Was hinter aggressivem Verhalten stecken kann.

Aggression als Signal – nicht als Persönlichkeit.

Matteo Lencioni · Pädagoge, Systemischer Berater, Psychologe · 20 Jahre Einrichtungsarbeit · Kinder- und Jugendhilfe Bayern

Aggressive Kinder machen Angst. Sie beschämen Eltern, überfordern Lehrkräfte und polarisieren Systeme. Was dabei oft übersehen wird: Aggression ist fast immer Kommunikation. Die lauteste, die ein Kind gerade hat.

Aggression ist kein Charakterzug, den man wegerziehen muss. Sie ist die Notlösung eines Kindes, das keine bessere Sprache für seine Not gefunden hat.

> *„Ein Kind, das schlägt, schreit oder zerstört, sagt damit etwas – nur noch nicht mit Worten.“*

Die häufigsten Ursachen

1 **Überwältigende Hilflosigkeit**
Das Kind fühlt sich machtlos. Aggression gibt kurzfristig das Gefühl von Kontrolle zurück.

2 **Ungelebte Emotionen**
Trauer, Angst, Scham – ohne sicheren Ausdruck kommen sie als Wut heraus.

3 **Fehlende Emotionsregulation**
Kinder lernen Regulation durch Beziehung. Wer das nie gelernt hat, kann sich nicht selbst beruhigen.

4 **Traumatische Erfahrungen**
Trauma aktiviert dauerhafte Alarmbereitschaft. Das Gehirn reagiert auf neutrale Reize wie auf Bedrohung.

5 **Modelllernen**
Kinder lernen Konfliktlösung durch Beobachtung. Was sie sehen, wird zur Norm.

6 **Fehlende Grenzen**
Wird Aggression belohnt – durch Nachgeben, Aufmerksamkeit, Vermeidung von Konsequenzen – verstärkt sie sich.

Kurzfristig – im Moment

→ Sicherheit herstellen. Abstand. Keine Gegenwut.

→ Kurze Sätze: „Ich bin hier. Ich warte.“ Kein Verhör.

→ Nach der Eskalation: Nähe anbieten. Kein Vorwurf.

Langfristig – was verändert

→ Emotionen benennen lernen: „Ich sehe, dass du wütend bist.“

→ Alternative Ausdruckswege üben: Kissen, Sport, Worte.

→ Verbindung investieren: tägliche Momente ohne Anforderungen.

→ Wenn Aggression sich gegen Personen richtet: Fachhilfe.

Aus der Krisenintervention und Arbeit mit traumatisierten Kindern weiß ich: Hinter der lautesten Aggression steckt oft die größte Hilflosigkeit.

Reflexionsfragen

1. In welchen Situationen tritt die Aggression am häufigsten auf?

. . . . . .

2. Was passiert danach – wie reagiert die Umgebung auf das Verhalten?

. . . . . .

3. Was könnte dein Kind gerade fühlen, wenn es eskaliert?

. . . . . .

Das könnte Sie auch interessieren

→ **Wenn dein Kind ständig ausrastet** – Die Phasen der Eskalation begleiten.

→ **Wenn Wut eskaliert** – Was im Gehirn passiert.

→ **Was Kinder in Krisen wirklich brauchen** – Sicherheit, Beziehung, Orientierung.

Weiterlesen & vertiefen

→ **Buch:** „Kinder sehen, die sonst niemand sieht“

→ **Workbook:** „Starke Wurzeln“ – das Begleitheft zur Praxis

Fachberatung & Begleitung

Einzelberatung, systemische Fallbegleitung und Krisenintervention für Eltern und Fachkräfte – konkret, klar, anwendbar.

www.matteo-lencioni-beratung.de