Verlustängste der Eltern sowie reale Verluste.
- Schuld- und Schamgefühle, nachteilige soziodemographische Bedingungen, Stigmatisierung und Ausgrenzung durch das soziale Umfeld sowie Fremdunterbringungen der Kinder können den Alltag prägen.

## Es gibt nicht **die** Suchtfamilie und auch nicht **die** psychisch belastete Familie !

- Eine Suchterkrankung und/ oder eine psychische Erkrankung eines Elternteils bzw. eine langanhaltende Belastungssituation innerhalb der Familie hat Auswirkungen auf die psychophysische Entwicklung eines Kindes.
- Einer kleineren Anzahl von Kindern gelingt es zugleich erstaunlich gut, auf der Basis ihrer jeweiligen Resilienzen und Schutzfaktoren mit der ungesunden familiären Situation zurechtzukommen und sich ohne besonders gravierende psychische oder sonstige Störungen zu entwickeln.

# Black 1988

Je nach Coping Stil und Temperament können die besonderen Herausforderungen, welchen Kinder in suchtblasteten Familien gegenüber stehen, auch positive Effekte nach sich ziehen:

- Genügsamkeit, Beharrlichkeit, Anpassungsfähigkeit
- Streben nach Anerkennung: sehr gute Schulleistungen trotz enormer Belastung
- ein besonderes Einfühlungsvermögen, soziale Intelligenz, verstehen von Interaktionen, Sensibilität für familiäre Spannungen
- die Ausbildung eines besonderen Sinns für Humor, Unterhaltungstalent.

## Bewältigungsstrategien von Kindern im Spannungsfeld einer suchtblasteten Familie

Wegscheider	Black 1988	Ackermann	Lambrou 1990	Jakob 1991
1988 Held	Verantwortungsbewusste Kind	1987 Macher*in	Macherin	Elternkind PartnerInnenersatzkind
Sündenbock	Ausagierendes Kind	Sündenbock	Sündenbock	Schwarzes Schaf
Verlorenes Kind	Fügsames Kind	Schweiger*in	Unsichtbares Kind	
Clown	Friedensstifter	Maskottchen	Maskottchen	Nesthäkchen
		Chamäleon	Chamäleon	
		Distanzierte Übererwachsene		

# 1. Held

**Ziel:** Entlastung und Unterstützung

## Merkmale der Strategie:

- oft das älteste Kind
- hohes Maß an Selbstständigkeit
- sehr leistungsorientiert
- überverantwortliche Fürsorge gegenüber jüngeren Geschwistern
- Parentifizierung
- Gesprächspartner des nicht trinkenden bzw. des gesunden
- Elternteils Ablenkung von der elterlichen Beziehungsproblematik
- äußert nur positive Gefühle
- Schutz vor der bedrohlich erscheinenden Außenwelt

## Stärken/Ressourcen:

- hohes Maß an sozialer Kompetenz und Selbstständigkeit
- erfolgreich durch hohe Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft
- Verantwortungsbewusstsein
- ausdauernd, kreativ, hilfsbereit, flexibel

## Konsequenzen:

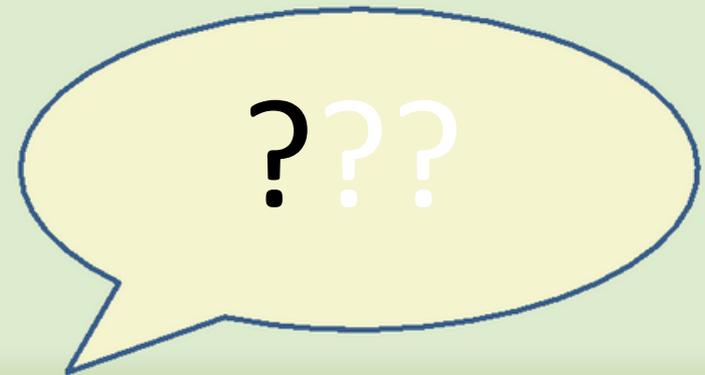
- starkes Bedürfnis zu kontrollieren und zu manipulieren
- kann nicht „nein“ sagen
- hat das Empfinden, nicht zu genügen; fühlt sich unzulänglich
- kann schwer Misserfolge und Fehler ertragen
- hat Schuldgefühle und ein geringes Selbstwertgefühl
- kann keinen Spaß empfinden und sich nur schwer entspannen
- als Erwachsene/r in Gefahr psychosomatisch zu erkranken
- sucht sich mitunter abhängige bzw. psychisch instabile Partner\*in

## Professionelle Begleitung:

- Integration in Gruppen Gleichaltriger
- ausgewogene Tagesgestaltung
- Möglichkeiten ihren Wünschen und Bedürfnissen nachzugehen
- lernen, Verantwortung abzugeben und „nein“ zu sagen
- erfahren, dass Zuwendung und konstante Beziehung nicht an Leistung gebunden sind
- Fehler sind erlaubt
- Akzeptanz von Phasen der Rebellion
- Angebote, sich nach Belastungsphasen entspannen zu können

*Gibt es Fragen zu dieser Bewältigungsstrategie?*

*Haben Sie Beispiele aus Ihrem Alltag mit den Kindern ?*



## 2. Sündenbock

Ziel: Spannungsreduktion–Schutz–Aufmerksamkeit

Merkmale der Strategie:

- bei der Geburt eines später geborenen Kindes - „positive“ Rolle Held besetzt
- durch anfänglichen Rückzug bzw. Feindseligkeit und Abwehr immer auffälliger
- sichert sich mit zunehmendem Alter durch ein eher rebellisch bis delinquentes Verhalten bzw. durch Schulschwierigkeiten oder Unfälle zumindest negative Aufmerksamkeit
- „beschäftigt“ die Eltern in ihrer Rolle als Erzieher
- sie/er wird zum „Ventil“ für negative Gefühle und Spannungen und stoppt durch Nebenschauplätze drohende Konflikt Eskalationen

## Stärken/Ressourcen:

- hohe Frustrationstoleranz und Belastungsfähigkeit
- vermag Energie aufzubringen, indem sie/er Reibungspunkte sucht
- vermag die Aufmerksamkeit der Bezugspersonen auf sich zu ziehen
- kann zur Deeskalation beitragen und damit das System schützen
- hohes Maß an Sensibilität für Spannungen und Gefahren

## Konsequenzen:

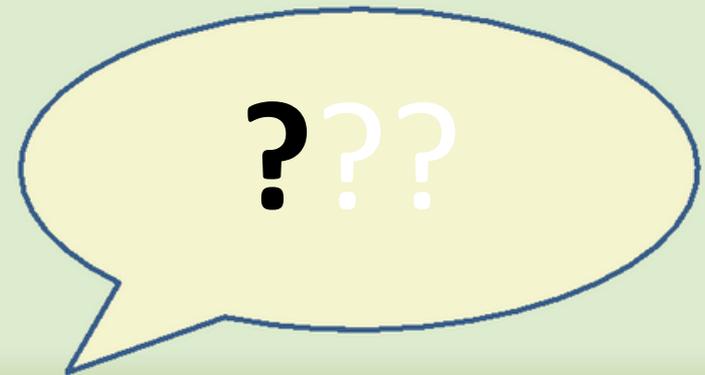
- stetig steigende Tendenz, abweichendes Verhalten zu produzieren
- hat das Empfinden nichts wert und unzulänglich zu sein
- oft verborgene Gefühle von Depression und Resignation, fühlt sich zurückgewiesen und verlassen
- kann bei großer Sehnsucht nach Zuwendung und Zugehörigkeit dennoch Nähe nur schwer oder gar nicht zulassen
- als nonverbale Solidarisierung und Schuldentlastung im Erwachsenenalter mitunter ähnliches Suchtverhalten wie der trinkende Elternteil

## Professionelle Begleitung:

- konstante und transparente Beziehungsangebote
- interaktive Angebote, um Vertrauen in soziale Kontakte zu entwickeln, sowie alternative Problemlösungsstrategien zu erlernen
- Aufgaben, wo sie die Sieger sein können und damit an Selbstwert gewinnen
- vor allem Sportangebote oft ein wertvolles Ventil für die Anspannung und zugleich Chance über den Kampfgeist Erfolge zu erzielen
- Anregungen zur Verantwortungsübernahme

*Gibt es Fragen zu dieser Bewältigungsstrategie?*

*Haben Sie Beispiele aus Ihrem Alltag mit den Kindern ?*



### 3. Verlorene Kind

Ziel: Entlastung– Schutz– Beruhigung

Merkmale der Strategie:

- entzieht sich dem Spannungsfeld durch Rückzug
- lebt in intensiven Tagträumen eine alternative Familienwelt und Wunschvorstellungen
- aus besitzt eine fast schweigsame Position, „driftet und schwimmt“ durchs Leben
- hat den Grundglauben, das im System der beanspruchten Familie kein Platz für sie sei und eigene Bedürfnisse erscheinen sinnlos
- Distanziert sich somit vom familiären Belastungskreislauf und will damit zugleich entlasten
- belohnt sich auch allein, z.B. mit Essen und legt besonderen Wert auf Materielles

## Stärken/Ressourcen:

- vermag sich in Sicherheit zu bringen und hat seine Ruhe
- Kreativität, Phantasie, Erfindungsreichtum, oft spezialisierte Interessen
- kann sich mit sich allein beschäftigen ruhig und unauffällig

## Konsequenzen:

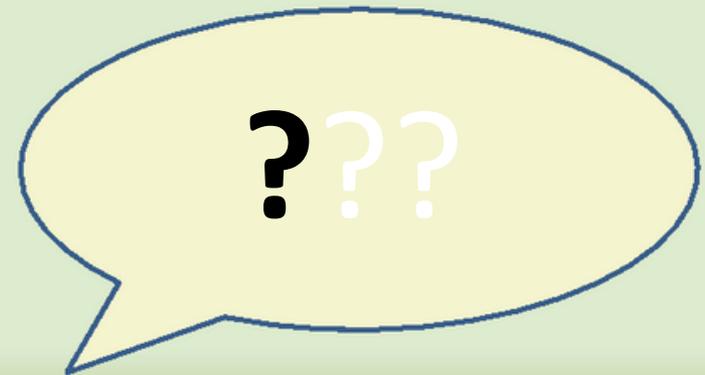
- weitgehend soziale Isolation
- entwickelt wenig soziale Kompetenz, kann nicht „nein“ sagen
- tiefe Gefühle von Einsamkeit, Verlassenheit und Bedeutungslosigkeit
- geringes Selbstwertempfinden und Unentschiedenheit
- wenig Flexibilität und gibt sich von vornherein
- geschlagen darf keine Gefühle haben und zeigen
- hat im Erwachsenenalter keine längeren Bindungen
- Übergewicht aufgrund ihres ungestillten emotionalen Hungers

## Professionelle Begleitung:

- Integration in Kindergemeinschaften vs. Rückzugswünsche ermöglichen
- durch Aufsuchen und Einladen zu Kontakten ins Geschehen der Aufmerksamkeit holen
- aus der Reserve locken, um Stärken sichtbar zu machen
- Angebot von Wirkungsbereichen, wo sie eine größere Erlebnisfähigkeit gewinnen und lernen, sich darüber mitzuteilen
- Selbstwertstabilisierung durch den Erwerb sozialer Kompetenzen
- Übertragung von Aufgaben und Einbindung in Verantwortung

*Gibt es Fragen zu dieser Bewältigungsstrategie?*

*Haben Sie Beispiele aus Ihrem Alltag mit den Kindern ?*



## 4. Clown

Ziel: gute Stimmung -Ablenkung -Erleichterung

Merkmale der Strategie:

- zumeist das zuletzt geborene Kind, das „Nesthäkchen“
- versucht durch Clownerie die latent depressive Grundhaltung der Gesamtfamilie aufzuhellen, um so allen das Leben zu erleichtern
- auf Unbeschwertheit zielendes Verhalten ist oft überzogen und entbehrt der Echtheit
- erscheint als unreifes, z.T. läppisches, inadäquates, nicht berechenbares bzw. verwirrendes Verhalten aber auch niedlich, süß und nett
- Erleichterung und Spannungsabfuhr durch hyperaktives Verhalten
- als „Baby“ wird es in seiner Entwicklung gehindert, bleibt ängstlich und unbeholfen
- in Abhängigkeit an ihre Familie bzw. spätere Helfersysteme gebunden

## Stärken/Ressourcen:

- besondere Fähigkeit Aufmerksamkeit auf sich zu ziehen
- Charme, Humor und Lebendigkeit
- Sorgen für Lockerung und Unterhaltung und damit etwas Entkrampfung in Richtung Beweglichkeit
- Im Kindergarten sehr beliebt

## Konsequenzen:

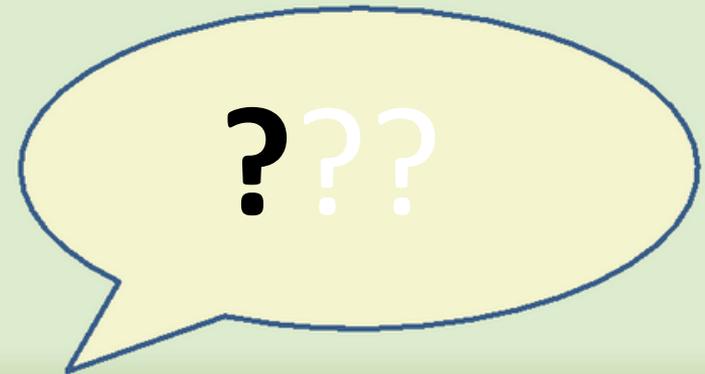
- bekommt keine echte Anerkennung und wird nicht ernst genommen
- erfährt eine eher halb amüsierte und halb abwertende Reaktion, die sie an der Rolle festhalten lässt
- werden oft in Abhängigkeit an Helfersysteme gebunden bzw. entwickeln dependente Beziehungsmuster
- sie haben ein sehr geringes Selbstwertempfinden
- erleben häufig Verlustängste, Unzulänglichkeit, Bedeutungslosigkeit und letztlich Einsamkeit
- kann Stress und soziale Spannungen nicht ertragen

## Professionelle Begleitung:

- konstante Beziehungen gestalten und transparente Grenzsetzen
- durch altersentsprechende Konsequenz soziale Kompetenz fördern
- Selbstständigkeit fördern und damit ein Nachreifen ermöglichen
- in Spannungssituationen beruhigen und alternative Konfliktlösungsmuster anbieten
- schauspielerisches Potential im Freizeitbereich (z.B. Theater spielen) nutzen

*Gibt es Fragen zu dieser Bewältigungsstrategie?*

*Haben Sie Beispiele aus Ihrem Alltag mit den Kindern ?*



# Resilienz

Die kindliche Resilienz steht den benannten Risiken als sehr entscheidender Schutzfaktor gegenüber.

➤ Resilienz kann als ein Gegenpol zur Vulnerabilität verstanden werden.

Wustmann(2004)

Resilienz speziell auf Kinder bezogen ist die Widerstandsfähigkeit der

Psyche

, welche biologischer, psychologischer

entgegen unterschiedlichen Entwicklungsrisiken  
oder psychosozialer Natur sein können.

➤

In ihrer Arbeit benennen Wolin & Wolin (1995) folgende Resilienz fördernde Dimensionen:

- Einsicht
- Beziehung
- Unabhängigkeit
- Initiative
- Kreativität
- Humor

Einsicht: Kinder erfahren und können annehmen, dass sie nicht die Verantwortung haben.

Beziehung: Gesunde Bezugspersonen sind für die Kinder wichtige Modelle für angemessene Verhaltensweisen sowie für die Anwendung von gesunden Bewältigungs- und Problemlösestrategien.

Unabhängigkeit: Z.B. einem Hobby nachgehen zu dürfen, unterstützt die Kinder in ihrer Entwicklung zur emotionalen Unabhängigkeit.

Initiative: Aufgrund ihrer Lebenssituation sind die Kinder nicht nur „Opfer“ der Umstände, sondern durch ihre besonderen Umstände haben sie auch wertvolle Fähigkeiten ausprägen.

Kreativität: Sie benötigen Zeiten, in denen sie die Chance bekommen, völlig Kind zu sein sowie Verpflichtungen und Erwartungshaltungen ablegen zu dürfen.

Humor und Moral: Hinsichtlich des Aufbaus ethischer Prinzipien ist es für die Kinder wichtig, sie in ihrer Moralentwicklung zu unterstützen.

**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit**



**FONTANE-KLINIK®**  
leben neu erleben