

Ich will – und zwar jetzt!

**Mangelnde emotionale Kompetenzen im
Vorschulalter und ihre Folgen**

Dossier 16/3

Prof. Dr. Margrit Stamm



Forschungsinstitut Swiss Education

Prof. Dr. Margrit Stamm

Professorin em. für Erziehungswissenschaften der Universität Fribourg
Neuengasse 8 CH-3011 Bern +41 31 311 69 69 / 079 462 92 82

www.margritstamm.ch

Inhalt

Vorwort	5
Ziele und Inhalte dieses Dossiers	7
Management Summary	9
Schlüsselbotschaften	13
Einleitung: Weshalb emotionale Kompetenzen für den Schulerfolg wichtig sind	17
Briefing Paper 1: Theoretisches und empirisches Wissen über emotionale Kompetenzen	17
Briefing Paper 2: Einflussfaktoren auf die Entwicklung emotionaler Kompetenz	22
Briefing Paper 3: Emotionale Verhaltensauffälligkeiten und ihre Ursachen	24
Briefing Paper 4: Frustrationstoleranz - das Herzstück emotionaler Kompetenz	27
Briefing Paper 5: Schutzfaktoren für die Ausbildung von Frustrationstoleranz	31
Briefing Paper 6: Förderung emotionaler Kompetenzen in der familienergänzenden Betreuung und im Kindergarten	33
Briefing Paper 7: Förderung emotionaler Kompetenzen in der Familie.....	31

Vorwort

Viele Vorschulkinder können heute mehr als noch vor zwanzig Jahren. Beispielsweise schon Sätzchen lesen, bis auf 100 zählen, Geige spielen oder sich auf Englisch unterhalten. Dies nicht etwa deshalb, weil sie gescheiter geworden wären, sondern eher, weil sie früher und intensiver gefördert werden. Frühförderung ist in. Die Vielfalt an Angeboten ist riesig, die Nachfrage auch.

Allerdings sind nicht wenige dieser Kinder emotional retardiert. Sie können kaum warten, bis sie an der Reihe sind, um etwas zu erzählen oder bis sie etwas bekommen. Ist dies nicht der Fall, reagieren sie mit Wutausbrüchen. Tisch decken oder Hamster füttern? Darauf haben sie keine Lust. Mit Kritik der Kindergärtnerin oder des Lehrers kommen sie schlecht zurecht, und auch Misserfolge können sie kaum ertragen.

Zwar gehört solches Verhalten im Kleinkindalter zum normalen Entwicklungsprozess, doch sollte ein fünfjähriges Kind ein gewisses Mass an emotionaler Kompetenz, insbesondere auch an Frustrationstoleranz, erworben haben. Bei einem zunehmenden Anteil ist dies nur eingeschränkt der Fall.

Warum sind Kinder heute weniger emotionalkompetent? Dahinter stecken viele Ursachen, doch dürfte eine wichtige in der Art und Weise liegen, wie heute frühkindliche Bildung betrieben wird. Oft liegt der Fokus auf der Schulvorbereitung als frühem Lesen und Rechnenlernen, während die emotionale und soziale Entwicklung vernachlässigt wird.

Dieser Trend ist fatal. Denn die Forschung belegt mit grosser Eindeutigkeit: Schul-, Berufs- und Lebenserfolg hängen nicht primär von einem hohen Intelligenzquotienten und vielen Förderkursen ab, sondern ebenso vom Ausmass der emotionalen und sozialen Kompetenz. Der Umgang mit den eigenen Gefühlen, die Fähigkeit, sich selbst beherrschen zu können und mit Konflikten umzugehen, sind wesentliche Einflussfaktoren, die sich auf den schulischen Erfolg eines Kindes auswirken und seinen Lebensweg vielfältig beeinflussen. Deshalb schneiden Kinder, die früh schon lernen, sich zu beherrschen, Enttäuschungen zu ertragen und Hindernisse zu überwinden, in der Schule besser ab und sind auch später erfolgreicher.

Emotionale Kompetenz ist ein bedeutsamer Aspekt für den Bildungserfolg und ein wichtiger

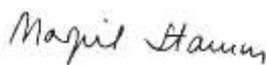
Schutzfaktor für die kindliche Entwicklung. Eltern und pädagogische Fachkräfte, welche eine frühe Förderung emotionaler Kompetenzen unterstützen, machen dem Kind deshalb ein grosses Geschenk. Sie schützen es vor Verhaltensauffälligkeiten und machen es fit für die Schule und seinen Lebensweg.

Die frühe Förderung emotionaler Kompetenzen ist genauso wichtig wie die Förderung schulnaher Fähigkeiten. Leider ist diese empirisch vielfach belegte Tatsache bisher vernachlässigt worden. Zwar werden emotionale Kompetenzen in vielen Erziehungsratgebern oder Bildungs- und Lehrplänen erwähnt. Doch bleiben die Aussagen oft allgemein oder plakativ und stellen zu einseitig das Kind und seine Bedürfnisse ins Zentrum. Die Entwicklung emotionaler und sozialer Kompetenzen fordert dem Kind aber immer auch etwas ab, nämlich zu lernen, die eigenen Bedürfnisse zu kontrollieren.

Es ist an der Zeit, dass wir uns von der Kultur verabschieden, Schulleistungen isoliert und ohne Bezug zu Verhaltensauffälligkeiten zu diskutieren. Die Förderung emotionaler Kompetenzen, welche auch die Basis für die soziale Entwicklung darstellt, ist nicht nur eine Grundbedingung für den Wissenserwerb, sondern ebenso für das gesunde Aufwachsen des Nachwuchses. Die Frühförderung

braucht deshalb einen Perspektivenwechsel.

Das vorliegende Dossier verfolgt zwei Ziele. Erstens zeigt es auf, was emotionale Kompetenz ist, weshalb sie Kindern oft fehlt, warum sie ein vorrangliches Erziehungsziel im Vorschul- und Schulalter sein oder werden soll und wie man sie fördern könnte. Zweitens möchte es zu einer sachlichen, wissenschaftsbasierten und kritischen Diskussion der Inhalte von vorschulischer Förderung in Institutionen und im Elternhaus anregen.



Prof. Dr. Margrit Stamm
Professorin em. der Universität Fribourg
Swiss Education Bern

Bern, Ende Dezember 2016

Ziele und Inhalte dieses Dossiers

Das vorliegende Dossier fasst das Wissen zusammen, das heute zu den beiden Themen «emotionale Kompetenz» und «Vorschulalter» verfügbar ist. In den Blick genommen wird insbesondere die empirisch vielfach belegte Tatsache, dass Fördermassnahmen nur wirksam werden können, wenn die emotionale und soziale Entwicklung nicht vergessen geht.

Wie alle bisher erschienenen Dossiers greift auch dieses Dossier zentrale Bereiche auf, die bisher voneinander losgelöst, meist einseitig und oft unter geringer Bezugnahme zu wissenschaftlichen Erkenntnissen, diskutiert worden sind.

Das Dossier verfolgt vier Ziele:

- (1) **Aktuelles Forschungswissen verständlich darstellen:** Das Dossier bereitet das aktuelle Forschungswissen zum Themenbereich auf und fasst die Hauptkenntnisse zusammen.
- (2) **Die Bedeutung emotionaler Kompetenzen für den Schulerfolg herauschälen:** Das Dossier zeigt auf, weshalb emotionale Kompetenzen immer die Grundlage für eine erfolgreiche Schullaufbahn sind und deshalb als «Lebenskompetenzen» verstanden werden können.
- (3) **Den Wissenstransfer in die Praxis anregen:** Im Dossier werden sowohl Eltern resp. Erziehungsverantwortliche als auch das pädagogische Fachpersonal angesprochen.
- (4) **Ein wissenschaftsbasiertes Argumentarium für die Bildungs- und Sozialpolitik zur Verfügung stellen:** Jedes der einzelnen Dossier-Kapitel («Briefing Paper») enthält das aktuell verfügbare Wissen zur angesprochenen Thematik. Dabei wird auf eine ausgewogene und objektive Darstellung der Sachverhalte geachtet. Jedes Briefing Paper wird darüber hinaus mit einem Fazit abgeschlossen, welche die wichtigsten Erkenntnisse auf den Punkt bringt.

Das Dossier basiert auf folgenden Fragen:

- Weshalb sind emotionale Kompetenzen so wichtig?
- Was weiss die Forschung hierzu?
- Welches sind die Erscheinungsbilder mangelnder emotionaler Kompetenzen und

weshalb ist Frustrationstoleranz so bedeutsam?

- Gibt es bedeutsame Schutzfaktoren emotionaler Kompetenzentwicklung?
- In welche Richtung müsste die Förderung emotionaler Kompetenzen in vorschulischen Institutionen und Kindergärten gehen?

Das Dossier ist wie folgt aufgebaut: Zunächst werden in einem Management Summary die Erkenntnisse zu den behandelten Fragen kurz erläutert und zu einzelnen Schlüsselbotschaften verdichtet. Anschliessend wird einleitend erklärt, weshalb emotionale Kompetenzen so wichtig sind. Sodann werden die obigen Fragen in insgesamt sieben «Briefing Papers» diskutiert und mit spezifischen Literaturhinweisen ergänzt.

Alle bisher erschienenen Dossiers sind auf der Website margritstamm.ch herunterladbar. Mit Bezug auf Kindheit und Familie sind bisher folgende Dossiers erschienen:

- Der Schuleintritt. Sieben wissenschaftliche Erkenntnisse für die bildungspolitische HarmoS-Diskussion (Dossier 10/1).
- Wozu frühkindliche Bildung? (Dossier 11/1).
- Achtung, fertig, Schuleintritt (Dossier 12/2).
- Qualität und frühkindliche Bildung (Dossier 12/3).
- Bildungsort Familie (Dossier 13/1).
- Bildung braucht Bindung (Dossier 13/4).
- Frühe Sprachförderung: Was sie leistet und wie sie optimiert werden kann (Dossier 14/1).
- Best Practice in Kitas und Kindergärten. Von erfolgreichen Fach- und Lehrkräften lernen (Studie PRINZ) (Dossier 14/2).
- Frühförderung als Kinderspiel (Dossier 14/5).
- Blickpunkt Kindergarten. Der Übergang ins Schulsystem. Dossier 15/3.
- Väter: Wer sie sind, was sie tun, wie sie wirken (Dossier 16/1).

Management Summary

Einleitung: Weshalb emotionale Kompetenzen für den Schulerfolg wichtig sind

Der Erwerb früher emotionaler Fähigkeiten ist zentral, weil in dieser Lebensphase bedeutsame Weichen gestellt werden und die Vorschulzeit eine Phase schneller Veränderungen in nahezu allen Kompetenzbereichen darstellt.

Einleitung Seite 17

Positive Früherfahrungen stellen wichtige Weichen für den Schuleintritt und die Entwicklung insgesamt. Deshalb ist die Forderung richtig, Bildungsinvestitionen verstärkt in dieser frühen Phase zu tätigen. Problematisch ist allerdings, dass die emotionale Entwicklung gegenüber der kognitiven Förderung – von Ausnahmen abgesehen – deutlich weniger Aufmerksamkeit erhält.

Der Schul-, Berufs- und Lebenserfolg ist jedoch nur zu einem Teil von kognitiven Fähigkeiten abhängig. Er wird wesentlich davon bestimmt, inwiefern ein Kind lernt, Hindernisse zu überwinden, Hürden zu meistern und Enttäuschungen zu ertragen. Das sind wichtige Lebenskompetenzen, die Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein steigern sowie Anstrengungsbereitschaft und Eigeninitiative stärken.

Die emotional-soziale Entwicklung endet nicht in der frühen Kindheit. Diese vielfach belegte Tatsache wird zu wenig zur Kenntnis genommen. Kinder, welche im Kindergarten neugierig, aufmerksam und frustrationstolerant sind und mit anderen Kindern gut auskommen, entwickeln sich auch im Verlaufe der Schulzeit besser. Sie verfügen über Grundlagen, um mit anderen Kindern zusammenzuarbeiten, die eigenen Bedürfnisse zurückzustecken, auch dann, wenn Konflikte entstehen. Zudem können sie mit entmutigenden Erfahrungen zurechtkommen oder Niederlagen verarbeiten, ohne dass sie dauerhaft demotiviert werden.

Briefing Paper 1: Theoretisches und empirisches Wissen über emotionale Kompetenzen

Die Forschung zeigt einhellig, dass die vielfältigen Herausforderungen, mit denen Kinder spätestens ab Schuleintritt konfrontiert werden, dann erfolgreich bewältigt werden können, wenn sie vorher gelernt haben, das eigene Verhalten und die Gefühle zu regulieren.

Briefing Paper 1 Seite 19

Der Begriff «Emotionale Kompetenz» meint in erster Linie die Fähigkeiten und Fertigkeiten des Kindes, in der Interaktion mit anderen eigene Gefühle auszudrücken, mit diesen angemessen umzugehen, d.h. sie zur Steuerung des Verhaltens zu nutzen und die Gefühle des Gegenübers zu erkennen.

Es gibt verschiedene Konzepte zum Erwerb emotionaler Fähigkeiten. Besonders bedeutsam sind das Konzept der emotionalen Intelligenz nach Peter Salovey und John Mayer sowie das Konzept der emotionalen Kompetenz nach Carolyn Saarni.

In der emotionalen Entwicklung sind drei Schritte zentral: der Ausdruck von Gefühlen, der sprachliche Ausdruck derselben sowie die Regulation von Emotionen. Sie bilden die Basis für die kognitive Entwicklung und den Schulerfolg.

Briefing Paper 2: Einflussfaktoren auf die Entwicklung emotionaler Kompetenz

Kleine Kinder machen im Allgemeinen grosse Fortschritte in der Entwicklung ihrer emotionalen Fähigkeiten. Diese Entwicklung wird von verschiedenen Faktoren beeinflusst: von den sprachlichen Fähigkeiten, dem Geschlecht, dem Temperament und der Herkunft.

Briefing Paper 2 Seite 22

Im Vorschulalter machen Kinder beim Spracherwerb enorme Fortschritte. Die Unterschiede sind jedoch beträchtlich. Sprachliche Fähigkeiten sind nicht nur für den Schulerfolg wichtig, sondern ebenso, wenn es um die Regulation emotionalen Verhaltens geht. Darüber hinaus spielt das Geschlecht eine Rolle. Alles in allem stimmt die allgemeine Annahme, dass Mädchen den Knaben in der Emotionsregulation überlegen sind. Dies hat jedoch viel mit den unterschiedlichen Erwartungen Erwachsener an das emotionale Verhalten von Knaben und Mädchen zu tun.

Unbestritten ist auch, dass das Temperament bei der Regulation von Gefühlen wesentlich ist. Kinder mit einem «schwierigen» Temperament nehmen negative Gefühle intensiver wahr und haben deshalb grössere Probleme, diese zu regulieren als Kinder mit «einfachem» Temperament. Doch ist es nicht so, dass sich Kinder mit einem schwierigen Temperament per se ungünstig entwickeln. Neben angeborenen Temperamentsunterschieden gibt es eine soziale

Dimension des Temperaments. Von besonderer Bedeutung sind die Wechselwirkungen zwischen den Temperamenteigenschaften des Kindes und dem Verhalten seiner Umgebung.

Auch die soziale und kulturelle Herkunft ist bedeutsam. In unserer westlichen Kultur ist normativ vorgegeben, was «positive» und was «negative» Emotionen sind. Weil wir oft einen ethnozentrischen¹ Blick haben, werden einheimische Kinder aus gut situierten Familien oft als emotional (und sozial) kompetenter angesehen als Kinder aus einfachen Sozialschichten oder anderen Kulturen.

Briefing Paper 3: Emotionale Verhaltensauffälligkeiten und ihre Ursachen

Als verhaltensauffällig wird ein Kind immer dann bezeichnet, wenn es sich erheblich anders verhält als die meisten Kinder seines Alters in gleichen oder ähnlichen Situationen. Welches Verhalten als normal und welches als auffällig gilt, ist deshalb je nach Kontext und Betrachter unterschiedlich.

Briefing Paper 3 Seite 24

Emotionale Kompetenz ist ein wichtiger Schutzfaktor für die kindliche Entwicklung. Es ist deshalb wenig erstaunlich, dass es zwischen mangelnder emotionaler Kompetenz und Verhaltensauffälligkeiten einen eindeutigen Zusammenhang gibt.

Generell wird zwischen externalisierenden und internalisierenden Formen von Verhaltensauffälligkeiten unterschieden. Zu ersteren gehören hyperkinetische Verhaltensweisen (wie Zappeligkeit, hohe Ablenkbarkeit, Impulsivität) und aggressives Verhalten (wie Schlagen, Treten von Personen, Beschädigen von Gegenständen, Trotzigkeit und Feindseligkeit), zu letzteren sozial unsicheres Verhalten (z.B. Trennungsängste, Kontaktvermeidung, Überängstlichkeit inklusive anklammerndes und ängstliches Rückzugsverhalten).

Da die Definitionskriterien, was genau unter verhaltensauffällig verstanden wird, sehr unterschiedlich sind, schwanken auch die statistischen Angaben. So zeigen zwischen 5 Prozent und 20 Prozent der Mädchen sowie zwischen 10 Prozent und 20 Prozent der Knaben Verhaltensauffälligkeiten. Etwa 10 Prozent bis 15 Prozent der Mädchen und 15 Prozent bis 18 Prozent der Knaben dürften manifeste Verhaltensstörungen haben.

¹ d.h. dass wir Wertmassstäbe, die wir auf andere Kulturen anlegen, vom Standpunkt unserer eigenen Kultur aus setzen und diese als die Richtige anschauen.

Dabei liegen die Ursachen nicht isoliert beim Kind oder seinen Eltern, sondern in verschiedenen Systemen. Eine ganzheitliche Betrachtung berücksichtigt deshalb neben den Einflüssen der Familie auch die Umgebung, d.h. die Kindertageseinrichtung, Grosseltern und Gleichaltrige usw. Deshalb spricht man auch von Multikausalität. Sicher ist, dass je mehr Risikofaktoren zusammenkommen, desto grösser die Wahrscheinlichkeit für Verhaltensauffälligkeiten wird.

Briefing Paper 4: Frustrationstoleranz – das Herzstück emotionaler Kompetenz

Die Fähigkeit zum Bedürfnisaufschub ist eine der wichtigsten Entwicklungsaufgaben in der menschlichen Sozialisation. Dazu gehört auch, eine unangenehme Situation über längere Zeit auszuhalten. Demzufolge lohnt es sich, bereits im Vorschulalter das Aufschieben von Bedürfnissen einzuüben.

Briefing Paper 4 Seite 27

Kinder müssen lernen, dass es bessere und schlechtere Wege gibt, um Ärger, Angst und Wut auszudrücken. Dazu gehört auch, eine unangenehme Situation über längere Zeit auszuhalten. Heute gilt als gesichert, nicht zuletzt aufgrund der Follow Up-Studien zum so genannten «Marshmallow-Test» von Walter Mischel, dass Kinder mit hoher Frustrationstoleranz ein Bedürfnis besser aufschieben und mit Niederlagen besser umgehen können, sich aber ebenso von Misserfolgen nicht so schnell entmutigen lassen. Solche Kinder bleiben auch in kritischen Situationen so lange auf ein Ziel ausgerichtet, bis sie es erreicht haben. Als gesichert gilt zudem, dass Frustrationstoleranz eine überdauernde Persönlichkeitseigenschaft ist, die vor allem in der Kindheit erlernt wird, allerdings bis zu einem gewissen Grad auch später noch trainiert werden kann.

Dass sich hohe Frustrationstoleranz langfristig mit Blick auf den schulischen und beruflichen Erfolg auszeichnet, ist ebenso ein Ergebnis unserer eigenen Studien. Eine hohe Frustrationstoleranz hat nicht nur wesentliche Anteile am Schulerfolg, sondern erweist sich auch wichtiger als eine überdurchschnittliche Intelligenz.

Im Gegenzug sind Kinder mit geringer Frustrationstoleranz benachteiligt, weil sie mit Niederlagen schlecht umgehen können. Allmählich sinkt ihre Motivation, neue Herausforderungen zu suchen, und es entsteht ein Teufelskreis mit langfristigen Auswirkungen. Überbehütung, die oft mit partnerschaftlichen Erziehungsstilen einhergeht, spielt dabei eine wesentliche Rolle.

Briefing Paper 5: Schutzfaktoren für die Ausbildung von Frustrationstoleranz

Ob ein Kind zu einem verhaltensauffälligen Kind wird, hängt unter anderem davon ab, inwieweit Schutzfaktoren in ihm selbst und in der Familie vorhanden sind und ausserhalb derselben gestärkt werden. Zwei wichtige Schutzfaktoren sind das freie Spiel und Freundschaften mit anderen Kindern.

Briefing Paper 5 Seite 31

Aus der Resilienzforschung ist bekannt, dass es neben Risikofaktoren auch Schutzfaktoren gibt. Diese haben präventiven Charakter und fördern einerseits eine gesunde Entwicklung, andererseits können sie Risikofaktoren abmindern resp. ausgleichen.

Das freie Spiel und Kinderfreundschaften sind zwei besonders wichtige Schutzfaktoren, weil sie die Entwicklung emotionaler Kompetenzen geradezu herausfordern. Der Hauptgrund liegt darin, dass Kinder beim Spielen respektive in einer Freundschaftsbeziehung ihr Wissen von und ihren Umgang mit Emotionen unter Beweis stellen können, ohne dass sie von Erwachsenen dauernd kontrolliert, beschützt oder behütet werden.

Sowohl das Spiel als auch eine Freundschaft zu anderen Kindern müssen erst erlernt resp. aufgebaut werden. Denn im Spiel tun die anderen nicht immer das, was sie aus der Sicht des Kindes tun sollten. Das ist auch in Freundschaften so, weshalb Freunde auch als Entwicklungshelfer gelten. Sichtbar wird dies etwa daran, dass stabile Kindergarten-Freundschaften bis ins Primarschulalter oder länger hinausreichen können.

Briefing Paper 6: Förderung emotionaler Kompetenzen in der familienergänzenden Betreuung und im Kindergarten

Die Familie ist zwar der erste und wichtigste Ort, in dem Kinder erzogen und sozialisiert werden. Aber auch familienergänzende Betreuungen und Kindergärten können die Entwicklung emotionaler Kompetenzen unterstützen.

Briefing Paper 6 Seite 33

Grundsätzlich wirkt sich bereits der Besuch einer qualitativ hochstehenden familienergänzenden Betreuung oder eines guten Kindergartens positiv auf die Entwicklung der emotionalen Kompetenz aus. Ganz besonders gilt dies für Kinder aus sogenannten Risikofamilien. Eine gute Kita und ein guter Kindergarten sind Spielwiesen für emotionale Kompetenzentwicklung.

Das Herzstück dieser Qualität macht jedoch die Professionalität der Fachperson aus. Im Hinblick auf die Förderung der emotionalen Entwicklung zeigt sich Professionalität in ausreichend verfügbarem Wissen, auf das relativ einfach zurückgegriffen werden kann sowie im Können, dieses Wissen umzusetzen.

Darüber hinaus gibt es einen fast unüberschaubaren Markt an Programmen zur Förderung emotionaler Kompetenzen. Man unterscheidet primärpräventive Verfahren für entwicklungsun auffällige Kinder von sekundärpräventiven Verfahren für Kinder mit einem erhöhten Risiko für emotionale Entwicklungsauffälligkeiten und psychotherapeutische Verfahren für Kinder mit manifesten Auffälligkeiten. Beispiele empfehlenswerter primärpräventiver Programme sind «Papilio», «Perik», «Faustlos» oder «Kindergarten plus». Bei der Auswahl eines Programms sollte man darauf achten, dass es (a) theoretisch fundiert ist, (b) auf empirischen Ergebnissen aufbaut, (c) auf die Stärkung von Kompetenzen setzt, (d) auf eine bestimmte Zielgruppe ausgerichtet ist, (e) auf mehreren Ebenen ansetzt (Kind, Familie, Kindergarten) und (f) evaluiert ist.

Briefing Paper 7: Förderung emotionaler Kompetenzen in der Familie

Das Fundament für die emotionale Kompetenz wird bereits in der frühen Kindheit durch die Familie aufgebaut. Sie spielt die Hauptrolle, auch wenn die familienergänzende Betreuung einen zunehmenden Anteil ausmacht.

Briefing Paper 7 Seite 36

Die Familie ist der wichtigste und früheste Erfahrung- und Prägungsort für das heranwachsende Kind. Obwohl manche Eltern der Ansicht sind, man könne Vieles delegieren, spielen sie und ihr gewolltes und vor allem auch ungewolltes Modellverhalten eine herausragende Rolle, gerade in Bezug auf den Erwerb emotional-sozialen Verhaltens ihres Nachwuchses.

Der Weg zur emotional-sozialen Erziehung beginnt deshalb bei den Müttern und Vätern selbst und bei ihrem selbstkritischen Blick in den Spiegel. Denn als Erstes müssen Eltern verstehen lernen, warum sie sich in emotionaler Hinsicht so und nicht anders verhalten. Die Art und Weise, wie Eltern mit ihren Gefühlen umgehen, hat eine Auswirkung, wie Kinder ihre eigenen Gefühle regulieren. Fehlt ihnen ein positives Modell, können sie ihre negativen Gefühle nicht in den Griff bekommen.

Eltern können ihre Kinder bei der Regulation von Gefühlen auch ohne direkte Modellwirkung

unterstützen. Dann spricht man von Coaching. Dies geschieht beispielsweise dadurch, dass sie ihnen ausreichend Gelegenheit geben, um Gespräche über Gefühle zu führen und ihnen auch Strategien zum Umgang mit diesen Gefühlen vermitteln. Problematisch ist, wenn Eltern den negativen Emotionen mehr Aufmerksamkeit schenken als den positiven Emotionen. Denn dies verstärkt das kindliche Verhalten insofern, als dann noch mehr negative Gefühle wie Wut oder Ärger gezeigt werden als positive Gefühle.

Dem Erwerb von Frustrationstoleranz (Fähigkeit, Bedürfnisse aufzuschieben und Hindernisse zu bewältigen) können Eltern durch alltägliche Übungen stärken: durch kindliche Selbstkon-

trolle und regelmässige Alltagspflichten («Ämtli»), durch Verlierenlassen beim Eile-mit-Weile oder bei einem Wettrennen und, indem sie das Kind nicht andauernd und wegen jeder Kleinigkeit loben. Überdosierte Anerkennung macht Kinder schwach. Man muss Kinder für das Richtige loben.

Um emotionale Fähigkeiten und den Umgang mit Bedürfnisaufschub zu lernen, brauchen Kinder in jedem Fall Unterstützung von den Eltern. Der Erwerb emotionaler Kompetenz hat viel mit der Erziehung zu Lebenstüchtigkeit zu tun.

Schlüsselbotschaften

Einleitung: Weshalb emotionale Kompetenzen für den Schulerfolg wichtig sind

- Die emotionale Entwicklung bekommt gegenüber der kognitiven Förderung – von Ausnahmen abgesehen – deutlich weniger Aufmerksamkeit.
- Schulerfolg wird wesentlich davon bestimmt, ob man früh schon lernt, Hürden zu meistern und Enttäuschungen zu ertragen. Solche Lebenskompetenzen stärken Selbstvertrauen, Anstrengungsbereitschaft und Eigeninitiative.

Briefing Paper 1: Theoretisches und empirisches Wissen über emotionale Kompetenzen

- «Emotionale Kompetenz» meint die Fähigkeiten, in der Interaktion mit anderen eigene Gefühle auszudrücken, mit ihnen angemessen umzugehen und Gefühle des Gegenübers zu erkennen.
- In der emotionalen Entwicklung besonders bedeutsam ist die Fähigkeit, eigene Emotionen regulieren zu können.

Briefing Paper 2: Einflussfaktoren auf die Entwicklung emotionaler Kompetenz

- Die emotionale Entwicklung wird von verschiedenen Faktoren beeinflusst: von den sprachlichen Fähigkeiten, dem Geschlecht, dem Temperament und der Herkunft.
- Kinder mit einem «schwierigen» Temperament nehmen negative Gefühle intensiver wahr und haben deshalb grössere Probleme, diese zu regulieren als Kinder mit «einfachem» Temperament.

Briefing Paper 3: Emotionale Verhaltensauffälligkeiten und ihre Ursachen

- Welches Verhalten als normal und welches als auffällig gilt, ist je nach Kontext und Betrachter unterschiedlich.
- Zwischen mangelnder emotionaler Kompetenz und Verhaltensauffälligkeiten gibt es einen eindeutigen Zusammenhang.
- 5 Prozent bis 20 Prozent der Mädchen und 10 Prozent bis 20 Prozent der Knaben zeigen Verhaltensauffälligkeiten, 10 Prozent bis 15 Prozent der Mädchen und 15 Prozent

bis 18 Prozent der Knaben manifeste Verhaltensstörungen.

Briefing Paper 4: Frustrationstoleranz - das Herzstück emotionaler Kompetenz

- Die Fähigkeit zum Bedürfnisaufschub ist eine der wichtigsten Entwicklungsaufgaben in der menschlichen Sozialisation.
- Kinder, die dies nicht gelernt haben, sind benachteiligt, weil sie mit Niederlagen schlecht umgehen können. Ihre Motivation sinkt und ein Teufelskreis mit langfristigen Auswirkungen entsteht.

Briefing Paper 5: Schutzfaktoren für die Ausbildung von Frustrationstoleranz

- Ob ein Kind Verhaltensauffälligkeiten entwickelt, hängt unter anderem davon ab, inwieweit es über Schutzfaktoren verfügt. Sie müssen auch in der Familie vorhanden sein und ausserhalb derselben gestärkt werden.
- Das freie Spiel und Kinderfreundschaften sind zwei besonders wichtige Schutzfaktoren.

Briefing Paper 6: Förderung emotionaler Kompetenzen in der familienergänzenden Betreuung und im Kindergarten

- Familienergänzende Betreuungen und Kindergärten können eine Spielwiese für die Entwicklung emotionaler Kompetenz sein.
- Fachpersonen, die als «professionell» bezeichnet werden, verfügen über ausreichendes Wissen und Können, was emotionale Kompetenz ist, wie sie eingeübt werden kann und welches die eigenen Verhaltensstandards sind.

Briefing Paper 7: Förderung emotionaler Kompetenzen in der Familie

- Der Weg zur emotional-sozialen Erziehung beginnt bei den Müttern und Vätern selbst und bei ihrem selbstkritischen Blick in den Spiegel.
- Eltern sollten erkennen, dass ihr Modellverhalten wichtig ist. Die Art und Weise, wie sie mit ihren Gefühlen umgehen, hat bewusst und vor allem unbewusst eine Auswirkung, wie Kinder ihre eigenen Gefühle regulieren.

Ich will – und zwar jetzt!

Mangelnde emotionale Kompetenzen und
ihre Folgen

Dossier 16/3

Prof. Dr. Margrit Stamm

Einleitung: Weshalb emotionale Kompetenzen für den Schulerfolg wichtig sind

**Um klar zu sehen, genügt oft ein Wechsel der Blickrichtung.
Antoine de Saint-Exupéry, Schriftsteller und Pilot (1900-1944)**

Die frühe Förderung, im Wissenschaftsbereich frühkindliche Bildung genannt, hat in den letzten zehn Jahren immer mehr Aufmerksamkeit erlangt. Dabei sind allerdings andere Kompetenzen, beispielsweise emotionale und soziale Fähigkeiten, fast vergessen gegangen. Und dies, obwohl der Schulerfolg gerade auf solchen Fähigkeiten aufbaut. Heute mehren sich die Kenntnisse, dass emotionale Kompetenz dem Schul- und später auch dem Berufserfolg zuträglich sind. Um dies zu verstehen und klarer zu sehen, brauchen wir, so Antoine de Saint-Exupéry, einen Wechsel der Blickrichtung.

Frühe Bildungsinvestitionen sind zu einseitig ausgerichtet

Im Zuge der ersten PISA-Studien vor fünfzehn Jahren ist man zur Erkenntnis gelangt, dass Kinder früher gefördert werden müssen, damit sie später bessere Schulleistungen erbringen. Auch die Neurobiologie hat zunehmend auf die besondere Bildungsfähigkeit des kleinen Kindes verwiesen. Ebenso betont die Wirtschaft neuerdings den Wert des zukünftigen Humankapitals durch frühe Bildung. Dass Säuglinge und kleine Kinder ausserordentlich lernfähig sind und eine anregungsreiche Umwelt eine enorme Bedeutung hat, gilt heute als unbestritten. Gleiches stimmt für die Aussage, dass positive Früherfahrungen wichtige Weichen für den Schuleintritt und die Entwicklung insgesamt stellen. Deshalb ist die Forderung richtig, Bildungsinvestitionen verstärkt in dieser frühen Phase zu tätigen.

Das Problem liegt allerdings darin, dass unter Bildungsinvestitionen fast ausnahmslos solche kognitiver und schulvorbereitender Art (z.B. sprachfördernde Massnahmen oder mathematische Förderung) verstanden werden. Zwar wird der Begriff emotionale resp. soziale Kompetenzen in Zielkatalogen, Bildungs- und Lehrplänen erwähnt. Doch sind die Ausführungen hierzu meist allgemein gehalten, oft kaum konkret und wenig fassbar. Wenn beispielsweise lediglich zu lesen ist, dass «Kinder ein Bewusstsein für die eigenen Emotionen entwickeln» oder «Freundschaften knüpfen» sollen, dann ist das weder eine differenzierte Darstellung der Emotionsentwicklung in der frühen Kindheit noch eine

Begründung für die Förderung derselben. Daraus lassen sich auch keine frühpädagogischen Empfehlungen ableiten.

Grundsätzlich bekommt die emotionale Entwicklung gegenüber der kognitiven Förderung deutlich weniger Aufmerksamkeit. Ausnahmen gibt es natürlich, beispielsweise der Orientierungsrahmen des Netzwerks Kinderbetreuung.

Emotionale Fähigkeiten als Lebenskompetenzen

Emotionale Kompetenzen sind basale Bestandteile von ganzheitlichen Bildungsprozessen. Gemäss Wilhelm von Humboldt ist Bildung die Fähigkeit des Menschen, sich ein Bild von der Welt und von sich selbst zu machen. Dazu gehören auch Selbstbestimmung und Selbstvertrauen, Handlungs-, Kritik- und Kommunikationsfähigkeit sowie Einfühlungsvermögen, vor allem aber auch Frustrationstoleranz, Selbstbeherrschung und Widerstandsfähigkeit.

Weil der Schul- und Lebenserfolg nur zu einem Teil von kognitiven Fähigkeiten abhängt, ist der Erwerb solcher Persönlichkeitsmerkmale zentral. Bildungserfolg wird wesentlich davon bestimmt, ob ein Kind lernt, Hindernisse überwinden, Hürden meistern und Enttäuschungen ertragen zu können. Das sind wichtige Lebenskompetenzen, die Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein steigern und Anstrengungsbereitschaft und Eigeninitiative stärken.

Gleichzeitig sind solche Fähigkeiten die Voraussetzungen für ein gesundes Sozialverhalten, um mit anderen Menschen Beziehungen einzugehen, mit ihnen zu kommunizieren und sich in eine Gruppe einzufügen. Emotionale Entwicklung gilt deshalb als Fundament der sozialen Entwicklung.

Emotionale Kompetenzen und der Lehrplan 21

Dass emotionale Kompetenzen das Fundament sind, damit ein Kind überhaupt gefördert werden kann, wird nicht nur zu wenig berücksichtigt, sondern vor allem auch kaum gewürdigt. Gerade im Zuge des Kindergartenobligatoriums ist das Verständnis, wonach die emotional-soziale Er-

ziehung ein integraler Bestandteil jeglicher Kindergartenpädagogik (und natürlich auch der Kita-Pädagogik) sein muss, in den Hintergrund getreten. Schon Friedrich Fröbel, der eigentliche Begründer des Kindergartens, hat die Bildung des Gemüts und der Sozialität des Kindes als zentrale Aufgabe des Früh- und Elementarbereichs verstanden.

Dies ist heute wichtiger denn je – gerade auch deshalb, weil der Lehrplan 21 (unter anderem) auf die Wirksamkeit des schulischen Lernens setzt. Die wichtigste Grundlage hierfür ist emotionale Sicherheit des Kindes und seine Bereitschaft, sich um etwas zu bemühen. Der Erwerb solcher emotionaler Fähigkeiten geschieht ab der frühen Kindheit in der Familie, wird jedoch mit zunehmendem Alter durch andere Kinder und Geschwister beeinflusst und in Kita und Kindergarten weiterentwickelt. Der Lehrplan 21 liefert hierfür an sich gute Grundlagen, weil er ausführlich auf den Erwerb von Emotionsregulation und Frustrationstoleranz verweist (EDK, S. 28; Berner Lehrplan S. 46).

Allerdings wird nur am Rande begründet, weshalb die Einführung «in die Welt des schulischen Lernens» (EDK, S. 23; Berner Lehrplan S. 40) unabdingbar mit dem Erwerb solcher Kompetenzen einhergehen müsste: weil die emotional-soziale Entwicklung mit anderen Bereichen verbunden ist, vor allem mit den kognitiven Prozessen. Dies wiederum wirkt sich auf die Lernbereitschaft und die Lernprozesse selbst aus. So ist emotionales Interesse beispielsweise enorm wichtig für die Motivation des Kindes, lesen oder rechnen zu lernen.

Pädagogische Fachkräfte, die diesen Kompetenzerwerb ebenso gewichten wie die Einführung ins schulische Lernen, geben den Kindern damit das beste Rüstzeug für eine gelingende Bildungslaufbahn in eine in jedem Fall unsichere Zukunft mit.

Frühe emotionale Kompetenzen haben langfristige Auswirkungen

Die emotional-soziale Entwicklung endet nicht in der frühen Kindheit. Diese vielfach belegte Tatsache wird zu selten zur Kenntnis genommen. Kindern, welche im Kindergarten neugierig, aufmerksam und frustrationstolerant sind und mit anderen Kindern gut auskommen, fällt nicht nur der Einstieg in die Schule leichter. Sie entwickeln

sich auch im Verlaufe der Schulzeit besser. Sie verfügen über Grundlagen, um mit anderen Kindern zusammenzuarbeiten und die eigenen Bedürfnisse zurückzustecken, auch dann, wenn Konflikte entstehen. Zudem können sie mit entmutigenden Erfahrungen zurechtkommen oder Niederlagen verarbeiten, ohne dass sie dauerhaft demotiviert werden. Insgesamt weisen sie bessere Schulleistungen auf als Kinder mit schlecht ausgebildeten emotionalen Kompetenzen.

Fazit

Zusammengefasst ist der Erwerb früher emotionaler Fähigkeiten deshalb so zentral, weil in dieser Lebensphase bedeutsame Weichen gestellt und die Kita- und Kindergartenzeit eine Phase schneller Veränderungen in nahezu allen Kompetenzbereichen darstellt. Emotionen spielen dabei eine grundlegende Rolle.

Kinder, die man in der Entwicklung ihrer emotionalen Fähigkeiten fördert, werden gleichzeitig in ihrer Persönlichkeitsentwicklung gestärkt. Sie lernen, mit schwierigen Situationen und den daraus entstehenden Emotionen umzugehen. Sie erwerben Strategien, wie man Probleme lösen kann und sind in der Lage, diese auch langfristig anzuwenden. Deshalb gelingt es solchen Kindern auch, leichter Freundschaften einzugehen und zu pflegen, was wiederum ihr Wohlbefinden beeinflusst.

Weiterführende Literatur

Hurrelmann, K. & Bründel, H. (2003). Einführung in die Kindheitsforschung. Weinheim: Beltz Studium.

Deutscheschweizer Erziehungsdirektorenkonferenz (D-EDK). Lehrplan 21. Luzern: D-EDK. <http://www.lehrplan21.ch/>

Stamm, M. (2016). Lasst die Kinder los! Weshalb entspannte Erziehung lebensstüchtig macht. München: Piper.

Wustmann Seiler, C. & Simoni, H. (2012). Orientierungsrahmen für frühkindliche Bildung, Betreuung und Erziehung in der Schweiz (erarbeitet vom Marie Meierhofer Institut für das Kind im Auftrag der Schweizerischen UNESCO-Kommission und des Netzwerks Kinderbetreuung Schweiz). Bern/Zofingen: Schweizerische UNESCO-Kommission/Netzwerk Kinderbetreuung Schweiz.

Briefing Paper 1: Theoretisches und empirisches Wissen über emotionale Kompetenzen

Auch ist nicht zu leugnen, dass die Empfindung der meisten Menschen richtiger ist als ihr Rasonnement.

Friedrich Schiller, deutscher Dichter und Philosoph (1759-1805)

In den letzten Jahren haben verschiedene Forscherinnen und Forscher versucht, gesichertes Wissen über die Entwicklung emotionaler Fähigkeiten zusammenzutragen, die Begrifflichkeit genauer zu fassen und auch empirisches Material zu bündeln. In diesem Briefing Paper werden die Hauptkenntnisse vorgestellt.

Was ist emotionale Kompetenz?

Der Begriff «Emotionale Kompetenz» ist vor allem durch Daniel Golemans Buch «Emotionale Intelligenz» bekannt geworden. Gemeint sind damit in erster Linie die Fähigkeiten und Fertigkeiten eines Menschen, in der Interaktion mit anderen Personen eigene Gefühle auszudrücken, diejenigen des Gegenübers zu erkennen und mit ihnen angemessen umzugehen, d.h., sie zur Steuerung des eigenen Verhaltens zu nutzen.

Das Konzept der emotionalen Intelligenz wird jedoch grundsätzlich kritisiert. Bemängelt wird, dass es erlernbare Fähigkeiten mit grundlegenden Persönlichkeitseigenschaften vermische und Intelligenz deshalb zu einer Leerformel werde. Das ist einleuchtend, weshalb in diesem Dossier von «emotionaler Kompetenz» und nicht von «emotionaler Intelligenz» gesprochen wird.

Es gibt verschiedene Konzepte zum Erwerb emotionaler Fähigkeiten. Nachfolgend werden zwei Konzepte diskutiert, welche im Hinblick auf das Bewältigungsverhalten besonders bedeutsam sind.

Das Konzept der emotionalen Intelligenz nach Peter Salovey und John Mayer

Das Modell der emotionalen Intelligenz von Peter Salovey und John Mayer lehnt sich an das multiple Intelligenzmodell von Howard Gardner an, insbesondere an die zwei Formen der personalen Intelligenz, d.h. die intrapersonale (das Wissen über sich selbst) und die interpersonale Intelligenz (das Wissen über andere). Zur emotionalen Intelligenz zählen die Autoren drei Bereiche:

- Bewertung und Ausdruck von Emotion
- Regulation von Emotion

● Ausdruck von Emotion

Weil das Modell auf das Individuum und die kognitive Bedeutung der emotionalen Kompetenz ausgerichtet ist, bleiben sowohl der Kontext, in dem die emotionale Kompetenz gelebt wird, als auch Entwicklung und Sozialisation einzelner Fähigkeiten aussen vor.

Das Konzept der emotionalen Kompetenz nach Carolyn Saarni

Das Hauptmerkmal des Konzepts von Carolyn Saarni schenkt dem familiären und kulturellen Hintergrund besondere Aufmerksamkeit, indem sie ihn in die Entwicklung emotionaler Kompetenzen einbettet. Die Autorin nimmt an, dass das Kind in sozialen Beziehungen und der sozialen Kultur acht Fertigkeiten erlernt, übt und anwendet. Dabei gelten Eltern als Modelle, welche von den Kindern imitiert und durch Verstärker (Lob, Tadel, Strafe) in ihrem Verhalten verfestigt werden. Es sind dies die Fertigkeit,

- sich der eigenen Gefühle bewusst zu sein.
- Emotionen anderer Menschen zu erkennen.
- Gefühle zu benennen und über sie sprechen zu können.
- empathisch auf die Emotionen anderer Menschen einzugehen.
- zu erkennen, dass ein inneres Gefühl nicht unbedingt dem aussen gezeigten Ausdruck entspricht.
- belastende Emotionen und problematische Situationen zu bewältigen.
- sich bewusst zu werden, dass zwischenmenschliche Beziehungen davon abhängen, wie Gefühle kommuniziert werden.
- sich emotional selbstwirksam zu fühlen.

Für Saarni gibt es keine richtigen oder falschen Emotionen in einer bestimmten Situation, sondern nur solche, die mit der Persönlichkeit des Kindes übereinstimmen oder eben nicht. Dies ist das grosse Plus dieses Modells. Gerade weil pädagogische Fach- und Lehrkräfte vor der Herausforderung stehen, mit zunehmend heterogenen Gruppen zu arbeiten, dürfte dieses Modell für sie besonders interessant sein.

Entwicklung von Emotionsausdruck und Emotionsverständnis

In den ersten sechs Lebensjahren machen Kinder wichtige Fortschritte in ihrer emotionalen Entwicklung. Dies zeigt sich daran, dass sie ihre Gefühle zunehmend besser kontrollieren und in sozialen Situationen kompetenter, d.h. altersangemessener, reagieren können. Drei Entwicklungsschritte sind dabei zentral: der Ausdruck von Gefühlen, der sprachliche Ausdruck derselben sowie die Regulation von Emotionen.

- **Ausdruck von Emotionen:** Im Allgemeinen werden grundlegende oder primäre Emotionen, die bereits im frühesten Alter auftreten, von sekundären Emotionen unterschieden, welche komplexer sind und ab dem zweiten Lebensjahr zu beobachten sind.

- **Primäre Emotionen:** Während das emotionale Erleben des Neugeborenen zwischen Unbehagen und Zufriedenheit pendelt, entwickelt ein dreimonatiges Baby bereits sogenannte primäre Emotionen. Dazu gehören Freude, Ärger, Angst oder Interesse etc. Eltern und nahe Bezugspersonen regen durch direkte Interaktion und feinfühliges Verhalten positive Emotionen an. Gegenteiliges ist der Fall, wenn sie sich teilnahmslos verhalten.

- **Sekundäre Emotionen:** Diese sind komplexer und bilden sich ab dem Ende des zweiten Lebensjahres aus. Dazu gehören Scham, Schuld, Stolz, Neid, Mitleid und Verlegenheit etc. Damit ein Kind solche Emotionen erleben kann, muss es bereits ein Bewusstsein über sich selbst entwickelt haben, Verhaltensregeln kennen und diese mit dem eigenen Handeln in Beziehung setzen können. Den Bezugsrahmen hierfür liefert das Elternhaus, unterstützt vom familienergänzenden Betreuungssystem.

Zu den sekundären Emotionen gehört auch die Empathie. Ab dem zweiten Lebensjahr sind Kinder zunehmend in der Lage, zwischen den eigenen Gefühlen und derjenigen anderer zu unterscheiden und deren Gefühle auch zu verstehen. Mit dem Erwerb empathischen Verhaltens geht das prosoziale Verhalten einher.

Die Entwicklung des Emotionsausdrucks eines Kindes ist vor allem ein Ergebnis der familiären Einflüsse, in erster Linie der Art und Weise, wie die Eltern die Interaktion gestalten. Eine sichere Bindung ist dabei besonders bedeutsam.

Welche Rolle genau das Personal in Kitas oder Tagesfamilien sowie Nannys oder Gros-

seltern spielen, ist bisher kaum untersucht. Aber man geht davon aus, dass die Wirkungszusammenhänge zwar sekundär, aber ähnlich sind – vorausgesetzt, es bestehen gute Bindungsbeziehungen.

- **Emotionen benennen und verstehen:** Der zweite wichtige Schritt ist die Fähigkeit, Emotionen sprachlich fassen und verstehen zu können. Abhängig ist er davon, inwiefern Kinder über ein Vokabular der Gefühle verfügen. Es erstaunt deshalb kaum, dass eine gute Sprachentwicklung mit besseren emotionalen Kompetenzen einhergeht.

Nur wer seine Gefühle benennen kann, ist in der Lage, diese auch anderen mitzuteilen. Ein solches Vokabular ist zugleich eine wichtige Voraussetzung für die soziale Kompetenz. Fehlt dieses Kindern grundsätzlich, haben sie Schwierigkeiten im Umgang mit Gleichaltrigen und Erwachsenen. Doch gerade die enorme Sprachentwicklung im zweiten und dritten Lebensjahr prädestiniert Kleinkinder dazu, dieses Vokabular zu lernen. Deshalb sind alle Bemühungen der Sprachförderung zu unterstützen, welche in diesem Alter und mit dieser Absicht ansetzen.

Um Emotionen zu verstehen, müssen Kinder deren Ursachen kennen (z.B. weshalb ein anderes Kind traurig ist) und von der Mimik auf eine Gefühlslage schließen können (z.B. dass Lachen ein Zeichen von Freude, Rotwerden ein Zeichen von Scham ist). Normalerweise sind Kinder hierzu im Kindergarten in der Lage, d.h. mit vier bis fünf Jahren.

- **Emotionen regulieren:** Das Benennen und Verstehen von Emotionen ist nur die eine Seite der Medaille. Der dritte Entwicklungsschritt ist die Fähigkeit, belastende Gefühle zu meistern und handlungsfähig zu werden oder zu bleiben. Die Forschung spricht dabei von «Emotionsregulation». Beispielsweise sollte ein Kind, das wütend ist, weil ihm ein anderes Kind im Sandkasten alle gebauten Türme zerstört hat, lernen, seine Wut in den Griff zu bekommen, gleichzeitig jedoch auch Strategien entwickeln, um in solchen Situationen angemessener reagieren zu können. Möglichkeiten wären, dieses andere Kind zu meiden oder mit ihm das Gespräch zu suchen.

Emotionale Kompetenzen und Schulerfolg: empirische Erkenntnisse

Gute emotionale Kompetenzen unterstützen den schulischen Erfolg, auch längerfristig. Darauf verweisen verschiedene Untersuchungen (zusammenfassend: Klinkhammer & von Salisch, 2015; Petermann & Wiedebusch, 2003; Saarni, 2011). Ihr gemeinsamer Nenner ist der, dass

emotional kompetente Kinder nicht nur psychisch gesünder sind, sondern auch bessere Schulleistungen haben. Die Gründe hierfür liegen in erster Linie darin, dass sie mit den eigenen Emotionen und denen ihrer Peers besser umgehen können, deshalb als sozial kompetenter gelten und gut in die Klasse integriert sind. Diese positive Integration wirkt sich wiederum positiv auf ihre Schulleistungen aus.

Anders Kinder mit eher dürftigen emotionalen Fähigkeiten: Sie bekommen weniger Unterstützung in der Klasse, meist auch von den Lehrkräften und sind deshalb insgesamt unbeliebter. Deshalb entwickeln sie auf längere Sicht negativere Einstellungen gegenüber Kindergarten und Schule, werden weniger lernbegierig, häufiger krank und schwänzen auch öfters die Schule, was sich auch auf die schulischen Leistungen auswirkt. In unserer Studie «Schulschwänzer in der Schweiz» (Stamm et al., 2009) konnten solche Zusammenhänge mit grosser Eindeutigkeit belegt werden.

Fazit

Die Vorschulzeit ist eine Phase schneller Veränderungen in nahezu allen Kompetenzbereichen. Die Forschung zeigt einhellig, dass die vielfältigen Herausforderungen, mit denen Kinder spätestens ab Schuleintritt konfrontiert sind, dann erfolgreich bewältigt werden können, wenn sie vorher gelernt haben, das eigene Verhalten und die Gefühle zu regulieren.

Eine gute emotionale Entwicklung ist deshalb die Basis für die kognitive Entwicklung und den Schulerfolg. Schulerfolgreiche Kinder haben eine gute Selbstkontrolle und Frustrationstoleranz sowie ein hohes Durchhaltevermögen. Sie sind anstrengungsbereiter, lassen sich durch Enttäuschungen nicht wesentlich lähmen oder behindern und können mit einem Belohnungsaufschub umgehen. Dabei lernen sie auch, Dinge für sich selbst zu tun, ohne dass die Eltern immer vorschreiben, was und wie dies zu tun ist.

Weiterführende Literatur

Ahn, H. Y. & Stifter, C. (2006). Child care teachers response to children's emotional expression. *Early Education & Development*, 1, 2, 253-270.

Goleman, D. (1997). *Emotionale Intelligenz*. München: dtv.

Klinkhammer, J. & von Salisch, M. (2015). *Emotionale Kompetenz bei Kindern und Jugendlichen. Entwicklung und Folgen*. Stuttgart: Kohlhammer.

Petermann, F. & Wiedebusch, S. (2003). *Emotionale Kompetenz bei Kindern*. Göttingen: Hogrefe.

Saarni, C. (2011). Emotional development in childhood. *Encyclopedia on early childhood development*.

<http://www.child-encyclopedia.com/Pages/PDF/SaarniANGxp1.pdf>

Stamm, M., Ruckdäschel, C., Templer, F. & Niederhauser, M. (2009). *Schulabsentismus: Ein Phänomen und seine Folgen*. Wiesbaden: VS Fachverlag für Sozialwissenschaften.

Briefing Paper 2: Einflussfaktoren auf die Entwicklung emotionaler Kompetenz

Temperament ist ein vorzüglicher Diener, doch ein gefährlicher Herrscher.
Deutsches Sprichwort

Kleine Kinder machen meist in kurzer Zeit grosse Fortschritte in der Entwicklung ihrer emotionalen Fähigkeiten. Diese Entwicklung wird von verschiedenen Faktoren beeinflusst. In diesem Briefing Paper werden einige von ihnen behandelt, so die Einflüsse von Sprache, Geschlecht und Temperament sowie der sozialen und kulturellen Herkunft. Gerade die «sowohl-als-auch»-Bedeutung des Temperaments – so wie dies in obigem Zitat zum Ausdruck kommt – ist in den letzten Jahren in der Pädagogik vernachlässigt worden.

Die Bedeutung der Sprache

Im Vorschulalter machen Kinder beim Spracherwerb enorme Fortschritte. Die Unterschiede sind jedoch beträchtlich, das wissen wir aus vielen Untersuchungen (Stamm, 2005).

Sprachliche Fähigkeiten sind wichtig, wenn es um die Regulation emotionalen Verhaltens geht. Je besser Kinder die Sprache verstehen und sich entsprechend ausdrücken können, desto eher sind sie in der Lage, Missverständnisse mit anderen Kindern oder Erwachsenen und damit auch die Entstehung negativer Emotionen zu vermeiden. Sprachliche Fähigkeiten sind folgedessen nicht nur grundlegend für den Schulerfolg, sondern genauso, um die eigenen Gefühle in den Griff zu bekommen und emotionale Kompetenz zu erwerben.

Zum Einfluss des Geschlechts

Geht es um die emotionale Entwicklung von Mädchen und Knaben, so berichten viele Lehrkräfte von markanten Geschlechtsunterschieden. Was sagt die Forschung hierzu?

Zum Einfluss des Geschlechts auf die Emotionsentwicklung liegen verschiedene Untersuchungen vor, allerdings mit teils widersprüchlichen Ergebnissen (Klinkhammer & von Salisch, 2015). Zusammenfassend lässt sich Folgendes festhalten: Alles in allem stimmt die Annahme der Geschlechterunterschiede, doch kommt es auf den Bereich an, der untersucht wird (z.B. das Erkennen von Emotionen, das Wissen über sie oder deren Regulation). So sind Mädchen den Knaben in der Emotionsregulation deutlich über-

legen. Sie zeigen häufiger positive Gefühle und können diese besser regulieren als Knaben. Diese sind den Mädchen auch in Konfliktsituationen unterlegen.

Ebenso teilen Mädchen und Knaben ihre Emotionen unterschiedlich mit. Mädchen drücken Trauer stärker aus und suchen häufiger die Zuneigung der Erwachsenen, während Knaben kleinlicher und ärgerlicher sind als Mädchen und dies oft durch körperliche Aggressionen zum Ausdruck bringen.

Dass das Geschlecht einen Unterschied macht, hat viel mit den unterschiedlichen Erwartungen Erwachsener an das emotionale Verhalten von Knaben und Mädchen zu tun. Solche Erwartungen spiegeln sich auch in gängigen Redewendungen, beispielsweise:

- «Knaben weinen nicht.»
- «Mädchen schlagen nicht zu, wenn sie wütend sind.»
- «In deinem Alter muss man sich zusammenreissen.»
- «Indianer kennen keinen Schmerz.»

Geschlechtsspezifische Erwartungen an das einzelne Kind und seinen Umgang mit Emotionen sind bei Eltern stärker verbreitet als in pädagogischen Institutionen (Ahn & Stifter, 2013, siehe Briefing Paper 1).

Die Bedeutung des Temperaments

In den letzten beiden Jahrzehnten wurde das Temperament eher vernachlässigt. Temperament ist der Ausdruck für individuelle Besonderheiten in emotionalen und affektiven Bereichen des Verhaltens. Einer der Hauptgründe für die Vernachlässigung liegt darin, dass sich die Pädagogik vor allem auf die Qualität der Institutionen, des Fachpersonals und der Lehrkräfte konzentriert hat. Eine herausfordernde, liebevolle und feinfühligere Umgebung wurde als Fundament für ein gesundes Aufwachsen bezeichnet. Dies ist zwar grossenteils richtig so, doch sind auch angeborene Temperamentsmerkmale und -unterschiede in solche Überlegungen einzubeziehen.

In der Pädagogischen Psychologie hat man sich in verschiedenen Studien mit Phänomen des Temperaments befasst (zusammenfassend Boerner, 2015). Unbestritten ist heute etwa, dass Temperamentsunterschiede schon früh in der Entwicklung zu beobachten und relativ zeitstabil sind. So sind die einen Babys ruhig und pflegeleicht, die anderen brauchen ständig Gesellschaft, und die dritten schreien fortwährend, auch wenn sich die Umgebung nonstop um sie kümmert. Das Temperament beeinflusst offenbar die Regulation von Gefühlen. Kinder mit einem «schwierigen» Temperament nehmen negative Gefühle intensiver wahr und haben deshalb grössere Probleme, diese zu regulieren als Kinder mit «einfachem» Temperament.

Doch ist es nicht so, dass sich Kinder mit einem schwierigen Temperament gezwungenermassen ungünstig entwickeln. Neben angeborenen Temperamentsunterschieden gibt es eine soziale Dimension des Temperaments. Von besonderer Bedeutung sind die Wechselwirkungen zwischen den Temperamenteigenschaften des Kindes und denjenigen seiner Umgebung. Erklärt werden solche Wechselbeziehungen mit dem Konzept der Kind-Umwelt-Passung. Passung entsteht dann, wenn die Umgebung dem Temperament des Kindes und seinen Fähigkeiten angepasst wird. Unter dieser Voraussetzung kann sich das Kind entfalten, gleichzeitig beeinflusst es aber auch das Verhalten seiner Umgebung. Fehlende Kind-Umwelt-Passungen können deshalb auch ungünstige Auswirkungen haben. Ein Beispiel:

Wer das Verhalten des Kindes lediglich mit der Rechtfertigung begründet «Es hat halt einfach so ein schwieriges Temperament», verlangt nichts von ihm und sendet ihm gleichzeitig die Botschaft, dieses Merkmal sei unveränderlich. Dies führt oft zu einem tyrannischen und dominanten kindlichen Verhalten und hilflosen Eltern. Folgedessen ist es wenig erstaunlich, wenn ein solches «schwieriges» Kind gar keine Anstalten macht, seine Emotionen regulieren zu lernen.

Soziale und kulturelle Herkunft

Dass das Erziehungsverhalten in der Familie je nach sozialer und kultureller Herkunft unterschiedlich ist, gehört zur «pädagogischen Folklore». In unserer westlichen Kultur ist normativ vorgegeben, was positive und was negative Emotionen sind. Unser ethnozentrischer Blick (siehe Fussnote 1 Seite 10) erlaubt dabei kaum, neutrale Aussagen über die Wertung von Emotionen in anderen Kulturen zu machen. Deshalb wird das Andere und uns Fremde so oft zwangsläufig als emotionales oder soziales Defizit bezeichnet. Zwei Beispiele:

- **Positive Beurteilung:** In unserer Gesellschaft haben Emotionen eine wichtige Bedeutung. Deshalb werden Kinder dann als emotional (und sozial) kompetenter angesehen als andere, wenn sie sich unseren gesellschaftlichen Vorstellungen entsprechend verhalten. Ein Kind wird positiv beurteilt, wenn es neugierig, eigeninitiativ, offen und spontan ist.
- **Negative Beurteilung:** In asiatischen Kulturen hängen Emotionen weit weniger vom individuellen Erleben ab als von allgemeinen Vorstellungen, wie Menschen miteinander umgehen sollen. In muslimischen Ländern wiederum gelten spezifische kulturelle Gepflogenheiten, die in emotional einseitige Erziehungspraktiken münden. Körperstrafe gilt oft als Erziehungsmittel. So wird von Kindern verlangt, dass sie sich unterordnen und sich auf das Kollektiv ausrichten. Gerade weil sie zum Abwarten und Zuhören erzogen werden, zeigen sie in der Schule ein zurückhaltendes, passiv wirkendes Verhalten, oft aber auch eine Bereitschaft zu körperlichen Auseinandersetzungen. Derartiges Verhalten wird jedoch als mangelnde emotionale Kompetenz negativ beurteilt.

Fazit

In diesem Briefing Paper wurde aufgezeigt, welche Faktoren den Erwerb emotionaler Kompetenzen beeinflussen. Deutlich geworden ist dabei, dass sowohl das Alter als auch biologische und soziale Bezüge eine Rolle spielen. Solche individuellen und sozialen Faktoren tragen gemeinsam dazu bei, dass es so grosse interindividuelle Unterschiede zwischen gleichaltrigen Kindern gibt.

Deshalb ist von Interesse, etwas über abweichende Formen emotionaler Entwicklung zu erfahren. In Briefing Paper 3 werden hierzu die wichtigsten Erkenntnisse zusammengetragen.

Weiterführende Literatur

Boerner, R. (2015). Temperament: Theorie, Forschung, Klinik. Berlin: Springer.

Klinkhammer, J. & von Salisch, M. (2015). Emotionale Kompetenz bei Kindern und Jugendlichen. Entwicklung und Folgen. Stuttgart: Kohlhammer.

Petermann, F. & Wiedebusch, S. (2003). Emotionale Kompetenz bei Kindern. Göttingen: Hogrefe, Kapitel 2 und 3.

Stamm, M. (2005). Zwischen Exzellenz und Versagen. Zwischen Exzellenz und Versagen. Schullaufbahnen von Frühlesern und Frührechnerinnen. Zürich/Chur: Rüegger.

Briefing Paper 3: Emotionale Verhaltensauffälligkeiten und ihre Ursachen

Eine goldene Wiege ist nicht immer eine gute Kinderstube.
Deutsches Sprichwort

Emotionale Kompetenz ist ein wichtiger Schutzfaktor für die kindliche Entwicklung. Es ist deshalb wenig erstaunlich, dass es zwischen mangelnder emotionaler Kompetenz und Verhaltensauffälligkeiten einen eindeutigen Zusammenhang gibt. Vor diesem Hintergrund sind auch die Medienberichte zu lesen – beispielsweise im Bericht von René Donzé in der NZZ vom Sonntag vom 21. Februar 2016, wonach Kindergärtnerinnen am Anschlag sind, weil Verhaltensauffälligkeiten bei kleinen Kindern zunehmen.

In diesem Briefing Paper werden diejenigen Erscheinungsbilder diskutiert, welche heute empirisch am verbreitetsten sind: mangelnde Frustrationstoleranz als Folge eines überbehütenden Erziehungsstils, Aggressivität und Überängstlichkeit. Solche Auffälligkeiten resultieren in vielen Fällen aus einem Mangel an emotionaler Kompetenz. Eine goldene Wiege – d.h. eine sehr behütete und beschützende Erziehung, die das Kind in den Mittelpunkt stellt – garantiert eben nicht per se eine gute Kinderstube!

Trotzdem sollte man der Verwendung des Begriffs «Verhaltensauffälligkeit» kritischer gegenüberstehen. Oft wird er zu schnell, zu unüberlegt und vor allem zu undifferenziert verwendet.

Unterschiedliche Wahrnehmung von Verhaltensauffälligkeiten

Als verhaltensauffällig wird ein Kind immer dann bezeichnet, wenn es sich erheblich anders verhält als die meisten Kinder seines Alters in gleichen oder ähnlichen Situationen. Welches Verhalten als normal und welches als auffällig gilt, ist deshalb je nach Kontext und Betrachter unterschiedlich. Aber auch zwischen verschiedenen Kulturen bestehen Unterschiede. Wie in Briefing Paper 1 bereits ausgeführt, sind aggressive Verhaltensweisen in verschiedenen Kulturen in unterschiedlichem Mass verpönt oder geduldet, bisweilen werden sie sogar gefördert.

Ein wichtiges Kriterium ist das Alter des Kindes. So treten bei manchen Vorschulkindern Verhaltensauffälligkeiten bis gegen das dritte Lebensjahr gehäuft auf, z.B. Wutausbrüche, Trotzen, Fremdeln oder Schlagen. Meist ist dies vorübergehend, tritt es jedoch noch bei einem Kinder-

gartenkind oder sogar bei einem Schulkind auf, wird es als verhaltensauffällig bezeichnet.

Klassifikation von Verhaltensauffälligkeiten

Generell wird zwischen externalisierenden und internalisierenden Formen von Verhaltensauffälligkeiten unterschieden:

- **Externalisierende Verhaltensauffälligkeiten:** Dazu gehören hyperkinetische Verhaltensweisen (wie Zappeligkeit, hohe Ablenkbarkeit, Impulsivität) und aggressives Verhalten (wie Schlagen, Treten von Personen, Beschädigen von Gegenständen, Trotzigkeit und Feindseligkeit).
- **Internalisierende Verhaltensauffälligkeiten:** Sie werden auch als sozial unsicheres Verhalten bezeichnet und umfassen Trennungsängste, Kontaktvermeidung, Überängstlichkeit inklusive anklammerndes und ängstliches Rückzugsverhalten.

Zum Ausmass von Verhaltensauffälligkeiten

Verschiedene Untersuchungen lassen einen Rückschluss darauf zu, wie viele Kinder im Vorschulalter Verhaltensauffälligkeiten zeigen. Allerdings sind die Definitionskriterien, was genau unter «verhaltensauffällig» verstanden wird, sehr unterschiedlich und oft auch undeutlich. So wird manchmal auf Testergebnisse zurückgegriffen, manchmal lediglich auf Einschätzungen des Fachpersonals. Zudem schwankt die Aktualität der verfügbaren Daten erheblich.

Vor diesem einschränkenden Hintergrund kann davon ausgegangen werden, dass mindestens 5 Prozent bis 20 Prozent der Mädchen und 10 Prozent bis 20 Prozent der Knaben Verhaltensauffälligkeiten zeigen sowie etwa 10 Prozent bis 15 Prozent der Mädchen und 15 Prozent bis 18 Prozent der Knaben manifeste Verhaltensstörungen (Zeitschrift Frühe Bildung, 2013).

Ursachen

In unserer Gesellschaft ist es üblich geworden, die Ursachen von Verhaltensauffälligkeiten vor allem beim Kind zu suchen. Dies zeigt sich etwa in der Tendenz von Eltern, bei jeder Schwierigkeit einen Spezialisten aufzusuchen. In diesem Rückgriff spiegelt sich die Angst, mit Schwierig-

keiten konfrontiert zu werden, welche die Vorstellung vom «perfekten Kind» angreifen. Wenn die Kindergärtnerin sagt, dass das Kind ein wenig schüchtern sei oder dass es sich etwas schlecht durchsetzen könne, wird sogleich eine Fachperson aufgesucht, um diese Auffälligkeit zu beheben. Man geht heute zur Psychologin oder schickt sein Kind in ein Lernstudio, wie man sein Auto in die Garage zum Service bringt. Die Fachperson soll sich um die Probleme des Kindes kümmern, wenn man sich selbst nicht kompetent genug fühlt.

Doch das Kind lebt nicht isoliert nur zu Hause, sondern in verschiedenen Systemen. Deshalb müssen neben den Einflüssen der Familie auch die Kindertageseinrichtung, Grosseltern und Gleichaltrige usw. berücksichtigt werden. Dies ist einer der Gründe, weshalb man auch von «Multikausalität» spricht.

- **Ursachen im Kind:** Oft spielen Faktoren wie genetische Anlagen, Entwicklungsverzögerungen, langwierige Krankheiten, Fehlernährung oder das Temperament eine Rolle. Ferner können Kinder aufgrund von Traumata unter grossen Ängsten leiden oder sich wegen negativen Erfahrungen abkapseln. Bei einer abrupt beginnenden Fremdbetreuung sind für relativ lange Zeit Trennungsängste möglich. Manche Kinder werden auch aufgrund bestimmter Charakteristika (z.B. nicht vorhandene Sprachkenntnisse, abstossende Körpermerkmale, mangelnde Hygiene, Unbeholfenheit, Nichtteilnahme an religiösen Festen und Aktivitäten) zurückgewiesen.
- **Ursachen in der Familie:** Nicht selten sind in Familien, in denen Kinder verhaltensauffällig werden, auch andere Personen mehr oder minder auffällig (z.B. depressiv, gewalttätig, suchtkrank) und deshalb oft mit Kommunikationsproblemen belastet. Unter solchen Umständen lernen Kinder nicht, sich klar und deutlich auszudrücken, Gedanken und Gefühle auf angemessene Weise zu äussern, richtig zuzuhören oder den Sinn unverstandener Botschaften mit Hilfe von Rückfragen zu ermitteln. Häufig erleben sie, dass ihre Mitteilungen ignoriert oder disqualifiziert werden.

Dies hat viel mit dem Modelllernen zu tun. Denn Kinder erlernen auffällige Verhaltensweisen, indem sie andere Menschen unbewusst nachahmen. Eltern (und weitere Bezugspersonen) wirken als Verstärker, erhöhen die Wahrscheinlichkeit des Auftretens solcher Verhaltensauffälligkeiten und führen zu deren Verfestigung.

Allerdings liegt die häufigste Ursache in einer überbehütenden Erziehung, in der das Kind als kleiner König im Mittelpunkt steht.

Kommt es in ein anderes Umfeld – in die Kita, die Spielgruppe, den Kindergarten – dann steht es plötzlich anderen, ähnlich erzogenen kleinen Königen gegenüber, doch hier nun ganz andere Regeln. Solche Kinder müssen deshalb lernen, dass sie hier lediglich ein Kind unter vielen in einer Gruppe oder in einem Klassenverband sind. Dadurch geraten sie in eine schwierige Situation. Von zu Hause gewohnt, die Familie und auch die ganze Welt steuern zu können, rebellieren sie in der neuen Umgebung, sobald sie nicht mehr im Mittelpunkt stehen und ihre Bedürfnisse unbefriedigt bleiben. Sie sind dauernd schlecht gelaunt und finden nichts gut, ihre Psyche ist in einem permanenten Überforderungszustand.

- **Ursachen in Kita und Kindergarten:** Ursachen für Verhaltensauffälligkeiten können aber auch in Kitas und Kindergärten liegen, ohne dass sich die Fach- und Lehrkräfte dessen bewusst sind. Drei Beispiele:
 - *Unklare Regeln:* In manchen Gruppen sind die Regeln unklar, und nicht selten bleibt auch ihre Missachtung ohne Konsequenzen. Dadurch können sich Kinder verunsichert fühlen, weshalb sie mit auffälligem Verhalten reagieren, mit dem Ziel, die Grenzen zu testen.
 - *Verstärkung auffälligen Verhaltens:* Manchmal werden Verhaltensauffälligkeiten von pädagogischen Fachkräften verstärkt, indem sie problematisches Verhalten mit Aufmerksamkeit und Zuwendung belohnen. Damit erhöhen sie die Wahrscheinlichkeit des Auftretens von auffälligen Verhaltensweisen, und es entsteht ein Teufelskreis.
 - *Häufiger Personalwechsel und Unterforderung:* Häufig wechselndes Personal kann ebenfalls zu Verhaltensauffälligkeiten beitragen. Gleiches gilt, wenn das pädagogische Programm dauernd ändert und es nicht an die Fähigkeiten der Kinder angepasst wird. Fühlen sich Kinder z.B. gelangweilt, bewegungsmässig eingeengt und ungenügend gefordert (manchmal ist dies bei den ältesten Kindern in der Gruppe der Fall), fangen sie an, herumzutoben, aggressiv zu werden, zu provozieren oder sich zurückzuziehen.
- **Ursachen in den Peer-Beziehungen:** Nicht selten liegen Ursachen für Verhaltensauffälligkeiten auch in der Beziehung zu anderen Kindern. So ist es für Kinder sehr belastend, wenn sie keine Freunde haben oder in der Gruppe keine Beachtung finden. Dann fühlen sie sich einsam, ziehen sich immer mehr zurück und entwickeln ein negatives Selbstbild. Oder aber sie versuchen, durch auffällige

Verhaltensweisen (Gewalt, Clownerie, Heuluse, Sündenbock usw.) die Aufmerksamkeit der Gleichaltrigen auf sich zu ziehen und ihre Position in der Gruppe zu verbessern.

- **Ursachen in der Gesellschaft:** Falsch ist es, wenn Ursachen von Verhaltensauffälligkeiten lediglich in den drei bisher beschriebenen Faktoren gesucht werden. Manche Faktoren liegen ebenso in der gesellschaftlichen Entwicklung. Ein wichtiger Aspekt ist die starke Veränderung des Kinderlebens. Kinder halten sich heute viel weniger unbeaufsichtigt und spielend im Freien auf als noch vor zwanzig Jahren. Und wenn sie dies tun, dann meist auf kindgerecht und gegen jegliches Risiko abgesicherten Spielplätzen, in geschützten Räumen und unter kontinuierlicher Kontrolle. Dies führt dazu, dass Kinder gar nicht mehr untereinander Regeln aushandeln und Konflikte meistern können. Zudem bringen die sogenannten «Terminkindheiten» mit den durchgetakteten Wochenplänen mit sich, dass Kinder kaum mehr unverplante Stunden haben, in denen sie kreative Ideen entwickeln und auch lernen müssen, mit Langeweile selbstbestimmt umzugehen. Solche Tatsachen stehen in einem engen Zusammenhang mit Verhaltensauffälligkeiten (Stamm, 2016).

Fazit

Ursachen, die im Zusammenhang mit Verhaltensauffälligkeiten stehen, dürfen nie isoliert betrachtet werden. Sicher ist, dass, je mehr Risikofaktoren zusammenkommen, desto grösser die Wahrscheinlichkeit für Verhaltensauffälligkeiten wird. Mit anderen Worten: Verhaltensauffälligkeiten eines Kindes sind ein Symptom problemverursachender und -aufrechterhaltender Strukturen und Prozesse im Kind selbst, in der Familie, der familienergänzenden Kinderbetreuung, bei den Gleichaltrigen und in der Gesellschaft.

Weiterführende Literatur

Donzé, R. (2016). Kindergärtnerinnen am Anschlag. Neue Zürcher Zeitung, 21. Februar 2016, 11.

Stamm, M. (2016). Lasst die Kinder los. Weshalb entspannte Erziehung lebensstüchtig macht. München: Piper, v.a. Kapitel 4.

Zeitschrift «Frühe Bildung» (2013). Schwerpunkt: Verhaltensauffälligkeiten im Kindergartenalter. Heft 2.

Briefing Paper 4: Frustrationstoleranz – das Herzstück emotionaler Kompetenz

Das Erste und das Wichtigste, was ein Kind lernen muss, ist, Leiden zu ertragen.

Jean-Jacques Rousseau, Schriftsteller und Pädagoge (1712-1778)

Der Begriff «Frustrationstoleranz» wurde 1938 von Saul Rosenzweig geprägt. Heute gilt er als besonders bedeutsamer Teil der emotionalen Kompetenz, nicht zuletzt aufgrund des berühmten «Marshmallow-Tests». Gemeint ist damit die Untersuchung der Fähigkeit, mit Enttäuschungen und unerfüllten Bedürfnissen umgehen zu können sowie psychische Belastungen und Anspannungen über längere Zeit zu ertragen. Bereits Jean-Jacques Rousseau hat auf diese Fähigkeit hingewiesen und dabei von «Leiden ertragen können» gesprochen.

Der Marshmallow-Test und seine Folgen

Ab dem Jahr 1968 testete der Psychologe Walter Mischel mehr als 500 vier- bis sechsjährige Kinder in einem Versuchslabor der Stanford Bing Nursery School, welche mehrheitlich Forschungszwecken diente (Mischel, 2015). Das Ziel seiner Untersuchung war die Mechanik des Belohnungsaufschubs. Dabei mussten sich die Kinder alleine an einen Tisch im sogenannten Überraschungszimmer der Kinderkrippe setzen, das durch einen Einwegspiegel einsehbar war. Mischel hatte zuvor ein Marshmallow (manchmal waren es auch andere beliebte Süßigkeiten) und eine Glocke auf den Tisch gelegt. Das Kind bekam nun die Anweisung, er werde den Raum jetzt verlassen und lange nicht zurückkehren (es waren 20 Minuten). Wenn es bis zu seiner Rückkehr warten würde, bekäme es zwei Marshmallows. Wenn ihm dies zu lange dauere, könne es mit der Glocke klingeln. Er käme dann zurück, aber es würde deshalb nur dieser eine Marshmallow bekommen.

Im Ergebnis zeigte sich, dass es einige Kinder nicht schafften zu warten, andere schon, aber nur unter Aufbietung der höchsten Kräfte. Einige hielten sich die Hände vors Gesicht, damit sie die Belohnung nicht anschauen mussten. Andere redeten sich zu, wieder andere begannen zu singen oder erfanden Spiele mit ihren Händen und Füßen. Es gab sogar Kinder, die versuchten einzuschlafen – was einem Kind tatsächlich gelang.

Mischel ahnte nicht, dass seine Untersuchungsergebnisse legendär werden würden. Denn als er die Untersuchungsteilnehmenden 13 Jahre später wieder untersuchte, zeigte sich, dass diejeni-

gen, die lange warten können, als junge Erwachsene erfolgreicher in der Ausbildung waren, entschlossener, frustrationstoleranter und konfliktfähiger als die Ungeduldigen – dass sie also hohe emotionale Kompetenzen zeigten.

Hohe Frustrationstoleranz zahlt sich langfristig aus

Nachfolgende Forschungen haben unser Wissen über Frustrationstoleranz erweitert. Heute gilt als gesichert, dass Kinder mit hoher Frustrationstoleranz ein Bedürfnis besser aufschieben und mit Niederlagen besser umgehen können sowie sich von Misserfolgen nicht so schnell entmutigen lassen. Solche Kinder bleiben auch in kritischen Situationen so lange auf ein Ziel ausgerichtet, bis sie es erreicht haben. Als ebenso gesichert gilt, dass Frustrationstoleranz eine überdauernde Persönlichkeitseigenschaft ist, die vor allem in der Kindheit erlernt wird, allerdings bis zu einem gewissen Grad auch später noch trainiert werden kann.

Für kleine Kinder ist eine geringe Frustrationstoleranz normal, weil sie nach dem Lustprinzip leben und handeln. Im Verlaufe der ersten Lebensjahre lernen sie jedoch nach und nach, ihre Bedürfnisse zurückzustecken und mit den Anforderungen Erwachsener klarer zu kommen. Zunehmend erkennen sie, dass Mutter und Vater eigene Bedürfnisse haben, beispielsweise, zuerst einmal die Zeitung fertig lesen und dann erst mit dem Sprössling spielen wollen. Ähnlich lernt das Kind in der Kita, dass die Erzieherin nicht seine Lieblingsgeschichte vorliest, sondern vielmehr die Geschichte, welche der Mehrheit der Kinder gefällt.

Dass sich hohe Frustrationstoleranz langfristig im Hinblick auf den schulischen und beruflichen Erfolg auszeichnet, geht aus zwei eigenen Längsschnittstudien hervor. Der erste Befund stammt aus der Studie «Frühlesen und Frührechnen als soziale Tatsachen» (Stamm, 2005). In dieser Längsschnittstudie haben wir zwischen 1995 und 2008 den Schulerfolg von Kindern untersucht, die als «Frühleser», als «Frührechner» oder als «Frühleser und Frührechner» in die Schule eingetreten waren. Im Sommer 2016 haben wir auf anhand des bestehenden Datensatzes Daten

zum Schulerfolg in Zusammenhang mit Intelligenz und Frustrationstoleranz in der achten Klasse ausgewertet. In Abbildung 1 sind die Ergebnisse zur Entwicklung der Frustrationstoleranz, differenziert nach Leistungspositionierung dargestellt (Spitze, Durchschnitt, unteres Drittel).

2006, mit 18 Jahren, gehörten 55 Prozent zur Leistungsspitze, 25% zum Durchschnitt und 20% zum unteren Drittel. Zu beiden Messzeitpunkten war die Frustrationstoleranz in der Leistungsspitze besonders hoch (54 respektive 61 Prozent), in den beiden anderen Niveaus deutlich tiefer.

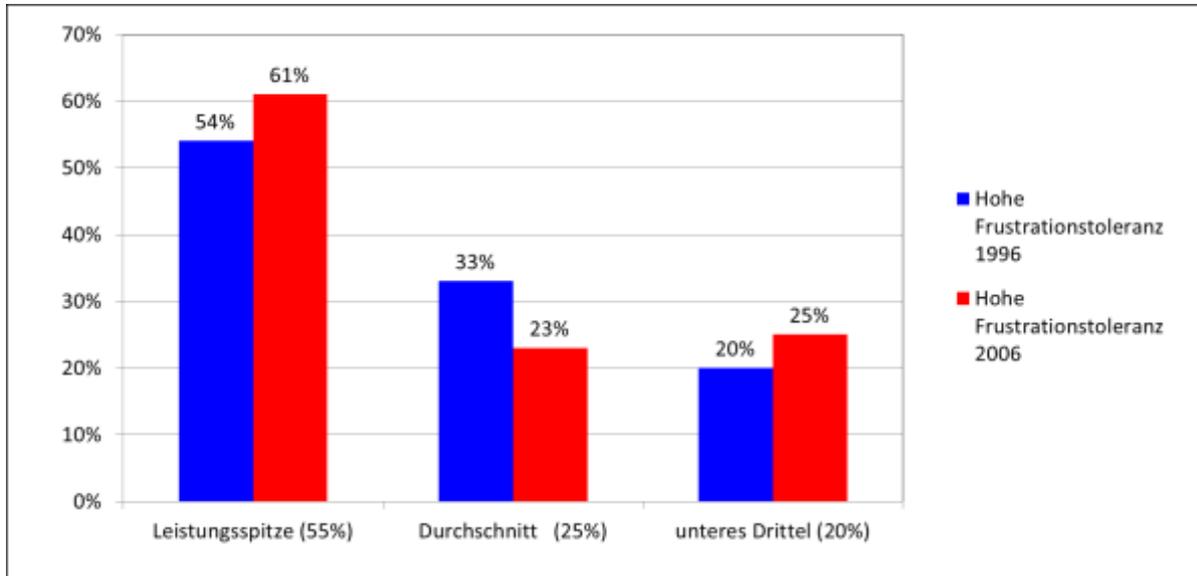


Abbildung 1: Schulerfolg von Frühlesern und Frührechnern in der 8. Klasse im Zusammenhang mit Frustrationstoleranz (Auswertung 2016)

Auch in unserer Längsschnittstudie «Begabung und Leistungsexzellenz in der Berufsbildung» (Stamm et al., 2009), die wir zwischen 2005 und 2010 durchführten, erwies sich in unserer neuesten Auswertung des Datensatzes von 2016 Frustrationstoleranz als wichtige Fähigkeit, die mit Leistungsexzellenz einhergeht. In Abbildung 2 sind die Ergebnisse aus den Befragungen der Berufsbildenden eingetragen. Sie hatten in jedem Ausbildungsjahr (t1 bis t4)

die Kompetenzen ihres resp. ihrer Lernenden auf einer fünfstufigen Skala zu den materiellen und formalen Kenntnissen sowie zu den personalen und sozialen Fähigkeiten einzuschätzen. Zuvor waren die Lernenden auf der Basis von zwei kognitiven Fähigkeitstests entweder aufgrund ihrer überdurchschnittlichen Intelligenz zum «Talentpool» oder, bei durchschnittlicher Intelligenz, der «Vergleichsgruppe» zugeteilt worden.

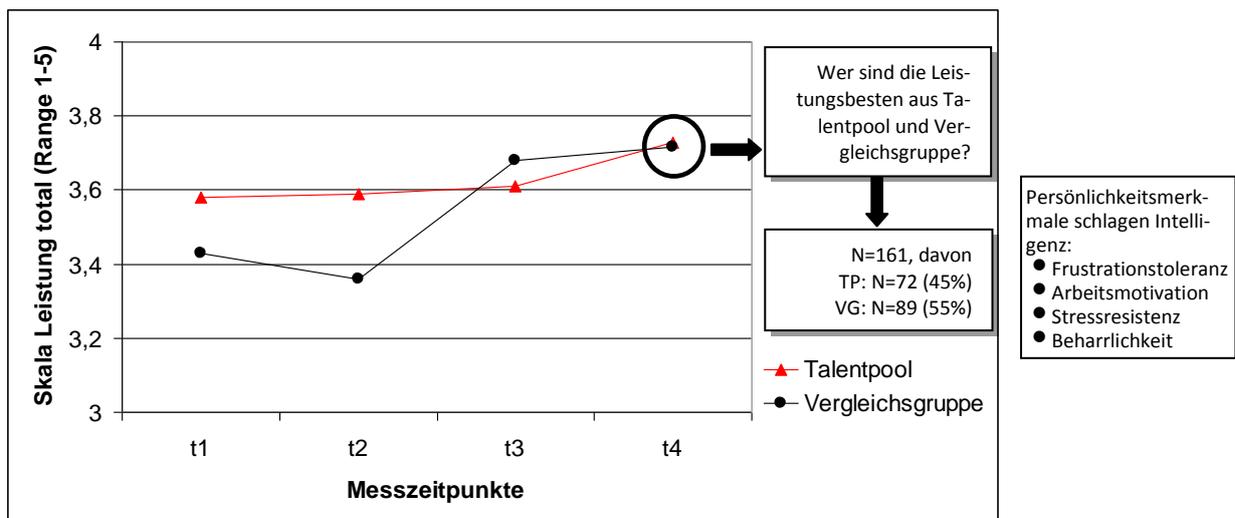


Abbildung 2: Leistungsverläufe von Talentpool und Vergleichsgruppe im Urteil der Berufsbildenden (Auswertung 2016)

Der Verlauf der beiden Leistungskurven zeigt Erstaunliches und kaum Erwartetes. Nachdem der Talentpool die Vergleichsgruppe in den beiden ersten Ausbildungsjahren (t1 und t2) deutlich überflügelt hatte, war im dritten Lehrjahr (t3) das Gegenteil der Fall. Im vierten Lehrjahr (t4), kurz vor der Lehrabschlussprüfung, hatte die Vergleichsgruppe den Talentpool im Urteil ihrer Berufsausbildenden allerdings eingeholt. Dies bedeutet somit, dass die zu Ausbildungsbeginn gemessenen kognitiven Fähigkeiten auf die betrieblichen Leistungen beim Ausbildungsabschluss kaum einen Einfluss ausübten.

Weil somit die Intelligenz nicht die erwartete Rolle spielte, so fragten wir uns, welche Merkmale denn diejenigen jungen Menschen auszeichneten, welche zu den Leistungsbesten gehörten. Deshalb untersuchten wir die 161 Leistungsbesten die zu 45 Prozent aus dem Talentpool und zu 55 Prozent aus der Vergleichsgruppe stammten. Dabei zeigte sich, dass diese Leistungsbesten im Vergleich zu den übrigen Teilnehmenden über ausgeprägt vorhandene Persönlichkeitsmerkmale verfügten. Dazu gehörten: Frustrationstoleranz, Arbeitsmotivation, Stressresistenz und Beharrlichkeit.

Somit wurden nicht diejenigen Auszubildenden zu Leistungsbesten, welche über die höchsten intellektuellen Fähigkeiten verfügten, sondern diejenigen mit Frustrationstoleranz und Beharrungsvermögen, mit guten Fähigkeiten zur Stressbewältigung sowie einer hoch ausgeprägten Arbeits- und Leistungsmotivation. Es lohnt sich somit, die Frustrationstoleranz früh schon zu fördern, vor allem auch, wenn man die Folgen ihrer negativen Ausprägung betrachtet.

Die Folgen mangelnder Frustrationstoleranz

Gemäss unseren Studien (Stamm, 2016) äussert sich mangelnde Frustrationstoleranz bei Vorschulkindern vielfältig, beispielsweise darin, dass sie

- keine Lust für ein Ämtli zu Hause haben und dauernd reklamieren;
- eine ihnen übertragene Aufgabe rasch abbrechen, wenn sie ihnen nicht wie erwartet gelingt oder nicht so schnell, wie sie möchten;
- mit anderen Kindern zwar gerne spielen, aber nur solange, wie alles nach ihrem Wunsch läuft. Ist dies nicht der Fall, reagieren sie aggressiv, oft mit Wutausbrüchen oder sind beleidigt;
- im Kindergarten ständig dazwischenreden und Mühe haben zu warten, bis sie an die Reihe kommen;

- aus solchen Gründen eher Aussenseiter sind oder werden und deshalb oft den Klassenclown spielen.

Insgesamt sind Kinder mit geringer Frustrationstoleranz benachteiligt, weil sie mit Niederlagen schlecht umgehen können. Infolgedessen sinkt die Motivation, neue Herausforderungen zu suchen, und es entsteht ein Teufelskreis mit langfristigen Auswirkungen. Denn fehlende Frustrationstoleranz wirkt sich auch auf das Bewältigungsverhalten im Jugendalter aus und zwar in der Unfähigkeit vieler Jugendlicher, mit seelischen Konflikten umzugehen. Bei den kleinsten Herausforderungen oder Enttäuschungen knicken sie ein und reagieren entweder aggressiv oder ziehen sich zurück. Klaus Hurrelmann (o. J.) geht davon aus, dass dies Ursachen sind für die Zunahme psychischer und psychosomatischer Störungen wie Hyperaktivität, Gereiztheit, Unruhe, Kopf-, Magen- oder Rückenschmerzen sowie depressive Störungen.

Die besondere Rolle von Überbehütung und Verwöhnung

Zur Ausbildung mangelnden Bewältigungsverhaltens tragen aber auch Verwöhnung und Überbehütung bei, die oft mit partnerschaftlichen Erziehungsstilen einhergehen. In der öffentlichen Diskussion geht dabei oft vergessen, dass nicht nur vernachlässigten, sondern auch überbehüteten und verwöhnten Kindern keine guten Entwicklungsbedingungen geboten werden. Überbehütende Erziehung unterscheidet sich jedoch stark von vernachlässigender Erziehung. Während sich vernachlässigte Kinder abgelehnt und ungeliebt fühlen und deshalb keine Frustrationstoleranz entwickeln können, bekommen verwöhnte und überbehütete Kinder zu viel Beachtung und ungeteilte Aufmerksamkeit. Darüber hinaus werden ihnen alle Hindernisse aus dem Weg geräumt und alle Wünsche erfüllt. Infolgedessen fällt es ihnen schwer, Regeln anzuerkennen, Leistungsbereitschaft und Selbstvertrauen, Autonomie und ein gesundes Mass an Selbstkontrolle und Selbstvertrauen – und damit auch Frustrationstoleranz – zu entwickeln.

Werden Kindern alle Hindernisse aus dem Weg geräumt, so können sie nicht an Problemen und Niederlagen wachsen und lernen, ihr Leben selbst zu meistern. Sie bleiben immer auf die Unterstützung der Eltern – und später anderer – angewiesen. Und sie werden sich selbst nicht zutrauen, Herausforderungen zu bewältigen und mit Enttäuschungen umzugehen. Enttäuschungen werden jedoch zwangsläufig eintreten, ohne dass sie von den Eltern verhindert werden können.

Mangelnde Frustrationstoleranz kann deshalb auch als Antwort auf eine ungünstige familiäre Entwicklungsumwelt verstanden werden.

Fazit

Im Laufe des Lebens wird die Steuerung von Handlungen zunehmend von äusseren Gefühlsauslösern in das Individuum hineinverlegt. Daher ist die Fähigkeit zum Bedürfnisaufschub eine der wichtigsten Entwicklungsaufgaben in der menschlichen Sozialisation, denn sie bedeutet die willentliche Regulation von Emotionen und damit auch die bewusste Steuerung von Handlungen.

Kinder müssen deshalb lernen, dass es bessere und schlechtere Wege gibt, um Ärger, Angst und Wut auszudrücken. Dazu gehört auch, eine unangenehme Situation über längere Zeit auszuhalten. Die Fähigkeit zur Regulierung der eigenen Emotionen ist gerade für den Erwerb von Frustrationstoleranz besonders bedeutsam. Dies verdeutlicht der Marshmallow-Test.

Demzufolge lohnt es sich, das Aufschieben von Bedürfnissen früh einzuüben und damit der Emotionsregulierung besondere Beachtung zu schenken. Zwar ist bis heute ungeklärt, ob solche Persönlichkeitseigenschaften angeboren sind,

doch verweisen viele empirische Studien auf die Trainierbarkeit von Frustrationstoleranz.

Weiterführende Literatur

Hurrelmann, K. (o. J.). Gesundheitssituation von Kindern und Jugendlichen. http://www.ajs-bw.de/media/files/ajs-info/ausgaben_altbis05/Artikel_Hurrelmann.pdf

Michel, W. (2015). Der Marshmallow-Test: Willensstärke, Belohnungsaufschub und die Entwicklung der Persönlichkeit. München: Siedler.

Stamm, M. (2005). Zwischen Exzellenz und Versagen. Schullaufbahnen von Frühlesern und Frührechnerinnen. Zürich/Chur: Rüegger.

Stamm, M. (2016). Lasst die Kinder los. Weshalb entspannte Erziehung lebensstüchtig macht. München: Piper, v.a. Kapitel 5.

Stamm, M., Niederhauser, M. & Müller, R. (2009). Begabung und Leistungsexzellenz in der Berufsbildung. Eine empirische Studie zu den Ausbildungsverläufen besonders befähigter Jugendlicher im Schweizer Berufsbildungssystem. Schlussbericht zuhanden der Berufsbildungsforschung des BBT. Fribourg: Departement für Erziehungswissenschaften.

Briefing Paper 5: Schutzfaktoren für die Ausbildung von Frustrationstoleranz

Von allen Dingen, die das Glück des Lebens ausmachen, schenkt die Freundschaft uns den grössten Reichtum.
Epikur, griechischer Philosoph (341 v. Chr.-271 v. Chr.)

Aus der Resilienzforschung ist bekannt, dass es neben Risikofaktoren auch Schutzfaktoren gibt. Diese haben präventiven Charakter und fördern einerseits eine gesunde Entwicklung, andererseits können sie Risikofaktoren abmildern. In diesem Briefing Paper werden zwei Schutzfaktoren erläutert, welche für die Ausbildung von Frustrationstoleranz besonders bedeutsam sind: das freie Spiel und Kinderfreundschaften. Epikur hat die Freundschaft sogar als den grössten Reichtum aller bedeutsamen Dinge im Leben bezeichnet.

Das freie Spiel

Das freie Spiel ist der entscheidende Entwicklungsmotor und ein Signal für das kindliche Wohlbefinden. Dies wissen wir aus zahlreichen Studien (Stamm, 2014). Trotzdem sieht es in der Realität anders aus. In den letzten zehn Jahren hat der Fokus auf Frühförderung und frühe Einschulung zur verbreiteten Überzeugung geführt, das Spiel sei eine Zeitverschwendung und deshalb durch «sinnvollere Beschäftigung» zu ersetzen. Dies ist fatal. Denn eine spielberaubte Kindheit hat ernsthafte Konsequenzen für eine gesunde und schulerfolgreiche kindliche Entwicklung – und insbesondere für die Entwicklung emotionaler Fähigkeiten wie Frustrationstoleranz, Beharrlichkeit und Stressresistenz.

Schaffen wir Kindern ausreichend Gelegenheit zum freien Spielen, so machen wir ihnen das beste Geschenk, wenn wir möchten, dass sie zu psychisch gesunden und emotional kompetenten Erwachsenen heranreifen. Drei Aspekte sind dabei zentral, welche Kinder durch das Spiel lernen:

- **Möglichkeiten zur Gefühlsregulation:** Mit zunehmendem Alter gelingt es Kindern in der Regel immer besser, Gefühle selbst zu kontrollieren. Ab drei Jahren gelingt dies Kindern beispielsweise bei Fantasienspielen, bei «So-tun-Als-ob-Spielen», bei egozentrischem Sprechen (etwa, wenn Kinder für sich spielen und Emotionen laut vor sich hin sagen, wie sie fühlen, was sie denken oder wie sie sich selbst beruhigen wollen). Wollen sie sich in der Gruppe behaupten, dann müssen sie lernen, ihre Gefühle zu regulieren. Dies

betrifft in ganz besonderem Ausmass Regelspiele.

- **Lernen von Regeln des Teilens und Aushandelns:** Im dritten Lebensjahr beginnen Kinder im Spiel, Themen und Rollen zu vereinbaren und fortlaufend zu erweitern. In mehreren Studien konnte gezeigt werden, wie Kinder auf diese Weise ihre emotionalen Fähigkeiten entwickeln (Meire, 2007). Zwischen drei und sechs Jahren lernen sie Regeln des Teilens und mit damit verbundenen Konflikten umzugehen. Während im zweiten und dritten Lebensjahr Besitzkonflikte dominieren, entwickeln ältere Kinder ein breiteres Repertoire an Aushandlungsformen, die verbal, mimisch und gestisch sind.
- **Identitäts- und Persönlichkeitsentwicklung:** Im Spiel erwerben Kinder Wissen über ihre eigenen Stärken und Fähigkeiten, aber auch über ihre Grenzen. Das Spiel ist damit auch der herausragende Ort für die Identitäts- und Persönlichkeitsentwicklung. Soziale und sprachliche Kompetenzen, wie Rücksichtnahme, Zusammenarbeit, Zuhören und Aushandeln von Regeln etc. helfen den Kindern, zwischenmenschliche Beziehungen zu gestalten. Treten Konflikte auf, können im Spiel unterschiedliche Lösungsstrategien erprobt werden. Solche Situationen bedingen, dass das Vorschulkind lernt, mit entstehenden Frustrationen umzugehen.

Es gibt zwei Gruppen von Kindern, die in dieser Hinsicht benachteiligt sind, weil sie nicht in ausreichendem Mass Frustrationstoleranz erwerben können: überbehütet und eng kontrolliert aufwachsende Kinder, deren Eltern eine besondere Risikoscheu zeigen und sie deshalb nicht im Freien und unbeaufsichtigt spielen lassen. Andererseits sind es Kinder, deren Eltern sie mehr oder weniger sich selbst überlassen und sie deshalb ihre Tage vorwiegend mit Medienkonsum verbringen.

Kinderfreundschaften

Für seine seelische und emotionale Gesundheit braucht ein Kind die Gewissheit, ein wichtiges und anerkanntes Mitglied der Gemeinschaft zu sein. Von anderen Menschen, Gleichaltrigen wie Erwachsenen zu spüren, dass es für sie wertvoll ist, schafft ihm gute Gefühle. Kinder, die in sozi-

ale Beziehungen eingebunden sind, erleben weniger Isolation und Sinnlosigkeit.

Deshalb brauchen Kinder Freunde. Freundschaften sind jedoch nicht lediglich Beziehungen zu Gleichaltrigen. Ähnlich wie im Spiel lernen Kinder in Freundschaftsbeziehungen Konflikte ohne Hilfe von Erwachsenen auszutragen, sich autonom durchzusetzen und nachzugeben, Regeln zu vereinbaren und sie einzuhalten. Mit Freunden können sie Geheimnisse teilen, spielen und streiten, sich aber auch an ihnen messen und sehen, ob man dieselben Dinge beherrscht, die gleichen Interessen hat, dieselben Leistungen vollbringt. Zudem werden durch den Vergleich mit dem Freund oder der Freundin das Selbstwertgefühl und, damit verbunden, die Entwicklung des Selbstbildes, gestärkt. Dies sind wichtige Grundlagen für die Entwicklung von Frustrationstoleranz (von Salisch, 1991).

Freundschaften haben jedoch eine eigene Entwicklungspsychologie:

- **Frühe Kindheit:** Drei- und vierjährige Kinder haben spontane, kurzfristige Freundschaftsbeziehungen. Freundschaften nehmen sie vor allem über ihre Spielpartner wahr, mit denen sie im Spiel ihre Besitztümer teilen. Dabei stellen sie sich selbst in den Mittelpunkt und möchten, dass sich die anderen ganz auf sie beziehen. Man spricht deshalb von einem «egozentrischen Weltbild». In diesem Alter schliessen Kinder schnell Freundschaften, weil sie dadurch einen Vorteil erwarten, beenden sie aber auch ebenso schnell.
- **Kindergarten:** Ab dem Kindergarteneintritt machen Kinder die Erfahrung, dass sie mit einem bestimmten Kind besonders gut spielen können. Auch sind in der Lage zu formulieren, dass ein anders Kind sie mag. Das Geschlecht wird dabei zunehmend wichtiger, was zugleich ein Hinweis für den bereits wirkenden Gruppendruck ist.

Freundschaften werden nun über längere Zeit aufrechterhalten. Man trifft sich regelmässig zum gemeinsamen Spielen und unterstützt sich auch während des Spiels gegenseitig.

Jedes Kind möchte bald gross sein. So vergleicht es sich ständig mit den Gleichaltrigen, die mehr können oder besonders beliebt sind und versucht, diese nachzuahmen. Grössere Kinder sind deshalb als Freunde meist besonders beliebt, da

sie schon so vieles können, was man selbst auch gerne tun möchte (Schmidt-Denter, 2005). Begehrt sind auch solche Kinder, die entweder sehr kreative Spielideen haben oder besonders begehrtes Spielzeug von zu Hause mitbringen. Auch Kinder mit grosser Durchsetzungsfähigkeit sind beliebte Freunde.

Fazit

Ob ein Kind zu einem verhaltensauffälligen Kind wird, hängt unter anderem auch davon ab, inwieweit Schutzfaktoren in ihm und in der Familie vorhanden sind und ausserhalb derselben gestärkt werden. Zwei wichtige Schutzfaktoren sind das freie Spiel und Freundschaften mit anderen Kindern. Sie fordern die Entwicklung emotionaler Kompetenzen geradezu heraus. Der Hauptgrund liegt darin, dass Kinder beim Spielen respektive in einer Freundschaftsbeziehung ihr Wissen von und ihren Umgang mit Emotionen unter Beweis stellen können, ohne dass sie von Erwachsenen dauernd kontrolliert, beschützt oder behütet werden.

Sowohl das Spiel als auch eine Freundschaft zu anderen Kindern müssen erst erlernt werden. Denn im Spiel tun die anderen nicht immer das, was sie aus der Sicht des Kindes tun sollten. Das ist auch in Freundschaften so, weshalb Maria von Salisch (1991) von «Freunden als Entwicklungshelfern» spricht. Sichtbar wird dies auch daran, dass stabile Kindergarten-Freundschaften bis ins Primarschulalter oder länger hinausreichen können.

Weiterführende Literatur

Meire, J. (2007). Qualitative research on children's play: a review of recent literature. In T. Jambour & J. Van Gils (Eds.), *Several perspectives on children's play: Scientific reflections for practitioners*. Antwerpen: Garant.

Schmidt-Denter, U. (2005). *Soziale Beziehungen im Lebenslauf*. Weinheim: Beltz.

Stamm, M. (2015). *Frühförderung als Kinderspiel*. Dossier 14/5. Bern: Forschungsinstitut Swiss Education.

Salisch, M. v. (1991). *Kinderfreundschaften. Emotionale Kommunikation im Konflikt*. Göttingen: Hogrefe.

Briefing Paper 6: Förderung emotionaler Kompetenzen in der familienergänzenden Betreuung und im Kindergarten

Auch aus den Steinen, die dir in den Weg gelegt werden, kannst du Schönes bauen.
Erich Kästner, deutscher Schriftsteller und Publizist (1899-1974)

Die Familie ist zwar der erste und wichtigste Ort, in dem Kinder erzogen und sozialisiert werden. Aber auch Grosseltern, Nannies, Tagesfamilien und Spielgruppen sowie insbesondere Kitas und Kindergärten können die Entwicklung emotionaler Kompetenzen unterstützen. Gerade in Vorschulalter lässt sich – in Anlehnung an Erich Kästner – Vieles bewegen, auch wenn Steine den Weg erschweren.

Erstaunlicherweise ist über die Bedeutung pädagogischer Fachkräfte bei der Förderung emotionaler Fähigkeiten relativ wenig bekannt, obwohl es einige Fachliteratur hierzu gibt. Sie betrifft den Zusammenhang von Qualität und Förderung der emotionalen Kompetenzentwicklung sowie den Einsatz von Präventionsprogrammen. Nachfolgend werden die wichtigsten verfügbaren Ergebnisse zusammengestellt, wobei einigen ausgewählten Präventionsprogrammen besondere Beachtung geschenkt wird.

Hohe Qualität und Know-how

Grundsätzlich wirkt sich bereits der Besuch einer qualitativ hochstehenden familienergänzenden Betreuung oder eines guten Kindergartens positiv auf die Entwicklung der emotionalen Kompetenz aus. Dies gilt auch für Kinder aus sogenannten Risikofamilien. Hier können sie positive Erfahrungen sammeln und gleichzeitig soziale Kontakte zu Gleichaltrigen knüpfen sowie zu Erwachsenen aufbauen – Möglichkeiten, die in der Familie oft fehlen.

Das Herzstück dieser Qualität macht die Professionalität der Fachperson aus. Im Hinblick auf die Förderung der emotionalen Entwicklung zeigt sich Professionalität in ausreichend verfügbarem Wissen, auf das relativ einfach zurückgegriffen werden kann und im Können, dieses Wissen umzusetzen (Ahn & Stifter, 2006; Malti & Perren, 2008).

(a) Zur Professionalität gehört zu wissen,

- weshalb ein emotionales Klima so bedeutsam ist und wie man ein solches schaffen kann.

- welches die persönlichen emotional-sozialen Aufgaben sind und warum sie in einem Zusammenhang mit den Verhaltensweisen der Kinder stehen.
- dass Kinder immer auch am Modell der pädagogischen Fachperson lernen und es deshalb zentral ist, wie diese ihre eigenen Emotionen reguliert.

(b) Zur Professionalität gehört zu können,

- einen feinfühligem und responsivem, dem kindlichen Temperament angepassten Umgang mit dem Kind zu pflegen.
- ein altersangemessenes Emotionsvokabular zu nutzen.
- Gefühle der Kinder zu erkennen, sie anzusprechen und angemessen zu erwidern.
- Kinder zu positiven Gefühlsäusserungen zu animieren und diese zu verstärken.
- mit bestimmten Massnahmen die Kinder bei der Regulation ihrer Gefühle zu unterstützen.
- Gefühle nicht herunterzuspielen oder gar zu ignorieren.
- bei starken Gefühlen das Kind nicht lediglich zu beruhigen oder aufzuheitern, sondern ihm zu helfen, seine Selbst- und Fremdwahrnehmung zu schulen.
- Knaben und Mädchen unterschiedlich zu behandeln (ersteren v.a. konstruktive Vorschläge zu machen, wie sie ihre Emotionen zeigen können. Letzteren hilft eher körperliche Fürsorge und Ablenkung)².

(c) Im Hinblick auf die Förderung von Frustrationstoleranz gehört zu wissen,

- dass auch Kinder mit relativ gering ausgebildeten emotionalen Kompetenzen mit Unterstützung der Lehrkräfte und der anderen Kinder mehr Frustrationstoleranz erwerben können.

² Das bedeutet jedoch nicht, dass Knaben keine körperliche Zuwendung und Mädchen keine Vorschläge brauchen. Lediglich die Häufigkeit der jeweiligen Strategie soll unterschiedlich sein.

- weshalb und wie kooperatives Arbeiten und insbesondere das freie Spiel und die Förderung von Freundschaften zum Erwerb von Frustrationstoleranz beitragen.
- weshalb Gruppenregeln und -gespräche so wichtig für eine angemessene Regulation der Emotionen und die Entwicklung von Frustrationstoleranz sind.
- dass es Massnahmen gibt, wie Aussenseiter lernen können, sich weniger zurückzuziehen, Störefriede ihre Emotionen besser regulieren und Pausenclowns aufmerksamer werden können – immer jedoch auf der Basis der grundlegenden Erziehungsarbeiten des Elternhauses.

Präventionsprogramme

Weil die emotional-soziale Entwicklung zwischen drei und sechs Jahren rasch voranschreitet, sollte sie auch in dieser Altersspanne beeinflusst werden. Einer der Hauptgründe ist der, dass die psychischen Strukturen des Kindes noch flexibel sind und emotionale Kompetenzen auf kindgerechte Art eingeübt werden können. Verschiedene Studien weisen nach, dass frühes präventives Handeln deutlich wirksamer und kostengünstiger ist als alle späteren reparierenden Massnahmen. Können Kinder allerdings solche Entwicklungsaufgaben in einer emotional und

sozial stabilen Familie und in einer guten pädagogischen Institution bewältigen, sind keine spezifischen Trainingsprogramme nötig.

Es gibt inzwischen einen fast unüberschaubaren Markt an Programmen, welche zur Förderung emotionaler Kompetenzen angeboten werden, etwa zur Verbesserung der Wahrnehmung der eigenen Gefühle und derjenigen anderer, deren Regulation oder das prosoziale Verhalten. Gemeinsam ist solchen Programmen, dass sie Verhaltensauffälligkeiten vorbeugen, die vorhandenen Ressourcen von Kindern und ihren Eltern stärken und auch neue Ressourcen schaffen sollen.

Man unterscheidet primärpräventive Verfahren für entwicklungsunauffällige Kinder von sekundärpräventiven Verfahren für Kinder mit einem erhöhten Risiko für emotionale Entwicklungsauffälligkeiten und psychotherapeutischen Verfahren für Kinder mit manifesten Auffälligkeiten. Nachfolgend werden lediglich ausgewählte primärpräventive Programme vorgestellt und dabei nicht bewertet. Dies ist Sache des Fachpersonals.

Grundsätzlich sollen solche Verfahren das Erleben positiver Emotionen ermöglichen und das Bewältigungsverhalten derart stärken, dass die Frustrationstoleranz erhöht wird.

Tabelle 1: Überblick über Präventionsprogramme zur Förderung der emotionalen Kompetenz (vgl. Klinkhammer & Salisch, 2015)

Programm	Theorie	Ziel	Dauer	Durchführung	Elternbeteiligung	Evaluation
Papilio	Gewalt-/Suchtforschung	Prävention von Verhaltensproblemen	fortlaufend	Kindergartenlehrperson	ja	ja
Perik	Forschung zum emotionalen Lernen	Förderung sozio-emotionaler Kompetenz	begleitend	Kindergartenlehrperson	ja	nein
Faustlos	Soziale Informationsverarbeitung	Gewaltprävention	28 Lektionen	Geschulte Kindergartenlehrperson	ja	ja
Kindergarten plus	Allgemeines Wissen aus Neurologie und Sozialforschung	Stärkung sozio-emotionaler Kompetenz	9 Module	sozio-emotionaler Kompetenz	ja	ja

Papilio ist ein Programm zur Prävention von Verhaltensproblemen, das auch Elternmassnahmen beinhaltet. Eine erste Evaluation bescheinigt dem Programm eine gute Wirkung im Hinblick auf die Reduktion von Verhaltensauffälligkeiten. *Perik* ist ein Beobachtungsbogen für Lehrkräfte zur sozial-emotionalen Kompetenz, die in sechs

verschiedenen Bereichen erfasst wird. *Faustlos* basiert auf dem amerikanischen Programm Second Step und wurde am Institut für Kooperationsforschung und Familientherapie in Heidelberg entwickelt. Ursprünglich zwar auf die Vorbeugung von Gewalt ausgerichtet, sollen Kinder gerade durch die aktive Konfliktbewältigung

auch ihre emotionalen Kompetenzen schulen. Verschiedene Evaluationen belegen die Wirksamkeit des Programms. *Kindergarten plus* ist ein universelles Bildungs- und Präventionsprogramm der Deutschen Liga für das Kind, die pädagogischen Fachkräfte zu befähigen, das Programm selbstständig in ihren Unterrichtsalltag zu integrieren. Im Zeitraum eines halben Jahres sollen die neun Module durchgeführt werden.

Ausser Perik sind alle drei Programme entwicklungsorientierte Massnahmen, die sowohl Schutz- als auch Risikobedingungen einschliessen. Zudem wurden sie evaluiert, allerdings mit unterschiedlichen Methoden und Adressatengruppen. Insgesamt konnte lediglich die *langfristige* Wirksamkeit von Papilio nachgewiesen werden – definiert man diese als Zunahme des prosozialen Verhaltens bei gleichzeitiger Abnahme von Hyperaktivität und Aufmerksamkeitsproblemen.

Welches Programm auswählen?

Für viele pädagogische Fachkräfte stellt sich natürlich die Frage, wie sie ein geeignetes Programm auswählen und welche Kriterien dabei beachten sollen. Unbesehen der Inhalte können folgende Richtlinien als Massstab dienen: Das Programm sollte

- theoretisch fundiert sein
- auf empirischen Ergebnissen aufbauen
- den Fokus auf die Stärkung von Kompetenzen legen
- auf eine spezifische Zielgruppe ausgerichtet sein
- auf mehreren Ebenen ansetzen (Kind, Familie, Kindergarten)
- evaluiert sein.

Fazit

Ein Vorschulkind sollte nach und nach lernen, mit schwierigen und unliebsamen Herausforderungen einigermaßen souverän umgehen zu können. Es ist keinesfalls lediglich das «schwierige» Temperament des Kindes, welches solche Lernprozesse verhindert. Familienergänzende Betreuungseinrichtungen und Kindergarten sind ideale Orte, um emotionale Fähigkeiten einzuüben. Zwar sind Kinder in erster Linie aufs Elternhaus angewiesen, in zweiter Linie aber auch auf das pädagogische Fachpersonal. Sie sollten deshalb über ein Wissens- und Könnensinventar verfügen, wie solche Kompetenzen gefördert werden können. Darüber hinaus stehen Präventionsprogramme zur Verfügung. Die kritische Überprüfung des breiten Angebotes ist von den Fachkräften selbst zu leisten.

Gute familienergänzende Betreuungsmöglichkeiten und gute Kindergärten sind Spielwiesen für die emotionale Kompetenzentwicklung. Kinder müssen hier lernen, sich der Welt anzupassen, nicht umgekehrt. Emotionale Kompetenz ist ein zentrales Fundament jeglicher Bildung.

Weiterführende Literatur

- Ahn, H. Y. & Stifter, C. (2006). Child care teachers response to children's emotional expression. *Early Education & Development*, 1, 2, 253-270.
- Malti, T. & Perren, S. (Hrsg.) (2008). Soziale Kompetenz bei Kindern und Jugendlichen. Entwicklungsprozesse und Fördermöglichkeiten. Stuttgart: Kohlhammer.
- Petermann, F. & Wiedebusch, S. (2003). Emotionale Kompetenz bei Kindern. Göttingen: Hogrefe.

Briefing Paper 7: Förderung emotionaler Kompetenzen in der Familie

**Wie soll das Kind morgen leben können, wenn wir ihm heute kein bewusstes, verantwortungsvolles Leben ermöglichen?
Janusz Korczak (1878 oder 1879-1942), Pädagoge**

Wie bereits mehrfach ausgeführt, wird das Fundament für die emotionale Kompetenzentwicklung bereits in der frühen Kindheit durch die Familie aufgebaut. Dabei sind es vor allem die unzähligen Interaktionen, welche das emotionale Vermögen der Kinder stark prägen. Die wichtigsten Schutzfaktoren liegen deshalb in der Familie selbst, auch wenn die familienergänzende Betreuung einen zunehmenden Anteil ausmacht. Welchen Beitrag können Väter und Mütter leisten, um dem Kind – Janusz Korczak folgend – ein bewusstes und verantwortungsvolles Leben zu ermöglichen, das emotionale Gesundheit und ein ausreichendes Ausmass an Bewältigungsverhalten beinhaltet?

Der selbstkritische Blick in den Spiegel

Die Familie ist der wichtigste und früheste Erfahrungs- und Prägungsort für das heranwachsende Kind. Obwohl manche Eltern der Ansicht sind, man könne Vieles delegieren, spielen sie und ihr gewolltes, aber genauso ihr ungewolltes Modellverhalten eine herausragende Rolle, gerade in Bezug auf die emotionale Kompetenz.

Deshalb beginnt der Weg zur emotional-sozialen Erziehung bei den Müttern und Vätern und bei ihrem selbstkritischen Blick in den Spiegel. Dies ist jedoch leichter gesagt als getan. Denn als Erstes müssen Eltern verstehen lernen, warum sie sich in emotionaler Hinsicht so und nicht anders verhalten. Es geht folgedessen nicht lediglich um Rezepte, wie man den Nachwuchs emotional stabiler und widerstandsfähiger machen kann, sondern um die Motivation, mit sich selbst ins Gericht zu gehen und das eigene Modellverhalten zu hinterfragen.

Modellverhalten, Kontingenz und Coping

Im Hinblick auf die Fähigkeit, Belastungen ertragen und Gefühle kontrollieren zu lernen, spielen drei Mechanismen eine wichtige Rolle: das Modellverhalten, die Kontingenz und das Coaching.

- **Modellverhalten:** Wissenschaftlich ist dieser Sachverhalt längstens bewiesen. Die Art und Weise, wie Eltern und andere wichtige Erwachsene mit ihren Gefühlen umgehen, hat bewusst und unbewusst eine Auswirkung,

wie Kinder ihre eigenen Gefühle regulieren. Fehlt ihnen ein positives Modell, können sie ihre negativen Gefühle nicht in den Griff bekommen. Gerade deshalb sollten Eltern ihre Wut oder ihren Ärger vor den Kindern regulieren, ihn nicht unterdrücken oder herunterspielen. Ihre Strategien beeinflussen nicht nur die kindlichen Kompetenzen, mit Emotionen umgehen zu können, sondern ebenso wie der Nachwuchs in der Kindergruppe akzeptiert ist. Dies wiederum bedingt, dass Kinder ein Vokabular über Emotionen erwerben. Das gelingt am besten über das Modellverhalten der Eltern und inwiefern sie mit ihren Kindern überhaupt über Gefühle sprechen. Gelingt Eltern dies nicht, dann kann ihr Modellverhalten eher schädlich sein.

- **Coaching:** Eltern können ihre Kinder bei der Regulation von Gefühlen auch ohne direkte Modellwirkung unterstützen. Dies geschieht beispielsweise dadurch, dass sie ihnen nicht nur ausreichend Gelegenheit zu Gesprächen über Gefühle geben, sondern ihnen auch Strategien zum Umgang mit diesen Gefühlen vermitteln. Dabei sollten auch negative Emotionen angesprochen werden, weil dies zu einer Erweiterung der emotionalen kindlichen Kompetenz führt.
- **Kontingenz:** Besonders wichtig ist das gemeinsame Auftreten zweier Merkmale, etwa zwischen den kindlichen Eigenschaften (z.B. Temperament) und dem Verhalten der Eltern. Wenn beispielsweise Eltern den negativen Emotionen mehr Aufmerksamkeit schenken als den positiven, verstärkt dies das kindliche Verhalten, weil so noch mehr negative Gefühle wie Wut oder Ärger gezeigt werden und positive Gefühle auf der Strecke bleiben. Gerade deshalb sollten Eltern ihre Aufmerksamkeit auf positive Emotionen lenken und diesen Raum geben, auch wenn dies manchmal schwer fällt.

Fast alle Eltern wollen das Beste für ihr Kind, etwa, dass es glücklich ist und es ihm gut geht. Deshalb ist es mehr als verständlich, wenn Väter und Mütter versuchen, die negativen Emotionen des Kindes nicht zu beachten, sie zu unterdrücken oder gar das Kind davon zu befreien. Eine häufig angewendete Praxis ist, solche Gefühle zu ignorieren, zu bagatellisieren oder das Kind abzulenken. Gerade ein schwieriges kindliches

Temperament kann negative Erziehungspraktiken nach sich ziehen, den Aufbau von emotionalem Kompetenzverhalten erschweren und einen Teufelskreis entstehen lassen, der nicht einfach zu durchbrechen ist.

Förderung von Frustrationstoleranz

Wollen Eltern ihrem Kind einen gut gepackten Rucksack an Lebenskompetenzen mitgeben, dann gehören nicht nur Förderkurse oder die Unterstützung der Hausaufgaben dazu. In erster Linie sind es erzieherische Anstrengungen, damit der Nachwuchs ein gutes Ausmass an Frustrationstoleranz erwirbt, also die Fähigkeit, Bedürfnisse aufzuschieben, die eigenen Gefühle zu kontrollieren und Hindernisse zu bewältigen. Diese Fähigkeit können Eltern durch alltägliche Übungen stärken:

- durch Selbstkontrolle und Alltagspflichten der Kinder. Fördern können sie dies durch regelmässige Ämtli wie den Tisch decken, den Abfall hinausbringen, die Schuhe putzen, die Spülmaschine ausräumen oder mit dem Hund spazieren gehen. Im Zentrum steht dabei die Strategie, nach und nach kleine Aufgaben zuzuteilen und die Erfüllung dieser Pflicht nicht zu diskutieren.
- dadurch, dass sie dem Kind nicht jeden Wunsch erfüllen, obwohl dies stressig werden kann.
- indem sie mit ihm Gesellschaftsspiele spielen, aber die Regeln nicht verändern oder auch die ältere Schwester nicht mogeln lassen, nur um dem Kind Enttäuschungen zu ersparen.
- indem sie zulassen, dass es bei einem Wettrennen mit anderen Kindern bei den letzten ist.
- dass sie ertragen, wenn es beim Loseziehen nur Nieten bekommt.
- dadurch, dass sie auch einmal kritisch sind. Das bedeutet etwa, dass sie bei einer schnell erledigten Aufgabe mehr Genauigkeit verlangen.

Der wichtigste Rat an Eltern ist jedoch der: Weg mit zu viel Lob. Überdosierte Anerkennung macht Kinder schwach. Man muss Kinder für das Richtige loben. Intelligenz oder hübsche Kleider gehören nicht dazu. Zu viel Lob frustriert die

Kinder. Loben Eltern ihr Kind ständig für seine Schlaueit, dann reagiert es frustriert, wenn es in der Schule eine schlechte Note bekommt und strengt sich nicht mehr an. Loben Eltern hingegen den Fleiss, lernt das Kind, dass es selbst für seinen Erfolg verantwortlich ist.

Fazit

Um emotionale Fähigkeiten und den Umgang mit Bedürfnisaufschub zu lernen, brauchen Kinder Unterstützung von den Eltern. Versäumen sie dies, beispielsweise aus falschem Verständnis für die Bedürfnisse der Kinder, kommt es zu weiteren Schwierigkeiten, sei es in Kindergarten und Schule, im Umgang mit anderen Kindern, bei kniffligen Hausaufgaben oder bei der Bewältigung von Enttäuschungen.

Deshalb hat der Erwerb emotionaler Kompetenz viel mit der Erziehung zu Lebentüchtigkeit zu tun. Kinder sollen zur Selbstständigkeit geführt werden, damit sie auch ausserhalb der Familie existieren, ihre Kompetenzen unter Beweis stellen und diese weiterentwickeln können. Dies sind zunächst die Spielgruppe, der Schwimmkurs oder die Kita, dann der Kindergarten und die Schule. Wenn Kinder jedoch spüren, dass sie in der Familie mit ihren Bedürfnissen immer im Mittelpunkt stehen, dann fallen ihnen solche Übergangsschritte in die Selbstständigkeit schwer und damit auch der Bedürfnisaufschub. Wenn sie zu Hause wie kleine Könige behandelt werden, zugleich aber die Gefangenen dieses Königreichs sind, dann ist es für sie schwierig, der Familie zu entkommen.

Eltern, denen es gelingt, ein klares Rollenverständnis gegenüber ihren Kindern zu entwickeln und sich in ihrer Abgrenzung als prägend zu begreifen, werden schnell spüren, dass dies ihren Sprösslingen gut tut. Bekommen sie klare Anweisungen und Normvorgaben, werden sie bewältigungskompetenter.

Weiterführende Literatur

Wertfein, M. (2006). Emotionale Entwicklung im Vor- und Grundschulalter im Spiegel der Eltern-Kind-Interaktion. eDissertation an der LMU München. Verfügbar unter <http://edoc.ub.uni-muenchen.de/5997/>