

Weltzien · Fröhlich-Gildhoff · Rönna-Böse · Wünsche

Gefühl und Mitgefühl von Kindern

begleiten und fördern

Eine Handreichung zur Umsetzung des Orientierungsplans
für Kindertageseinrichtungen in Baden-Württemberg



HERDER

Gefühl und Mitgefühl

von Kindern begleiten und fördern

Die **Kopiervorlagen** des Buchs finden Sie als kostenlosen Download direkt beim Produkt auf herder.de (www.herder.de/kindergarten-paedagogik-shop/gefuehl-und-mitgefuehl-von-kindern-begleiten-und-foerdern-kartonierte-ausgabe/c-26/p-6613/).



© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2016
Alle Rechte vorbehalten
www.herder.de

Layout, Satz und Gestaltung: Uwe Stohrer, Freiburg
Umschlagbild und Zeichnung auf Seite 3: Klara Killeit
Fotos im Innenteil: Harald Neumann, Freiburg

Herstellung: Graspo CZ, Zlín
Printed in the Czech Republic

ISBN Print 978-3-451-37614-6
ISBN E-Book (PDF) 978-3-451-80865-4

Dörte Weltzien / Klaus Fröhlich-Gildhoff / Maike Rönna-Böse / Michael Wünsche

Gefühl und Mitgefühl

von Kindern begleiten und fördern

Eine Handreichung zur Umsetzung des Orientierungsplans
für Kindertageseinrichtungen
in Baden-Württemberg



HERDER 

FREIBURG · BASEL · WIEN

Worte vorweg

Liebe Leserinnen und Leser,

Mitgefühl tut gut. Wie lernt ein Kind, sich in die Gefühle und Denkweisen anderer hineinzuversetzen? Wie lernt es, seine Gefühle selbst zu steuern und zu regulieren? Kita-Teams wissen, wie bedeutsam Zuwendung und Warmherzigkeit sind, was Anerkennung und Ermutigung bewirken, wie ihre Haltung und ihr eigenes Wertegerüst Kinder beim Erwerb von Einfühlungsvermögen unterstützen. „Die Beziehung ist der wichtigste Schutz- und Wirkfaktor für die Entwicklung eines Kindes“, führt das Autorenteam aus und verweist u.a. auf den baden-württembergischen Orientierungsplan.

„Gefühl und Mitgefühl“ gehört als eines der sechs Bildungs- und Entwicklungsfelder zum verbindlichen Teil des Orientierungsplans.

Das Kultusministerium dankt dem Autorenteam der Evangelischen Hochschule Freiburg für die spontane Zusage, die Handreichung zu entwickeln. Den Ausrinnen und Autoren ist es hervorragend gelungen, ein fundiertes Theorie-Praxis-Geflecht einer emotionsbewussten Pädagogik zu weben. Dabei sind sie stärkenorientiert vorgegangen und geben Impulse zur bestmöglichen Begleitung und Förderung von Gefühl und Mitgefühl.

Die 10 Qualitätsmerkmale auf dem Weg zu einer emotionsbewussten Pädagogik, die sie erarbeitet haben, sind in jeder Hinsicht ein ausgezeichnetes Gerüst für Qualitätsentwicklungsprozesse. Sie unterstützen das professionelle Handeln jeder einzelnen pädagogischen Fachkraft, die Kita-Teams und die Träger und tragen zur emotionalen Achtsamkeit aller Beteiligten bei. Kitas schaffen in einem Klima des Vertrauens zusammen mit den Familien die Voraussetzungen für emotionale Intelligenz. Möge die Handreichung helfen, Gefühl und Mitgefühl so zu unterstützen, dass Gleichgültigkeit vermindert, Verantwortung für das eigene Tun erhöht, Mitmenschlichkeit und soziales Miteinander gefördert werden.

Stuttgart, Juni 2016

Christa Engemann
Ministerialrätin

Inhalt

Worte vorweg	4
Einführung	7
10 Qualitätsmerkmale einer emotionsbewussten Pädagogik	9
1 Theoretische Grundlagen	10
2 Wahrnehmen – Verstehen – Planen – Gestalten – Reflektieren: Grundlagen des pädagogischen Handelns	28
3 Qualitätsmerkmale einer emotionsbewussten Pädagogik	34
3.1 Qualitätsmerkmal: Eigene Gefühle reflektieren, verstehen und ausdrücken	36
3.2 Qualitätsmerkmal: Gemeinsame Haltung zum Umgang mit Gefühlen im Team entwickeln	43
3.3 Qualitätsmerkmal: Gefühle der Kinder beobachten und analysieren	53
3.4 Qualitätsmerkmal: Mit Gefühlen im kulturellen und familiären Kontext umgehen	61
3.5 Qualitätsmerkmal: Kindern Anerkennung und Geborgenheit bieten	71
3.6 Qualitätsmerkmal: Kindern in ihrem Spiel Autonomie und Selbstwirksamkeit ermöglichen	78

3.7	Qualitätsmerkmal: Gefühl und Mitgefühl in der Kommunikation ausdrücken, rückmelden, stärken, regulieren	85
3.8	Qualitätsmerkmal: Mitgefühl für andere entwickeln – Empathiefähigkeit und prosoziales Verhalten fördern	92
3.9	Qualitätsmerkmal: Gefühl und Mitgefühl in Routinen und Ritualen Raum geben	104
3.10	Qualitätsmerkmal: Schwierigkeiten bewältigen – Gefühle als Ausdruck der innerseelischen Zustände begreifen und begleiten	113
4	Nicht alles auf einmal: Wie sich Handlungskompetenzen weiterentwickeln	124
4.1	Stärkenanalyse: Wie wir in unserer Kindertageseinrichtung Gefühl und Mitgefühl begleiten und fördern	124
4.2	Den Blick auf die eigene Handlungspraxis schärfen	128
4.3	Teambezogene Fortbildungen: Handlungskompetenzen in speziellen Bereichen von Gefühl und Mitgefühl vertiefen	135
	Literaturverzeichnis	138
	Über die Autoren	145

Einführung

Als wir Anfang 2016 vom Kultusministerium Baden-Württemberg gebeten wurden, eine Handreichung zum Bildungs- und Entwicklungsfeld „Gefühl und Mitgefühl“ zu erstellen, haben wir als Autorenteam an der Evangelischen Hochschule Freiburg spontan zugesagt.¹ Aus unserer Sicht gilt dieser Themenbereich im pädagogischen Handlungsfeld von Kindertageseinrichtungen als zentraler Bestandteil. Die achtsame und sensible Begleitung von „Gefühl und Mitgefühl“ im Kindesalter gehört zu den pädagogischen Kernaufgaben und hat großen Einfluss auf die weitere kindliche Entwicklung. So ist es das wesentliche Ziel dieser Handreichung, aktuelle theoretische Grundlagen aufzubereiten und Möglichkeiten aufzuzeigen, wie sich pädagogische Handlungspraxis daran ausrichten und zu einer emotionsbewussten Pädagogik weiterentwickeln kann.

Auf der Grundlage umfassender und aktueller theoretischer Erkenntnisse (Kapitel 1) zur Entwicklung des kindlichen Selbst, den damit verbundenen Entwicklungsaufgaben und Einflussfaktoren sowie zur Entwicklung emotionaler Kompetenzen (Gefühlsregulation, Differenzierung von Gefühlsausdrücken, Gefühle verstehen) wurden in der vorliegenden Handreichung zehn Qualitätsmerkmale einer Pädagogik erarbeitet, die die bestmögliche Begleitung und Förderung von „Gefühl und Mitgefühl“ zum Ziel haben. Diese Qualitätsmerkmale folgen einer inneren Logik, die die Kompetenzentwicklung in Kindertageseinrichtungen als Prozessmodell beschreibt (Kapitel 2). Für die Weiterentwicklung des Wissens und Könnens sind danach eine genaue Beobachtung und Analyse des kindlichen Verhaltens, das darauf aufbauende planvolle Handeln sowie die anschließende Reflexion und Evaluation wesentliche Bestandteile.

Diese Logik zieht sich durch die einzelnen Qualitätsmerkmale (Kapitel 3), wobei jeweils einzelne Aspekte dieses Prozesses im Vordergrund stehen. Bei den Qualitätsmerkmalen 3.1 bis 3.4 geht es zunächst darum, Gefühle zu erkennen und zu verstehen. Themen wie der eigene biografische Zugang (3.1), die Entwicklung einer gemeinsamen Haltung auf Teamebene (3.2), die systematische Beobachtung und Dokumentation (3.3) sowie

¹ Wir möchten uns an dieser Stelle herzlich bei Christa Engemann, Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg, Referat Grundschulen, Kindergärten, Kleinkindbetreuung und -bildung, für die Idee zu dieser Handreichung und für ihre wertvollen Hinweise bedanken.

Aspekte der kulturellen Vielfalt (3.4) stehen im Vordergrund. Bei den Qualitätsmerkmalen 3.5 bis 3.9 rückt stärker die Frage in den Fokus, wie die emotionale Entwicklung der Kinder im Kita-Alltag konkret begleitet und gefördert werden kann. Hierbei spielen wichtige Aspekte der kindlichen Entwicklung – Anerkennung und Geborgenheit (3.5), Autonomie und Selbstwirksamkeit (3.6), Rückmelden und Stärken (3.7), Empathiefähigkeit und prosoziales Verhalten (3.8) – sowie die bewusste Gestaltung von täglichen Routinen und Ritualen (3.9) eine Rolle. Auf die Frage, wie mit Gefühlen in herausfordernden und konfliktreichen Situationen feinfühlig umgegangen werden kann, wird im abschließenden Qualitätsmerkmal (3.10) eingegangen.

Anschließend werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie das Themenfeld „Gefühl und Mitgefühl“ in der Qualitäts- und Teamentwicklung Schritt für Schritt Raum finden kann. Zunächst wird eine Stärkenanalyse vorgestellt (4.1), anschließend geht es um Verfahren, die den Blick für die eigene Handlungspraxis schärfen können (4.2). Darüber hinaus werden Hinweise gegeben, in welcher Weise Handlungskompetenzen in speziellen Bereichen von „Gefühl und Mitgefühl“ vertieft werden können (4.3).

Alle Qualitätsmerkmale setzen an der Praxis an – der Zusammenarbeit auf Teamebene, der pädagogischen Arbeit mit Kindern und der Zusammenarbeit mit Eltern sowie der (emotionalen) Verknüpfungen der unterschiedlichen Handlungsebenen. Zunächst wird für jedes Qualitätsmerkmal ein Praxisbeispiel beschrieben und einer fachlichen Reflexion unterzogen, anschließend werden konstruktive Entwicklungsmöglichkeiten für die Praxis zu diesem Qualitätsmerkmal entwickelt. Diese können gemeinsam im Team diskutiert und vor dem Hintergrund der eigenen Praxis reflektiert werden. Zum Einsatz kommen dabei auch die **Kopiervorlagen**, die als kostenloser Download direkt beim Produkt auf [herder.de](https://www.herder.de) (<https://www.herder.de/kindergarten-paedagogik-shop/gefuehl-und-mitgefuehl-von-kindern-begleiten-und-foerdern-kartonierte-ausgabe/c-26/p-6613/>) zur Verfügung stehen.

Die Nutzungsmöglichkeiten dieser Handreichung sind vielfältig: Sie kann in der Aus- und Weiterbildung als Grundlagenlektüre hilfreich sein (z.B. theoretische Grundlagen in Verbindung mit Praxisbeispielen); sie kann aber auch – anknüpfend an die konkreten Erfahrungen aus dem eigenen pädagogischen Alltag – anwendungsorientiert in Teamsitzungen oder Fallbesprechungen Verwendung finden und das Erfahrungswissen einer fachlichen Reflexion zugänglich machen, die mit theoretischen Erkenntnissen bereichert wird. Eine weitere Möglichkeit, die Handreichung zur fachlichen Weiterentwicklung zu nutzen, besteht auch darin, gezielt nach Themenfeldern oder spezifischen Aspekten der emotionalen Entwicklung im Kindesalter zu suchen.

10 Qualitätsmerkmale einer emotionsbewussten Pädagogik

- 1.** Eigene Gefühle reflektieren, verstehen und ausdrücken
- 2.** Gemeinsame Haltung zum Umgang mit Gefühlen im Team entwickeln
- 3.** Gefühle der Kinder beobachten und analysieren
- 4.** Mit Gefühlen im kulturellen und familiären Kontext umgehen
- 5.** Kindern Anerkennung und Geborgenheit bieten
- 6.** Kindern in ihrem Spiel Autonomie und Selbstwirksamkeit ermöglichen
- 7.** Gefühl und Mitgefühl in der Kommunikation ausdrücken, rückmelden, stärken, regulieren
- 8.** Mitgefühl für andere entwickeln – Empathiefähigkeit und prosoziales Verhalten fördern
- 9.** Gefühl und Mitgefühl in Routinen und Ritualen Raum geben
- 10.** Schwierigkeiten bewältigen – Gefühle als Ausdruck der innerseelischen Zustände begreifen und begleiten

1 Theoretische Grundlagen

In diesem Kapitel werden die wissenschaftlichen Grundlagen dargestellt, um die Entwicklung von „Gefühl und Mitgefühl“ und die unterschiedlichen Ausdrucksformen von Gefühlen, aber auch das Mitfühlen mit anderen in den Kontext einordnen zu können. Dazu werden zunächst in Abschnitt 1.1 kurz die wichtigsten Themen und Aufgaben benannt, die für Kinder im Alter bis zu sechs Jahren eine zentrale Bedeutung haben. Daran anschließend wird in Abschnitt 1.2 ausführlich auf die vorliegenden Erkenntnisse zur Entwicklung emotionaler Kompetenz – also der Fähigkeit zur Regulation von Gefühlen, zur Differenzierung verschiedener Ausdrucksformen von Gefühlen und zum Verständnis der Gefühlszustände anderer – eingegangen.

1.1 Der weitere Blick: Kindliche Entwicklungsthemen

Entwicklungspsychologen gehen vom Bild des Kindes aus, das von Geburt an aktiv mit seiner Umwelt, vor allem seinen Bezugspersonen, in Kontakt tritt; man spricht vom „kompetenten Säugling“ (Dornes 2009)². Auch der Orientierungsplan für Bildung und Erziehung geht vom selbst-aktiven Kind aus (Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg 2014). Die dabei gemachten (Interaktions-)Erfahrungen sind die Grundlage für die Bildung innerseelischer Strukturen, die dann für die weitere Welt-Begegnung des Kindes handlungsleitend sind. Dabei kommt es auf eine möglichst gute „Passung zwischen Kind und Bezugspersonen“ (Resch 2004, S. 37; Ahnert 2004) an. Wichtige Variablen in diesen frühen Interaktionsprozessen sind unter anderem Empathie und „Feinfühligkeit“ (Ainsworth et al. 1978), das Ermöglichen von Regelmäßigkeit, das adäquate Spiegeln der Lebensäußerungen des Kindes und die entsprechende „soziale Rückversicherung“ (Petermann & Wiedebusch 2003).

Sechs Faktoren haben für den Aufbau der grundlegenden Selbst-Struktur eine besondere Bedeutung – sie können auch als zentrale Entwicklungsaufgaben oder -themen angesehen werden. Die hierbei gemachten Erfahrungen sind Entwicklungsdimensionen, die dann im Weiteren maßgeblich die Kind-Umwelt-Interaktion prägen:

² Zusammenfassende Überblicke finden sich für den Bereich der Entwicklungspsychologie z.B. bei *Rauh (2008)* oder *Fröhlich-Gildhoff (2016)* und für die Pädagogik z.B. bei *Stamm & Edelmann (2013)*.



(1) Der Aufbau einer innerseelischen Struktur (Selbst)

Über den Aufbau sensumotorischer Schemata und die zunehmende Bildung eines gegliederten, zusammenhängenden Systems von kognitiv-emotionalen Schemata wird eine innerseelische Struktur aufgebaut: Aus den frühen Erfahrungen eines Kindes mit eigenen inneren Zuständen und mit der Außenwelt erfolgt die Bildung innerseelischer Ordnungsmuster, also der inneren Struktur („Kern der Persönlichkeit“), die die Grundlage für die Weltbegegnung darstellt und somit handlungsleitend ist (ausführlich: Stern 1992, 1995; Fröhlich-Gildhoff 2016).

(2) Das Erfahren einer sicheren Bindung und der Aufbau von entsprechenden Bindungsrepräsentationen

Aus den Interaktionserfahrungen mit den Bezugspersonen entstehen innere Abbilder von Bindungserfahrungen, die wiederum das Beziehungsverhalten des Kindes zu anderen Menschen prägen; schon mit circa 18 Monaten lassen sich sicheres, unsicheres und desorganisiertes Bindungsverhalten unterscheiden (z.B. Grossmann & Grossmann 2004; Ahnert 2004). Eine wesentliche Variable für die Entwicklung der Bindungsrepräsentationen ist – wie bereits genannt – die „Feinfühligkeit“ (Ainsworth et al. 1978) der Bezugspersonen: die Fähigkeit, die Signale des Kindes (1) wahrzunehmen, (2) richtig zu interpretieren sowie (3) prompt und (4) angemessen zu beantworten.

(3) Die Entwicklung emotionaler Kompetenz

Eine besondere Bedeutung hat die Unterstützung kindlicher Emotionsregulation und Affektabstimmung – und damit der Auf- und Ausbau von physiologischen und affektiven Regulationsfertigkeiten und später eines differenzierten Emotionsspektrums (Petermann & Wiedebusch 2003; Papoušek et al. 2004).

(4) Der Aufbau sozialer Kompetenz und die soziale Perspektivenübernahme

Eine wichtige Voraussetzung für die Lösung sozialer Konflikte, aber auch für die angemessene Selbstbehauptung ist die Wahrnehmung und Interpretation sozialer Situationen. Dabei handelt es sich um einen Prozess, der vom Erkennen von Verhaltensweisen über deren Interpretation zur Reaktionssuche, zur Reaktionsentscheidung und dann -umsetzung verläuft. Soziale Kompetenz basiert also auf einer möglichst angemessenen, „unverzerrten“ Verarbeitung der Informationen in sozialen Situationen (Crick & Dodge 1994). „Empathie, d.h. das Vermögen, sich in andere Personen hineinversetzen zu können, ihre Gedanken nachvollziehen und ihre Gefühle identifizieren und nachempfinden zu können,

ist eine wesentliche Voraussetzung für adäquates Verhalten in zahlreichen sozialen Interaktionen“ (Aßhauer et al. 1999, S. 13). Voraussetzung für das Entwickeln von Empathie ist die Fähigkeit zur Perspektivenübernahme (siehe Seite 22).

(5) Das Erleben von Kontrolle und Selbstwirksamkeit

Entsprechend der Erfahrungen, die ein Individuum insbesondere in den ersten Lebensjahren macht, „entwickelt es eine Grundüberzeugung darüber, inwieweit das Leben einen Sinn macht, ob Vorausssehbarkeit und Kontrollmöglichkeit besteht, ob es sich lohnt, sich einzusetzen und zu engagieren [...] Diese lebensgeschichtlichen Erfahrungen führen zu bestimmten Erwartungen, in welchem Ausmaß dieses Grundbedürfnis befriedigt wird“ (Grawe 1998, S. 350). Auch das Kontrollerleben wird über (Beziehungs-)Erfahrungen von Regelmäßigkeit und Verlässlichkeit aufgebaut. Wenn das (junge) Kind erlebt, dass seine Bedürfnisse und Äußerungen wahrgenommen und beantwortet werden und Abläufe, zum Beispiel beim Einschlafritual, weitestgehend gleichartig verlaufen, kann es Verständnis für die Außenwelt – im Besonderen die soziale Umwelt – entwickeln und entsprechende Schemata aufbauen. Auf diese Weise entstehen ein Grundgefühl von Sicherheit und die Grundüberzeugung, dass eigene Handlungen zu Wirkungen führen. Selbstwirksam zu sein heißt, aufgrund bisheriger Erfahrungen auf seine Fähigkeiten und verfügbaren Mittel vertrauen zu können und davon auszugehen, ein bestimmtes Ziel auch durch Überwindung von Hindernissen am Ende tatsächlich erreichen zu können. Eine große Bedeutung haben dabei die Erwartungen, ob das eigene Handeln zu Effekten führt oder nicht. Diese Erwartungen steuern schon im Vorhinein das Herangehen an Situationen und Aufgaben und damit auch die Art und Weise der Bewältigung und führen so oftmals zu einer Bestätigung des eigenen Selbstwirksamkeitserlebens.

(6) Der Aufbau von frühen Denk- bzw. Problemlösungskompetenzen

Kinder bauen schon früh erste Problemlösekompetenzen auf, die über das „einfache“ Versuch-Irrtum-Verhalten hinausgehen. Im Ausprobieren, aber auch durch die Rückmeldungen von Erwachsenen/Älteren werden – zunächst einfache – Probleme erkannt, analysiert und dann die zur Lösung vorhandenen Mittel zunehmend gezielt(er) erprobt. Unter entwickelter Problemlösekompetenz wird die Fähigkeit verstanden, „komplexe, fachlich nicht eindeutig zuzuordnende Sachverhalte gedanklich zu durchdringen und zu verstehen, um dann unter Rückgriff auf vorhandenes Wissen Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln, zu bewerten und erfolgreich umzusetzen“ (Leutner et al. 2005, S. 125).

1.2 Der engere Blick: Die Entwicklung von Emotionen und emotionaler Kompetenz

Begrifflich werden oft „Emotionen“ und „Affekte“ unterschieden. Dabei deckt sich der Begriff der Emotion am ehesten mit dem alltagssprachlichen Begriff des Gefühls. Emotion meint immer:

- Einen körperlichen (physiologischen) Erregungs- oder Spannungszustand, wobei dieser Erregungszustand für die meisten zentralen Emotionen ähnlich ist: Wenn starke Angst oder starke Wut besteht, so sind gleichermaßen der Pulsschlag und der Blutdruck erhöht, der Hautwiderstand verändert etc.
- Eine kognitive Dimension: Die Erregung muss mit einer Gefühlsdimension bzw. -bezeichnung – Angst, Wut, Freude etc. – gekoppelt werden.
- Einen Verhaltensaspekt: Emotionen drücken sich durch Mimik und Gestik aus.

Der Begriff Affekt bezieht sich dagegen nur auf den körperlichen und den seelischen Erregungszustand, der die jeweilige Emotion begleitet. Affekt ist nicht an eine emotionale Qualität (ein Gefühl) gebunden, sondern unspezifisch.

Emotionale Kompetenz umfasst die Fähigkeit,

- die eigenen Gefühle zu differenzieren und sich seiner eigenen Gefühle zunehmend bewusst zu sein,
- Gefühle mündlich und sprachlich zum Ausdruck bringen (und kommunizieren) zu können,
- Gefühle eigenständig regulieren zu können (also die Fähigkeit, Emotionen herzustellen und aufrechtzuerhalten, deren Intensität und Dauer zu modulieren und zu kontrollieren sowie die begleitenden physiologischen Prozesse und Verhaltensweisen zu beeinflussen),
- die Gefühle anderer Personen zu erkennen und zu verstehen (Empathie).

Emotionale Kompetenz entwickelt sich aus der zunehmenden Fähigkeit zur Affektregulation und Affektdifferenzierung. Sie steht in einem positiven Zusammenhang mit allgemeiner Lebenszufriedenheit, körperlicher und seelischer Gesundheit, dem Ausmaß und der Intensität sozialer Beziehungen sowie dem Schulerfolg. Andersherum zeigen „die Ergebnisse zum Zusammenhang zwischen emotionalen Fertigkeiten und Entwicklungsrisiken (...), dass Kinder, die Probleme haben, ihre eigenen Gefühle auszudrücken und zu regulieren oder die Gefühle anderer richtig zu interpretieren, häufiger Verhaltensstörungen entwickeln. Eine frühe Förderung emotionaler Fertigkeiten im Kindesalter kann das Auftretensrisiko solcher Störungen vermindern“ (Petermann & Wiedebusch 2003, S. 20).