



Montréal



Canadian fast food!

*Aggression ist weder eine
Charaktereigenschaft noch ein
Bedürfnis. Sondern eine
Reaktion darauf, dass eine
Grenze überschritten wurde.*

Bei Phillippe, 16, passiert das immer wieder. Oft genügt eine Bemerkung, ein Blick. «Dann spüre ich, wie die Hitze in mir aufsteigt», sagt der Zehntklässler. «Es brodeln, bis es explodiert.» Dann schlägt Phillippe zu. Meist gegen eine Tür oder eine Wand. Manchmal auch gegen andere Jugendliche.

Phillippe ist kein Einzelfall. 2014 gaben rund 16 Prozent der Teilnehmer einer Gewalt-Studie der Universität Zürich und der ETH Zürich an, Opfer von Gewalt geworden zu sein. Der Bundesratsbericht «Jugend und Gewalt» von 2015 kommt zum Schluss, dass im Kanton Zürich fast jeder Dritte in einem Zeitraum von anderthalb Jahren schon einmal Opfer von Gewalt wurde – und jeder Fünfte hat in diesem Zeitraum Gewalt ausgeübt.

Woran liegt das? Wie viel Aggression ist normal? Was muss man als Eltern aushalten, wann soll man einschreiten? Und wie?

**Ein Wechselspiel aus Anlage
und Umwelteinflüssen**

Begibt man sich auf Ursachensuche danach, was Kinder wie Phillippe aggressiv macht, wird schnell klar: Es sind nicht die Gene oder die Erziehung oder die Medien – es ist eine Kombination aus allem. «Gene per se können kein Verhalten vorbestimmen», schreibt der deutsche Hirnforscher Gerhard Roth in einem seiner Werke. Entscheidend sei das Wechselspiel mit den Lebensumständen. Auffällig ist, dass viele >>>

Sigmund Freud, Begründer der Psychoanalyse, schrieb 1932 in einem Brief an Albert Einstein: «Die Tötung des Feindes befriedigt eine triebhafte Neigung.» Freuds Theorie: Aggression ist ein Trieb, ein menschliches Bedürfnis. Dies hat die moderne Neurologie mittlerweile widerlegt. In seinem Buch «Schmerzgrenze – Vom Ursprung alltäglicher und globaler Gewalt» nennt der deutsche Neurobiologe Joachim Bauer die Theorie von Freud gar «den grössten Flop der Psychoanalyse».

Aggression ist zwar ein angeborenes Verhaltensprogramm. Aber «psychisch gesunden Menschen, die nicht provoziert wurden, ist es zuwider, anderen Leid zuzufügen», schreibt Bauer. Aggression sei weder eine Charaktereigenschaft noch ein Bedürfnis, sondern eine Reaktion. Eine Reaktion darauf, dass die individuelle Schmerzgrenze eines Menschen überschritten wurde.





«Ich möchte nicht mehr so schnell aggressiv werden, ich möchte mehr Kontrolle über mich», sagt Phillippe, 16.

>>> Kinder, die schnell aggressiv reagieren, gleichzeitig sehr sensibel sind. «Ich bin anders als andere», sagt Phillippe über sich. «Ich kann mich total über Sachen freuen, bei denen meine Kollegen nur die Schultern zucken.»

Der offensichtlichste Auslöser von Aggression ist körperlicher Schmerz: Wer geschlagen wird, schlägt zurück. Wenn sich nun aber «die durch den Schmerz hervorgerufene Aggression nicht gegen die Schmerzsache selbst richten kann, richtet sie sich oft gegen beliebige, zufällig anwesende Artgenossen», so der Neurowissenschaftler Joachim Bauer. Wird ein Kind von einem

Der offensichtlichste Auslöser für Aggression ist körperlicher Schmerz: Wer geschlagen wird, schlägt zurück.

älteren Kind attackiert, gegen das es sich nicht wehren kann, richtet sich seine Aggression nicht gegen den Aggressor, sondern eventuell gegen ein kleineres Kind – das kann an einem anderen Ort und zu einem anderen Zeitpunkt geschehen. So entsteht schnell der Eindruck, >>>

Bild: Sophie Steiger / 13 Photo

«Wenn mich einer provoziert, verliere ich die Kontrolle»

Phillippe, 16, geht in die zehnte Klasse. Er schlägt immer wieder zu und verletzt dabei andere und sich selbst.

«Wenn ich wütend werde, schlage ich. Meistens gegen die Wand oder eine Tür. Dabei habe ich mir auch schon Knochen gesplittert, aber nichts Tragisches. Der Schmerz erleichtert mich, ich werde mit jedem Schlag ruhiger. Ich habs auch schon mit einem Boxsack versucht, aber wenn ich keinen Schmerz spüre, macht mich das nur noch aggressiver.

Ich habe auch schon andere verletzt. Kürzlich hat sich einer bei einer Rangelei die Rippe gebrochen. Das wollte ich nicht, und ich habe mich total schlecht gefühlt, als ich ihn blutend am Boden liegen sah. Ich will mich eigentlich nicht prügeln, aber wenn mich einer provoziert, verliere ich die Kontrolle. Der Typ hat etwas Blödes gegen meinen Cousin gesagt. Dessen Vater – mein Onkel – ist vor einiger Zeit gestorben. Das hat mich sehr mitgenommen. Wenn jemand in dieser Situation über deine Familie pöbelt, flippst du aus, ist doch klar. Alle sagen, ich solle dann einfach davonlaufen. Aber das kann ich nicht. Das hat etwas mit Stolz zu tun.

Früher war ich auch zu meinen Eltern respektlos und es gab viel Streit zu Hause. Irgendwann merkte ich aber, dass ich ihnen eigentlich sehr viel verdanke und sie mir sehr viel geben. Wir waren einmal zusammen in Thailand in den Ferien, das war am Allerschönsten, sehr harmonisch. Wir haben

viel zusammen unternommen und ich fühlte zum ersten Mal, dass ich irgendwo richtig dazugehöre. Seither klappt es besser daheim. Auch wenn mein Vater und ich immer noch häufig aneinandergeraten. Er zockt oft am Computer und unternimmt fast nichts mit mir. Das fehlt mir. Wenn ich mich geprügelt habe, sagt er, ich sei ein Löli.

Seit etwa zwei Jahren gehe ich regelmässig zum Sozialarbeiter. Hier sagt mir niemand, ich sei ein Löli. Ich kann erzählen, ohne dass jemand über mich urteilt. Ich glaube, ich bin schon ruhiger geworden, auch wenn ich weiss, dass ich noch viel lernen muss. Ich muss gewisse Verhaltensmuster ablegen, um Neues lernen zu können. Ich möchte mehr Kontrolle über mich, möchte nicht mehr so schnell aggressiv werden. Aber das ist halt nicht so einfach, wenn man schon immer so war.

Ich glaube, ich bin einfach anders als andere, emotionaler, sensibler. Ich nehme vielleicht mehr auf. Auf der anderen Seite kann ich mich nämlich auch viel mehr über Dinge freuen als andere. Zum Beispiel über ein Weihnachtsgeschenk. Da habe ich schon geweint vor Freude.

Was mich glücklich macht? Zeit mit meinem Cousin und meinem besten Freund zu verbringen. Er geht aufs Internat und ich sehe ihn nicht sehr oft. Aber er ist immer für mich da, wenn ich ihn brauche. Und mein Training. Der Kampfsport gibt mir unendlich viel. Mein grösster Traum ist es, einmal Trainer zu werden. Dafür müsste ich ein Vorbild sein für die Kids. Mir ist klar, dass ich das nicht bin, wenn ich zuschlage. Deshalb hoffe ich, dass ich das irgendwann in den Griff kriege.»

>>> das schlagende Kind sei «aus dem Blauen heraus» aggressiv.

Die Schmerzzentren des Gehirns reagieren aber nicht nur auf physischen, sondern auch auf psychischen Schmerz. So fand die amerikanische Hirnforscherin Naomi Eisenberger

heraus, dass soziale Zurückweisung, Ausgrenzung, Verachtung oder Ungerechtigkeit gleich wahrgenommen werden wie körperlicher Schmerz. Der verachtende Blick, der Phillippe trifft, oder die ungerechte Bemerkung löst bei ihm das Gleiche aus wie ein Schlag gegen den Körper.

Jeder fünfte Anruf, der beim Schweizer Elternnotruf eingeht, kommt von Müttern oder Vätern, die Angst vor ihren Kindern haben.

Aggression ist immer ein Appell

Psychische Grenzüberschreitungen gibt es überall: in der Schule, in der Freizeit, auf dem Spielplatz. Und in der Familie. Dort hat sie besonders verheerende Konsequenzen. «Kinder, die keine zuverlässige Bindung zu ihren Bezugspersonen haben, und für die nie jemand Zeit hat, >>>

Bild: Adam Burn / Plainpicture

Wenn Kinder ihre Eltern schlagen

Vor zwei Jahren rief Elternnotruf Schweiz das Beratungsangebot «Dranbleiben» ins Leben. Es richtet sich an Eltern, die sich von ihren Kindern bedroht fühlen. «Parent Battering» nennt sich dieses Phänomen. Doch wer sind die Täter und wer die Opfer?

Das 9-jährige Mädchen, das seiner Mutter in voller Absicht das Gesicht blutig kratzt; der 13-Jährige, der die ganze Wohnung für sich in Anspruch nimmt und sich weigert, zur Schule zu gehen; die 17-Jährige, die als Druckmittel den Vater der sexuellen Belästigung bezichtigt – das sind nur drei Fälle von vielen, in denen sich Eltern im vergangenen Jahr beim Elternnotruf gemeldet und das Beratungsangebot «Dranbleiben» in Anspruch genommen haben.

Gut 20 Prozent der Anrufe, die beim Elternnotruf eingehen, kommen mittlerweile von Müttern und Vätern, die Angst vor ihren Kindern haben. «Man geht davon aus, dass in

jeder zehnten Familie Eltern schon einmal körperlich von einem Kind angegriffen wurden. Und wir reden hier nicht von Kleinkindern, die durch Schlagen oder Haarereissen ihre negativen Emotionen körperlich ausdrücken», sagt Britta Went vom Elternnotruf. Es geht um Kinder, die bewusst Druck sowie verbale und körperliche Gewalt anwenden, wenn ihnen etwas nicht passt.

Laut US-Studien sind gut 14 Prozent der Eltern von «Parent Battering» betroffen. Eine Untersuchung der Technischen Universität Darmstadt spricht von 16 Prozent aller 14- bis 17-Jährigen, die verbale, psychische oder physische Gewalt gegen ihre Eltern ausüben. Ab 18 Jahren sinkt dieser Anteil auf 5,2 Prozent, dafür werden die Gewalttaten schwerer.

Die meisten Täter vermissen Klarheit und Liebe in der Erziehung

Gemäss einer Studie der amerikanischen Brigham Young University sind 57 Prozent der Attacken auf die eigenen Eltern körperlich. 82 Prozent richten sich gegen Mütter – fünfmal mehr als gegen Väter –, am meisten betroffen sind Alleinerziehende. 11 Prozent der Kinder sind unter 10 Jahren. Was das Alter angeht, gibt es allerdings unterschiedliche Aussagen. Laut US-Studien gehen am häufigsten die

15- bis 17-Jährigen auf ihre Eltern los, kanadischen Untersuchungen zufolge sind es eher die 12- bis 14-Jährigen.

Unter den Betroffenen sind Familien mit Migrationshintergrund genauso oft vertreten wie Schweizer Eltern, niedrig Qualifizierte genauso oft wie gut ausgebildete Eltern aus sozioökonomisch starken Schichten. «Was die meisten Opfer verbindet, ist ein Erziehungsstil, bei dem eine klare und liebevolle Führung fehlt und das Kind somit zu wenig Halt und Orientierung bekommt», so Britta Went. «Oft haben diese Kinder von klein auf alles bekommen, was sie sich wünschen, und die Eltern haben den Überblick verloren.»

Dieser Begriff wird häufig mit dem gleichnamigen Konzept des israelischen Autors und Professors der Psychologie Haim Omer von der Universität in Tel Aviv in Verbindung gebracht. Er sieht die veränderten sozialen Bedingungen als einer der Gründe, warum Eltern vermehrt das Ziel von kindlichen Aggressionen werden, gegen die sie sich kaum mehr wehren können. «Eltern sollen heute ihre Kinder gestalten, nicht bloss erziehen. Das ist nichts Schlechtes, macht die Erziehung aber um einiges schwieriger», sagt Omer. Er setzt der traditionellen Autorität von Eltern, die auf Distanz, Kontrolle, Gehorsam



und strikter Hierarchie basiert, die «neue Autorität» entgegen, welche auf Nähe und entschlossene elterliche Präsenz setzt.

Viele Eltern holen zu spät Hilfe

Das bedeutet zum Beispiel, dass Mütter und Väter Grenzen setzen, bei deren Überschreiten Konsequenzen folgen. Dass sie sich nicht auf Diskussionen einlassen, sondern klar äussern, wenn etwas inakzeptabel ist – und dass sie dem Kind dabei klarmachen, dass man das tut, weil die Tochter oder der Sohn einem eben nicht egal ist. Aus dieser Präsenz leitet Omer ein konkretes Programm ab, das betroffenen Eltern helfen soll. Es nennt sich «Der gewaltlose Widerstand» (siehe Box S. 26) Auf dieser Haltung beruht auch das Programm «Dranbleiben» des Elternnotrufs.

«Vorzeichen, dass etwas ausser Kontrolle geraten könnte, zeigen sich meist schon sehr früh», sagt Haim Omer. Dem pflichtet Britta Went bei: «Schon 4-Jährige greifen ihre Eltern an oder versuchen, sie zu erpressen. Einmal rief eine alleinerziehende Mutter an, deren kleiner Sohn immer, wenn ihm etwas nicht passte, aufs Sofa stieg und Salz ausleerte – sie hatte regelrecht Panik vor dieser Situation.» Die meisten Eltern warten viel zu lange, bis sie Hilfe holen. Zum einen, weil sie dem

Nachwuchs bis zu einem gewissen Alter noch körperlich überlegen sind, zum anderen aus purer Scham. Britta Wents Appell an Eltern, die fürchten, die Kontrolle über ihr Kind zu verlieren: «Je früher man sich Hilfe holt, desto eher kann eine problematische Entwicklung gestoppt werden.» Viele Eltern erhoffen sich vom Elternnotruf ein Patentrezept, das sofort funktioniert. Sie muss Brent enttäuschen: «So geht das leider nicht. Aber es ist auf jeden Fall bedeutend einfacher, wenn sich nicht bereits eine Spirale aus seelischer und/oder körperlicher Gewalt entwickelt hat, aus der alle nicht mehr so leicht herauskommen.»

Ziel des Projekts «Dranbleiben» sei es, die Eltern zu befähigen, aus der familiären Gewaltspirale auszusteigen, wieder handlungsfähig zu werden und der Gewalt ihres Kindes gewaltlos und zugleich wirkungsvoll entgegenzutreten. In einem Erstgespräch legen Fachpersonen des Elternnotrufs daher die zu erreichenden Ziele mit den Eltern fest. Weitere Beratungsgespräche folgen.

Viele Eltern reagieren auf verbale oder physische Attacken ihrer Kinder, indem sie sich in Auseinandersetzungen hineinziehen lassen. Sie diskutieren, drohen, schreien. «Das führt immer wieder zur Eskalation», so Haim Omer. «Je öfter das passiert, je länger das

andauert und je älter das Kind wird, desto feindseliger wird die Atmosphäre zu Hause.» Ein klares Nein sei besser als verbales Tausziehen und gehöre auch gemäss der «neuen Autorität» zu den elterlichen Pflichten, sagt Omer. Belohnen und Strafen steht der Psychologieprofessor kritisch gegenüber – «sie beschleunigen solche Gewaltspiralen in den meisten Fällen.» Sie seien allerdings in keiner Gesellschaft ganz auszuschliessen. «Die Erziehung darf aber nicht ausschliesslich darauf basieren, sonst wird es kontraproduktiv», so der Autor.

Strafen und Loben sind kontraproduktiv

Weder Haim Omer noch Britta Went halten zum Beispiel Handyentzug für eine adäquate Erziehungsmassnahme, wenn Kinder verbal oder physisch «ausflippen». «Das löst kein einziges Problem», sagt Britta Went. Im Falle des 13-Jährigen, der nicht zur Schule wollte, riet sie allerdings dazu, während der Schulzeit das Internet abzustellen: «Ausserdem sollte man das Kind auf keinen Fall krankmelden, sondern der Schule sagen, was los ist.»



Über Sozialarbeiter
Christian Zbinden
sagt Phillippe: «Er
hört mir zu, ohne
mich zu verurteilen.
Das ist gut.»

>>> leben im Zustand der Ausgrenzung», sagt Joachim Bauer. Aggressives Verhalten bei Kindern sei immer ein Appell – im Falle eines chronisch aggressiven Kindes die Botschaft, sich ihm zuzuwenden, Zeit mit ihm zu verbringen. Sein Vater, sagt Phillippe, verbringe seine Zeit lieber mit Zocken am Computer als mit ihm.

Unser Gehirn reagiert nicht nur auf das eigene Erleben von körperlichem und seelischem Schmerz, es reagiert auch, wenn wir beobachten, wie er anderen zugefügt wird. Dies

Kinder, die keine zuverlässige Bindung zu ihren Bezugspersonen haben, leben im Zustand der Ausgrenzung.

gilt nicht nur für das reale Leben, sondern auch für das virtuelle. «Eltern haben oft keine Ahnung, was ihre Kinder online so treiben», sagt Monika C., seit 15 Jahren Lehrerin, «welche Videos sie anschauen, >>>

«Kinder sind heute nicht aggressiver als früher»

Christian Zbinden ist seit acht Jahren Schulsozialarbeiter an der Primar- und Sekundarschule Oensingen SO. Er sagt, «Kämpfli» auf dem Pausenplatz sollten nicht unterbunden werden.

«Zu mir kommen Kinder im Alter von 6 bis 17 Jahren. Manche von sich aus, andere werden von den Eltern oder Lehrpersonen geschickt. Das muss immer mit der Zustimmung der Kinder passieren, sonst erreicht man gar nichts. Ich glaube nicht, dass Kinder und Jugendliche heute aggressiver sind als früher. Die Wahrnehmung ist einfach anders, durch die Medien verbreitet sich vieles schneller.

Verhalten sich jüngere Kinder aggressiv, geht es sehr oft darum, dass sie sich unverstanden fühlen. Einige reagieren sehr heftig. Ich habe gerade einen Zweitklässler, der regelmässig zu mir kommt, weil er andere schlägt. Er hat kein Deutsch gesprochen, bis er in die Schule kam. Da gibt es rein sprachlich einige Missverständnisse. Meist äussern sich diese physischen Aggressionen in einem Klaps hier oder einem Gingg dort.

Kinder sehen oft die Grenzen nicht – die Erwachsenen um sie herum aber auch nicht: Schon spielerische Kämpfli auf dem Pausenplatz werden oft unterbunden. Dabei sollten Kinder aus ihnen lernen: Wo sind die Grenzen? Findet der andere das noch lustig? Wann ist es an der Zeit, aufzuhören? Wenn Erwachsene bei jedem Pikser einschreiten, lernen Kinder, dass sie durch Gewalt Aufmerksamkeit bekommen, und machen das immer wieder.

Wenn Jugendliche bei mir «landen», geht es sehr oft um Mobbing. Dabei ist es nicht meine Aufgabe, mich auf die Seite des Opfers zu stellen, sondern zu schauen, dass es allen Beteiligten einigermassen gut geht. Ich versuche, das Ganze möglichst ohne Anschuldigungen aufzulösen. Um dem gemobbten Kind zu helfen, brauche ich die Mithilfe von Opfer, Täter, Mitläufern und Mitwissern. Der Täter muss dabei nicht im Fokus stehen, aber man muss ihn und andere sensibilisieren und das Geschehen benennen, damit man etwas ändern kann.

An dieser Stelle möchte ich einen Appell an Eltern von Mobbingopfern richten: Seid wachsam, hört den Kindern zu, nehmt sie ernst – aber bitte schreitet nicht selber ein! Holt Hilfe bei Lehrpersonen, sozialen oder psychologischen Diensten. Wer als Eltern Teil des Geschehens wird, kann dem Kind nicht mehr helfen, sondern macht es für seinen Sohn oder seine Tochter nur noch schlimmer. Wichtig ist ausserdem, dass auch die Schule ein ganz klares Statement setzt: Wir akzeptieren das nicht!

Mädchen kommen öfter freiwillig zur Schulsozialarbeit als Buben. Bei Letzteren geht es häufig um physische Gewalt. Der grösste Teil der Mädchen in der Oberstufe sucht wegen Selbstverletzungen wie Ritzen unsere Hilfe. Dabei sind Selbstverletzungen ebenso aggressive Handlungen wie Gewalt gegen andere. Oder Mädchen kommen wegen Suizidgedanken. Warum Mädchen und Buben Aggressionen so unterschiedlich ausdrücken, ist schwer zu sagen. Ich kann mir vorstellen, dass das zu einem grossen Teil erlernt ist, das heisst, dass Mädchen in ihrem Umfeld schlicht keine sichtbaren Aggressionen von Frauen wahrnehmen und ihre eigenen deshalb auch eher gegen sich selbst richten.»

In jeder zehnten Familie ist ein Elternteil schon einmal von einem Kind körperlich angegriffen worden.

>>> welche Spiele sie spielen.» Die Berner Psychologin und Familientherapeutin Christine Harzheim gibt jedoch zu bedenken: «Gleichzeitig haben Kinder kaum mehr Freiräume. Sie befinden sich in ständiger Begleitung der Eltern, Lehrpersonen, Erzieher und Vereinstrainer.» So können Heranwachsende Gefühle wie Wut, Frust oder Trauer selten unbeobachtet zeigen, die Aggressionen stauen sich an. Und gerade Jugendliche suchen sich ihre Freiräume woanders, beispielsweise in der virtuelle Welt – wo sie dann alles Aufgestaute ungefiltert rauslassen.

Verunsicherte Eltern

«Eltern sind heute aber auch extrem unsicher», sagt Christine Harzheim. «Schon die Attacken eines trotzen 3-Jährigen werden als persönliche Angriffe erlebt.» Und manche Eltern hätten schon das Gefühl, ein um sich schlagendes Kind festzuhalten, sei Gewalt, sagt Britta Went vom Elternnotruf. Auch der israelische Psychologieprofessor und Autor Haim Omer sieht in der Verunsicherung der Eltern einen möglichen Grund für kindliche Aggression. «Es gibt kaum noch allgemeingültige Regeln in der Erziehung. Die traditionelle Autorität, die auf Distanz und Gehorsam basiert, ist heute nicht mehr akzeptabel.»

Ihr setzt Omer die sogenannte «neue Autorität» entgegen, die auf Nähe und elterliche Präsenz setzt. Starke, konsequente, aber liebevolle Eltern sorgen dafür, dass Kinder sich zu Hause sicher fühlen. Gerade kindliche Aggressionen haben sehr oft mit Unsicherheit zu tun. «Um dem Kind Sicherheit zu geben, sind – neben viel elterlicher Nähe und Zuneigung – eine klare Haltung und Grenzen unabdingbar», sagt Haim Omer (siehe Seite 26)

«Für ein Kind sind fehlende persönliche Grenzen bei Erwachsenen sehr beunruhigend», bestätigt Familientherapeutin Harzheim. «Wenn es sich stärker erlebt als seine Eltern – wer soll es dann beschützen?» Einmal, erzählt Phillippe, habe er sein ganzes Zimmer zusammengeschlagen. Der Papa? «Hat geschrien.» Die Mama? «Hat geweint.»

Seine Eltern würde Phillippe niemals anrühren, auch verbal nicht: «Die Familie ist unantastbar.» Das ist nicht in allen Familien so. Rund 20 Prozent der Anrufe, die beim Elternnotruf eingehen, kommen von Eltern, die sich von ihren eigenen Kindern bedroht fühlen. «Parent Battering», Elternmisshandlung, nennt sich dieses Phänomen (siehe Seite 16).

«Wir schätzen, dass hierzulande in jeder zehnten Familie ein Elternteil schon mindestens einmal von einem Kind angegriffen wurde», sagt Britta Went vom Elternnotruf. Das reicht vom 14-Jährigen, der seine Mutter regelmässig «Schlampe» nennt über die 16-Jährige, die die Mama herumschubst, bis zum 17-Jährigen, der den Vater im Streit mit den Fäusten attackiert. Zuverlässig sind diese Zahlen jedoch nicht. «Die Dunkelziffer ist hoch, da sich die meisten Eltern in einer solchen Situation sehr schämen», sagt Britta Went.

Allgemein geht die Zahl an gewalttätigen Jugendlichen laut dem Bundesratsbericht «Jugend und Gewalt» von 2015 zurück. Der >>>





>>> Kriminologe Manuel Eisner von der Universität Zürich und der Soziologe Denis Ribaud von der ETH Zürich haben zwischen 1999 und 2014 Jugendliche im Kanton Zürich zu Opfer- sowie zu Tätererfahrungen befragt. Eine ihrer Schlussfolgerungen: weniger Jugendliche werden Opfer von Gewalt, die Opfer erleiden aber im Durchschnitt mehr Gewalttaten.

In Zahlen ausgedrückt: Wurde vor einigen Jahren jemand ein Mal im Jahr gemobbt, macht er diese Erfahrung heute vielleicht zwei oder drei Mal. 2007 gaben 27,6 Prozent der 12- bis 19-Jährigen an, Opfer von Gewalt geworden zu sein, 2014 waren es noch 16,3 Prozent. Trotz Rückgang sind die Zahlen relativ

hoch, zum Beispiel bei Mobbing. So gaben in der aktuellsten Befragung gut 40 Prozent an, dass sie schon einmal ausgelacht oder beleidigt wurden. Cybermobbing tauchte erst 2014 in der Befragung auf. 32,9 Prozent haben schon bedrohliche Nachrichten erhalten, 29,3 Prozent waren Opfer von bedrohlichen >>>

Heute werden weniger Jugendliche Opfer von Gewalt. Die Opfer erleiden aber mehr Gewalttaten.



«Ich wollte mein Kind nicht stigmatisieren»

Der Sohn von Autorin Sandra Casalini war als Kleinkind der klassische Spielplatz-Schreck. Auch später fiel er immer wieder in alte Aggressionsmuster zurück – bis er auf Lehrpersonen traf, die ihn nicht in die «Problemkind»-Schublade steckten. Die Mutter erzählt.

«Als Baby war mein Sohn ein pflegeleichter Sonnenschein, der viel schlief und noch mehr ass. Als er mobil wurde, zeigte sich aber immer mehr, dass seine Frustrationstoleranz nicht besonders hoch war. Als er zum Beispiel krabbeln lernte und sich dabei rückwärtsstiess statt vorwärtszukommen, wurde er manchmal so wütend, dass er den Kopf auf den Boden schlug. Später war er dann der klassische Spielplatz-Schreck: Er schlug, biss, nahm anderen die Spielsachen weg, warf Sand und Steine – das pure Gegenteil seiner älteren Schwester. Sie stand jeweils am Fuss der Rutschbahn und wartete, bis jeder, der raufwollte, oben war, bevor sie selbst hochging. Ihr Bruder zerrte den, der auf dem Weg war, von der Leiter, wenn er selbst raufwollte.

Ich war verzweifelt. Und fragte mich immer wieder, was ich falsch machte. Wie konnte es sein, dass eines meiner Kinder so sozial war und das andere so aggressiv? Ich hatte immer gedacht, aggressive Kinder seien so, weil sie das von zu Hause mitbekommen. Bei uns herrschte ein liebevoller Umgang untereinander und weder verbale noch körperliche Gewalt waren je ein Thema. Woher kam diese Aggression?

Interessanterweise ging mir in einer völlig gegenteiligen Situation ein Licht auf. Wir besuchten eine Verwandte in einem Pflegeheim. Beim Mittagessen sass eine alte Dame ganz allein in ihrem Rollstuhl, ihr Gesicht gegen die Wand gerichtet, angeschlossen an unzählige Kabel. Mein Sohn, damals etwa fünf Jahre alt, kletterte auf ihren Schoss, schaute sie an und sagte: «Hoi, Frau!» Die alte Dame nahm seine kleine Hand in ihre, Tränen schossen in ihre Augen. Und plötzlich wusste ich: Dieses Kind hat so feine Antennen, dass es die Einsamkeit dieser alten Frau wahrgenommen hatte, ihr Bedürfnis nach etwas Wärme.

All die Eindrücke, die jeweils auf dem Spielplatz auf ihn einprasselten, die vielen Kinder, die vielen Spielsachen, die vielen Möglichkeiten – das konnte er gar nicht verarbeiten, sie überforderten ihn. Zu Hause, in seinem sicheren Umfeld, war

er kaum aggressiv. Ich versuchte, die Spielplatzbesuche für ihn zu strukturieren, setzte mich mit ihm in den Sandkasten und erklärte ihm genau, was wir womit machen, oder schaute, dass er einen Spielgefährten hatte, auf den er sich konzentrieren konnte. Trotzdem blieb es ein Krampf, und er fiel immer wieder in alte Muster zurück.

So war es auch während der folgenden Jahre. Immer wenn mein Sohn in eine neue Situation kam, fiel er in sein aggressives Verhaltensmuster zurück – und wir hatten das Pech, dass das bis vor zwei Jahren regelmässig der Fall war, da er jährlich wechselnde Lehrpersonen und/oder Klassen hatte. Die Kindergartenzeit war anspruchsvoll. Er brauchte eine Ewigkeit, bis er halbwegs einen Platz in der Gruppe gefunden hatte, plagte andere Kinder, äffte die Kindergärtnerin nach und räumte auf dem Heimweg regelmässig Briefkästen aus und stiess Mülltonnen um. Mir wurde immer wieder nahegelegt, meinen Job zu kündigen, dann wäre das Kind vielleicht etwas «normaler». Oder ihn abzuklären – auf ADS, Asperger, irgendetwas, das sein «abnormales Verhalten» erklären würde. Aber ich wollte mein Kind nicht stigmatisieren, noch bevor es in die Schule kam.

Auch der Schulanfang war nicht einfach. Im Klassenzimmer schubste oder kniff er andere Kinder, in der Pause schlug er auch immer wieder zu. Das Schlimmste aber waren die Hausaufgaben. Er schrie und warf Sachen um sich, wenn beispielsweise beim Spitzten die Spitze des Bleistifts abbrach. Ich sass manchmal zwei Stunden neben ihm, ohne auf einen grünen Zweig zu kommen, meine Nerven dem Zerreißen nahe.

Seit zwei Jahren hat er nun dieselben Lehrpersonen und ist mehr oder weniger in derselben Klasse, wo er sich gut integriert hat. Zwei Mal pro Woche geht er in die Hausaufgabenhilfe, das ist eine grosse Erleichterung für mich. Seit über einem Jahr gab es keine Vorfälle mehr in der Schule. Und: Im letzten Zeugnis war er in fast jedem Fach besser als vorher. Das liegt sicherlich nicht zuletzt an den Lehrpersonen, die seine Sensibilität erkannt und ihn nicht einfach in die Problemkind-Schublade gesteckt haben.

In einem guten Jahr kommt mein Sohn in die Oberstufe. Ich hoffe sehr, dass die vergangenen Jahre ihn dann so selbstbewusst gemacht haben, dass er nicht wieder in alte Muster zurückfällt. Und dass er auch dort auf Lehrpersonen trifft, die sein Potenzial erkennen, und – sollten sie wieder auftauchen – nicht nur seine Aggressionen sehen.»



Bild: iStockphoto

«Er zeichnete, wie er die ganze Klasse umbringt»

Monika C. ist seit 15 Jahren Lehrerin, sie unterrichtete Kinder im Alter von 7 bis 15 Jahren. Momentan hat sie eine 5. Klasse.

«Was mir auffällt, ist, dass vor allem die Sprache und der Umgang der Kinder untereinander viel rauer geworden sind. Körperlich gibt es hingegen eher weniger Auseinandersetzungen als früher. Wie auch – die Kinder sind ständig unter Aufsicht, werden von den Eltern in die Schule gefahren und wieder abgeholt. Während der Pause stehen mindestens vier Aufsichtspersonen auf dem Pausenplatz. Zu denen rennen die Kinder wegen jeder Kleinigkeit. Manchmal wäre es vielleicht gescheiter, wenn es mal knallen würde. Aber so haben die Kinder überhaupt keine Freiräume mehr. Zudem werden ihnen zu Hause alle Lösungen auf dem Silbertablett präsentiert. Und das verlangen sie auch von mir als Lehrerin.

Ein ganz neues Phänomen sind nicht die aggressiven Kinder, sondern die aggressiven Eltern. Kürzlich hatten wir einen Vorfall an der Schule, bei dem ein Vater ein Kind, welches sein eigenes Kind geplagt, am Kragen packte und schüttelte. Und an einem Elternabend hat mal einer reingerufen: «Unfähiges Lehrerpack!» Viele Eltern stellen uns Lehrer infrage, der Druck, der von ihnen kommt, ist oft riesig.

Dazu kommt etwas, das man gar nicht laut sagen darf, aber ja, es sind sehr oft Ausländerkinder, die Aggressionen zeigen. Das ist gerade bei Flüchtlingen, die Krieg gesehen haben, nicht verwunderlich. Dennoch muss ich sagen, dass die überbehüteten Prinzessinnen und Prinzen nicht angenehmer sind

als die schlecht integrierten Migrantenkinder. Gerade unter ihnen gibt es solche, die von zu Hause her gar keine hierarchischen Strukturen kennen, das ist schwierig.

Jede Lehrperson, die behauptet, sie stosse nie an ihre Grenzen, macht sich etwas vor. Ich hatte mal einen Drittklässler, der mit Reissnägeln auf andere losging, der war kaum in Schach zu halten. Oder einen Fünftklässler, der zeichnete, wie er die ganze Klasse umbringt. Man hat später herausgefunden, dass er am Asperger-Syndrom leidet. Ich habe nichts gegen die Integration solcher Kinder – ich hatte schon Asperger-Kinder in meinen Klassen, da hat das toll funktioniert –, aber eine Integration muss sinnvoll sein.

Mobbing ist nicht in allen Klassen ein Thema, aber es kommt recht häufig vor. Ich habe mir auch schon etwas erlaubt, was vielleicht nicht ganz politisch korrekt war: Ich habe das mobbende Kind zur Seite genommen und gesagt: «Ich sehe, was du machst. Das hat keinen Einfluss auf deine Note – aber auf mein Verhältnis zu dir.» Ich muss leider sagen, dass es selten Kinder trifft, bei denen ich nicht nachvollziehen kann, warum gerade sie drankommen. Das heisst natürlich absolut nicht, dass man Mobbing durchgehen lassen sollte. Oft sind es eher leichtere Fälle wie Sticheleien oder jemanden blöd hinstellen. Nur einmal habe ich einen Fall erlebt, in dem ein Fünftklässler online krass gemobbt wurde. «Arschloch» oder «Missgeburt» waren da noch die netteren Worte, die auf seinem Instagram-Profil auftauchten. Ich habe dann seine Eltern und die Schulsozialarbeit informiert. So etwas kann man als Lehrperson nicht alleine lösen.

Die digitalen Medien sehe ich kritisch, vor allem den Umgang mit ihnen. Was ich nicht verstehe: Viele Eltern überwachen jeden Schritt ihrer Kinder, sobald sie aus dem Haus sind. Aber davon, was sie online treiben, haben sie oftmals keine Ahnung. Das ist doch paradox.»

>>> Nachrichten, die an Dritte geschickt wurden. Besonders auffällig: Die Täter- und Opfertypen bei Cybermobbing sind die gleichen wie bei «normalem» Mobbing.

Mädchen sind nicht friedlicher als Buben

Auch die Zahl der straffälligen Kinder und Jugendlichen geht zurück. Gab es laut Jugendstrafurteilsstatistik JUSUS 2009 noch 250 Verurteilungen auf 100 000 Minderjährige, waren es 2013 nur noch 150. Dies könnte zum einen daran liegen, dass die Präventionsmassnahmen von Schulen, Polizei und Behörden greifen. Zum anderen daran, dass Jugendliche heute wissen, dass sie relativ schnell der Jugendanwaltschaft vorgeführt werden und welche Sanktionen ihnen drohen, wie die Zürcher Oberjugendanwaltschaft in einem Beitrag des SRF mutmasste.

Mit jungen Straftäterinnen und Straftätern zwischen 12 und 17 Jahren hat es Christine Harzheim in ihrer Funktion als Fachrichterin am Jugendgericht Bern zu tun. «Jede Straftat hat eine Logik, eine biografische Vorgeschichte und passiert nicht wegen Charakterschwäche», sagt sie. «Oft spielen zum Beispiel ein geringes Selbstwertgefühl oder Einsamkeit bis hin zur Isolation eine Rolle.» Der grösste Teil der Straftäter sind Buben. Joachim Bauer zufolge beeinflusst das männliche Sexualhormon Testosteron (das in geringeren Mengen auch bei Frauen vorkommt) den neurobiologischen Aggressionsapparat: Männer mit hohen Testosteronwerten zeigen häufiger Aggressionen.

Die Unterschiede sind aber nicht nur biologisch, sondern auch sozial bedingt. «Buben haben ja auch medial jede Menge prügelnder Superhelden als Vorbilder, weibliche Heldinnen sind selten aggressiv», sagt der Schulsozialarbeiter Christian Zbinden. Dabei seien Mädchen nicht friedlicher als Jungs, meint Christine Harzheim. «Sie sind verbal

Buben richten ihre Aggressionen eher nach aussen, Mädchen sehr oft gegen sich selbst.

genauso brutal.» Sozialarbeiter Zbinden berät etwa gleich viele Buben wie Mädchen. «Buben richten ihre Aggressionen eher nach aussen, Mädchen sehr oft gegen sich selbst. So sind von den Jugendlichen, die mir von Selbstverletzung und Suizidgedanken erzählen, die allermeisten Mädchen.»

Keine Frage der «Kultur»

Der kulturelle Hintergrund scheint bei aggressiven Kindern kaum eine Rolle zu spielen. Weder beim Elternnotruf noch beim Jugendgericht gibt es signifikant mehr Fälle mit Migrationshintergrund als andere. Primarlehrerin Monika C. macht in ihrer Arbeitspraxis andere Erfahrungen: «Viele der «Problemkinder» haben Migrationshintergrund, das ist nicht wegzudiskutieren», sagt sie, relativiert aber auch: «Das Problem sind nicht die Kinder an und für sich, sondern dass wir Lehrpersonen oft nicht die Ressourcen und die Ausbildung haben, um sie aufzufangen.» Gerade bei Kindern aus Kriegsgebieten sei nachvollziehbar, dass sie Aggressionen zeigten. Dem stimmt Britta Went vom Elternnotruf zu: «Es ist eine Frage der Biografie, nicht der Kultur.»

Dabei ist die Äusserung von Aggression nicht per se schlecht. «Wer auf körperliche oder seelische Schmerzen nicht mit einer kommunikativ angemessenen Form der Aggression reagieren kann, >>>

Wer auf körperliche oder seelische Schmerzen nicht mit einer angemessenen Form der Aggression reagieren kann, wird krank.

>>> wird krank», so Neurobiologe Bauer. Dabei darf man auch mal schreien oder auf einen Boxsack einschlagen. Die Grenzen liegen dort, wo man sich selbst oder andere körperlich oder seelisch verletzt. Wenn man aber immer alles in sich «hineinfrisst», bleiben die Komponenten des Aggressionsapparates neurobiologisch «geladen», was zum Beispiel zu Angststörungen oder depressiven Erkrankungen führen kann.

Die Frage, die sich jede Mutter, jeder Vater stellt, lautet: Was ist normal? Wie viel kindliche Aggression soll man zulassen? Sozialarbeiter Christian Zbinden findet, gerade bei jüngeren Kindern werde oft zu früh eingegriffen: «So lernt das Kind, dass es mit Gewalt Aufmerksamkeit erhält, und wendet das immer wieder an. Dabei müsste es Gewalt eher als Misserfolg erleben.» So dürfe man eine kleine Rangelei auch einfach mal bewusst beobachten und laufen lassen, solange sie noch fair verläuft. Zbinden: «Und wenn man interveniert, soll man den Kindern nicht einfach sagen, sie sollen aufhören, sondern ihnen erklären, was genau jetzt nicht okay war. Zum Beispiel, wenn einer richtig zugeschlagen hat oder man merkt, dass jemand total unterlegen ist.» Wichtig sei, dass Eltern oder Schule einen Rahmen vorgeben, innerhalb dessen sich das Kind bewegen kann, sagt Christine Harzheim. «Dabei muss nicht jedes freche Wort Konsequenzen haben, aber wer den Rahmen durchbricht, muss damit rechnen.» Dann ist wichtig, das Verhalten zu kritisieren, nicht das Kind selbst. >>>

Bild: Martin Ruetzschl / Keystone



Das Prinzip des gewaltlosen Widerstandes

Die Idee zum gewaltlosen Widerstand (GLW) kommt aus der Friedenspolitik: Unterlegene oder gewaltkritische Gruppen entwickelten gewaltlose Methoden, um Aggressionen entgegenzutreten. Psychologen wie Haim Omer adaptierten das Prinzip auf die Familie.

Das Konzept setzt auf den Verzicht jeglicher verbaler oder körperlicher Gewalt und aller Handlungen, die das aggressive Kind beleidigen oder demütigen. Das Kind soll die Eltern wieder als entschlossen und präsent erleben. Die wichtigsten Schritte:

Das Bewusstsein

Mit dem Programm wird den Eltern zuerst geholfen, sich bewusst zu werden, dass sie sich in einer gewalttätigen Situation befinden und dass sie sich dieser ohne Gewalt entgegensetzen können. «Genau wie gewalttätige Eltern sehen sich auch gewaltbetroffene Eltern in einer schwächeren Position als das Kind», sagt Haim Omer. «Nur schon das Wissen, sich wehren zu können, kann viel ausmachen.»

Das Verhindern einer Eskalation

Eltern, die sich immer wieder in Auseinandersetzungen mit ihren Kindern hineinziehen lassen, neigen zum Diskutieren, Predigen, Drohen, Entschuldigen, Rechtfertigen – und lassen sich in etwas hineinziehen, bis sie Situation eskaliert. Um dies zu verhindern helfen drei Dinge:



- **Warten, bis sich die Wogen geglättet haben**

Auf Provokationen nicht sofort reagieren, sondern später das Gespräch suchen.

- **Das Kind kann ich nicht kontrollieren – aber mich selbst**

Wenn jeder versucht, den anderen zu dominieren, führt das zu einer Gewaltspirale. Wem es gelingt, sich selbst zu kontrollieren, verhindert eine Eskalation.

- **Es geht um Widerstand, nicht um Sieg**

Man muss das aggressive Kind nicht besiegen, aber ihm klar machen, dass man sich nicht alles gefallen lässt. Das geht auch durch Schweigen.

Die Ankündigung

Sind sich die Eltern der Situation bewusst und gelingt es ihnen zumindest ab und zu, Eskalationen

zu verhindern, folgt der nächste Schritt: Sie kündigen dem Kind – mündlich oder schriftlich – an, dass sie nicht mehr bereit sind, die Situation hinzunehmen. Weil sie auch nicht bereit sind, das Kind zu verlieren.

Die Unterstützer

«Wer Aggression geheim hält, wird zu ihrem Komplizen», sagt Haim Omer. Sich jemandem anzuvertrauen, ist deshalb essenziell. Unterstützer können zum Beispiel Familienmitglieder oder Freunde sein, in jedem Fall jemand, den das Kind respektiert.

Zeichen des Widerstands

Wenn sich eine gewalttätige Situation ereignet hat, wenden sich die Eltern an die unterstützenden Personen, die ihrerseits dem Kind mitteilen, dass sie davon gehört haben und sein Verhalten nicht gut-

heissen. Als wirkungsvoll hat sich auch das sogenannte «Sit-in» herausgestellt: Man sitzt – eventuell mit (telefonischer) Unterstützung – beim Kind im Zimmer und erwartet schweigend einen Vorschlag, wie es die Situation lösen möchte. Dies ist vor allem für die Eltern wichtig, die sich so als stark, unnachgiebig, aber gewaltlos erleben.

Zeichen der Versöhnung

Hier geht es nicht darum, sich für Taten oder sein Verhalten zu entschuldigen, sondern um Zeichen bedingungsloser Zuneigung und Übernehmen der Verantwortung. Kleine Schritte wie ein ehrlich gemeintes Lob oder eine gemeinsame Aktivität verbessern die Stimmung. Dass Narben zurückbleiben, ist kaum zu verhindern.



>>> Die Person und ihre Gefühle von deren Taten zu trennen, ist nicht immer einfach. Das weiss Christine Harzheim von ihrer Tätigkeit beim Jugendgericht. Gerade bei schweren Delikten wie Mord oder sexuellen Übergriffen. Letztere sind übrigens die einzigen von Jugendlichen begangenen Delikte, die sich in den letzten 20 Jahren verdoppelt haben.

Häufige sexuelle Angriffe – meist durch andere Jugendliche

Laut einer UBS-Optimus-Befragung unter Neuntklässlern von 2009 hat fast jeder und jede Dritte schon einmal einen sexuellen Übergriff in der einen oder anderen Form erlebt, die meisten davon durch andere Jugendliche. «Wenn es sich um schwere Übergriffe handelt, ist in der Biografie des Täters fast immer etwas gravierend schiefgelaufen und er oder

sie hat selbst Gewalt oder Verwahrlosung erlebt», sagt Christine Harzheim. «Das ist keine Entschuldigung und die Tat muss bestraft werden. Aber der Täter oder die Täterin ist nicht einfach böse. Und die Geschichte und das Umfeld sollten beim Urteil ebenfalls eine Rolle spielen.» Damit es nicht so weit kommt, rät Britta Went allen Betroffenen, lieber früher als später >>>

*«Eltern schreiten bei Konflikten oft zu früh ein,» sagt Sozialarbeiter Christian Zbinden.
«So lernt das Kind, dass es mit Gewalt Aufmerksamkeit erhält.»*

Echt bergfrisch



Elmer

Gewinne Familienausflüge!

Jede Woche verlost ELMER einen erlebnisreichen Familienausflug für 5 Personen. Gewinne einen spannenden Tag im **Tierpark**, im **Zoo** oder eine aufregende **Schiffahrt**. Alle Informationen unter www.elmercitro.ch/promo.

WIN

ELMER Citro verlost Familienausflüge.
Jetzt mitmachen auf:
elmercitro.ch/promo





>>> um Hilfe zu bitten. «Vorzeichen, dass es irgendwann eskaliert, gibt es schon sehr früh», sagt Psychologe Haim Omer. «Wem es jeweils nicht gelingt, die Situation zu entschärfen, sollte sich auf jeden Fall jemandem anvertrauen.»

Er habe schon als Knirps geschrien und geschlagen, sagt Phillippe. Dieses alte Muster abzulegen, sei schwierig. «Ich habs halt schon immer so gemacht.» Seit zwei Jahren geht er regelmässig zu Schulsozialarbeiter Christian Zbinden. «Er hört mir zu, ohne mich zu verurteilen. Das ist gut.» Phillippe weiss, dass er sich nicht ewig durchs Leben schlagen kann. Noch fällt es ihm schwer, sich Alternativen zu überlegen. Aber irgendwann, das weiss er, muss er dazu bereit sein. Vielleicht erfüllt sich dann sein grosser Traum, näm-

lich Kampfsporttrainer zu werden. «Dafür», meint Phillippe, «muss ich noch viel lernen.»

Mit dieser Erkenntnis hat der 16-Jährige einen wichtigen Schritt bereits getan. <<<



Sandra Casalini

wünschte, sie hätte schon früher für dieses Dossier recherchiert – dann nämlich, als ihr Sohn auf dem Spielplatz regelmässig zuschlug. Heute zeigt der 11-Jährige seine Aggressionen auf weniger gewaltsame Art.

Literatur- und Online-Tipps

Joachim Bauer: «Schmerzgrenze – vom Ursprung alltäglicher und globaler Gewalt»

2011, Blessing Verlag, 288 Seiten, Fr. 27.90

Haim Omer: Neue Autorität: «Das Geheimnis starker Eltern»

2016, Vandenhoeck & Ruprecht, 145 Seiten, Fr. 21.90

Haim Omer: «Stärke statt Macht»

2015, Vandenhoeck & Ruprecht, 360 Seiten, Fr. 29.90

Jesper Juul: «Aggression – warum sie für uns und unsere Kinder notwendig ist»

2014, Fischer Verlag, 176 Seiten, Fr. 17.90

«Dranbleiben», Beratungsangebot für gewaltbetroffene Eltern

Elternnotruf, Tel. 0848 35 45 55,

www.elternnotruf.ch, 24h@elternnotruf.ch

WANDERERLEBNISSE FÜR ZIELGERICHTETE UND ORIENTIERUNGSLOSE

Als Hauptpartnerin der Schweizer Wanderwege engagieren wir uns für abwechslungsreiche Wanderideen.
post.ch/wandern

DIE POST 

Hauptpartnerin der



Schweizer Wanderwege
Suisse Rando
Sentieri Svizzeri
Sendas Svizras



«Jede Aggression hat ihre Gründe»

Der Neurowissenschaftler Joachim Bauer erklärt, wann sich Kinder aggressiv verhalten, welche Rolle die **Medien** spielen und warum Männer mehr Gewalttaten begehen als Frauen. *Interview: Sandra Casalini*

Herr Bauer, wie definieren Sie Aggression?

Als Aggression wird ein Verhalten bezeichnet, welches darauf gerichtet ist, einem anderen Menschen etwas zu sagen oder zuzufügen, was von diesem als Konfrontation, als unangenehm oder als schmerzhaft erlebt wird.

Ist ein gewisses Aggressionspotenzial angeboren?

Aggression ist ein angeborenes Verhaltensprogramm, das abgerufen werden kann. Die Fähigkeit, bei Bedarf aggressiv sein zu können, ist überlebenswichtig. Aber aus neurobiologischer Sicht gibt es keinen sogenannten Aggressionstrieb, also keine biologisch verankerte Lust auf physische oder psychische Gewalt. Die Aggression und die Angst sind Geschwister – sie benützen im Gehirn ganz ähnliche neuronale Systeme. Niemand würde von einem «Angsttrieb» – also einem Bedürfnis nach Angst – sprechen, nur weil fast alle Menschen immer wieder Angst erleben.

Wenn es nun aber gesunden Menschen zuwider ist, anderen Leid zuzufügen – ist dann jeder Verbrecher ein Psychopath? Und hat jedes Kind,

das sich prügelt, ein psychisches Problem?

Nein. Dass es keinen Aggressionstrieb gibt, bedeutet nicht, dass gesunde Menschen keine Aggression zeigen. Ein Aggressionstrieb, so wie ihn sich Sigmund Freud vorgestellt hat, würde aber bedeuten, dass es zum normalen Bedürfnisprogramm ganz normaler Menschen gehört, anderen ab und zu einmal – ohne jeden Anlass – Böses zuzufügen oder immer wieder einmal einen Krieg zu führen. Diese Annahme ist falsch. Jede Aggression hat Gründe...

Wann verhalten sich Kinder aggressiv?

Immer dann, wenn ein anderer im Weg steht. So zum Beispiel ein 3-Jähriger, der ein Geschwisterchen bekommt, das nun die ganze Aufmerksamkeit abzieht. Oder wenn knappe Ressourcen verteilt werden, also zum Beispiel wenn ein Kuchen aufgeteilt wird, oder wenn nicht alle das gleiche attraktive Spielzeug haben können. Wenn ein Kind von einem anderen dann geschubst oder geschlagen wird, entstehen schnell Aggressionskreisläufe. Genauso läuft es auch zwischen Staaten, die nicht aus Konflikten herausfinden.

Aggressionen werden durch das Tangieren der neurobiologischen Schmerzgrenze ausgelöst. Was genau ist das?

Sicherster und zuverlässigster Auslöser für Aggression ist die Zufügung körperlicher Schmerzen. Dazu braucht es nicht einmal einen anderen Menschen. Schauen Sie, welche Wut in Menschen aufsteigt, wenn sich jemand – ohne fremdes Zutun – den Finger richtig böse in einer Tür eingeklemmt hat! Die Schmerzzentren des Gehirns werden aber nicht nur dann aktiviert, wenn uns körperlich wehgetan wird, sondern auch dann, wenn wir sozial zurückgewiesen, ausgegrenzt oder unfair behandelt werden. Auch dann ist unsere Schmerzgrenze erreicht. Wo diese genau liegt, ist aber sehr individuell.

Wenn Aggression immer eine Reaktion auf etwas ist, heisst das, dass Täter immer auch Opfer sind oder waren?

Ja, aber das entschuldigt nichts. Der Mensch hat von der Evolution nicht nur einen Aggressionsapparat mitbekommen, sondern auch ein Stirnhirn, das ihn in die Lage versetzt, sich selbst zu beobachten und sich zu bremsen, wenn es das soziale Zusam-

menleben erfordert. Diese Fähigkeit, die wir durch Erziehung erlernen, war unser evolutionäres Erfolgsticket. Ohne Erziehung kann das Stirnhirn nicht in Funktion kommen. Erziehung ist also keine kontrabiologische Erfindung, sondern gehört zur biologischen Bestimmung des Menschen. Der Mensch muss lernen, dass aggressive Gefühle in sich zu spüren und sich aggressiv zu verhalten, zwei Schritte sind.

Warum ist Aggression trotzdem wichtig?

Sie ist unverzichtbar, um Störungen im sozialen Feld anzuzeigen und zu regulieren. Warum merke ich, dass ich unfair oder respektlos behandelt wurde? Nicht weil ich mich hinsetze und das rational berechne, sondern weil zunächst einmal Ärger oder Wut in mir aufsteigt. Erst in einem zweiten Schritt fangen wir dann an nachzudenken.

Warum reagieren wir nicht nur auf körperliche Schmerzen aggressiv, sondern auch auf soziale Ausgrenzung und Demütigung?

Schuld ist die Evolution. Beides ist potenziell gefährlich, sowohl der körperliche Angriff als auch der Ausschluss aus der Gemeinschaft.

Unsere Vorfahren gerieten auch dann in Lebensgefahr, wenn letzteres geschah.

Welche Rolle spielen Medien, Ballerspiele, Filme und Spielzeugwaffen?

Kinder lernen am meisten von dem, was sie sehen, sie lernen am Modell. Gewaltspiele und andere Angebote, wo Kinder beobachten und erleben können, dass sich Gewalt lohnt, haben einen verheerenden erzieherischen Einfluss.

Welche anderen Voraussetzungen begünstigen kindliche Aggression?

Gute zwischenmenschliche Bindungen setzen die Schmerzgrenze herauf. Wer sich in seiner Familie oder bei Freunden gut aufgehoben fühlt, lässt sich im Alltag von anderen nicht so schnell provozieren. Mit anderen Menschen gut verbunden zu sein, aktiviert die Ausschüttung von Botenstoffen, welche den Aggressionsapparat dämpfen. Umgekehrt begünstigt – auch bei Kindern – das Gefühl, ausgegrenzt zu werden, Aggressionen.

Wie erklären Sie «Parent Battering», also Aggression des Kindes gegen die Eltern, aus neurobiologischer Sicht?

Das passiert vor allem dort, wo zwischen Eltern und Kindern keine

verlässlichen Bindungen entstehen konnten, wo Eltern zu sehr im Stress oder nur mit sich beschäftigt waren. Oder wo Kinder ihrerseits von ihren Eltern Gewalt erlebt haben.

Männer begehen mehr Gewalttaten als Frauen. Sind Buben aggressiver als Mädchen?

Buben lenken, wenn Aggression in ihnen aufsteigt, die Gewalt stärker nach aussen. Mädchen neigen eher zu Aggression gegen sich selbst und werden depressiv oder verletzen sich selbst. Was aber nicht heisst, dass alle Jungs so und alle Mädchen so sind. Jungs neigen, wenn sie sich ärgern, eher zu offener Aggression, Mädchen üben lieber sogenannte relationale Gewalt aus, das heisst zum Beispiel, sie reden schlecht über den, über den sie sich ärgern.



Zur Person

Prof. Dr. med. Joachim Bauer ist Neurobiologe, Arzt und Psychotherapeut. Er lebt, forscht und arbeitet in Berlin. Bauer ist Autor zahlreicher Bestseller («Das Gedächtnis des Körpers», «Warum ich fühle, was du fühlst», «Lob der Schule»).



Im nächsten Heft:

Träume

Was bedeuten Träume? Wie untersucht man Kinderträume? Wieso träumen Kinder häufiger von Bezugspersonen als Erwachsene? Und wie entstehen Albträume? Unser Dossier im Mai.

Das aggressive Kind

Aggression hat viele Gesichter – und viele Ursachen. Woher die grosse Wut im Bauch kommt, warum Aggression wichtig ist und wie Eltern und Lehrpersonen mit Kindern umgehen sollen, die schreien, drohen und schlagen.

Text: Sandra Casalini

Can