

Trotzphasen bei Kleinkindern

Warum Wutausbrüche zum Entwicklungsplan gehören

(Ein Fachbeitrag für pädagogische Fachkräfte)



Das Kind wirft sich schreiend auf den Boden, weil die Jacke nicht die richtige Farbe hat. Ein anderes Kind schlägt nach der Fachkraft, weil das Spielzeug weggeräumt werden soll. Situationen wie diese gehören für pädagogische Fachkräfte, die mit Kindern zwischen zweieinhalb und vier Jahren arbeiten, zum Alltag – und sie kosten Nerven, Zeit und manchmal auch die eigene fachliche Gelassenheit. Umso wichtiger ist ein fundierter Blick auf das, was gemeinhin "Trotzphase" genannt wird: kein Erziehungsversagen und kein Charakterfehler, sondern ein notwendiger, wenn auch anstrengender Entwicklungsschritt – mit einer klaren Aufgabe für die begleitenden Erwachsenen.

Was in dieser Phase entwicklungspsychologisch passiert

Der Entwicklungspsychologe Erik Erikson beschrieb die Phase etwa zwischen zwei und vier Jahren treffend als Konflikt zwischen **Autonomie und Scham/Zweifel**: Das Kind entdeckt, dass es einen eigenen Willen hat, der von dem der Erwachsenen abweichen kann – und es will diesen Willen erproben, um ein Gefühl von Selbstwirksamkeit zu entwickeln. Gleichzeitig fehlt die neurologische Reifung, die für eine verlässliche Selbstregulation notwendig wäre: Die Hirnareale, die an der bewussten Steuerung von Impulsen beteiligt sind, befinden sich erst im Aufbau. Das Kind erlebt starke Gefühle, ohne

über ausreichende innere oder sprachliche Mittel zu verfügen, sie zu regulieren oder auszudrücken.

Hinzu kommt eine kognitive Besonderheit: Nach Piagets Beschreibung befinden sich Kinder in diesem Alter im **präoperationalen Stadium** und denken stark egozentrisch, mit einem noch unsicheren Verständnis von Zeit, Kausalität und Kompromiss. Ein "gleich" oder "nachher" ist kaum greifbar, ein Kompromissangebot oft nicht nachvollziehbar. Das macht viele Alltagssituationen in der Kita – Warten, Teilen, Abgeben – zu potenziellen Auslösern.

Auf den Punkt gebracht: Der Trotzanfall ist keine Manipulation, sondern der beobachtbare Ausdruck einer Überforderung des kindlichen Regulationssystems. Das verändert die zentrale Frage von "Wie bringe ich das Kind zum Aufhören?" zu "Wie unterstütze ich dieses Kind darin, sich zu regulieren?"

Typische Auslöser im Kita-Alltag – und wie sie sich zeigen

Einige Situationen provozieren Trotzreaktionen besonders zuverlässig, weil sie kindliche Autonomiebestrebungen mit institutionellen Notwendigkeiten kollidieren lassen:

Situation	Typischer Auslöser	Was im Kind vorgeht
Übergänge (Freispiel → Aufräumen)	Eine selbstbestimmte Tätigkeit muss fremdbestimmt beendet werden	Kontrollverlust über die eigene Handlung
Anziehen/Versorgung	Eigene Vorstellungen (Schuhe, Jacke) werden nicht akzeptiert	Erster Versuch, Entscheidungsmacht über den eigenen Körper auszuüben
Teilen/Warten	Begehrtes Objekt ist vergeben	Fehlendes Zeit- und Kompromissverständnis
Essenssituationen	Kind will Menge/Auswahl selbst bestimmen	Autonomiebedürfnis trifft auf Fürsorgeauftrag der Fachkraft

Beispiel 1 – Der Garderoben-Konflikt: Ben, drei Jahre, weigert sich morgens vehement, seine Jacke anzuziehen, obwohl es draußen kalt ist. Er schreit, wirft sich zu Boden, stößt die Jacke von sich. Statt zu diskutieren oder die Jacke mit Nachdruck anzuziehen, bietet die Fachkraft ruhig zwei Optionen an: "Willst du die Jacke selbst anziehen oder soll ich dir helfen?" Diese kleine Wahlmöglichkeit gibt Ben ein Stück Autonomie zurück, ohne die eigentliche Grenze – Jacke ist notwendig – aufzugeben.

Beispiel 2 – Der Streit um das rote Auto: Lina, zweieinhalb Jahre, wirft sich schreiend auf den Boden, weil ein anderes Kind das rote Auto hat, das sie wollte. Die Fachkraft geht auf Augenhöhe, benennt ruhig das Gefühl ("Du bist wütend, weil du das rote Auto auch

wolltest") und bietet keine sofortige Lösung, sondern Nähe und Zeit an. Erst als Lina sich beruhigt, wird gemeinsam überlegt, ob sie warten oder mit einem anderen Fahrzeug spielen möchte.

Beispiel 3 – Der Übergang zum Aufräumen: Als der Stuhlkreis beginnen soll, wirft Tom, vier Jahre, seine Bauklötze durch den Raum, statt aufzuräumen. Die Fachkraft kündigt Übergänge künftig frühzeitig an ("In fünf Minuten räumen wir auf") und gibt Tom eine kleine, konkrete Aufgabe ("Du bringst die roten Klötze in die Kiste") – ein Ankündigungsritual, das Kontrollverlust abmildert, bevor er entsteht.

Normale Trotzreaktion oder Anzeichen für mehr?

Für die fachliche Einschätzung ist die Unterscheidung zwischen einer entwicklungsge-
mäßigen Reaktion und einem Verhalten, das genauere Beobachtung erfordert, von Bedeu-
tung.

Hinweise, die eine vertiefte Betrachtung nahelegen:

- Intensität und Dauer gehen deutlich über das hinaus, was bei Gleichaltrigen zu beobach-
ten ist,
- das Kind lässt sich auch nach wiederholten Beruhigungsversuchen **nicht trösten oder
ablenken**,
- Ausbrüche treten **unabhängig vom konkreten Auslöser** hochfrequent auf und beein-
trächtigen die Teilhabe am Gruppenalltag erkennbar,
- es kommt zu selbst- oder fremdverletzendem Verhalten, das über gelegentliches Stoßen
hinausgeht.

In solchen Fällen ist es geboten, Beobachtungen zu dokumentieren, im Team zu be-
sprechen und im Elterngespräch behutsam auf eine mögliche entwicklungs-
diagnostische Abklärung hinzuweisen – ohne vorschnell zu pathologisieren. Die über-
wiegende Mehrheit der Trotzreaktionen in diesem Alter bewegt sich im Rahmen einer
gesunden, wenn auch fordernden Entwicklung.

Fünf Prinzipien für den Kita-Alltag

1. **Ruhe als Regulationsangebot.** Ein Kind im emotionalen Ausnahmezustand kann sich
nicht an der Regulation eines aufgeregten Erwachsenen orientieren. Die Fachkraft wirkt
als externes Regulationsmodell – ruhige Stimme, reduzierte Wortzahl, klare Körper-
sprache.

2. **Wenige, klare Worte statt Diskussion.** In der Hitze des Ausbruchs kann das Kind komplexe Argumente kaum verarbeiten. "Ich sehe, du bist wütend. Die Schaufel bleibt trotzdem hier" wirkt mehr als eine lange Erklärung.
3. **Grenzen halten, ohne zu strafen.** Die Notwendigkeit bleibt bestehen – das Gefühl wird anerkannt, nicht bekämpft: "Ich verstehe, dass du das Auto wolltest. Es ist gerade nicht deins."
4. **Rückzugsmöglichkeit anbieten.** Ein ruhiger Bereich, an dem sich das Kind – begleitet oder in angemessenem Abstand beobachtet – wieder beruhigen kann, unterstützt die Regulation, ohne zu isolieren.
5. **Nach dem Sturm anknüpfen.** Sobald sich das Kind beruhigt hat, hilft ein kurzer Rückblick: "Du warst richtig wütend, weil du das Auto wolltest. Jetzt spielst du wieder." Das fördert langfristig die Fähigkeit, eigene Gefühle zu benennen.

Zusammenarbeit mit den Eltern

Trotzphasen verunsichern Eltern häufig – zwischen dem Wunsch, konsequent zu erziehen, und der Sorge, das Kind zu überfordern oder zurückzuweisen. Für die Zusammenarbeit gilt:

- **Verhalten schildern, nicht bewerten:** "Ben hatte heute Mühe, sich beim Übergang zum Essen zu regulieren" statt "Ben war heute total trotzig".
- **Konsistenz statt Methodengleichheit anstreben:** Nicht identische Erziehungsmethoden sind entscheidend, sondern ein ähnliches Grundverständnis von Grenzen und Gefühlsanerkennung.
- **Eltern entlasten:** Der Hinweis, dass diese Phase ein normaler, alterstypischer Entwicklungsabschnitt ist, nimmt vielen Eltern den Druck, ein "Erziehungsproblem" lösen zu müssen.

Auf einen Blick: Checkliste für die Praxis

- ✓ Übergänge frühzeitig ankündigen, statt sie abrupt einzufordern
- ✓ Wahlmöglichkeiten in kleinem Rahmen anbieten (Autonomie ermöglichen, ohne Kontrolle abzugeben)
- ✓ Gefühl benennen, bevor eine Lösung angeboten wird
- ✓ Eigene Ruhe als pädagogisches Werkzeug begreifen, nicht als Nebensache
- ✓ Nach dem Ausbruch kurz anknüpfen, statt sofort zur Tagesordnung übergehen

- ✓ Dauer, Intensität und Kontext dokumentieren, wenn Zweifel an der Altersangemessenheit bestehen

Fazit

Die Trotzphase zwischen zweieinhalb und vier Jahren ist kein Störfaktor im Kita-Alltag, sondern das sichtbare Zeichen einer zentralen Entwicklungsaufgabe: dem Aufbau von Autonomie und Selbstregulation. Fachkräfte, die ruhig bleiben, klare Grenzen ohne Diskussion setzen und dem Kind gleichzeitig emotionale Anerkennung geben, schaffen den Rahmen, in dem diese Fähigkeiten wachsen können. Die Geduld, die dieser Prozess erfordert, zahlt sich aus – in Kindern, die zunehmend lernen, mit ihren eigenen starken Gefühlen umzugehen.