



# Feinfühligkeit von Eltern und Bezugspersonen

Beziehungen mit Kindern im Grundschulalter gestalten

Dr. Julia Berkic, Dr. Daniela Mayer  
Staatsinstitut für Frühpädagogik  
München

# Kooperation IFP und BKK Landesverband



Fortführung der Aktion „**Feinfühligkeit von Eltern und ErzieherInnen**“ zur Prävention und Förderung der psychischen Gesundheit von Kindern im **Kindergarten & Grundschulalter**





## Grundannahmen der Bindungstheorie

# Grundlegende Forschung durch:

John Bowlby (\*1907, + 1990)  
Kinderarzt, Psychoanalytiker

Begründer der Bindungstheorie

Abgrenzung zu Freud und Lorenz

WHO-Studie zu Mutter-Kind-Trennung



Mary Ainsworth (\*1913, + 1999)  
Entwicklungsforscherin

Empirische Forschung

Bindungsmuster und -typen

Definition von Feinfühligkeit



Karin und Klaus Grossmann (\*1942/ 1935)  
Verhaltensbiologen, Psychologen

Bindungstheorie in Europa

„Fremde Situation“

Langzeitstudien in Bielefeld und Regensburg



# Was ist Bindung?

**Bindung (=Attachment)** ist die besondere, enge Beziehung eines Kindes zu seinen Hauptbezugspersonen. Bindung ist universell, angeboren und überdauert Raum und Zeit.

(vgl. Grossmann)



# Warum ist Bindung immer noch wichtig?

---

## Bindung und Unabhängigkeit sind keine Gegensätze!

Mit dem Schuleintritt spielen dabei neben den **Eltern** auch die **Lehrkräfte** und das **Hortpersonal** eine wichtige Rolle.





Kinder haben viele Bezugspersonen



Wenn bei einem Kind der Stress/die Belastung steigt, verlangt es eine jeweils höherstehende Person in seiner individuellen Bindungspyramide

- Auch im **Gruppengeschehen** kann beobachtet werden, wie sich (Klein-)kinder in belastenden Situationen ihren **Betreuungspersonen zuwenden**, um sich **trösten zu lassen** und **Sicherheit** zu gewinnen.
- Diese Beziehungen können als **Fachkraft-Kind-Bindungen** gelten, wobei das Kind Bindungssicherheit **seltener** mit der Fachkraft als mit seinen Eltern ausbildet.
- Fachkraft-Kind-Bindungen sind **weder** durch die **Qualität der Eltern-Kind-Bindung** festgelegt, **noch** können sie die **Beziehung zu den Eltern ersetzen**.
- Sie sind **funktionell** zunächst auf die **Betreuungssituationen** beschränkt.

# Bindungsentwicklung im Grundschulalter

- Lange gab es in der mittleren Kindheit eine **Forschungslücke** im Bereich mittlere Kindheit
- Ziel des Bindungsverhaltens ist nicht mehr die reine **Nähe** zur Bindungsperson, sondern deren **Verfügbarkeit** wenn nötig.
- Eltern sind nach wie vor **primäre Bindungspersonen**
- Bindungsverhalten wird nach wie vor ausgelöst durch Schmerz, Unwohlsein, Angst oder Trennung – **zusätzlich durch (schulischen Misserfolg oder soziale Konflikte)**

(Bosmans & Kerns, 2015)



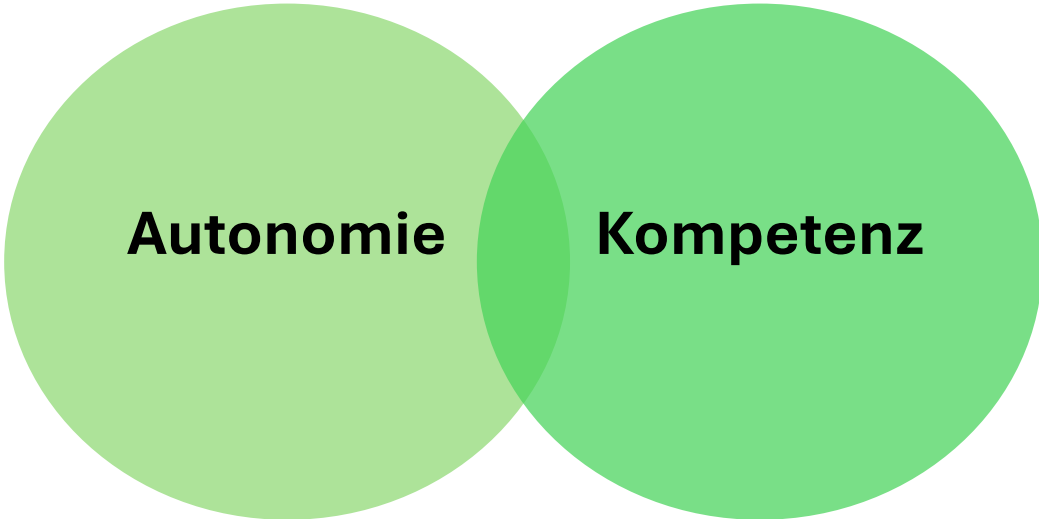




Grundbedürfnisse erkennen



**Bindungsverhaltenssystem**



**Explorationsverhaltenssystem**

Bindung

Exploration

Bei Wohlbefinden



Staatsinstitut für  
Frühpädagogik und Medienkompetenz



Bindung

Exploration

Bei Unwohlsein



Staatsinstitut für  
Frühpädagogik und Medienkompetenz



# Feinfühligkeit bedeutet, kindliche Signale...

A photograph of two young children, a girl and a boy, lying on a light-colored floor. They are both smiling and looking down at several wooden blocks they are playing with. The girl has her hair in two braids with small ornaments. The boy has curly hair. They are both wearing brown t-shirts.

wahrnehmen

richtig interpretieren

angemessen darauf reagieren

# Lernen ist ein sozialer Prozess

Kindliche Gehirne entwickeln sich anders und besser, wenn in **emotional sicheren Beziehungen** gelernt wird.

Kinder, die sowohl in ihrer Familie als auch in der Schule und im Hort **feinfühlig Beziehungen** erleben,

- entwickeln sich in allen Entwicklungsbereichen am besten,
- sie sind zufriedener und
- besser integriert.

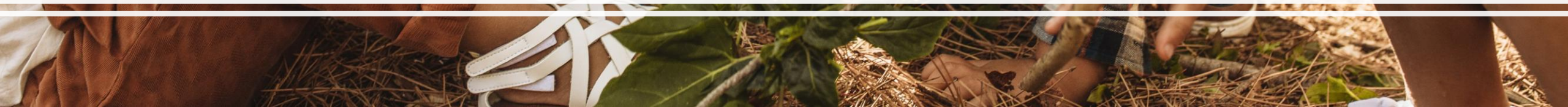




- Wenn der Unterricht die **Grundbedürfnisse der Lernenden berücksichtigt**, zeigen Kinder
  - **mehr selbstbestimmte Motivation**,
  - ein **höheres Engagement im Unterricht** und
  - (schulformunabhängig) auch **bessere Leistungen**.



Lernen ist ein sozialer Prozess - Wertschätzung



# Feinfühligkeit heißt Bindung unterstützen

Im Grundschulalter bekommen **Gleichaltrige bzw. die Gruppe** der Kinder eine **neue und größere Bedeutung** für das **kindliche Wohlbefinden**.

Wesentliche Erfahrungen für Entwicklungsprozesse bilden:

- **einzelne Freundschaften**
- **Zugehörigkeit zu einer Gruppe** von Kindern (in Klasse, Hort, Verein...)

**Soziale Beziehungen zu anderen Kindern:**

- bieten Potential für **emotionale Unterstützung** und **Unterstützung beim Lernen** und
- führen zu **mehr Engagement in Lernprozessen**
  - sowohl durch **direkte Hilfe**, als auch **indirekt durch mehr Zuversicht und Wohlbefinden** in der (Klassen-)Gemeinschaft.



## Ausgrenzung vorbeugen!

Aufgabe der pädagogischen Fachkraft ist es, eine Atmosphäre innerhalb der Gruppe von Kindern zu schaffen, in der sich **jedes Kind respektiert, angenommen und wertgeschätzt** fühlt.

### Hierzu braucht es:

- eine **wertschätzende, empathische Grundhaltung der Erwachsenen**
- **klare Regeln** im sozialen Miteinander
- **Freiräume**
- **gemeinsame Gruppenaktivitäten**





## Mitbestimmung zulassen!

- Kindern **Raum für eigene Entscheidungen** geben
- sie möglichst umfangreich **mitbestimmen** lassen
- immer öfter **auf „eigene Verantwortung“ handeln** lassen.

**In der Grundschulzeit werden die Grundlagen gelegt für die weitere Entwicklung von Demokratiebildung und Teilhabe.**

## Kinder, die mitbestimmen dürfen...

- entwickeln ein gutes Gespür für die Wünsche und Bedürfnisse Anderer und übernehmen Mitverantwortung für die Gemeinschaft.
- sind besser in der Lage, eigene Wünsche und Bedürfnisse angemessen zum Ausdruck zu bringen.
- können sich Dinge selbstständiger erschließen, ihr Lernen reflektieren und Probleme zielorientiert lösen
- können auch in Zukunft verantwortungsvolle Entscheidungen treffen.



## Erfolge möglich machen!

Für das **Wohlbefinden** und die **Motivation** von Schulkindern ist das **Kompetenzerleben** besonders entscheidend.

Wenn Kinder erfahren, dass sie **Anforderungen gerecht werden** können, dann erleben sie, dass ihr **eigenes Handeln einen Einfluss** hat

– auf ihre eigene Entwicklung, auf die Umwelt oder auf herausfordernde Situationen.

Kinder sind **stolz und glücklich**, wenn sie die Erfahrung machen, etwas zu wissen oder zu können

– es stärkt nachgewiesenermaßen ihr **Selbstwertgefühl**.





## Struktur bieten!

**Kompetenzerleben wird gefördert durch**

- gute Strukturierung von Lerninhalten und Abläufen
- individuell angepasste Herausforderungen
- positive Feedback-Kultur
- wohlwollende Unterstützung

**Unvorhersagbarkeit oder Chaos verhindern**  
hingegen ein gesundes Kompetenzerleben.

# Lernen braucht konstruktives Feedback!

**Individuelle Rückmeldungen** auf die eigene Leistung /das eigene Verstehen haben starken Einfluss auf das Lernen.

Dadurch lernen Schüler, eine **Bewertung des eigenen Lernprozesses** vorzunehmen und **diesen zu reflektieren** – dies bildet die **Grundlage für selbstreguliertes Lernen!**



**Lob ist nicht falsch.**

Aber:

**Lob ohne Wertschätzung bleibt an  
der Oberfläche.**

**Wertschätzung ohne  
Leistungsdruck trägt Beziehung.**



Entwicklungsstand beachten

# Entwicklungsschritte im Grundschulalter

**Sprachfähigkeit** wird deutlich differenzierter

## **Kognitive Entwicklung**

mehr **Perspektivenübernahme, Empathie**

Stabilere und tiefere **Freundschaften**

**Gleichaltrige** immer wichtiger

bessere **Selbstregulation**

**Kulturtechniken** werden erlernt

**Leistungsmotivation**



Für die meisten Eltern und Erzieherinnen ist es ein wichtiges Ziel, die Kinder zu **prosozialem Verhalten, Kooperationsfähigkeit und Empathie** zu erziehen.

Damit dies gelingt, müssen zwei Dinge berücksichtigt werden:

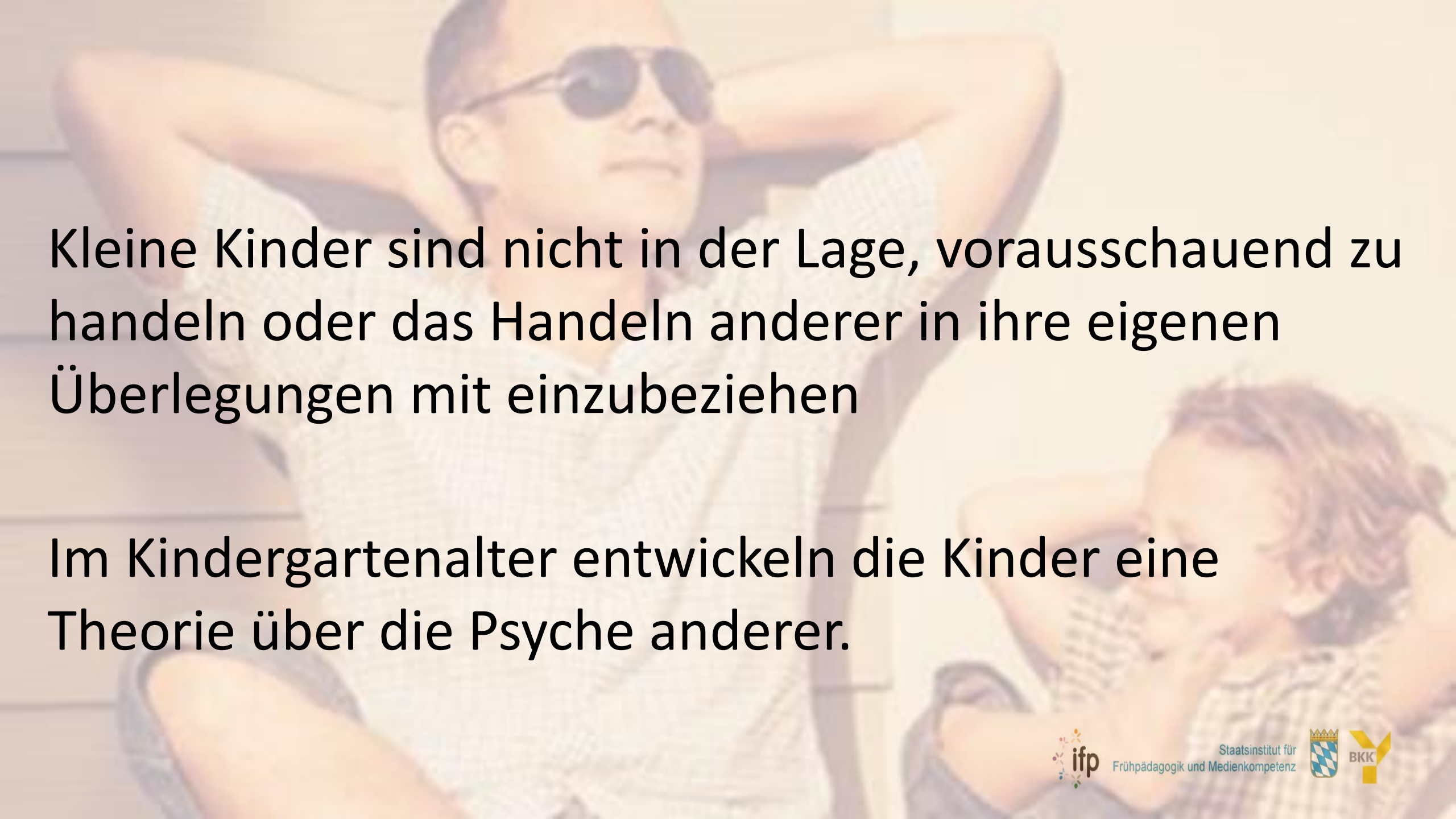
-Empathie, Kooperation und prosoziales Verhalten können nicht „direkt“ gelernt werden

-Voraussetzung dafür sind die entsprechenden sozialkognitiven Fähigkeiten, die sich erst im Verlauf der Zeit entwickeln



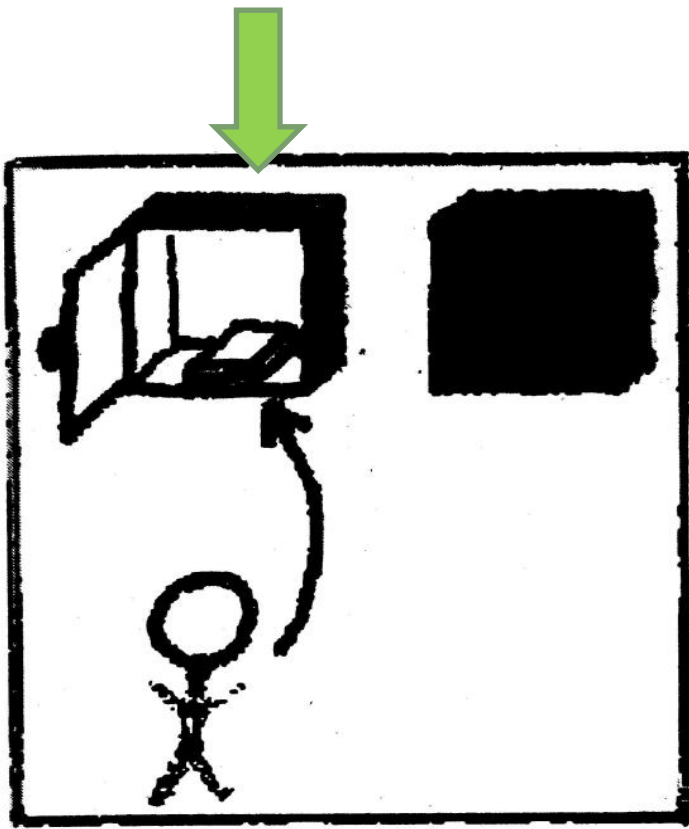
Staatsinstitut für  
Frühpädagogik und Medienkompetenz





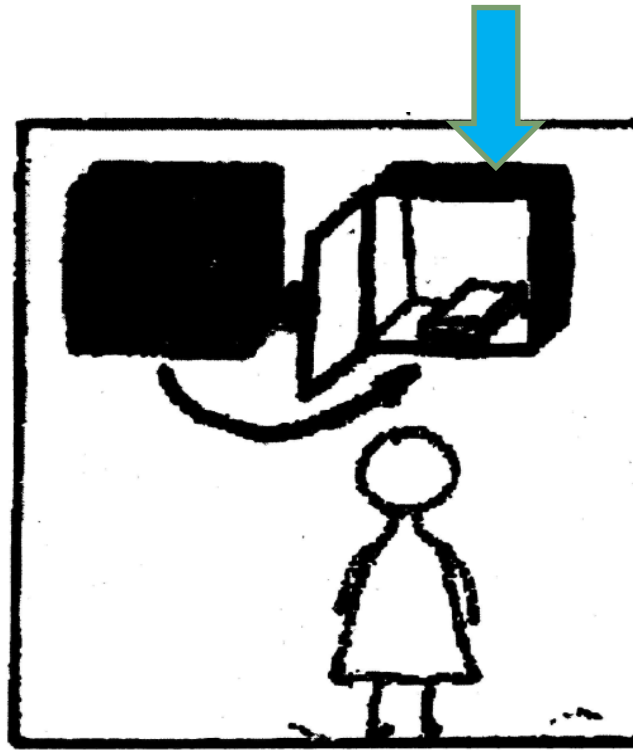
Kleine Kinder sind nicht in der Lage, vorausschauend zu handeln oder das Handeln anderer in ihre eigenen Überlegungen mit einzubeziehen

Im Kindergartenalter entwickeln die Kinder eine Theorie über die Psyche anderer.



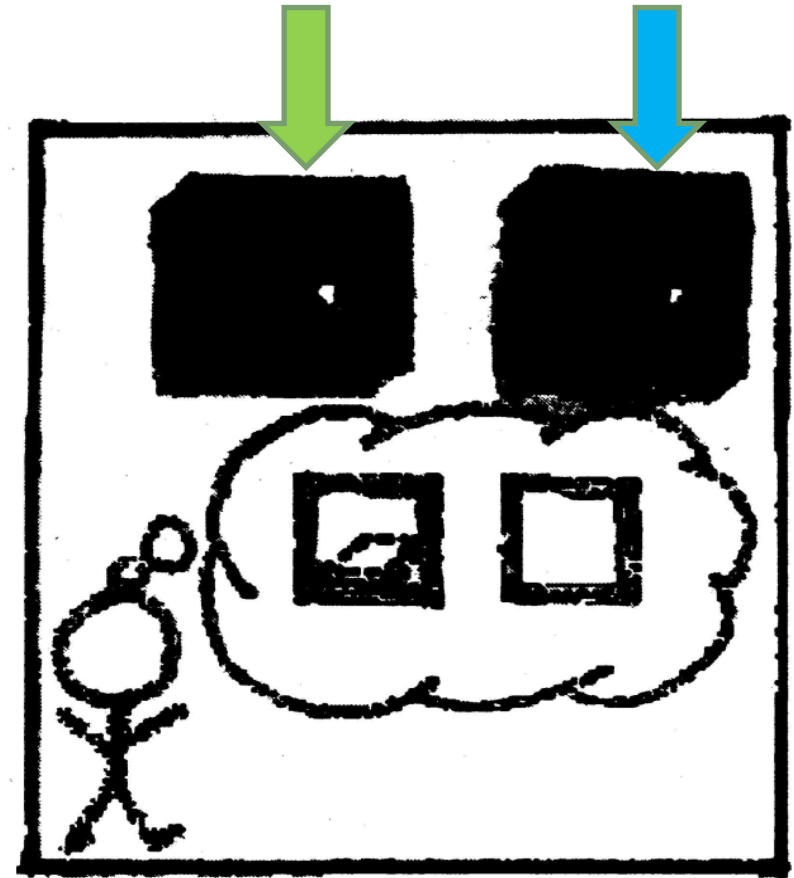
Maxi legt die Schokolade in den grünen Schrank.

Maxi geht zum Spielplatz.



Während Maxi auf dem Spielplatz ist, räumt die Mutter die Schokolade von dem grünen in den blauen Schrank.

Die Mutter geht hinaus.



Maxi kommt vom Spielplatz zurück und sucht nach der Schokolade.

**Frage an Kinder: Wo sucht Maxi die Schokolade, in welchem Schrank?**

## Wo sucht Maxi die Schokolade?

- Fast alle dreijährigen Kinder antworten im blauen Schrank
  - Die Kinder gehen bei der Beantwortung der Frage von ihrem eigenen Wissen aus (frühkindlicher Egozentrismus)
- 40-80% der vierjährigen Kinder lösen diese Aufgabe richtig und antworten im grünen Schrank.
  - Die Kinder berücksichtigen bei ihrer Antwort, dass sie Dinge wissen, die Maxi nicht weiß.

=> Die Fähigkeit, die Perspektive des anderen in das eigene Denken und Handeln einzubeziehen hat großen Einfluss auf das Verhalten von Beziehungen

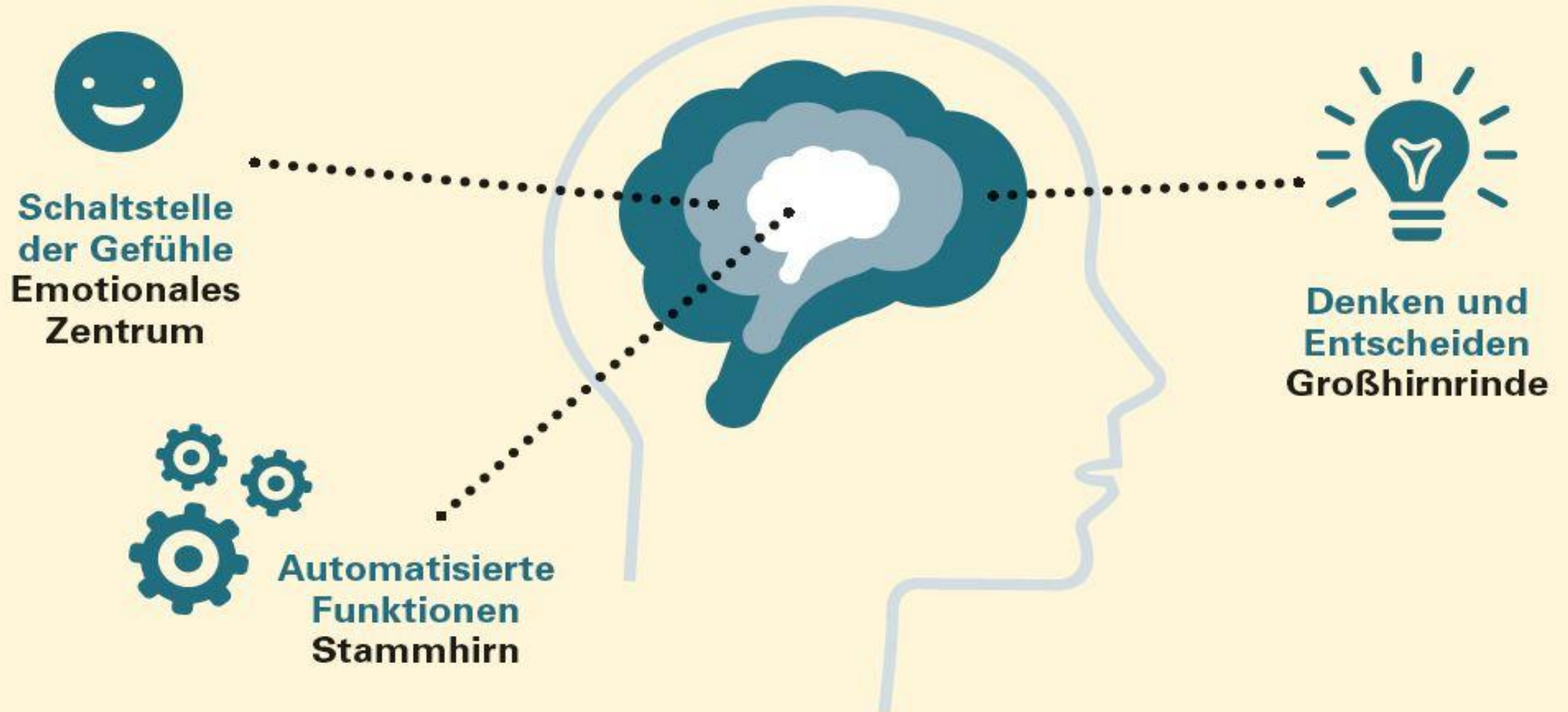


Das **Grundschulalter** ist geprägt von dem immer stärker werdenden Wunsch, Dinge zu entdecken, Dinge selbst anzupacken, selber zu machen und zu lösen und **neue Kompetenzen zu erwerben**.

Manchmal kommt es hierbei zu negativen Emotionen wie **Wut, Frustration, Überforderung** aber auch **Angst vor Neuem**.

Die Regulation dieser Gefühle ist auch im Grundschulalter noch sehr herausfordernd!

# DIE DREI TEILE DES MENSCHLICHEN GEHIRNS



Feinfühligkeit bedeutet immer wieder die **Verbindung** herzustellen zwischen der **Gefühls- und Gedankenwelt des Kindes** und der **äußeren Realität**

Damit das gelingt, ist es nötig, sich in das Kind hineinzusetzen und **die Welt mit den Augen des Kindes zu sehen**

– gleichzeitig aber auch **die eigene Perspektive nicht aufzugeben.**



# Wenn Denken und Fühlen zusammenpassen....

... das Verhalten des Kindes wird **besser verständlich und akzeptierbar**

... gleichzeitig fühlt sich das Kind wahrgenommen und **verstanden**

... das Kind lernt, seine **positiven wie negativen Gefühle als einen wichtigen Teil von sich selbst anzunehmen** und angemessen zum Ausdruck zu bringen

... durch die wiederholten Regulationserfahrungen durch die Bindungsperson entwickelt sich zunehmend die Fähigkeit, **selbstständig** damit umzugehen


# Wie kann das gelingen?

Was fühlst Du?

Ich nehme  
alles ernst,  
aber nicht alles  
geht!

Es ist ok.

Bleiben Sie bei  
Ihren eigenen  
Gefühlen!



Im Alltag kommen **immer wieder Situationen** vor, in denen man **nicht auf jede Gefühlsregung** eines Kindes eingehen kann.

Es ist **nicht schädlich**, sondern sogar **entwicklungsfördernd**, **ab und an** zu verlangen, dass sich ein Kind im Grundschulalter mit seinen Gefühlen **zurücknimmt**.

# Was passiert, wenn Kinder nicht verstanden werden?



Wenn Kindern **dauerhaft** das Gefühl vermittelt wird, dass seine Gefühle **„falsch“** oder **„böse“** seien, stehen ihm nur zwei Möglichkeiten zur Verfügung:

- Das Kind **trennt sich vom Gefühl**, um es nicht länger wahrnehmen zu müssen
- Es stauen sich ungeheure **Groll- und Wutgefühle** an

**Beide Verhaltensstrategien sind Kennzeichen einer unsicheren Bindungsorganisation!**

## Kinder mit sicherem Arbeitsmodell

- gehen eher davon aus, dass es andere Menschen gut mit ihnen meinen
- sind generell eher optimistisch
- trauen sich mehr zu
- suchen bei Überforderung aktiv nach Hilfe



© CanStockPhoto.com - csp42203554

# Wenn Gefühle tabuisiert werden, führt das zu Schamgefühlen....

Wenn Gefühle dauerhaft nicht erlaubt sind, lächerlich gemacht werden oder umgedeutet werden, löst das beim Kind das Gefühl aus, **wertlos** oder **nicht gut genug** zu sein – dies führt zu **Schamgefühlen**.

Somit beeinträchtigt Scham die **Fähigkeit reife Beziehungen** einzugehen.



# Was tun, um Schamgefühle zu verhindern?

- **Bewerten** Sie das Verhalten des Kindes **nicht** vorschnell.
- **Vermeiden Sie Vergleiche** mit anderen Kindern!
- Halten Sie sich mit **Kritik** gegenüber dem Kind zurück.
- **Vermeiden** Sie das Kind vor Anderen **bloßzustellen** – auch wenn Kritik in scherzhafter Form verpackt ist, kann sie schmerzhaft sein!

## Warum Altersunterschiede im Hort besonders spürbar sind:

Horte bündeln oft 1.–4. Klasse in einem Raum

Alle kommen gleichzeitig müde aus der Schule

Gleiche Regeln, gleiche Zeiten – unterschiedliche Bedürfnisse


Hausaufgaben, Essen, Freispiel verlangen verschiedene Kompetenzen



**Feinfühligkeit heißt hier: nicht gleich behandeln, sondern angemessen.**



Grenzen setzen



# Wozu eigentlich Grenzen?

- Schutz vor Gefahr
- Orientierung und Struktur



Kooperation ungleicher Partner!

Gleichwertigkeit, keine  
Gleichberechtigung!

# Wichtig im Zusammenhang mit Grenzen

Überlegen Sie sich, welche Grenzen sind Ihnen wichtig?

Beim Durchsetzen der Grenzen verzichten Sie auf Strafen und Belohnungen

Zu viele Grenzen überfordern, zu wenig schaden Kindern

Kommunizieren Sie klar und deutlich



- Nehmen Sie die kindliche Reaktion auf Ihre Grenzen ernst!
- Mit einem **Nein!** machen wir uns normalerweise unbeliebt!
- Respektieren Sie auch die persönlichen Grenzen des Kindes!

Unterscheiden Sie zwischen Wünschen und  
Bedürfnissen!



# Unterscheiden Sie zwischen Wünschen und Bedürfnissen!

Ein Bedürfnis (vor allem das nach Nähe) sollte, wann immer es geht, erfüllt werden. Zu einem Wunsch, darf man getrost auch mal Nein sagen.

Nicht erfüllte Wünsche sind ein hervorragendes Übungsfeld für Kinder, um Bedürfnisaufschub zu lernen!

# Was tun wenn's schwierig wird?

Es gibt Phasen oder Situationen, in denen man als Erwachsener **an seine Grenzen stößt** – dann wird es schwieriger feinfühlig zu reagieren.

Dann passiert es häufig, dass...

- **einzelne Kinder oder Kindergruppen als „Problem“** identifiziert werden
- **Straf- und Drohkulissen** aufgebaut werden

# Verhaltensprobleme sind Beziehungsprobleme

Ca. **95%** der „**verhaltensauffälligen**“ **Kinder** leiden **nicht** an einer **personen-verankerten Störung** oder an einer Minderbegabung, **sondern** an ihrem **soziokulturellen Umfeld**.

**Trotzdem:** Die meisten Förderkonzepte fokussieren auf eine personenbezogene Sichtweise der Entstehung von Lernbeeinträchtigungen und Verhaltensauffälligkeiten, z.B.

- aggressives Verhalten,
- psychosomatische Auffälligkeiten (z.B. Bauchweh),
- Verweigerung der Leistung/Mitarbeit oder des Schulbesuchs

# Verhalten verstehen statt unterdrücken



Aus Sicht der Bindungstheorie scheint es deutlich sinnvoller, auffälliges Verhalten und Lernbeeinträchtigungen als **Ausdruck eines aktivierten Bindungssystems** zu verstehen.

Erst wenn es gelingt, diese „**Symptome**“ als **Regulationsversuche** anzusehen, die dem Ziel dienen, mit **Stress** umzugehen, wird es möglich, nicht nur auf die Symptome sondern auch auf die **Ursache des Problems** zu reagieren.

Kinder aktivieren insbesondere unter Stress diejenigen **Verhaltensmuster**, die ihnen in der Vergangenheit geholfen haben, **Angst zu minimieren**.

Solche „Notlösungen“ (z.B. Aggression, Rückzug, Rumalbern) sollte man nicht als „Fehlverhalten“ abstempeln, welches es (z.B. durch Belohnungs- oder Bestrafungssysteme) abzustellen gilt – sondern als **Strategien**, die dafür Sorge tragen, dass die **Angst des Kindes nicht überwältigend** wird.

# Auf individuelles Verhalten individuell reagieren!

- Auf welchem Entwicklungsstand ist das Kind?
- Welchen Sinn hat das Verhalten des Kindes?
- Was macht das Verhalten mit mir?

# Was beeinflusst unsere Feinfühligkeit?

Intuitives Wissen

Angeeignetes Wissen aus Ratgebern/ Internet

Wissen aus Ausbildung, Fort- und Weiterbildung / Berufserfahrung

Ratschläge von Freunden und Familie

Am meisten beeinflussen uns unsere Erfahrungen **aus der eigenen Kindheit!**

# Wenn die Geister der Vergangenheit stören

- Wenn Bezugspersonen nicht in der Lage sind, **angemessen** auf (bestimmte) Gefühle von Kindern einzugehen, fangen die Kinder an, diese **Gefühle zu verstecken** und sich wegen bestimmter Gefühle zu **schämen**.
- So bringen wir den Kindern bei, **Angst vor Gefühlen** zu entwickeln oder sich aufgrund von Gefühlen zu schämen, die **eigentlich ganz normal und gesund** sind.





Den Einfluss eigener Erfahrungen verringern oder sogar ausschalten, indem man

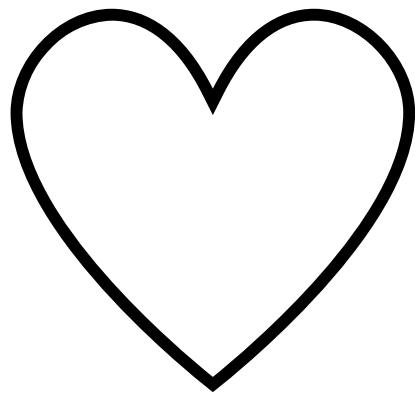
- seine **eigene Geschichte und die eigenen Gefühle reflektiert,**
- **eigene Verhaltensmuster hinterfragt** und
- versucht zu **verstehen, was das Kind braucht.**

**Finden Sie heraus, welches Bedürfnis das Kind hat!**



# Fürsorge ist Selbstfürsorge

Fakt ist: der Alltag mit kleinen Kindern **kann phasenweise anstrengend** sein. Alltägliche Stresssituationen gehören dazu und sind völlig normal!



Überschreiten Sie aber **dauerhaft** Ihre Belastungsgrenze, besteht die Gefahr, dass Ihre **Feinfühligkeit** im Umgang mit dem Kind **leidet**.

Ein feinfühliges Verhalten setzt voraus, dass Sie ebenfalls achtsam und feinfühlig mit Ihren **eigenen Bedürfnissen** umgehen.

Krisen und Konflikte gehören dazu!

Gut genug ist  
das neue  
Perfekt!

(Jesper Juul)

