

Ist zwanghaftes Verhalten bei Kindern normal?

Erziehung Unsere sechsjährige Tochter hat den Zwang entwickelt, immer den linken Schuh zuerst anzuziehen. Sonst könne sie nicht gut atmen. Uns erscheint das sehr extrem. Müssen wir uns da Sorgen machen, oder können wir abwarten, ob es selber vorbeigeht? Sind solche Zwänge in dem Alter noch normal?

Irgendwie hat jeder so seine Gewohnheiten und Marotten. Schrullige Eigenheiten scheinen uns Sicherheit, Orientierung und wahrscheinlich auch Glück zu vermitteln. Manchmal sind sie uns bewusst, manchmal realisieren wir sie erst, wenn wir darauf angesprochen werden. Beispiele sind sich ständig räuspern, den Kopf oder die Schultern unnatürlich bewegen, an den Kleidern zupfen etc.

Solches dient meist dem Spannungsabbau, etwa wenn jemand nervös ist. Schauen Sie sich gewisse Sportler kurz vor dem Start oder einem Spiel an!

Magische Formel

Gerade für Kinder im Alter zwischen zwei und sechs Jahren, die sich im sogenannt magischen Alter befinden, sind solche Handlungen selbstverständlich. In dieser Welt ist in der kindlichen Vorstellung alles möglich.

Es ist eine Zeit, in der Feen und Geister ebenso existieren wie die Möglichkeit, als Superheld durch die Welt zu fliegen.

Wenn nun Ihre Tochter sagt, sie könne nur gut atmen, wenn sie quasi eine magische Formel anwendet (also zuerst den linken Schuh anzieht), dann ist sie davon überzeugt. So ist es gut, das Kind ernst zu nehmen und zu loben, wie gut es sich zu helfen weiss. Vielleicht finden

Kurzantwort

Kinder brauchen Rituale, weil sie sich noch in einer magischen Welt befinden und sie zudem daraus Sicherheit beziehen. Auch wenn sie uns Erwachsenen vielleicht seltsam erscheinen, sind sie erst zwanghaft im Sinne einer Störung, wenn sie den ganzen Alltag zu beeinflussen beginnen. (red)

Sie gemeinsam heraus, welche weiteren Möglichkeiten es zum gut Atmen geben könnte. Damit begleiten Sie Ihr Kind in seiner eigenen Welt, die oft einiges an Überraschungen und guten Überlegungen zu bieten hat.

Ihr positives Verhalten verhindert eine kindliche Trotzreaktion. Und Sie erhalten die Möglichkeit, die auslösenden Faktoren zu erkennen und besser darauf zu reagieren.

Leidensdruck?

Sie fragen, ob solche Handlungen in diesem Alter noch normal sind. Hier gilt bei Kindern als auch bei Erwachsenen: Solange solche Rituale einen gewissen Rahmen nicht überschreiten, sind sie okay. Wenn sie durchgeführt werden «müssen», die Handlungen also unseren Alltag zu bestimmen beginnen, dann werden sie zwanghaft. Zwänge unterschei-

den sich von ritualisierten Abläufen, indem sie immer mehr Zeit in Anspruch nehmen und stark mit einem Leidensdruck verbunden sind.

Aus der Entwicklungspsychologie wissen wir, dass fast alle Kinder verschiedenste Rituale und abergläubisches Verhalten zeigen (etwa Einschlafrituale). Diese sind Teil der normalen Entwicklung und helfen, Ängste zu bewältigen, indem sie Struktur und Sicherheit vermitteln.

Vor allem in Zeiten von Übergang und Veränderung (neue Schulklasse, Umzug, Trennung der Eltern) sind die meisten Verhaltensweisen von Kindern harmlos und keine Zeichen einer ernsthaften Zwangsstörung. Wenn sich das Kind jedoch auch sonst zu verändern beginnt, einen bedrückten oder verschlossenen Eindruck macht oder die ganze Familie unter dem Zwang

zu leiden beginnt, ist eine fachliche Beratung angezeigt. Gute Informationen bietet die Gesellschaft für Zwangsstörungen unter www.zwaenge.ch.



Margareta Reinecke

Luzern/Hildisrieden
Dr. phil., Fachpsychologin
für Psychotherapie FSP, vipp –
Verband Innerschweizer
Psycholog/innen

Suchen Sie Rat?

Schreiben Sie an: Ratgeber,
Luzerner Zeitung,
Maihofstrasse 76, 6002 Luzern.
E-Mail: ratgeber@luzernerzeitung.ch
Bitte geben Sie bei Ihrer Anfrage Ihre
Abopass-Nummer an.