

Prosoziales Verhalten lernen

Lieb mit den anderen umgehen

Stellen wir uns vor, wir sind auf einem Spielplatz irgendwo in Südtirol. Ein paar Kinder im Alter zwischen zwei und vier Jahren spielen in der Sandkiste, und die Mütter sitzen in der Nähe auf einer Bank. Während die Kinder ihre Sandkuchen backen, ereignet sich ein kleiner Zwischenfall. Der kleine Martin beißt Elisabeth in den Arm – und zwar so fest, dass man die Abdrücke seiner Zähne sehen kann.

Ein typisches Beispiel für eine Situation, in der Kinder lernen können – und auch Eltern. In diesem Alter müssen Kinder prosoziales Verhalten erst lernen. Sie drücken ihre Wut ganz unmittelbar aus, wenn ihnen jemand ein Spielzeug wegnimmt oder den Sandkuchen zerstört. Die Eltern haben hier natürlich eine wichtige Rolle zu erfüllen. Sie müssen einerseits aggressives Verhalten hemmen und auch Orientierung geben, welche Emotionen in welcher

Form geäußert werden dürfen. Auch etwas anderes, ganz Wesentliches, müssen Kinder in diesem Alter lernen – sich in andere hineinzusetzen – Empathie.

Was kann die Mutter in dieser Situation tun? Auf jeden Fall muss sie unmittelbar handeln und sofort ein Signal setzen, das ausdrückt, dass „Weh tun“ nicht erlaubt ist. Sie kann ihren Buben zur Seite nehmen und ihm z. B. sagen „So kannst du nicht mit dem Mädchen weiterspielen. Du hast Elisabeth sehr weh getan und sie zum Weinen gebracht.“ Damit hat sie ihm erklärt, was vorgefallen ist und welche Wirkung ein bestimmtes Verhalten auf ein anderes Kind hat.

Weiters wird sie ihn aus der Situation nehmen und ihm sagen: „Für die nächsten zehn Minuten bleibst du außerhalb der Sandkiste. Danach kannst du es noch einmal versuchen. Ich möchte, dass du lieb mit den anderen umgehst.“

Diese Maßnahme nennt man „Time-out“. Die Mutter hat das Kind für einen bestimmten Zeitraum vom Spielen mit den anderen ausgeschlossen, damit es lernt, dass sein Verhalten nicht in Ordnung war. Sie sagt ihm aber auch, was sie sich von ihm erwartet und sie gibt ihm Gelegenheit, das richtige Verhalten wieder auszuprobieren. So kann Martin prosoziales Verhalten lernen.

Ganz wichtig dabei ist, dass die Mutter ihre Maßnahmen mit Erklärungen begleitet. Prosoziales Verhalten, es wird auch altruistisches Verhalten genannt, kann und muss gelernt werden! Prosoziales Verhalten heißt helfen, trösten, retten, vor etwas bewahren, aber auch mit anderen teilen, sich für jemanden einsetzen und jemanden verteidigen.

Untersuchungen zeigen, dass prosoziales Verhalten schon bei Zweijährigen beob-



Mag. Mag. Manuela Oberlechner

Psychologin, Trainerin, Begründerin
www.family-support.net

achtet werden kann, vor allem wenn die Mütter nicht nur intellektuell reagieren, sondern auch emotionale Betroffenheit zeigen, d. h. den Schmerz oder die Traurigkeit benennen und wenn sie überdies mit Nachdruck darauf bestehen, dass das Kind sich rücksichtsvoll verhält.

Wenn es gelingt, schon sehr früh aggressives Verhalten durch alternative prosoziale Verhaltensweisen zu ersetzen, sind die Chancen sehr gut, dass sich dieses Verhalten auch festigt.

Neutrale Erklärungen, wie „Sabine weint, weil du sie umgestoßen hast“, haben kaum einen Effekt hinsichtlich des Lernens von prosozialem Verhalten.

Was ebenfalls nachgewiesen werden konnte, ist der Zusammenhang zwischen auffallend niedrigen Anteilen an prosozialem Verhalten beim Kind und mütterlichem Verhalten, das von einer Vielzahl NICHT BEGRÜNDETER Verbote wie „Jetzt lass das!“ „Hör auf damit!“ gekennzeichnet war. Vielfach sind das die leider missglückten Versuche, dem Kind ein Verhalten abzugewöhnen. Eltern müssen also vorleben, erklären UND Maßnahmen setzen!



Eltern müssen einerseits aggressives Verhalten bei Kindern hemmen und auch Orientierung geben, welche Emotionen in welcher Form geäußert werden dürfen.

Foto: gms