

Sozialemotionale Förderung in der Kita. Vom Projektleitfaden zum Qualitätsmerkmal

Stella Valentien

ABSTRACT

Der Fachtext behandelt methodisch-didaktische Zugänge zur Unterstützung und Förderung der sozial-emotionalen Entwicklung drei bis sechsjähriger Kinder in der Kindertagesbetreuung. Nach einer Zusammenfassung der Bedeutung emotionaler Kompetenzen für die Persönlichkeitsentwicklung und den Bildungserfolg sowie von Informationen zur sozial-emotionalen Entwicklung werden entwicklungsfördernde Methoden und Materialien für den Einsatz im pädagogischen Alltag vorgestellt. Am Beispiel der Projektarbeit wird eine Möglichkeit aufgezeigt, wie Inhalte und Methoden dauerhaft und qualitativvoll in der Arbeit etabliert werden können.

GLIEDERUNG DES TEXTES

1. Emotionen – Ein wesentlicher Bestandteil unserer Persönlichkeit
 - 1.1 Emotionen und emotionale Kompetenzen
 - 1.2 Die Entwicklung emotionaler Kompetenzen
2. Förderung sozial-emotionaler Kompetenzen im Kindergartenalter
 - 2.1. Grundbedingungen der Förderung
 - 2.2. Methodik und Materialien
 - 2.3. Methoden sozial-emotionaler Förderung nachhaltig in die Arbeit integrieren
3. Fragen und weiterführende Informationen
 - 3.1. Fragen und Aufgaben zur Bearbeitung des Textes
 - 3.2. Literatur und Empfehlungen zum Weiterlesen
 - 3.3. Glossar

INFORMATIONEN ZUR AUTORIN

Stella Valentien ist Diplom-Pädagogin mit dem Schwerpunkt Kleinkindpädagogik. Sie hat langjährige Erfahrung in der Aus- und Weiterbildung von ErzieherInnen und ist als Koordinatorin des Projektes **Kindergarten plus** der Deutschen Liga für das Kind tätig. Ihre Themenschwerpunkte sind sozialemotionale Entwicklung, Sprachentwicklung und -förderung sowie Qualität in der Tagesbetreuung im Bereich Kinder unter drei Jahren.

1. Emotionen: Ein wesentlicher Bestandteil unserer Persönlichkeit

Unsere Alltagssprache weist auf die Bedeutung von Emotionen hin. Täglich und selbstverständlich nutzen wir Begriffe, die auf das aus dem Lateinischen stammende Wort „emovere“ (herausbewegen, emporwühlen) zurückgehen: „Emotionalität“, „emotional“ oder „sozial-emotional“. Auch Wortneuschöpfungen wie der Begriff „emoticons“ für die in Mitteilungen über soziale Medien gebrauchten „Gefühlsgesichter“ oder die Bezeichnung „Emos“ für eine Subgruppe der Jugendkultur sind geläufig. Dass Emotionen einen wesentlichen Bestandteil unserer Persönlichkeit bilden, belegt auch die Forschung. Emotionen sind, wie Studien zeigen, ein menschlich-universelles Erbe und ein Teil unseres genetischen „Make-Ups“.

1.1 Emotionen und emotionale Kompetenz

Emotionale und soziale Kompetenzen sind miteinander eng verknüpft

Emotionen (→ Glossar) werden in diesem Text als Gefühlszustände verstanden, die Reaktionen auf aktuelle Ereignisse oder Situationen darstellen. Dabei kann auch allein die Vorstellung von Ereignissen die zugehörige Emotion auslösen. Emotionen sind nicht willkürlich kontrollierbar. Sie sind mit Ideen, Werten und Bewertungen verknüpft und unterliegen, da wir sie auch sprachlich ausdrücken können, einer kognitiven Bewertung. Emotionen unterscheiden sich von Stimmungen, die als mehr diffuse Gefühlserlebnisse betrachtet werden in denen sich die Gesamtbefindlichkeit ausdrückt. (vgl. Sendera, 2011).

Die Art wie wir in Beziehung zur Welt treten, unser Denken und Handeln und alle menschlichen Begegnungen sind stets von Emotionen geprägt. Um sozial kompetent zu handeln und Beziehungen konstruktiv zu gestalten, sind personale Fähigkeiten unabdingbar. Zu diesen gehören das Wissen, welche Gefühle einen selbst bewegen, die Kompetenz, den Emotionsausdruck des anderen richtig interpretieren und Emotionen regulieren zu können. Diese Fähigkeiten sind eine wichtige Basis für Kommunikation und Kooperation. Soziale Kompetenzen entwickeln sich aufbauend und in enger Verknüpfung mit den emotionalen Kompetenzen (vgl. Pfeffer, 2012).

Emotionen und Gefühle, wo liegt der Unterschied?

In der Fachliteratur werden die Begriffe Emotion und Gefühl in vielen Veröffentlichungen synonym gebraucht, häufig aber auch mit unterschiedlichen Bedeutungen belegt. Eine exakte, Fach- oder Fachrichtungen übergreifende, Definition des Begriffs Emotion fehlt bis heute (vgl. Sendera, 2011). In diesem Beitrag wird einer weiten, oben darge-

Sozioemotionale Förderung in der Kita. Vom Projektleitfaden zum Qualitätsmerkmal

Stella Valentien

stellten Auffassung des Begriffs Emotionen gefolgt und die Bezeichnung Gefühl dann gewählt, wenn es sinnvoll erscheint, mehr auf das subjektive Erleben zu verweisen. Der Begriff "Gefühl" (engl. feeling) steht im Deutschen für eine enge Definition von Emotion, die die subjektive Erlebensqualität als ein Teil der Emotion in den Mittelpunkt rückt. Üblicherweise steht die Bezeichnung "Emotion" im Deutschen aber für eine weitere Auffassung und den Oberbegriff, der den körperlichen Zustand und das Ausdrucksverhalten mit einschließt. (...) Die mißverständliche Verwendung der Termini hat sowohl in der Vergangenheit als auch in der Gegenwart heftige Debatten ausgelöst." (Otto et al., 2000, S.11).

Emotionale Fähigkeiten sind wichtig für die Lebenszufriedenheit und stellen Schutzfaktoren dar

Studien belegen: Fähigkeiten im Umgang mit Emotionen stehen im direkten Zusammenhang mit der positiven Ausgestaltung persönlicher Beziehungen, einem erfolgreichen Berufsleben, der Gesundheit und Lebenszufriedenheit. So zeigt beispielsweise eine Studie von Collins und Nowicki (2001), dass die Fähigkeit, Emotionen im mimischen Ausdruck sowie in Stimmlagen von Mitschülern erkennen zu können mit signifikant besseren Schulleistungen einhergeht. Ladd, Birch und Buhs (1999) fanden heraus, dass Kinder, die häufig negative Emotionen und aggressive Verhaltensweisen zeigen, schlechter Sozialkontakte mit ihren Mitschülern knüpfen und daher weniger Unterstützung im Klassenverband erfahren. (vgl. Überblick bei Petermann & Wiedebusch, 2003)

Emotionen unterstützen uns dabei, Alltagsentscheidungen (z. B. morgens ein T-Shirt auszuwählen) zu treffen und im Tagesgeschehen aktiv und handlungsfähig zu bleiben. Andererseits beeinflussen sie auch Entscheidungen in Bereichen, die bedeutsam für unser gesamtes Leben sind (beispielsweise die Berufs- oder Partnerwahl). Emotionen lenken Handlungen in Richtung günstiger oder auch hindernder Entwicklungswege. Untersuchungen zeigen, dass geringe emotionale Kompetenzen Risikofaktoren z. B. für den Tabak- und Alkoholkonsum von Jugendlichen darstellen (Petermann & Wiedebusch, 2003).

Emotionswissen, Emotionsausdruck, Emotionsregulation sind Aspekte der emotionalen Kompetenz

Welche Fähigkeiten machen einen kompetenten Umgang mit Emotionen aus? Bereiche emotionaler Kompetenz beinhalten das Emotionswissen (sich seiner Gefühle und der anderer bewusst zu sein); den Emotionsausdruck (Gefühle mimisch-gestisch ausdrücken zu können und über ein angemessenes Emotionsvokabular zu verfügen) sowie die Emotionsregulation (Gefühle handhaben zu können). In theoretischen Konzepten zur emotionalen Kompetenz werden Aspekte emotionaler Fertigkeiten beschrieben (vgl. v. Salisch, 2002). Beispielsweise schlägt Carolyn Saarni acht wichtige Fertigkeiten emotionaler Kompetenz vor, die gebunden an kulturelle Kontexte zu sehen sind und auch den engen Bezug von Emotionalität und Interaktion in Beziehungen berücksichtigen.

Sozioemotionale Förderung in der Kita. Vom Projektleitfaden zum Qualitätsmerkmal

Stella Valentien

Die 8 Fertigkeiten der emotionalen Kompetenz

- *Bewusstheit über den eigenen emotionalen Zustand*
 - *Die Fähigkeit, Emotionen anderer Menschen zu erkennen*
 - *Die Fähigkeit, emotionales Vokabular (nonverbal und verbal) zu nutzen*
 - *Die Fähigkeit zur Empathie*
 - *Die Fähigkeit, zwischen innerem Erleben und äußerem Ausdruck eines Gefühls zu unterscheiden*
 - *Die Fähigkeit, mit belastenden Emotionen umzugehen*
 - *Die Bewusstheit, dass Beziehungen von emotionaler Kommunikation bestimmt werden*
 - *Die Fähigkeit emotionaler Selbstwirksamkeit*
- (Zusammenfassung d. V., vgl. Saarni, 2002)*

Sozial-emotionale Kompetenzen ermöglichen es, gesellschaftliche Werte umzusetzen

Wie wir mit Emotionen umgehen und uns im sozialen Miteinander verhalten, ist nicht nur eine Frage individueller Entwicklung oder familiärer Einflüsse. Auch die Werte und Ideale einer Gemeinschaft bedingen den Umgang miteinander und die Anforderungen an sozial-emotionale Kompetenzen der Gemeinschaftsmitglieder. In unserer Gesellschaft, die auf den Ideen der Menschenwürde und der Demokratie basiert, gelten die Meinungsfreiheit, das friedliche Lösen von Konflikten und der Schutz der Schwächeren als vereinbarte Grundlagen des Zusammenlebens. Fähigkeiten wie Selbstständigkeit und Verantwortungsgefühl, Urteilsfähigkeit oder in der Lage zu sein, zu kooperieren sind bei jedem Einzelnen gefragt. Dies bedeutet auch: In der frühen Kindheit den kompetenten Umgang mit Emotionen und die Entwicklung sozialer Kompetenzen zu unterstützen, fördert die Bildung von personalen Fähigkeiten, die ein demokratisches Miteinander in der Gesellschaft ermöglichen.

Emotionsentwicklung: Ein aktuelles Forschungsfeld

„Die in der Entwicklungspsychologie verwendeten theoretischen Modelle emotionaler Kompetenz, können nutzbar gemacht werden, um Handlungsansätze für die Praxis der Frühpädagogik in der institutionellen Tagesbetreuung zu entwickeln. Um die in der Psychologie verwendeten individualpsychologischen Ansätze auch auf Gruppenprozesse zu beziehen und einen fundierten Transfer in die Praxis zu ermöglichen, stellt sich die Herausforderung, über die emotionale Entwicklung im Kindheits- und Jugendalter noch genauere Kenntnis zu erlangen sowie bestehende theoretische Modelle zu überprüfen oder auch zusammenzuführen.“

(v. Salisch, 2002, S. 49).

Ab dem dritten Lebensmonat entwickeln sich die Basisemotionen

1.2 Die Entwicklung emotionaler Kompetenzen

Sozial-emotionale Kompetenzen entwickeln sich von Beginn des Lebens an sowie in der Interaktion mit anderen. Bereits in den ersten Lebensmonaten zeigen sich die Basisemotionen: Freude, Angst, Ärger, Traurigkeit, Überraschung und Interesse. In den verschiedenen Kulturen der Welt und auch beispielsweise bei blind geborenen Menschen kann das gleiche Ausdrucksverhalten beobachtet werden. Komplexere Emotionen wie Stolz, Scham, Empathie, Neid, Verlegenheit und Schuld bilden sich gegen Ende des zweiten Lebensjahres. Sie entstehen, sobald die sozialen Verhaltensmaßstäbe des Lebensumfelds vom Kind wahrgenommen werden können, die Fähigkeit zur Abgrenzung des Selbst erworben wurde und eigenes Verhalten in Beziehung zu den geltenden Regeln und Werten gesetzt werden kann. Im Laufe der Entwicklung werden Emotionen also zunehmend differenzierter und komplexer. Der Erwerb der Kompetenzen, die grundlegend benötigt werden, um mit der Vielfalt an (eigenen und fremden) Emotionen umzugehen, braucht mehrere Jahre. Der Umgang mit Emotionen kann auch im weiteren Leben immer wieder Herausforderung werden. Auch für Erwachsene ist es in emotional komplexen Situationen und beim Auftreten starker negativer Emotionen nicht immer einfach, emotional kompetent zu reagieren. Und doch kann diese Kompetenz auch später entwickelt und erweitert werden

Emotionale Kompetenzen nehmen zwischen dem dritten und fünften Lebensjahr zu.

Zunehmende sprachliche Kompetenzen helfen den Kindern ab dem dritten Lebensjahr, sich ihrer Gefühle bewusst zu werden und allmählich zu verstehen, durch welche Ursachen diese ausgelöst wurden. Es gelingt ihnen immer besser, emotional kompetent zu handeln und Emotionen in angemessener Form auszudrücken. Auch die Fähigkeit, die emotionale Perspektive des anderen einzunehmen und sich in ihn einzufühlen verbessert sich zunehmend. Multiple Emotionen zu unterscheiden, aber auch das bewusste Vortäuschen von Emotionen, gelingt Kindern dann mit ca. vier bis fünf Jahren.

Während in den ersten beiden Lebensjahren die Hauptbezugspersonen unentbehrlich sind, um Kinder bei der Regulation ihrer Emotionen zu unterstützen, entwickeln diese ab dem 3. Lebensjahr vermehrt eigene Strategien und beginnen autonomer mit Emotionen umzugehen (à Glossar).

Emotionen selbst regulieren zu können ist ein wichtige Entwicklungsaufgabe

Beispiele für Strategien der Emotionsregulation in der frühen Kindheit

Regulation von Unwohlsein: Daria, sechs Monate alt, liegt im Spielbereich auf dem Rücken vor dem Fenster. Sonnenstrahlen erregen ihre Aufmerksamkeit. Sie bewegt Arme und Hände, strampelt mit den Beinen. Nach einigen Minuten scheint die Sonne direkt in ihr Gesicht. Daria wendet den Kopf ab, es gelingt ihr jedoch nicht, sich von der Stelle zu bewegen. Sie beginnt an ihrer rechten Faust zu saugen, ein Schluckauf über-

Sozioemotionale Förderung in der Kita. Vom Projektleitfaden zum Qualitätsmerkmal

Stella Valentien

mannt sie. Als diese Versuche sich selbst zu beruhigen nicht mehr ausreichen, beginnt sie zu weinen. Hannes, ihr Bezugserzieher hört sie, geht zu ihr und spricht Daria mit beruhigender Stimme an: „Oh Daria, soviel Sonne. Du kannst gar nicht mehr richtig gucken. Ich nehme dich hoch und lege dich dorthin, wo du vor der Sonne geschützt bist.“ Daria, beendet ihr Weinen, schaut Hannes an und lässt sich ruhig aufnehmen.

Mit Wut umgehen: *Mirco und Alex, beide viereinhalb Jahre alt, streiten sich in der Bauecke ihrer Kindertageseinrichtung. Beide haben rote Köpfe, wirken sehr wütend. Als Tamara, die Gruppenerzieherin, vorschlägt, dass sie den Grund für ihren Streit besprechen sollten, schreit Mirco sie mit sich überschlagender Stimme an: „Lass mich in Ruhe!“ und stürmt aus dem Raum. Er verkriecht sich nebenan in der Lesecke. Ca. zehn Minuten später kommt er zurück. Er wirkt weniger wütend. Das „Aus der Situation gehen zu dürfen“ half ihm, sein inneres Gleichgewicht wiederzufinden. Tamara schaut ihn fragend an. Mirco geht zu ihr und sagt: „Der Alex rempelt mich immer mit Absicht an. Ich finde das so blöd!“. Als sie ihm erneut vorschlägt, den Vorfall mit Alex zu besprechen, willigt er ein.*

Neben der Eltern-Kind-Beziehung beeinflussen weitere Faktoren die sozial-emotionale Entwicklung

Die Eltern-Kind-Beziehung und das Erziehungsverhalten werden als wichtigste Faktoren für die sozial-emotionale Entwicklung angesehen (vgl. Friedlmeier, 1999; Casey & Fuller, 1994). Die Bezugspersonen des Kindes vermitteln Wissen über Emotionen sowie über die Art und Weise, wie man diese ausdrückt und reguliert. Ein Fehlen „emotionaler Vorbilder“, aber auch das Nichtzulassen oder unmittelbare Ablenken besonders von negativen Emotionen sowie eine fehlende Vermittlung von Strategien zur Emotionsregulation wirken sich ungünstig aus. Ein offener und von emotionaler Wärme geprägter Umgang mit Emotionen dagegen unterstützen die Persönlichkeitsbildung positiv. Koglin und Petermann (2006) benennen daneben weitere miteinander in Wechselwirkung stehende Faktoren: Das Temperament des Kindes, die Sprachentwicklung, frühe Verhaltensprobleme sowie die Beziehungen zu Gleichaltrigen.

Entwicklungsförderndes Erziehungsverhalten:

- eine warme, von Zuneigung geprägte Erziehungshaltung, die Kindern gleichzeitig durch Grenzen und Regeln Sicherheit bietet
- die eigenen Gefühle und die des Kindes wahrnehmen und zulassen
- sich differenziert über Gefühle austauschen
- konstruktive Strategien im Umgang mit belastenden Emotionen besprechen und vermitteln

(vgl. Koglin /Petermann, 2006)

2. Förderung sozial-emotionaler Kompetenzen im Kindergartenalter

2.1. Grundbedingungen der Förderung

Die Beziehungen zu den pädagogischen Fachkräften sowie zu den anderen Kindern der Gleichaltrigengruppe im Setting Kindertagesbetreuung eröffnen vielen Mädchen und Jungen die Möglichkeit, erste bedeutsame sozial-emotionale Erfahrungen auch außerhalb der Familie zu sammeln. Die Unterstützung der sozial-emotionalen Entwicklung in Kindertageseinrichtung und Kindertagespflege durch außerfamiliäre Bezugspersonen und pädagogische Fachkräfte wirkt dabei familienergänzend, manchmal auch kompensatorisch. In den zahlreichen Interaktionen während des Alltags können emotionale Fertigkeiten erweitert, geübt oder auch neu erworben werden. Dies gelingt besonders im Rahmen eines beziehungs- und dialogorientierten Ansatzes, in dem Gefühle thematisiert und respektiert sowie Konflikte konstruktiv bearbeitet werden. Dabei ist die Persönlichkeit der Fachkraft, ihr emotionales und soziales Vorbild, das wichtigste methodische Werkzeug. ErzieherInnen und Tageseltern nehmen innerhalb des Tages die emotionale Verfasstheit der Kinder wahr und gehen darauf ein. Sie sprechen mit den Kindern über ihre Gefühle. Sie unterstützen sie somit, Emotionswissen aufzubauen, Emotionen adäquat auszudrücken sowie geeignete Strategien zu finden, mit emotionaler Belastung umzugehen. Sozial-emotionale Förderung ist ein grundlegender Bestandteil der pädagogischen Arbeit und erfolgt in erster Linie integriert in alltäglichen Abläufen. Neben dieser alltagsintegrierten und am Dialog orientierten Förderung können auch über pädagogische Materialien und gezielt eingesetzte Fördermethoden Entwicklungsimpulse gegeben werden. Anregungen zu Aktivitäten schaffen Formate und geben eine Rahmung, innerhalb derer Kompetenzen in spielerischer Form geübt werden können.

Ein dialogorientierter Ansatz und ausgewählte Methoden fördern sozial-emotionale Kompetenzen

Aspekte entwicklungsfördernden Erziehungsverhaltens bezogen auf das Setting Kindertagesbetreuung:

- Eine warme, von Zuneigung geprägte Erziehungshaltung, die Kindern gleichzeitig durch Grenzen und Regeln Sicherheit bietet. Zu berücksichtigen sind u.a. der Bindungsaufbau und Feinfühligkeit im Umgang mit Kindern, adäquate Tagesstrukturen und Raumgestaltung.
- Ein differenzierter Austausch über Gefühle in denen die Themen der Kinder aufgegriffen werden. Z. B. in 1:1 Gesprächen und in Gruppengesprächen im Morgenkreis oder in Kleingruppen. Unterstützend können Bilderbücher, Spiele und weitere Materialien genutzt werden, die Emotionen zum Thema haben.

Sozioemotionale Förderung in der Kita. Vom Projektleitfaden zum Qualitätsmerkmal

Stella Valentien

- *Die eigenen Gefühle und die des Kindes wahrnehmen und zulassen. Dies setzt u.a. die fachlich kompetente Beobachtung des Verhaltens der Kinder sowie die Reflexion des eigenen emotionalen Erlebens und den kollegialen Austausch über den Umgang mit Emotionen voraus.*
- *Um konstruktive Strategien im Umgang mit belastenden Emotionen vermitteln zu können wird (entwicklungs)-psychologisches Wissen benötigt sowie methodisches Können beispielsweise in den Bereichen Konfliktbewältigung, Ärger-Management, Trauerarbeit sowie Umgang mit Ängsten.*

2.2. Methodik und Materialien

Die sozial-emotionale Förderung im Rahmen von Kindertagesbetreuung und Kindertagespflege ist eine Grundaufgabe aller pädagogischen Fachkräfte. Wichtige pädagogische Werkzeuge sind Dialogtechniken wie z.B. Ich-Botschaften, aktives Zuhören („Spiegeln“) oder der Einsatz von Mediationsstrategien. Weitere Instrumente sind in der Vielfalt einer ganzheitlichen frühpädagogischen Methodik zu finden, die über Bewegung, Musik und Rhythmus, mimisches und (körper)-gestisches Darstellen, künstlerisches Gestalten, die Nutzung von Bildmaterialien und Büchern etc. Zugänge und Erfahrungswege zu Emotionen eröffnen.

Emotionen „spielen“ zu können ist wichtig für die sozial-emotionale Entwicklung

Für den Elementarbereich stehen vielfältige Methoden und Materialien zur Verfügung, die helfen, das Thema Emotionen aufzugreifen und zu bearbeiten. Sowohl im gemeinsamen Dialog wie auch im Schutzraum des „So-tun-als-Ob“ können Emotionen „ins Spiel“ gebracht werden und emotionale Fertigkeiten geübt werden. Beispielsweise erfahren und trainieren Kinder in den von Generation zu Generation weitergegebenen Fang- und Versteckspielen, auch „Angst-Lust-Spiele“ genannt, spielerisch den Umgang mit einer Vielfalt von Gefühlszuständen wie Anspannung, Angst, Erwartung, Hoffen oder Triumph bis zu Enttäuschung, Neid oder Schadenfreude.

Förderung berücksichtigt das Entwicklungsalter

Simone Pfeffer (2002) stellt in einem offenen Konzept am Entwicklungsalter orientierte Fördermöglichkeiten vor. Die Vorschläge folgen einem ganzheitlichen Ansatz, der bei den jüngeren Kindern Körper- und Sinneserfahrungen als wichtige basale Fähigkeiten berücksichtigt, für alle Altersstufen die Bedeutung der Vorbildfunktion der Erziehenden betont und auch auf eine Verbesserung sprachlicher Kompetenzen abzielt. Im Schwierigkeitsgrad aufsteigend sollen emotionale Kompetenzen gezielt geübt und der Wortschatz in dem Bereich Emotionsvokabular erweitert und differenziert werden.

Sozioemotionale Förderung in der Kita. Vom Projektleitfaden zum Qualitätsmerkmal

Stella Valentien

Geeignete Materialien sind, auch gemeinsam mit den Kindern, einfach herzustellen

Grundlagenförderung (ab ca. drei Jahren)

- *Sinneswahrnehmung spielerisch schulen*
Z. B. Spüren: unterschiedliche Materialien in Fühlkisten „erfühlen“; Riechen, Schmecken: Obstsorten erkennen.
- *Differenzierte Körpererfahrungen ermöglichen*
Z. B. Körperumrissbilder malen, gegenseitige Massagen mit Tennisbällen, über „Kinder“-Yoga-Elemente Tiere darstellen, Entspannungsübungen in Form von (Tier-)Geschichten (körperlich) entwickelnd durchführen.
- *Sprache fördern*
Z. B. „Ich sehe was, was du nicht siehst“ spielen; gegensätzliche Grundbegriffe wie kleiner/größer spielerisch z.B. durch Lieder oder beim Sport erleben; Sprachhandeln und Satzarten (Aussage- Aufforderungs- und Fragesätze) spielerisch üben.
- *Emotionen bei sich kennen- und unterscheiden lernen; Grundlegende Emotionen benennen.*
Z. B. Gesprächsrunden mit und vermittelt über Kuschtiere oder mit und über Fotos der Kinder/Familienfotos führen.
- *Emotionen bei anderen erkennen und einordnen; Nonverbale Signale zuordnen*
Z. B. Karten mit eindeutigen Abbildungen von Emotionen nutzen, um diese zu erraten und darzustellen.

Aufbauende Förderung (ab ca. fünf Jahren)

- *Vertiefen der Themen.*
 - *Differenzierte sprachliche Formen schulen*
Z. B. Reime bilden, Antonyme finden.
 - *Mit komplexeren Emotionen umgehen; verschiedene Ausdrucksformen für Emotionen suchen; Abstufungen von Emotionen kennen und einordnen*
Z. B. Situationen benenne („ich habe meine Lieblingskette verloren“ usw.), die Kinder überlegen, welche Emotionen mit der Situation verbunden sein könnten; pantomimisch Steigerung von Emotionen darstellen.
 - *Problemlösungsfähigkeiten und -strategien einüben; mit Misserfolg und Frustration umgehen.*
Z. B. Problemlösungsschritte an Beispielen erarbeiten.
 - *Selbstvertrauen und damit den Selbstwert stärken.*
Z. B. über Spiele, die Selbstkontrolle ermöglichen (beispielsweise Montessori-Material); Feedback-Formen einführen (beispielsweise gegenseitige positive Rückmeldungen in Gesprächskreisen etablieren).
- (Zusammenfassung d. V., vgl. Pfeffer, 2002)

Beispiele für geeignete Materialien für eine Förderung emotionaler Kompetenzen sind der „Gefühlswürfel“, die „Gefühlshuhr“ und Bildkarten (vgl. Deutsche Liga für das Kind, 2014).

Sozioemotionale Förderung in der Kita. Vom Projektleitfaden zum Qualitätsmerkmal

Stella Valentien

Materialien zur Förderung von Emotionswissen, -ausdruck und -regulation

Gefühlswürfel

Einen Würfel, beispielsweise ein Schaumstoffwürfel mit Einstecktaschen nutzen oder einen großen Würfel aus Karton falten. Bilder auf denen Basisemotionen dargestellt sind (Freude, Ärger, Angst, Traurigkeit, Überraschung, Ekel) jeweils auf je Seiten aufkleben. Verschiedene Spielvarianten sind möglich. Beispielsweise versuchen die Kinder, die Emotion eines erwürfelten Gesichts zu imitieren.

Gefühlsuhr

Bilder, auf denen die Basisemotionen Freude, Ärger, Angst, Traurigkeit, Überraschung, Ekel dargestellt sind werden am äußeren Rand im Kreis auf eine Pappe geklebt, in deren Mitte ein Zeiger angebracht wird. Die Kinder können, z. B. morgens nach dem Ankommen, ihre momentane Gefühlslage einstellen.

Gefühlspantomime

Bilder, auf denen die Basisemotionen Freude, Ärger, Angst, Traurigkeit, Überraschung, Ekel dargestellt sind, werden genutzt. Ein Kind oder eine Fachkraft wählen eine Karte verdeckt aus, stellen die Emotion pantomimisch dar. Die anderen raten, welche Emotion gezeigt wird. Verschiedene Spielvarianten sind möglich. Beispielsweise auch in zwei Gruppen, wobei immer ein Mitglied einer Gruppe eine Karte verdeckt zieht. Alle Gruppenmitglieder zeigen dann die jeweilige Emotion gleichzeitig. Die Mitglieder der zweiten Gruppe benennen die dargestellte Emotion.

Für die sozial-emotionale Förderung bietet die Arbeit mit Fotos, die gemeinsam mit den Kindern gemacht werden, besonders gute Möglichkeiten, das Interesse von Kindern zu wecken. Auch durch den Einsatz von Handpuppen können Selbstreflexion, Perspektivübernahme und das Aufgreifen positiver Kommunikationsstrategien angeregt werden.

Projekte zum Thema Emotionen ermöglichen eine intensive Auseinandersetzung mit den Inhalten

Es gehört zu den Entwicklungsaufgaben von Kindern im Alter von vier bis fünf Jahren, den Umgang mit Emotionen zu erlernen und eine zunehmende Selbstständigkeit in der Emotionsregulation zu erreichen. Deshalb lohnt es sich, in diesem Alter „Emotionen“ zum Thema von Projekten zu machen. Da der kompetente Umgang mit Emotionen ein lebenslanger Lernprozess bleibt, können sich Erwachsene, die Projekte begleiten, als „ko-konstruierende“ Partner im Lernprozess erfahren.

Sozioemotionale Förderung in der Kita. Vom Projektleitfaden zum Qualitätsmerkmal

Stella Valentien

Projekte verändern den gemeinsamen Alltag

Im Ergebnis eines über zwei Monate durchgeführten „Gefühls-Projekts“ in einer Kita-Gruppe vier- und fünfjähriger Kinder veränderte sich der Umgang mit Spielsituationen. In gemeinsamen Gesprächen während des Projektes wurde deutlich, dass mehrere Kinder Spielideen und -durchführung im Kita-Alltag deutlich anders wahrnahmen als die Fachkräfte. So wurde beispielsweise bei einem Bewegungsspiel, bei dem ein „Drache“ Thema war, dieser in der Fantasie einiger Kinder so lebendig, dass sie wirkliche Angst bekamen. Es wurde anschließend gemeinsam diskutiert, dass einige Fingerspiele und Sprüche (z. B. „Im Keller ist es duster, da lebt ein armer Schuster“) Elemente enthalten, die den Kindern unerklärlich sind und/oder Ängste hervorrufen. Für die Fachkräfte allerdings stand der spielerische und sprachbildende Aspekt im Vordergrund. Im Projekt wurden daraufhin mehrere der bekannten Spiele und gemeinsamen Bücher intensiv besprochen und auf emotionale Gehalte untersucht. Es wurde von Kindern und Fachkraft vereinbart, dass in Zukunft bei der Vorstellung neuer Texte und Spiele stets auch über ihren Inhalt und das Erleben der Kinder gesprochen wird.

Wenn der Umgang mit Emotionen zum Inhalt eines Projektes wird, können Methodensammlungen oder auch strukturierte Leitfäden Ideen zur Verfügung stellen, die pädagogische Fachkräfte dabei unterstützen, die Themen aufzuschließen, gemeinsam mit den Kindern zu bearbeiten und auszuwerten.

Im Rahmen der Primären Prävention können auch vorstrukturierte Methoden die Förderung sozial-emotionaler Fertigkeiten unterstützen.

Da die behandelten Themen in Projekten zu Emotionen sogenannte „Lebenskompetenzen“ (→ Glossar) betreffen, wirken sie primär präventiv (→ Glossar). So ist, neben den Bildungsaspekten auch die Gesundheitsvorsorge eine ihrer wichtigsten Zielsetzungen. Die Entwicklung von Materialien und Methoden für den sozial-emotionalen Bereich geschieht aus diesem Grund u.a. auch in von Krankenkassen geförderten Modellprojekten und im Rahmen von universitären Forschungsprojekten. Für den deutschsprachigen Raum liegen sowohl Konzepte zur Förderung der emotionalen Entwicklung als auch strukturierte Leitfäden sowie Trainingsprogramme vor (vgl. <http://www.bildungserver.de/Programme-zur-Foerderung-sozialer-Kompetenz-von-Kindern-4491.html>)

Häufig beinhalten strukturierte Leitfäden bzw. Programme auch Materialien für die Zusammenarbeit mit Eltern. Die Einbeziehung von Eltern ist ein sinnvoller und wichtiger Ansatz, da Studien belegen, dass eine Förderung emotionaler und sozialer Kompetenzen im Kindesalter effektiver wirkt, wenn Maßnahmen die institutionelle und familiäre Lebenswelt berücksichtigen (vgl. Klinghammer, 2013).

Das Programm Kindergarten *plus* fördert Lebenskompetenzen im Setting-Ansatz

Ein Beispiel für einen programmatischen Leitfaden im Bereich sozial-emotionaler Förderung ist das von der Deutschen Liga für das Kind entwickelte Bildungs- und Präventionsprogramm **Kindergarten plus**. **Kindergarten plus** wendet sich an vier- bis fünfjähriger Kinder in Kindertageseinrichtungen und wird mit einem

Sozioemotionale Förderung in der Kita. Vom Projektleitfaden zum Qualitätsmerkmal

Stella Valentien

Setting-Ansatz durchgeführt (→ Glossar). Das Programm ist wissenschaftlich evaluiert und wurde bis Mai 2016 in über 1.900 Einrichtungen in Deutschland eingeführt. Der pädagogische Ansatz des Programms orientiert sich an den Rahmenbedingungen einer entwicklungsförderlichen Erziehungshaltung. Es ist dialogorientiert und ganzheitlich angelegt. Der inklusive Ansatz des Programms ermöglicht die Einbeziehung aller Kinder, unabhängig von sozialer, ethnischer oder kultureller Herkunft oder einer etwaigen Behinderung. Vielfältige Materialien unterstützen die Arbeit an den Themen. Die Eltern werden einbezogen.

Mithilfe der Programmmaterialien können innerhalb des Zeitraums von ca. einem Vierteljahr mit den Kindern wichtige Themen erarbeitet werden. Ein thematischer Leitfaden erleichtert den Einstieg. Die Umsetzung erfolgt jeweils bezogen auf die Bedürfnisse der Gruppe und der einzelnen Kinder.

Das... Bildungs- und Präventionsprogramm Kindergarten plus im Überblick

Die Durchführung von Kindergarten plus dauert ca. drei bis vier Monate

1) Grundstrukturen und Rituale bieten Sicherheit

Die Treffen folgen einem gleichbleibenden Aufbau. Nach einer Begrüßung im Kreis, bei dem die Handpuppen „Tula“ und „Tim“ auftreten und in die Themen einführen geht die Runde in ein Gruppengespräch über. Es schließen sich Bewegungs- und Rollenspiele, eine Obstpause, sowie eine kreative Aufgabe an. Den Abschluss der Treffen bildet ein Ritual, bei dem jedes Kind eine Perle auswählt, die für den Abschluss eines Themas steht und ein Symbol für die eigene Teilnahme ist.

2) Dialogorientierung

Die Erarbeitung der Inhalte erfolgt im Gespräch mit den Kindern. Es werden also keine vorgegebenen Übungen durchgeführt, sondern Themen im Dialog erschlossen. Um auch schüchternen Kindern die Chance zu geben, sich einzubringen, besteht bei den Treffen immer wieder Gelegenheit für die Fachkräfte, sich mit einzelnen Kindern in 1:1 Gesprächen auszutauschen.

3) Ein modularer Aufbau bietet eine Vielzahl an Möglichkeiten der Umsetzung.

Ideen und Anregungen zu den einzelnen Themen werden als „Bausteine“ angeboten. Die genaue Umsetzung orientiert sich an den Interessen und Bedürfnissen der Kinder und der Gruppe. Auch die Schwerpunktsetzung entwickelt sich von Gruppe zu Gruppe unterschiedlich.

4) Themen betreffen die Interessen der Kinder

Die Themen sind beispielsweise Körper, Sinne, Wissen über und Umgang mit Emotionen, Freundschaft, die Gestaltung des Zusammenlebens in der Gruppe, aber auch Hoffnungen und Befürchtungen beim bevorstehenden Übergang zur Schule. Sie betreffen altersentsprechende Lebens- und Entwicklungsinteressen der Kinder.

5) Methodenvielfalt

Gesprächskreise sowie Handpuppenspiel (mit zwei Handpuppen, einem Mädchen und einem Jungen), Bewegungsspiele, Musik und Rhythmik (zum Singen und/oder Tanzen)

Sozioemotionale Förderung in der Kita. Vom Projektleitfaden zum Qualitätsmerkmal

Stella Valentien

oder pantomimischen Darstellen), künstlerische Aktivitäten (beispielsweise das Basteln einer „Schutzhütte“ für einen „Angsthasen“) und Rollenspiele gehören zu den Methoden.

6) Schulung der pädagogischen Fachkräfte

Ein Vorbereitungs- und ein Reflexionstag, ein E-Learning-Modul und das Manual (mit fachlichem Hintergrund, konkreten Umsetzungsideen und methodischen Hinweisen sowie ergänzenden Fachtexten) gehören zur Schulung der Fachkräfte.

7) Information der Eltern

Eltern werden über Elternnachmittage, schriftliche Informationen, Spiel- Gesprächsanregungen, eine Musik-CD und die Dokumentation der Durchführung einbezogen.

8) Beobachtungs- und Dokumentationshilfen mit Bezug zu den Bildungsrahmenplänen der Bundesländer

Neben Leitfäden zur Einzel- und Gruppenbeobachtung gehört das Verfassen einer Lerngeschichte zur Programm-Methodik.

9) Qualitätssicherung

Die Durchführung wird evaluiert. Die Einrichtungen können ein Zertifikat erreichen. (Zusammenstellung d. V., Deutsche Liga für das Kind; 2014)

Die Effektivität einer gezielten Förderung emotionaler Kompetenzen wurde in Studien belegt

Die intensive Arbeit an Themen zeigt Wirkung. Dies belegen u. a. Forschungsvorhaben, die die Effekte von Lebenskompetenzprogrammen überprüften. Im Rahmen einer Evaluation von **Kindergarten plus** wurde beispielsweise deutlich, dass sich die sozialen Kompetenzen der teilnehmenden Kinder im Vergleich zu einer Kontrollgruppe signifikant verbesserten. Die Verbesserungen zeigten sich in einer Zunahme des prosozialen Verhaltens, in einer Abnahme der sozialen Impulsivität sowie in einer tendenziellen Abnahme der Probleme im Umgang mit Gleichaltrigen. Die emotionalen Kompetenzen der Kinder änderten sich dabei besonders bei Kindern mit Belastungen zum Positiven (vgl. Klinghammer, 2013).

Die Rückmeldungen der pädagogischen Fachkräfte zu **Kindergarten plus**, beispielsweise auf Reflexionstreffen, zeigen, dass teilnehmende Kinder von den begleitenden PädagogInnen häufig anders als im Alltag wahrgenommen werden. Fachkräfte äußern sich auch überrascht, dass „stille“ Kinder sich mehr einbringen. Auf der anderen Seite werden Kinder, die sonst eher als störend auffallen, in der Projektgruppe auch kooperativ und konstruktiv erlebt. Die Fachkräfte halten dem Programm zu Gute, dass bekannte Methoden, wie beispielsweise „Bewegungs-Stopp“-Spiele, genutzt werden können, um in leicht veränderter Form, u.a. Emotionswissen und den Emotionsausdruck zu fördern.

Das Handpuppenspiel wird von den ErzieherInnen, die **Kindergarten plus** durchführen, regelmäßig als wichtigstes Element der Förderung zurückgemeldet. Die

beiden Handpuppen werden von den Kindern quasi als Peers akzeptiert und ins Herz geschlossen. Sie machen es leicht, sich Themen zu öffnen und regen das Modelllernen an. Der Einsatz dieser klassischen Technik der Frühpädagogik wird nach Implementierung des Programms oft auch im Alltag aufgegriffen.

2.3. Methoden sozial-emotionaler Förderung nachhaltig in die Arbeit integrieren

Nachdem in einem Projekt erste Erfahrungen mit Methoden und Materialien ausgewertet wurden, können diese in die weitere pädagogische Planung einbezogen im Alltag aufgegriffen werden. Welche Möglichkeiten dazu bestehen wird im Folgenden dargestellt.

Projekt-Präsentation

Die Ergebnisse einer Projektarbeit zum Thema Emotionen werden gemeinsam im Team und mit den Kindern ausgewertet. Die Kinder übernehmen dabei eine aktive Rolle. Erkenntnisse, Ideen und Materialien werden auf ihre Bedeutung für das gemeinsame Leben hin untersucht und es wird überlegt, wie Ergebnisse vermittelt werden können. Die Kinder können beispielsweise anderen von ihren Erfahrungen und Ideen im Morgenkreis berichten oder zu einer gemeinsamen Präsentation einladen, bei der berichtet wird, aber auch Materialien und Spiele genutzt werden. Auch eine Präsentation mit Postern und Fotos kann erarbeitet werden.

Methoden und Materialien im Alltag integrieren

Ausgewählte Methoden und Materialien können in Gruppen- und/oder Funktionsbereichen etabliert werden. Z. B kann eine Rückzugsecke für Kinder eingerichtet werden, die bei Wut oder Traurigkeit aufgesucht wird, um ungestört zu sein. Regeln und Umgangsformen, die Themen in Projekten waren, können zur Inspiration für das tägliche Miteinander werden. Plakate können für alle sichtbar aufgehängt werden. Oder eine im Projekt erarbeitete Regel wie „Nein“ sagen, wenn man etwas nicht möchte und dabei den Grund benennen, wird als Idee für die Gruppe aufgegriffen.

Beispiel „Bücher neu lesen“

Während einer Gesprächsrunde zum Thema Emotionen fragten Kinder nach einem „Gefühlsbuch“. Ihr Argument war dabei, dass zu anderen Themen stets passende Bücher zur Verfügung stünden. Gemeinsam mit den pädagogischen Fachkräften suchten die Kinder in den Bücherregalen der Kindertageseinrichtung. Sie fanden ein Buch zum

Sozioemotionale Förderung in der Kita. Vom Projektleitfaden zum Qualitätsmerkmal

Stella Valentien

Thema Emotionen, dass die Fünfjährigen allerdings als zu „babyhaft“ empfanden. Dafür entdeckten sie zahlreiche Emotionen in weiteren Bilderbüchern, die Gefühle nicht explizit zum Thema hatten. Die Kinder machten die Erfahrung, dass Emotionen eine große Rolle in Bilderbüchern spielen und wählten zwei Bücher aus, die dann als „Emotions-Bücher“ angenommen wurden. Als Ergebnis des Gesprächs wurden im Anschluss einerseits gemeinsam mit den Kindern neue Bücher zum Thema ausgewählt und bestellt, andererseits entwickelten die Pädagoginnen und Pädagogen aus der „Entdeckung“ eine Lesehaltung, die großen Wert auf das Benennen von Emotionen in allen gemeinsam angeschauten Bilderbüchern legt.

Das Profil der Einrichtung stärken

Die Persönlichkeitsentwicklung von Kindern im Rahmen einer intensiven Projektarbeit zu unterstützen birgt Chancen, die den Arbeitsaufwand lohnen. Wird das Projekt dialogorientiert durchgeführt und werden Themen, die über Leitfäden oder eigenen Ideen angelegt sind, gemeinsam mit den Kindern ausgearbeitet, variiert und weiterverfolgt, ist die Umsetzung spannend, herausfordernd und eine Möglichkeit, authentisch und professionell Beziehungen mit Kindern und Bildungsarbeit zugleich zu gestalten. PädagogInnen können in Projekten gemeinsam mit den Kindern wichtigen Fragen nachspüren, das eigene Wissen erweitern, persönliche Kompetenzen – und Grenzen – wahrnehmen sowie, auch für sich selbst, neue Ansätze im Umgang mit Emotionen entdecken.

Von besonderem Wert ist die Arbeit in Projekten zum Thema Emotionen auch, da Ideen und Ergebnisse aus ihnen auch Anstoß für neue Wege im Umgang aller miteinander geben können. Emotional kompetent zu handeln, ist ein „Kulturthema“ jeder Einrichtung. (Beispielsweise könnte auch auf Erwachsenenenebene überprüft werden, ob das „Nein-Sagen und begründen, warum man etwas nicht möchte“ eine Regel ist, die unter KollegInnen gelebt wird.) Wenn also Fragen und Antworten der Kinder in der Reflexion der Arbeit auch auf die Qualität des Umgangs im Gesamtzusammenhang der Einrichtung bezogen werden, kann dies die Teamentwicklung unterstützen und das Heraus- und Überarbeiten sowie das Aktualisieren von Grundsätzen des gemeinsamen Zusammenlebens und Arbeitens befördern.

3. Fragen und weiterführende Informationen

3.1 Fragen und Aufgaben zur Bearbeitung des Textes



FRAGE 1:

Über Emotionen zu sprechen ist Bestandteil eines entwicklungsförderlichen Erziehungsverhaltens. Wenn Sie die Skala Ihrer eigenen Emotionen betrachten, über welche Emotionen sprechen Sie häufig? Bei welchen fällt es Ihnen schwer, Worte zu finden? Gibt es Momente, in denen Sie nach einem ersten Impuls sich zu äußern, eine Emotion als „nicht der Rede wert“ erachten?



FRAGE 2

Eine angenehme, positive Atmosphäre ist entwicklungsförderlich. Denken Sie an Situationen, in denen sie gerne „aus sich herauszugehen“, es leichtfällt, über emotional schwierige Situationen zu sprechen. Welche Grundbedingungen (z. B. Situation, Raum, Beteiligte, Kommunikationsformen) empfinden Sie als unterstützend? Was hilft Ihnen Lösungen zu finden, wenn Sie über Ihre Gefühle sprechen?



AUFGABE 1:

Emotionale Kompetenzen und (eine differenzierte) Sprache sind eng miteinander verknüpft. Stellen Sie eine Liste von Formulierungen zusammen, die für Kinder gut verständlich sind und Ihren Emotions-Wortschatz bereichern können. Klischees und Zuschreibungen werten und sind sprachlich ungenau. Kehren Sie auch gängige klischeehafte Formulierungen um. Beispiel: „Na, hast Du ein Böckchen?“ in „Hast Du gar keine Lust, mitzumachen? Hattest Du xyz vor und bist wütend, weil Du damit nicht weitermachen kannst?“



AUFGABE 2:

Im Text wird die Vorbildfunktion der Bezugspersonen herausgestellt und auf die Bedeutung von Materialien eingegangen. Neben dem Menschen wirkt auch der Raum als „Dritter Erzieher“. Erarbeiten Sie ein Raumkonzept, das Kinder (und Erwachsene) dabei unterstützt, ihre Emotionen wahrzunehmen, sie auszudrücken sowie zu regulieren. Beziehen Sie Materialien und Medien mit ein.

3.2 Literatur und Empfehlungen zum Weiterlesen

- Friedlmeier, W. (1999): *Sozialisation der Emotionsregulation*. Zeitschrift für Soziologie der Erziehung und Sozialisation, 19, 35-51.
- Casey, R.J. & Fuller, L.L (1994): *Maternal regulation of children's emotions*. Journal of Nonverbal Behavior, 18, 57-89.
- Hilfswerk der Deutschen Lions e.V. (2015): *Lebenskompetenzen fördern in Kindergarten und Schule*. Faltblatt. Wiesbaden: HDL.
- Klinkhammer, J. (2013): *Evaluation des Präventionsprogrammes "Kindergarten plus" zur Förderung der sozialen und emotionalen Kompetenzen (Diss.)*. Lüneburg: Leuphana Universität Lüneburg.
- Koglin, U. & Petermann, F. (2006): *Verhaltenstraining im Kindergarten. Ein Programm zur Förderung sozial-emotionaler Kompetenzen*. Göttingen: Hogrefe-Verlag.
- Ladd, G. W.; Birch, H. & Buhs, E. S. (1999): *Children's social and scholastic lives in kindergarten: Related spheres of influence?* Child Development, 70, 1373-1400.
- Nowicki, S. Jr. (2001): *Instruction manual for the receptive tests of Diagnostic Analysis of Nonverbal Accuracy 2*. Unpublished manuscript. Atlanta: Emory University.
- Otto, J.; Euler, H. A. & Mandl, H. (2000): *Begriffsbestimmungen*. In J. Otto, H. A. Euler und H. Mandl (Hrsg.), *Handbuch Emotionspsychologie (S. 11-18)*. Weinheim: Beltz, Psychologie Verlags Union.
- Petermann, F. & Wiedebusch, S. (2003): *Emotionale Kompetenz bei Kindern*. Göttingen: Hogrefe-Verlag.
- Pfeffer, S. (2002): *Emotionales Lernen. Ein Praxisbuch für den Kindergarten*. Weinheim: Beltz Verlag.
- Pfeffer, S. (2012): *Sozial-emotionale Entwicklung fördern. Wie Kinder in Gemeinschaft stark werden*. Freiburg im Breisgau: Herder Verlag.
- Deutsche Liga für das Kind (2014): *Kindergarten plus. Handbuch für Erzieherinnen und Erzieher*. Berlin: Deutsche Liga für das Kind, 3. Auflage.
- Von Salisch, M. (2002): *Emotionale Kompetenzen entwickeln; Hintergründe, Modellvergleich, und Bedeutung für Entwicklung und Beziehung*. In: v. Salisch, M. (Hrsg.), *Emotionale Kompetenzen entwickeln. Grundlagen in Kindheit und Jugend (S. 31-49)*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Saarni, C. (2002): *Die Fertigkeiten emotionaler Kompetenz*. In: v. Salisch, M. (Hrsg.), *Emotionale Kompetenzen entwickeln. Grundlagen in Kindheit und Jugend (S. 3-30)*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Senders, A. & Senders M. (2011): *Kinder und Jugendliche Im Gefühlschaos. Grundlagen und praktische Anleitung für den Umgang mit psychischen Auffälligkeiten und Erkrankungen*. Wien: Springer-Verlag
- Izard CE. (2002): *Translating emotion theory and research into preventive interventions*. Psychological Bulletin;128, 796–824.
- Internetquellen:
- DBS (o. J.): *Programme zur Förderung sozialer Kompetenz von Kindern*. Zugriff am 11.11.2015. Verfügbar unter <http://www.bildungsserver.de/Programme-zur-Foerderung-sozialer-Kompetenz-von-Kindern-4491.html>

Sozioemotionale Förderung in der Kita. Vom Projektleitfaden zum Qualitätsmerkmal

Stella Valentien

Hartung, S. & Rosenbrock, R. (2015): Settingansatz/Lebensweltansatz. Zugriff am 11.11.2015. Verfügbar unter <http://www.leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/settingansatz-lebensweltansatz/>

Pinquart, M. et al. (2015): Entwicklungspsychologie Kindes- und Jugendalter. Zugriff am 11.11.2015. Verfügbar unter <http://www.hogrefe.de/buecher/lehrbuecher/psychlehrbuchplus/lehrbuecher/entwicklungspsychologie-kindes-und-jugendalter/glossar/2/>

BMG (o. J.): Glossar. Zugriff am 11.11.2015. Verfügbar unter www.bmg.bund.de/glossarbegriffe/p-q/praevention.html

EMPFEHLUNGEN ZUM WEITERLESEN

Dunbar, P. (2007): *Sag doch was!* München: KeLE Verlag.

Hülshoff, T. (1999). *Emotionen. Eine Einführung für beratende, therapeutische, pädagogische und soziale Berufe.* München: Reinhardt (UTB)

Jungmann et al. (2015): *Überall stecken Gefühle drin. Alltagsintegrierte Förderung emotionaler und sozialer Kompetenzen für 3–6-jährige Kinder.* München: Ernst Reinhardt Verlag.

3.3 Glossar

Emotionen In der Terminologie der Psychologie bezeichnet der Begriff Emotionen kurzlebige Gefühlszustände, die Reaktionen auf Ereignisse oder Situationen darstellen und auf der Wahrnehmung der Umwelt basieren. Komplexe Informationen aus der Umwelt, wie zum Beispiel über drohende Gefahren werden in Sekundenbruchteilen kategorisiert und bewertet, bewegen uns zur Flucht oder dazu, uns Interessantem zuzuwenden. Emotionen helfen uns dabei, uns an die Umwelt anzupassen, und uns auf Veränderungen einzustellen. (vgl. Izard, 2002; Hülshoff, 1999) Während die Bezeichnung „Emotion“ den körperlichen Zustand und das Ausdrucksverhalten mit einschließen, rückt der Begriff „Gefühl“ (engl. „feeling“) mehr die subjektive Erlebensqualität als ein Teil der Emotion in den Mittelpunkt. Allerdings werden die Begriffe im fachlichen Diskurs nicht immer einheitlich definiert. (vgl. Otto et al., 2000).

Emotionsregulation Die Fähigkeit, belastende, aber auch starke positive Gefühle zu bewältigen. In den ersten beiden Lebensjahren steht die „interpsychische“ Emotionsregulation im Vordergrund. Die Bezugspersonen des Kindes unterstützen durch feinfühlig und schnelle Reaktionen auf das Erleben des Kindes, wieder in ein emotionales Gleichgewicht zu kommen. Emotionen erfolgreich selbst, also „intrapsychisch“, zu regulieren und eigene Strategien für den Umgang mit Emotionen zu finden, ist eine Entwicklungsaufgabe, die sich Kindern bis zum Schulübergang stellt. Psychosoziale Fertigkeiten, die Kinder und Jugendliche befähigen, Anforderungen und Schwierigkeiten des täglichen Lebens erfolgreich zu bewältigen und angemessenen Kontakt mit Mitmenschen zu haben, wie z.B. Einfühlungsvermögen, Problemlösefähigkeit und die Fähigkeit zur Stressbewältigung. (Quelle: <http://www.hogrefe.de/buecher/lehrbuecher/psychlehrbuchplus/lehrbuecher/entwicklungspsychologie-kindes-und-jugendalter/glossar/2/>)

Sozioemotionale Förderung in der Kita. Vom Projektleitfaden zum Qualitätsmerkmal

Stella Valentien

Primäre Prävention Die primäre Prävention zielt darauf ab, die Entstehung von Krankheiten zu verhindern. Gerade “Volkskrankheiten” wie Diabetes mellitus Typ 2 oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen (z.B. Herzinfarkt), aber auch einige psychische Störungen (z. B. Depression) können in vielen Fällen durch eine gesundheitsbewusste Lebensweise – unterstützt von gesundheitsfördernden Lebensbedingungen – vermieden, verzögert oder in ihrem Verlauf günstig beeinflusst werden. Zu den begünstigenden Faktoren zählen u. a. eine gesunde Ernährung, sportliche Aktivitäten oder eine gute Stressbewältigung. (Quelle: www.bmg.bund.de/glossarbegriffe/p-q/praevention.html)

Lebenskompetenzen (life skills) umfassen körperliche, soziale, emotionale und geistige Fähigkeiten.

Lebenskompetent sein bedeutet:

- sich selbst kennen und mögen
- mit Gefühlen umgehen und Stress bewältigen
- sich in andere einfühlen
- erfolgreich kommunizieren und Beziehungen führen
- kritisch denken und Entscheidungen durchdacht treffen
- Probleme und Konflikte lösen
- für andere Menschen und benachteiligte Gruppen eintreten

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) sieht diese Kompetenzen als zentral an, damit Menschen ihr Leben steuern, mit Veränderungen in ihrer Umwelt umgehen und selbst Veränderungen bewirken können. Die Förderung von Lebenskompetenzen stärkt Gesundheit und beugt Sucht und Gewalt vor. Sie führt zum Aufbau von Selbstwertgefühl, Lebensmut und gesellschaftlichem Engagement (Quelle: HDL, 2015).

Settingansatz Der Settingansatz fokussiert die Lebenswelt von Menschen und damit die Rahmenbedingungen, unter denen Menschen leben, lernen, arbeiten und konsumieren. Er ist eine Antwort auf die beschränkten Erfolge traditioneller Gesundheitserziehungsaktivitäten, die sich mit Information und Appellen an Einzelpersonen wenden. Es wird der Erkenntnis Rechnung getragen, dass Gesundheitsprobleme einer Bevölkerungsgruppe das Resultat einer wechselseitigen Beziehung zwischen ökonomischer, sozialer und organisatorischer Umwelt sowie persönlicher Lebensweise sind. Settings sind soziale Systeme und daher von technischen Systemen im Sinne „trivialer Maschinen“ zu unterscheiden. (Quelle: <http://www.leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/settingansatz-lebensweltansatz/>)

KiTa Fachtexte ist eine Kooperation der Alice Salomon Hochschule, der FRÖBEL-Gruppe und der Weiterbildungsinitiative Frühpädagogische Fachkräfte (WiFF). KiTa Fachtexte möchte Lehrende und Studierende an Hochschulen und Fachkräfte in Krippen und Kitas durch aktuelle Fachtexte für Studium und Praxis unterstützen. Alle Fachtexte sind erhältlich unter: www.kita-fachtexte.de

Zitiervorschlag:

Valentien, S. (05.2016) Sozioemotionale Förderung in der Kita. Vom Projektleitfaden zum Qualitätsmerkmal. Verfügbar unter: <http://www.kita-fachtexte.de/XXXX> (Hier die vollständige URL einfügen.). Zugriff am T.T.MM.JJJJ