

Umgang mit negativen Affekten

Dem Kind professionell beistehen

COLJA BAHRENBURG

Beispiel: Emotionale Reaktion auf die morgendliche Trennung von den Eltern

Besonders in der Eingewöhnung ist es wichtig, flexibel auf das kindliche Bedürfnis eingehen zu können, damit das Kind rasch ein Gefühl von Akzeptanz und Sicherheit entwickeln kann. Nur dadurch kann es eine gute Bindung zu seinen neuen Bezugspersonen aufbauen. Aber auch darüber hinaus gibt es immer wieder Tage, an denen der morgendliche Abschied schwerfällt. Unser Beispiel: Ein Mädchen besucht die Kindertageseinrichtung schon seit einiger Zeit, fühlt sich wohl und trifft demnach auf eine vertraute Situation. Trotzdem beginnt sie plötzlich zu weinen, als die Mutter den Raum verlässt, und will ihr nachgehen.

1. Gefühle des Kindes ernst nehmen	Den Hintergrund kennt die Fachkraft nicht. Sie trifft nur auf ein emotional aufgewühltes Kind, das sich nicht von der Mama lösen will. Das gilt es ernst zu nehmen.
2. Situation ruhig und gelassen begleiten	Ruhe und Ausgeglichenheit der Fachkraft sind wichtig, um das Kind nicht weiter zu verunsichern. Wobei es legitim ist, mal einen „schlechten Tag“ zu haben, sich dann aber wieder fangen zu können oder bei solchen Situationen an eine Kollegin abzugeben. Denn die eigenen Gefühle zu externalisieren und dadurch in das Kind zu projizieren, sorgt eher für eine Eskalation der Situation anstatt zu beruhigen.
3. Kindliche (keine erwachsene!) Motivation hinter dem Verhalten reflektieren	Es ist hier wichtig zu überlegen, was das Kind zu dieser Reaktion verleitet. Ist der Vater auf Dienstreise? Steht ein Urlaub kurz bevor? Es gibt viele Möglichkeiten, die die kindliche Gefühlswelt durcheinanderbringen können. Auch wenn man nur Hypothesen aufstellt, hilft es, eine innere Haltung einzunehmen, die die mögliche Perspektive des Kindes nachvollziehbar macht.
4. Gefühle des Kindes verbalisieren und spiegeln	Durch das Verbalisieren der kindlichen Gefühle („Ich merke, du bist heute sehr traurig, dass die Mama geht.“) verdeutlicht man dem Kind, dass auch negative Emotionen in Ordnung sind. Es kann sich angenommen und verstanden fühlen, was ihm zusätzlich hilft, die eigenen Affekte zu verstehen und ein differenziertes Bild für das Selbst zu entwickeln.
5. Negative Affekte halten und gemeinsam mit dem Kind durchstehen	Die gesamte Begleitung durch den negativen Gemütszustand nimmt dem Kind die Ohnmacht, der es sich aufgrund der bedrohenden Situation ausgesetzt fühlt, oder macht sie zumindest erträglich. Ob das Kind auch körperliche Zuwendung benötigt, ist sehr individuell und hängt vom Charakter des Kindes und der Beziehung zur jeweiligen Fachkraft ab. Es kann natürlich sehr tröstlich sein, eine Umarmung zu spüren und eine vertraute Stimme zu hören. Ebenso ist es möglich, dass ein Kind die körperliche Nähe in diesem Moment nicht erträgt, und es reicht, anwesend zu sein. In beiden Fällen spürt das Kind, dass es nicht allein ist und die überfordernden Gefühle gemeinsam mit jemandem durchstehen kann. Das Vertrauen, auf eine Bezugsperson zurückgreifen zu können, nimmt den negativen Affekten etwas von der Bedrohlichkeit und machen eine Bearbeitung möglich.

Beispiel: Konflikte zwischen Kindern

Es gibt viele Gründe, die dazu führen können, dass zwei oder mehrere Kinder sich streiten. Betrachten wir zum Beispiel den Streit um ein Spielzeug. Ein Kind hat einem anderen Kind etwas weggenommen. Eine Erzieherin ist darauf aufmerksam geworden und hat dafür gesorgt, dass das Spielzeug zurückgegeben wird. Das Kind, das das Spielzeug zurückgeben muss, fängt daraufhin an, sich zu beschweren, reagiert mit Wut und verdrückt die eine oder andere Träne.

<p>1. Gefühle des Kindes ernst nehmen</p>	<p>Die Gefühle des Kindes ernst zu nehmen, kann für uns als Erwachsene schwer nachvollziehbar sein, eventuell scheinen sie sogar irrational. Trotzdem zeigt das Kind das Gefühl und es sollte nicht versucht werden, ihm dies auszureden. Hier hilft auch Fachwissen über die kindliche Entwicklung (lesen Sie dazu auf Seite 4): Das Kind versteht nicht, wieso es Ärger bekommen hat. Vielmehr wollte es doch einfach nur sein eigenes Bedürfnis befriedigen. Die Tatsache, dass das andere Kind das Spielzeug genauso sehr haben möchte und einfach durch die zeitliche Abfolge das Anrecht darauf hat, kann das Kind noch nicht nachvollziehen. Selbst wenn ein älteres Kind durch ein fortgeschrittenes Entwicklungsalter schon dazu in der Lage sein könnte, ist hier die kindliche Reaktion ernst zu nehmen. (Die Mentalisierungsfähigkeit beginnt sich zwischen dem fünften und sechsten Lebensjahr zu entwickeln. Lesen Sie auch den Beitrag zur Theory of Mind, Seite 42.)</p>
<p>2. Situation ruhig und gelassen begleiten</p>	<p>Eine innere Akzeptanz der kindlichen Gefühlswelt hilft, in der Folge den Konflikt ruhig und gelassen zu begleiten. Das heißt nicht, dass man das gezeigte Verhalten gut finden muss. Im Gegenteil: Es kann notwendig sein, streng zu bleiben und die Aktion klar als falsch zu deklarieren. Jedoch ist es falsch, das Kind selbst verbal anzugreifen, und sogar gefährlich, wenn das Kind sich dadurch immer wieder als ausgegrenzt und abweichend empfinden muss.</p>
<p>3. Kindliche (keine erwachsene!) Motivation hinter dem Verhalten reflektieren</p>	<p>Ein Verhalten kann schlecht sein, das Kind selbst hat jedoch immer eine Motivation für sein Handeln, das in seiner inneren Welt plausibel und schlüssig ist. Das Verstehen dieser Motivation ist schwierig. Besonders wenn es um Konflikte untereinander geht, neigt man dazu, den Kindern diese Motivation zu verweigern, weil es um für uns klar definierte Normen wie „richtig“ und „falsch“, „gut“ und „böse“ geht. Diese Normen und Werte sind bei Kindern jedoch noch nicht vollständig verinnerlicht.</p>
<p>4. Gefühle des Kindes verbalisieren und spiegeln</p>	<p>Besonders bei älteren Kindern ist es deshalb umso wichtiger, das Verhalten zu verbalisieren und die Gefühle zu spiegeln. Die Beschreibung der Situation („Du wolltest das Laufrad unbedingt haben und konntest es nicht erwarten.“) und damit einhergehend eine Einordnung des Konfliktes („Dem anderen Kind war das Laufrad genauso wichtig wie dir und es wollte es nicht hergeben.“) ermöglichen dem Kind sowohl Perspektivwechsel, als auch eine Spiegelung der eigenen Gefühlswelt.</p>
<p>5. Negative Affekte halten und gemeinsam mit dem Kind durchstehen</p>	<p>Auch wenn es schwer zu ertragen ist, mit aggressiven Gefühlen konfrontiert zu sein, gilt es, diese auszuhalten und dem Kind zuzugestehen. Sowohl das Kind als auch die Fachkraft profitieren vom Halten der negativen Affekte. Neben dem emotionalen Erleben und dem Gefühl für das Selbst ist die Auseinandersetzung mit diesem Konflikt für das Kind lehrreicher und für die Zukunft hilfreicher als eine negative Verstärkung durch eine Sanktion (wie zum Beispiel das temporäre Ausgrenzen aus der Gemeinschaft). Das Kind setzt sich dann nicht mit seinem Verhalten auseinander, sondern erlebt sich als abweichend und ausgeschlossen. Die Begleitung durch solche konflikthaften Momente bergen im Gegensatz dazu viel Potenzial für eine emotionale und werteorientierte Entwicklung.</p>