

# PSYCHOLOGIE HEUTE



**Jetzt Newsletter abonnieren**

und Dossier mit dem Thema „Zwischen 15 und 25“ gratis erhalten



FAMILIE

## Max und die Wut

Therapiestunde: Die Eltern sind mit ihrem Latein am Ende: Wie hilft die Therapeutin dem achtjährigen Sohn, der in Frust und Ärger gefangen scheint?

VON ANNE DULLENKOPE



06. NOV 2020

Max ist acht Jahre alt und kommt seit einigen Stunden zu mir, ursprünglich wegen eines anklammernden Verhaltens der Mutter gegenüber, verschiedenen Ängsten, Unlust und Furcht gegenüber Neuem und Frust in Übergangssituationen (etwa nach dem Schlafen, nach der Schule, vor Terminen). Er verfällt auch immer wieder in heftige Wutausbrüche gegenüber den Eltern und den beiden jüngeren Schwestern. Die Eltern geraten oft in große Not und Anspannung, wenn die Wutausbrüche auf „großer Bühne“ stattfinden, also in der Öffentlichkeit, unter Anwesenheit anderer Familien. Aber auch im familiären Rahmen ist es für die Eltern unverständlich, wieso der Junge denn über die Vernunft nicht mehr erreicht werden kann, wenn er in Wut ist.

Schnell wird in der Arbeit mit Max deutlich, dass er außergewöhnlich klug zu sein scheint; so begreift er neue Spiele sehr schnell, kann ungemein verständlich beschreiben, was er denkt, ist schulisch überaus gut, besitzt Witz und verfolgt viele Interessen. Gut nachvollziehbar ist daher, dass die Eltern vornehmlich versuchen, ihn auf der kognitiven Ebene anzusprechen. Blitzschnell und scheinbar ohne logischen Grund schnell jedoch seine Erregung in frustrierenden Situationen nach oben und es fällt ihm schwer, sich ohne Hilfe und Regulation von außen zu beruhigen. Generell hat Max oft Mühe auszudrücken, was er fühlt – was er denkt, kann er gut in Worte fassen, Gefühle dagegen nur in ruhigen Momenten einigermaßen benennen, in der Erregung gelingt ihm das nicht.

**Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.**

---

---

---

## DIE REDAKTION EMPFIEHLT

---

BEZIEHUNG

### **Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?**

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

GESELLSCHAFT

### **Das Spiel mit der Psychose**

Immer mehr Computerspiele setzen sich differenziert mit psychischen Störungen auseinander. Was bedeutet das für die öffentliche Wahrnehmung?

BEZIEHUNG

## Sich wieder nah sein

Viele Partner entfernen sich im Laufe ihrer Beziehung voneinander. Die emotionsfokussierte Paartherapie zeigt, wie sie wieder zueinander finden.

# MEISTGELESEN

## **1** LEBEN

### **Habe ich Borderline?**

Elinor Greenberg beschreibt die narzisstische und die Borderline-Persönlichkeitsanpassung als Reaktion auf unerfüllte kindliche Grundbedürfnisse.

## **2** GESELLSCHAFT

### **Passiv-aggressiv?**

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.

## **3** LEBEN

### **Ruhe im Kopf**

Sorgenschleifen können sich verselbstständigen und großen Einfluss auf unser Leben haben.