

Kinder wertschätzend und kompetent erziehen

Handlungskompetenz stärken und das Stresslevel reduzieren



Foto: LeggNet/istockphoto

Als Erzieherinnen haben wir das Ziel, die Kinder in unserer Obhut wertschätzend und kompetent zu erziehen – dafür nutzen wir zuallererst unsere eigenen Ressourcen. Um unsere Handlungskompetenz im Alltag zu stärken und das Stresslevel zu senken, können wir jedoch auch neue Fertigkeiten dazulernen und an unserer inneren Haltung arbeiten. So kann es uns beispielsweise helfen, die Kinder aus einem neuen Blickwinkel zu sehen, respektvoll und bewusst anders als bisher, freundlich und bestimmt zu reagieren. Auf diese Weise kann sich die Atmosphäre in der Einrichtung ändern und das Stresslevel gesenkt werden.

Trudi Kühn, Roxana Petcov

Kinder sind etwas Wunderbares, denken wir gerne, oft aber nur solange sie tun, was wir Erwachsenen von ihnen wollen. Tun sie das nicht, dann sind sie schnell schwierig, gar schwer erziehbar. Das macht den Alltag hart, den Stress groß. Wichtig ist, zu erkennen, dass die Erziehung von Kindern auch mit eigenen Gefühlen konfrontiert, dass es nur zu leicht ist, sich schnell persönlich angegriffen zu fühlen und mit den Kindern in Machtkämpfe zu geraten. Gerade kleine Kinder spiegeln in ihrem Tun die Atmosphäre und Dynamik im Elternhaus. Aber auch Erzieherinnen haben über die in der Einrichtung herrschende Atmosphäre einen nicht zu unterschätzenden Einfluss auf die Entwicklung der Kinder.

Einige Erzieherinnen erziehen mit gesundem Menschenverstand – sozusagen „aus dem Bauch heraus“ – und sind damit effektiv und erfolgreich. Für alle, auch diejenigen, die sich manchmal überfordert fühlen, gibt es jedoch die Chance zu lernen, die Individualität des einzelnen Kindes und seiner Eltern zu achten, wertschätzend zu betreuen, kompetent anzuleiten und konsequent zu erziehen: „Souveränität und Sicherheit in der pädagogischen Arbeit“, so Professor Hurrelmann von der Universität Bielefeld. So können über Weiterbildungen, wie beispielsweise die STEP-Weiterbildung, im Rahmen eines strukturierten Erziehungsprogramms mit klarer Konzeption, unter fachspezifischer Anleitung und in Interaktion mit anderen Erzieherinnen, eigene eingespielte Muster erkannt, positive Verhaltensweisen als Ressource genutzt und gezielt verstärkt eingesetzt und hinderliche Beziehungsabläufe verändert werden.

Wie gelingt es uns, unsere Handlungskompetenz zu stärken?

1. Wir tun das Unerwartete und ändern die Perspektive

Wie oft ärgern wir uns über uns selbst, dass wir uns wieder haben provozieren lassen, weil wir uns persönlich angegriffen gefühlt haben? Durch eine unangemessene Reaktion wird das Fehlverhalten der Kinder jedoch gefördert. Deshalb ist es wichtig zu lernen, anders als bisher – also unerwartet – zu reagieren, dadurch das Verhaltensmuster zu durchbrechen und den Kindern Anlass zu geben, ihr Verhalten zu ändern.

Grundsätzlich zeigen Kinder Fehlverhalten aus zwei Gründen: weil sie entmutigt sind oder weil ihr negatives Verhalten durch die Menschen um sie herum verstärkt wird.

Beispiel

Die vierjährige Carla ist sauer auf die Erzieherin, die ihr – nach rechtzeitiger Vorankündigung – sagt, dass es jetzt an der Zeit sei hereinzukommen, weil die Spielzeit draußen um ist. Carla weicht zurück und schreit: „Du bist gemein und blöd, ich mag dich nicht mehr!“ Die Erzieherin erwidert: „Ich weiß, dass du nicht hereinkommen willst. Ich mag dich sehr und es tut mir leid, dass du jetzt so unglücklich bist. Aber die Spielzeit draußen ist um und es ist jetzt für alle an der Zeit, wieder in die Gruppe zu kommen.“

Damit es uns als Erzieherinnen eher gelingt, auf solches Verhalten anders als bisher zu reagieren, ist es entscheidend zu verstehen, wozu Kinder Fehlverhalten einsetzen, was sie damit, unbewusst, erreichen wollen: Kinder zeigen Fehlverhalten aus einer Not heraus, weil sie entmutigt sind, nicht um Erwachsenen das Leben schwer zu machen. Kinder, die nach Rache streben, haben häufig ein starkes Verlangen nach Gerechtigkeit und Fairness. Solche Kinder an fairem Spielen und Teilen heranzuführen, lenkt ihr Verhalten um, unterstützt das positive Verhalten der Kinder. Auf der Basis dieser geänderten Perspektive, gelingt es leichter, freundlich und bestimmt auf Fehlverhalten zu reagieren.

Das Unerwartete zu tun, ist der erste Schritt, das Verhalten eines Kindes umzulenken.

2. Wir kommunizieren wertschätzend und kompetent

Kommunikation – und damit Erziehung – findet vorwiegend über Emotionen statt, die von Kindern äußerst feinfühlig in unserer Körpersprache wahrgenommen werden. Sehr kleine Kinder verstehen die Bedeutung der Wörter noch nicht, aber sie verstehen die respektvolle und ermutigende Haltung, die mit unserer Stimme, Gestik und Mimik einhergeht.

Beispiele

„Wie ich sehe, magst du den Teddybären.“

„Oh, du greifst nach der Rassel.“

„Wenn du deinen Mund öffnest, geht der Brei leichter rein. Dann bist du nicht verärgert und wirst auch nicht mehr hungrig sein. ... Na, siehst du ...“

Aktiv zuhören hilft, ebenso wie Ich-Aussagen, eine Atmosphäre des gegenseitigen Respekts zwischen Erzieherin und Babys bzw. Kleinkindern zu etablieren. Zusammen mit Verständnis und Respekt für andere sind sie zwei wichtige Schritte beim Aufbau des Selbstwertgefühls. Ich-Aussagen helfen Kindern, weniger ich-bezogen zu sein und anzufangen, die Gefühle anderer zu verstehen und zu respektieren. Je jünger das Kind, desto einfacher muss die Ich-Aussage formuliert sein:

Beispiel

„Ich bekomme Angst, wenn du auf den Tisch kletterst. Du kannst runterfallen und dich verletzen.“

Kleinkinder und Kindergartenkinder verstehen beides: unsere Haltung und die Bedeutung unserer Worte:

Beispiele

„Wie ich sehe, wechselt ihr euch mit dem Bagger im Sandkasten ab. Es freut mich, dass ihr beide so gut zusammen spielt.“

„Du hilfst Clara dabei, ihren Reißverschluss zuzumachen.“

Diese Kommunikationsfertigkeiten müssen gelernt und geübt werden, um sie bewusst und angemessen im Alltag einzusetzen.

Es ist sehr wahrscheinlich, dass Kinder, die oft erleben, wie mit dem aktiven Zuhören ihr Verhalten bemerkt und damit verstärkt wird und durch Ich-Aussagen Probleme angesprochen werden, die Rechte und Gefühle anderer besser respektieren, wenn sie älter werden.

3. Wir bringen Kindern bei, Konflikte selbst zu lösen

Wir können lernen, Kinder mehr und mehr dazu zu erziehen, Verantwortung für ihr eigenes Verhalten zu übernehmen und konstruktive Lösungen für alltägliche Konflikte zu finden. Der erste Schritt dazu ist, anhand von vier Fragen festzustellen, um wessen Problem es sich handelt: um ein Problem der Erzieherin, z. B. weil das Kind zu diesem Zeitpunkt in seiner Entwicklung noch nicht fähig ist, solche Probleme zu lösen. Oder um das des Kindes oder der Kinder?

Beispiel für ein Problem eines Kindes

Der vier Jahre alte Sven beklagt sich, dass die anderen Kinder ihn nicht mitspielen lassen. Die Erzieherin hat beobachtet, dass er anderen Kindern häufig Spielsachen wegnimmt.

Um herauszufinden, „Wessen Problem ist es?“, stellen wir uns folgende Fragen:

1. Werden meine Rechte missachtet?
2. Ist das Kind bezüglich seiner Entwicklungsstufe noch nicht fähig, für das Problem verantwortlich zu sein?
3. Ist die Sicherheit des Kindes oder anderer gefährdet?
4. Kann das Eigentum von jemandem beschädigt werden?

Wenn eine dieser Fragen mit „Ja“ beantwortet werden kann, so handelt es sich um ein Problem der Erzieherin. Im oben beschriebenen Beispiel handelt es sich um ein Problem von Sven, weil alle vier Fragen mit „Nein“ beantwortet werden. In diesem Fall gehört es zur Aufgabe der Erzieherin, den Kindern beizubringen, wie sie Verantwortung für ihre Probleme übernehmen und wie

sie Lösungen dafür finden können. Je jünger die Kinder sind, desto abhängiger sind sie von der Fürsorge der Erwachsenen. Aber das, was sie schon alleine tun können, soll ihnen auch erlaubt sein. Ihre eigenen Probleme selbst lösen zu dürfen, baut ihr Selbstvertrauen auf.

„Wie kann ich dem Kind helfen, eine Lernerfahrung zu machen?“

Dennoch unterstützen wir Sven, weil er noch nicht die Reife hat, das Problem alleine zu lösen – wir geben Sven die Chance, eine Lernerfahrung zu machen. Zunächst könnten wir aktiv zuhören: „Du bist traurig, weil die anderen dich nicht mitspielen lassen.“ Dann könnten wir hinzufügen: „Manchmal fällt mir auf, dass du versuchst, den anderen die Spielsachen wegzunehmen. Vielleicht möchten sie deshalb nicht mehr mit dir spielen?“ Dann könnten wir Sven fragen, ob er einen Vorschlag hat, was er tun könnte, damit andere auch mit ihm spielen wollen. Wenn es ihm schwerfällt, sich etwas auszudenken, machen wir selbst einen Vorschlag. Am Ende ist es möglicherweise hilfreich, Sven zu begleiten, wenn er zu den Kindern sagt, dass er gerne mit ihnen spielen möchte und deshalb niemandem mehr das Spielzeug einfach wegnehmen wird.

Beispiel für ein Problem des Erziehers

Als der Erzieher die 16 Monate alte Malin auf den Arm nimmt, reißt sie ihm die Brille herunter. Frage 4 (s. o. „Wessen Problem ist es?“) würde mit „Ja“ beantwortet werden, also handelt es sich um ein Problem des Erziehers.

Der Erzieher setzt die Brille wieder auf und sagt ruhig zu Malin: „Wenn du mir die Brille herunterreißt, fürchte ich, dass sie kaputtgehen wird.“ Ein paar Minuten später reißt Malin ihm die Brille noch einmal herunter. Der Erzieher setzt Malin sanft auf den Boden und sagt: „Ich kann nicht zulassen, dass du meine Brille herunterreißt, also muss ich dich absetzen.“ Zu einem späteren Zeitpunkt, als Malin wieder hochgenommen werden möchte, gibt der Erzieher ihr eine zweite Chance: „Möchtest du wieder auf meine Arm? Gut. Aber wenn du meine Brille herunterreißt, setze ich dich wieder auf den Boden.“ Da Malin nicht viel Übung darin hat, ihr Verhalten unter Kontrolle zu haben, ist es sehr wahrscheinlich, dass sie wieder nach der Brille greifen wird. Zu wissen, was die Folge sein wird, wird ihr helfen zu lernen, ihr Verhalten zu kontrollieren.

In jedem Fall – ob es sich um ein Problem des Kindes handelt, ein gemeinsames Problem oder um das Problem der Erzieherin – stellen wir sicher, dass das Kind die Konsequenzen seines Verhaltens kennt.

Ziel der Erziehung ist es, dass Kinder sich mehr und mehr für die Lösung ihrer Probleme verantwortlich fühlen.

Wie gelingt es uns, das Stresslevel zu reduzieren?

Das Stresslevel kann sukzessive verringert werden, indem wir als Erzieherin nicht nur Schritt für Schritt eigene Verhaltensweisen ändern bzw. modifizieren, sondern auch eine neue Einstellung gegenüber Kindern, Kolleginnen und Eltern gewinnen, indem wir die Perspektive wechseln, wenn notwendig, unseren inneren Dialog ändern. Insbesondere ist es entscheidend zu lernen, den Mut zu haben, nicht perfekt zu sein, realistische Erwartungen an sich selbst zu haben und mit den eigenen Gefühlen zurechtzukommen, wenn Kinder Fehlverhalten zeigen.

Gefühle sind eine Form von Energie. Wir Menschen benutzen sie als Antrieb für unser Verhalten. Emotionen dienen einem Zweck – sie treiben zu Handlungen an. Negative Emotionen können in Beziehungen Distanz und Probleme erzeugen. Wenn wir aufgrund unserer negativen Emotionen – Verärgerung, Wut, Verletztsein oder Verzweiflung – reagieren, dann helfen wir den uns anvertrauten Kindern nicht. Wir sind in diesem Moment zu sehr mit unseren negativen Gefühlen beschäftigt und empfinden deshalb Stress! Eine Art, unseren Stress in solchen Situationen zu verringern, ist die Not des entmutigten Kindes zu sehen, die Perspektive zu ändern und sich zu fragen: Was braucht das Kind? Welche Ziele verfolgt es mit seinem Verhalten? Was ist die positive Seite des Verhaltens? Wie kann ich dem Kind helfen, eine Lernerfahrung zu machen? Wie kann ich als Erwachsener dem Kind in seiner Not Halt und Orientierung geben? Diesen Fokus beizubehalten ist nicht immer leicht. Was können wir dafür tun?

Die Erziehung von Kindern konfrontiert auch immer mit eigenen Gefühlen.





Durch die Beteiligung an Entscheidungen im Alltag fühlen sich die Kinder ernst genommen.

Beispiel

Wenn ein kleiner Junge nach Macht strebt, indem er ein entsprechendes Verhalten zeigt, denken wir vielleicht: „Damit wird er nicht durchkommen! Er muss und er wird tun, was ich sage! Ich zeige ihm, wer hier das Sagen hat!“ Ein solches Selbstgespräch wird zu Wut führen. Stattdessen überdenken wir die Situation: „Er will sich mit mir streiten. Ich bleibe ruhig und weigere mich zu streiten.“ Wir stellen unseren inneren Dialog um und sagen uns: „Dieses Kind möchte selbstständig sein und (altersgerecht und im angemessenen Rahmen) Entscheidungen treffen und Verantwortung übernehmen.“ Auf diese Weise gelingt es uns, das Unerwartete zu tun, z. B. dem Kind Wahlmöglichkeiten anzubieten.

„Du kannst gerne im Sandkasten spielen. Wenn du aber andere mit Sand bewirfst, musst du raus aus dem Sandkasten.“

„Du kannst zum Malen einen Kittel anziehen oder du machst etwas anderes. Du entscheidest.“

„Wir können eine Geschichte lesen, wenn ihr leise seid.“

Eine mutige Erzieherin sieht Herausforderungen statt Probleme.

Jeder der genannten Schritte führt zu einer weiteren Stärkung der Handlungskompetenz, wodurch auch das Stresslevel im Alltag reduziert wird. Eine

wertschätzende von Sicherheit und Souveränität getragene Atmosphäre in der Einrichtung wird dadurch möglich. Dass eine solche Veränderung möglich ist, wird durch eine Erzieherin bestätigt, die Schritt für Schritt diesen Weg gegangen ist. So beschreibt Andrea Rachelski aus Dortmund, Teilnehmerin an einer STEP-Weiterbildung für Erzieherinnen, ihre Erfahrungen:

„Nach und nach haben die Kinder und ich eine neue Basis gefunden, miteinander umzugehen. Die Kinder sind untereinander ganz anders im Gespräch, um ihre Bedürfnisse auszudrücken. Konflikte können sie teilweise ohne meine Hilfe klären. Durch die Entscheidungsmöglichkeiten fühlen die Kinder sich ernst genommen. Sie genießen es, Verantwortung übernehmen zu dürfen.“

Wenn die Handlungskompetenz der Fachkräfte gesteigert wird, wirkt sich dies positiv auf die gesamte Atmosphäre aus.



Der Lautstärkepegel ist drastisch zurückgegangen. Die Arbeit macht viel mehr Freude, da ich viele Dinge entspannter sehen kann!“

Nur eine von vielen Meinungen, die belegen, dass die Stärkung der eigenen Handlungskompetenz und eine Reduzierung des Stresslevels im Berufsalltag erlernen und in relativ kurzer Zeit umsetzbar ist.

Trudi Kühn hat nach ihrer pädagogisch-philologischen Hochschulausbildung an einem Gymnasium in Hamburg unterrichtet und gibt schon seit Jahren Fortbildungen, insbesondere in der Humanistischen Psychologie. Sie lebt in Düsseldorf.

Roxana Petcov ist Sparchwissenschaftlerin und hat sich im individualpsychologischen Bereich fortbilden lassen. Sie ließ sich in den USA von Herrn Dr. Dickmeyer Jr. zur STEP-Kursleiterin ausbilden. Sie lebt in Düsseldorf.

Kontakt und Informationen zur STEP Weiterbildung

www.instep-online.de
www.cornelsen.de

Das Buch zum Thema

Kühn, Trudi / Petcos, Roxana (Hrsg.):
STEP. Das Buch für Erzieher/innen. Kinder wertschätzend und kompetent erziehen.
Cornelsen Verlag Scriptor, Berlin 2008