

## Aggressionen und Gewalt

Es ist ganz natürlich, dass Kinder sich von Zeit zu Zeit streiten und es auch zu körperlichen Auseinandersetzungen kommt. Wenn Kinder rangeln oder sich schlagen, besteht auch immer die Gefahr, dass sie sich wehtun oder sogar verletzen. Bei Kindern, welche oft ein aggressives Verhalten zeigen, besteht die Gefahr, dass sie mit der Zeit sozial ausgegrenzt und von anderen Kindern gemieden werden. *Aggressive Verhaltensweisen* reichen von Streitereien, Hänseleien, rücksichtslosem und wildem Verhalten beim Spielen, Zerstören von Gegenständen bis hin zu Prügeleien. Kinder müssen lernen, ihre Frustration und ihren Willen nicht durch aggressives Verhalten auszudrücken, sowie ihre Aggressionen zu kontrollieren. Um aggressives Verhalten einzudämmen ist es wichtig, dass die Erwachsenen den Kindern und Jugendlichen klar vorleben und vermitteln, welche Verhaltensweisen in welchen Situationen angemessen sind. Sie sollen erfahren, dass es geeignetere Strategien gibt um ihre Bedürfnisse oder Gefühle auszudrücken.

### 1. Aus welchen Gründen können Kinder und Jugendliche aggressive Verhaltensweisen zeigen?

Kinder und Jugendliche reagieren oft aggressiv, wenn die Dinge nicht so laufen, wie sie es gerne hätten. Aggressives Verhalten kann sich aus unterschiedlichen Motiven ergeben wie beispielsweise:

- **Abbau innerer Spannungen:** Unverarbeitete Eindrücke und Erlebnisse, überfordernde Gefühle wie Angst, Wut, Trauer oder Verzweiflung können durch aggressive Verhaltensweisen abgebaut werden.
- **Suche nach Kontakt und Aufmerksamkeit:** Gewisse Kinder/Jugendliche sind gar nicht in der Lage, anders als in aggressiver Form Kontakt aufzunehmen. Sie rempeln beispielsweise andere an, suchen aber eigentlich positiven Kontakt, dadurch ernten sie aber Ablehnung.
- **Grenzauslotung:** Ein Kind/Jugendlicher will seinen Verhaltensspielraum explorieren. Es stellen sich ihm Fragen wie, welches ist meine Stellung in der Gruppe? Kann ich mich durchsetzen? Wer ist der Stärkere?
- **Besitzansprüche anmelden:** Gewisse Kinder/Jugendliche sind es sich gewohnt, eigene Bedürfnisse auf eine aggressive Art anzumelden und nehmen sich einfach was sie wollen.
- **Verteidigung:** Ein Kind/Jugendlicher fühlt sich angegriffen und setzt sich zur Wehr.
- **Gezielte Peinigung:** Um das eigene Selbstvertrauen aufzupolieren werden andere gezielt ausgegrenzt oder unterdrückt.

### 2. Welche Rahmenbedingungen begünstigen aggressives Verhalten?

- **Lernen durch Nachahmung:** Es kann eine Vorbildwirkung haben, wenn Kinder/Jugendliche ein erfolgreiches aggressives Auftreten bei anderen Menschen beobachtet haben. Damit wird Gewalt als legitimes Mittel erlebt, um eigene Ziele zu erreichen.
- **Lernen durch Erfolg:** Nicht nur durch Beobachtung, auch durch eigene Erfahrungen lernen Kinder/Jugendliche, wann es sich lohnt, aggressiv zu sein. Aggressive Kinder finden beispielsweise Beachtung oder erleben ein Gefühl von Stärke und Macht.
- **Frustration:** Subjektiv empfundene Ungerechtigkeiten, Konkurrenz, Überforderung, verunsichernde Lebenserfahrungen wie Armut, geringe berufliche Chancen, Trennung der Eltern oder der Verlust von nahe stehenden Personen können zu einem Gefühl der Ohnmacht oder Rachegehlüsten führen.
- **Gruppendynamik:** Gruppendruck, die Identifikation innerhalb der Gruppe oder das Bestreben, die eigene Position innerhalb der Gruppe zu festigen, können zu aggressivem Verhalten verleiten.

### 3. Was kann man gegen aggressives Verhalten tun?

- **Stellung beziehen:** Wichtig ist es, dass die Erwachsenen aggressives Verhalten nicht ignorieren und tolerieren, sondern hinschauen, es wahrnehmen und darauf reagieren. Es gilt Gewalt klar zu verurteilen, ohne jedoch voreilige Schuldzuweisung zu machen.
- **Regeln aufstellen und überprüfen:** Kinder und Jugendliche brauchen Grenzen. Diese sollen in Form von wenigen klaren und einfachen Verhaltensregeln festgehalten werden. Die Einhaltung der Regeln muss kontrolliert werden und Verstösse dagegen müssen Konsequenzen nach sich ziehen, welche zuvor transparent gemacht wurden. Die Regeln sollten schriftlich festhalten (Plakat, Verträge usw.) und alle Betroffenen müssen über die Regeln orientiert sein. Die Regeln können regelmässig überprüft und wenn nötig angepasst werden.
- **Gespräche führen:** Mit den Betroffenen direkt reden, nicht über sie reden. Dabei sollten folgende Gesprächsregeln beachtet werden:
  - Die Gesprächsleitung bestimmt die Reihenfolge der Sprechenden.
  - Jedes Kind/ jeder Jugendliche kommt zu Wort.
  - Man lässt einander ausreden und man wird nicht unterbrochen.
  - Vorerst findet keine Wertung oder Schuldzuweisung durch die Gesprächsleitung statt.
  - Gesprächspunkte: Was ist passiert? Was ging voraus? Was war der Grund? Was habe ich getan?
- **Bedürfnisse verstehen:** Aggressives Verhalten meldet oft ein Bedürfnis an. Dies kann beispielsweise ein Bedürfnis nach Schutz, Kontaktaufnahme, Stärkung des Selbstwertes oder Abwendung von frustrierenden Erlebnissen sein. Es ist wichtig zu verstehen, welches Bedürfnis hinter einem aggressiven Verhalten steht.
- **Lösungen suchen und auswählen:** Gemeinsam mit allen Betroffenen (Kinder, Jugendliche und Erwachsene) können verschiedene Vorschläge für Lösungen gesucht werden. Dabei kann es hilfreich sein, wenn man weiss, warum ein Kind/Jugendlicher sich aggressiv verhält. Man kann aber auch nach Lösungen suchen ohne dieses Wissen. Die verschiedenen Lösungsvorschläge sollen bewertet werden und danach wird eine Lösung ausgewählt, welche man umsetzen will. Für Kinder und Jugendliche ist es wichtig, dass sie konkrete und überprüfbare Handlungsstrategien erhalten, wie sie sich in einer kommenden, ähnlichen Situation angepasst verhalten sollen. Diese neuen Verhaltensweisen können konkret eingeübt werden (z.B. Rollenspiele, Nachsprechen...).
- **Verstärken von wünschenswertem Verhalten:** Es ist sehr wichtig, dass Kinder und Jugendliche auch Beachtung erhalten, wenn sie erwünschte Verhaltensweisen zeigen, insbesondere wenn sie neue Verhaltensweisen einüben müssen. Loben sie beispielsweise ein Kind, wenn es ausdauernd und kooperativ mit anderen Kindern gespielt oder eine Aufgabe bearbeitet hat. Anerkennen sie die Bemühungen eines Jugendlichen, welcher seinem Frust nicht durch aggressives Verhalten Luft gemacht hat. Verstärkerpläne können dabei helfen
- **Umfeld einbeziehen:** Gewaltprobleme können häufig nur in enger Zusammenarbeit mit Personen und Institutionen aus dem Umfeld der Betroffenen angegangen und gelöst werden. Es kann sehr hilfreich sein, wenn beispielsweise andere Eltern oder nahe Bezugspersonen, andere Lehrpersonen, der Hauswart, die Nachbarn, Fachstellen (z.B. Schulsozialarbeit, Elternberatung, Schulpsychologischer Dienst etc.) oder Behörden mit einbezogen werden.

Quellen:

- Aggression und Gewalt unter Schülerinnen und Schülern, Merkblatt des Instituts Weiterbildung und Beratung Abteilung Aargau.
- Triple P Kleine Helfer, Institut für Familienforschung und Familienberatung, Universität Fribourg.
- Gewalt in der Schule, Merkblatt für Volksschulen und Gemeinden der Erziehungsdirektion des Kantons Bern