

Trotz und Trotzigkeit



Wissensmanagement » Diese Seite ist der Kategorie [Konfliktphänomene](#) des [Archivs](#) in der Wiki-Abteilung [Wissen](#) zugeordnet. Eine logische Verknüpfung erfolgt mit der Rubrik [Konflikt](#), also dem 6. Buchabschnitt des [Fachbuchs Mediation](#) und den [Konfliktphänomenen](#)

[Konflikt](#) Trotzigkeit xxx xxx [Eintrag Wikisuche](#)

Trotz ist ein Verhalten im Konflikt, das oft von starken Emotionen und inneren Konflikten geprägt ist. Es kann in verschiedenen Formen auftreten und sowohl individuelle als auch zwischenmenschliche Beziehungen beeinflussen. Ein tieferes Verständnis der zugrunde liegenden Gefühle, Gründe und Ausdrucksformen von Trotz kann dazu beitragen, Konflikte besser zu verstehen und konstruktive Lösungen zu finden.

Gefühle im Hintergrund

Trotz als Verhalten im Konflikt kann von einer Vielzahl von Gefühlen motiviert sein, darunter Frustration, Wut, Enttäuschung, Unsicherheit und Verletztheit. Diese Emotionen können aus verschiedenen Quellen stammen, wie unerfüllten Bedürfnissen, ungelösten Konflikten, mangelndem Verständnis oder ungerechten Behandlungen. Der Trotz kann eine Reaktion auf das Gefühl sein, nicht gehört, respektiert oder ernst genommen zu werden.

Gründe für Trotz

Die Gründe für Trotz im Konflikt können vielfältig sein und von individuellen Erfahrungen, Überzeugungen und Werten abhängen. Manchmal kann Trotz als Schutzmechanismus dienen, um sich vor weiteren Verletzungen zu schützen oder um die eigene Selbstachtung zu bewahren. In anderen Fällen kann er aus einem starken Wunsch nach Autonomie, Unabhängigkeit oder Gerechtigkeit resultieren. Einige Menschen zeigen Trotz, um ihre Stärke oder Überlegenheit zu demonstrieren und sich gegenüber anderen durchzusetzen.

In der menschlichen Entwicklung gibt es zwei markante Momente, in denen Trotz sichtbar wird. Der eine findet in der frühen Kindheit statt und wird umgangssprachlich als Trotzphase beschrieben. Der andere ist die Pubertät. *Wieking* weist darauf hin, dass die landläufige Bezeichnung *Trotzphase* oder *Trotzalter* keine Fachtermini sind. Der aufschlussreichere Fachbegriff spricht von der *Autonomiephase*. Und genau darum geht es in der Kindesentwicklung. Irgendwann merkt das Kind, dass es ja auch Entscheidungen treffen kann. Es strebt nach Selbstbestimmung und Autonomie. Bei dem Bestreben wird es auf Grenzen stoßen. Sie können in der eigenen Unfähigkeit oder auch in einer allzu autoritären Beschränkung seitens der Eltern begründet sein. Die Situation provoziert eine Reaktanz.

Das Ausleben der Selbstbestimmung und Autonomie ist nicht immer möglich. Manchmal klappt es einfach nicht, in anderen Fällen übersteigen Dinge einfach den Kompetenzen von Kindern. Das führt zu Frust. Vor allem wenn dem Kind wirklich alle Dinge abgenommen werden und es immer wieder die Rückmeldung erhält, dass es zu klein ist oder es Dinge einfach noch nicht kann. Das Kind ist davon gefrustet, für diesen Zustand des Frusts gibt es einen Fachbegriff aus der Psychologie; die Reaktanz. Diesen Begriff wollen wir und genauer anschauen.

[Wieking \(Trotzphase, Trotzalter und die Autonomiephase\)](#) - 2024-03-11

Ausdrucksformen von Trotz

Trotz wird als ein infantiles Verhalten beschrieben, das auch bei Erwachsenen vorkommen kann.¹ Es ist ein Ausdruck von Widerstand, Rebellion oder Ungehorsam. Trotz kann sich auf verschiedene Weise im Konflikt manifestieren, darunter stures Verhalten, Widerstand, Widerspenstigkeit, Ignoranz oder passiv-aggressives Verhalten. Diese Ausdrucksformen können verbal oder nonverbal sein und dazu dienen, Unmut, Unzufriedenheit oder Ablehnung auszudrücken. Manchmal kann Trotz auch in Form von Rückzug oder Isolation auftreten, wenn eine Person sich aus dem Konflikt zurückzieht, anstatt sich aktiv zu beteiligen.

Wie Trotz zustande kommt

Trotz im Konflikt entsteht oft als Reaktion auf wahrgenommene Ungerechtigkeiten, Missverständnisse oder ungelöste Probleme. Er kann sich entwickeln, wenn Menschen das Gefühl haben, dass ihre Bedürfnisse nicht erfüllt werden, ihre Meinungen nicht respektiert werden oder ihre Grenzen verletzt werden. Aber auch, wenn sie die Emotions- und

Verhaltenskontrolle verlieren, wenn man sich nicht gehört oder wertgeschätzt fühlt, bei Überforderung, Angst vor Veränderung oder einfach nur falscher Stolz. Manchmal kann Trotz auch aus früheren Erfahrungen oder tief verwurzelten Überzeugungen resultieren, die das Verhalten und die Reaktionen einer Person beeinflussen. Insgesamt ist Trotz als Verhalten im Konflikt ein komplexes Phänomen, das von einer Vielzahl von Gefühlen, Gründen und Ausdrucksformen geprägt ist. Ein bewusstes Erkennen und Verständnis dieser Dynamik kann dazu beitragen, Konflikte konstruktiv anzugehen und nachhaltige Lösungen zu finden, die die Bedürfnisse und Perspektiven aller Beteiligten berücksichtigen.

Bedeutung für die Mediation

In einer Mediation kommt es zu folgender Situation:

Beispiel 16194 - In einer Trennungsmediation sagt die Frau, dass die Trennung nur erfolgte, weil der Mann fremd gegangen sei. Im Grunde hält sie die Beziehung noch für tragfähig. Der Mann äußert sich ähnlich. Die Frau, ein Herzmensch erwartet eine Gefühlsäußerung von ihrem Mann. Dazu ist der Kopfmensch jedoch nicht in der Lage. Der Mediator kann nicht zwischen der Herz- und der Kopfsprache übersetzen, sodass sich das Missverständnis über die Sichten auf die Beziehung in die Mediation hineinträgt. Die Situation eskaliert. Plötzlich verschränkt die Frau die Arme und Beine, wendet sich vom Ehemann ab, wirft den Kopf abschätzig nach oben und sagt: "Jetzt will ich erst recht nicht mehr".

Die Frau reagiert trotzig. Der Mann sieht ihre Bedürfnisse nicht. Auch der Mediator hat sie nicht herausstellen können. Die Frau deutet an, dass sie eigentlich schon die Beziehung fortsetzen würde. Weil sie sich emotional nicht gesehen fühlt, kommt es zur totalen Verweigerung, die schließlich auch zum Scheitern der Mediation beitrug. Das Beispiel zeigt nicht nur, wie wichtig es ist, die Bedürfnisse zu erkennen und zu artikulieren, sondern auch, dass und wie Trotz darauf hinweist, dass da irgendetwas übersehen wird. Bei Trotz ist es nicht das Gefühl, sondern das Verhalten das angesprochen werden sollte, weil es auf das verletzte Gefühl oder die Betroffenheit hinweist. **Verbalisieren** und **Hinterfragen** wären die Techniken, mit denen der Mediator die Situation auffangen kann. Hilfreich wäre es auch, die ganze Situation zusammenzufassen und die Divergenz von Kopf- und Herzsprache herauszustellen. Denn das markante an dem Fall war, dass sich im Grunde, jede Partei auf ihre Weise, also beide Eheleute für die Fortsetzung der Beziehung ausgesprochen haben.

Was tun wenn ...

- [xxx](#)
- [xxx](#)
- Weitere Empfehlungen im [Fehlerverzeichnis](#) oder im [Ratgeber](#)

→ [xxx](#) ↑ [Konfliktphänomene](#)

Hinweise und Fußnoten

Bitte beachten Sie die [Zitier](#) - und [Lizenzbestimmungen](#)

Bearbeitungsstand: 2024-03-12 06:35 / Version .

Alias: [Trotzigkeit](#)

Prüfvermerk: -

Weitere Beiträge zu dem Thema mit gleichen Schlagworten