

Silvia Schnyder

## Mit Emotionen umgehen – eine Aufgabe für Klein und Gross

Tagungsbericht zum Zweiten Internationalen Bodensee-Symposium

**Permalink:** [www.szh-csps.ch/z2021-10-07](http://www.szh-csps.ch/z2021-10-07)

Ob Klein oder Gross, wir alle sind täglich mit einer Fülle von Emotionen konfrontiert. Besonders in den ersten Monaten der Corona-Pandemie haben wir Erwachsene, aber auch viele Kinder Wut, Trauer oder Enttäuschung erlebt, da wir auf Vieles verzichten mussten. Jedoch auch Positives gehörte dazu: der Stolz auf neu erworbene Kompetenzen durch die Möglichkeiten im digitalen Bereich oder die Freude über die Zeit, die wir mit der Kernfamilie verbringen konnten.

Der Umgang mit Emotionen will schon früh geübt sein. Das *Binationale Zentrum Frühe Kindheit* der *Pädagogischen Hochschule Thurgau* und die *Universität Konstanz* haben dies als Thema des zweiten Internationalen Bodensee-Symposiums *Frühe Kindheit* gewählt. Das Symposium fand am 28. und 29. Mai 2021 online statt. Teilgenommen haben über 100 Forschende, Lehrende und Verantwortliche aus der Hochschulweiterbildung und weiteren Ausbildungsinstitutionen, Studierende sowie Personen aus der Praxis.

### Was wissen kleine Kinder über Emotionen und wie kann man dieses Wissen fördern?

In der frühen Kindheit sind die sprachliche und emotionale Entwicklung eng miteinander verwoben. Diese Überlegung ist der Ausgangspunkt des ersten Impulsreferats von Maria von Salisch, Entwicklungspsychologin an der *Leuphana Universität Lüneburg*. Das Wissen über unsere Emotionen ist für die Emotionsentwicklung und -regulation sowie für den Schulerfolg wichtig, denn es dient dazu, das Verhalten anderer Personen vorauszusagen. Jedes Kind erlebt täglich viele Emotionen und beobachtet andere dabei. Emotionen liefern Hinweise darauf, wie sich das Gegenüber verhalten könnte (Emotionen als Vorhersage)

und geben Möglichkeiten sowie Anhaltspunkte, das eigene Verhalten danach auszurichten und anzupassen. Diese Aspekte sind für das soziale Zusammenleben zentral und führen zur *Theory of Mind*, die Kinder zwischen vier und sechs Jahren entwickeln: In diesem Alter erwirbt das Kind Wissen über die mentalen Prozesse von anderen Personen. Es beginnt, seine eigenen Gedanken, Gefühle, Absichten oder Erwartungen sowohl zu erkennen als auch zu verstehen und es kann mögliche Verhaltensweisen oder Reaktionen immer besser antizipieren.

Solches Emotionswissen kann man fördern. Gespräche über Gefühle – *Emotiontalk* – helfen beim Aufbau des Emotionswissens. Wenn Emotionen benannt werden, können Erfahrungen besser erinnert, eingeordnet und reflektiert werden. Darum haben es Kinder mit spezifischen Spracherwerbsstörungen schwerer, Emotionswissen aufzubauen.

Eine weitere Möglichkeit für den Aufbau von Emotionswissen ist das *Dialogische Lesen*: Durch das Gespräch über ein Bilderbuch können Kinder zum Sprechen angeregt werden. Beim *emotionsbezogenen Bilderbuchlesen* werden zudem Gefühle benannt. Da dies in einer ruhigen Situation geschieht, besteht kein Handlungsdruck und es können auch unbekannte Emotionen besprochen und erklärt werden. Beim *emotionsbezogenen Erinnern* geht es um das gemeinsame Schwelgen in Erinnerungen. Auch so kann ein Emotionswortschatz aufgebaut werden.

Schliesslich stellt von Salisch in ihrem Referat die Open-Access-Fortbildung «Fühlen – Denken – Sprechen» vor. Kita-Fachpersonen lernen in dieser Fortbildung Sprachlehrstrategien kennen. Dies hilft ihnen einerseits, die vielen Gelegenheiten zu nutzen, die sich im Alltag für die Sprachförderung ergeben. Andererseits lernen sie, die

Sprachförderung angepasst an den Entwicklungsstand der Kinder zu gestalten. Die Fortbildung dient dazu, dass bei den betreuten Kindern die Entwicklung der Verarbeitung komplexer sprachlicher Merkmale (Satzverständnis, morphologische Regelbildung, Satzgedächtnis) und der Aufbau von Emotionswissen beschleunigt werden.

### **Soziale Einflüsse auf die sozial-emotionale Entwicklung in den ersten Lebensjahren**

Das zweite Impulsreferat hält Joscha Kärtner von der *Westfälischen Wilhelms-Universität Münster*. Er spricht zum einen über die Entwicklung eines positiven Sozialverhaltens in den ersten Lebensjahren und legt dabei den Schwerpunkt auf das Helfen und die Kooperation im zweiten und dritten Lebensjahr. Zum anderen geht er auf die Entwicklung der *reflexiven Emotionsregulation* ein. Primäre Bezugspersonen – Eltern wie auch Fachpersonen im vorschulischen Umfeld – können in beiden Bereichen Einfluss auf die Entwicklung der Kinder nehmen: Mit Aufforderungen und Anerkennung fördern sie das frühe Helfen. Ihre Offenheit für das emotionale Erleben der Kinder beeinflusst in positiver Weise die emotionale Bewusstheit und den Umgang mit den eigenen Emotionen in herausfordernden Situationen.

Um die sozialen Einflüsse auf die sozial-emotionale Entwicklung weiter aufzuzeigen, thematisiert Kärtner das Helfen im Kulturvergleich: Muss man oder kann man helfen? In vielen Kulturen ist Helfen ein wichtiges (Erziehungs-)Ziel. In Kulturen, in denen Autonomie grossgeschrieben wird, ist Helfen eher eine persönliche Entscheidung, weniger eine Selbstverständlichkeit. So hat der Umgang der Eltern starken Einfluss darauf, warum und wie oft Kinder helfen.

Auch bei der reflexiven Emotionsregulation – der Hemmung oder der Modifikation einer emotional ausgelösten Handlungsbereitschaft – spielen die Bezugspersonen eine wichtige Rolle. Denn die meisten Aktivitäten oder Erfahrungen der Kinder werden von Erwachsenen

begleitet. Die Bezugspersonen können durch die Begleitung das Erleben und Verhalten der Kinder strukturieren. In diesem Zusammenhang ist das *Emotion Coaching* wichtig: Dies beinhaltet Diskurse über Emotionen und einen wertschätzenden und akzeptierenden Umgang mit Emotionen. Indem Emotionen gespiegelt, benannt oder exploriert werden, wird sich das Kind seinen Emotionen zunehmend bewusst und kann sie in den Griff bekommen.

### **Rück- und Ausblick**

Nebst den beiden Impulsreferaten hatten die Teilnehmenden Gelegenheit, an den beiden Tagen insgesamt fünf Parallelsessionen zu besuchen. Dabei standen Themen wie die Folgenden zur Wahl: Emotionsregulation übers Spielen, die emotionale Verfügbarkeit in der Eltern-Kind-Interaktion, alltagsintegrierte Konzepte für die Förderung emotionaler Kompetenzen, eine Beratungs-App zum Thema Gefühle, die Bedeutung des sozialen Fantasiespiels für die sozial-emotionalen Kompetenzen oder der Umgang mit Emotionen mithilfe tibetischer Coaching-Methoden.

Das sehr gut organisierte zweite Internationale Bodensee-Symposium vermittelte viele Anregungen für den Umgang mit Emotionen. Es bot gehaltvolle Inputs und Referate und die virtuellen Räume dienten dem Austausch und der Vernetzung von Fachpersonen aus Praxis, Lehre und Forschung. Nichtsdestotrotz fehlte der direkte Kontakt unter den Teilnehmerinnen und Teilnehmern. Darum bleibt die Hoffnung auf ein Treffen vor Ort im nächsten Jahr. Das dritte Internationale Bodensee-Symposium wird am 20. und 21. Mai 2022 stattfinden.

Mehr zum *Binationalen Zentrum Frühe Kindheit* und zum Internationalen Bodensee-Symposium auf [fruehekindheit.ch](http://fruehekindheit.ch).

Silvia Schnyder  
Wissenschaftliche Mitarbeiterin SZH / CSPS  
[silvia.schnyder@szh.ch](mailto:silvia.schnyder@szh.ch)