

„Ein offenes Herz behalten....“: Denkanstöße, systemische Sichtweisen, helfende Prinzipien

Ein offenes Herz behalten in der Begegnung mit herausforderndem Verhalten, das kann gelingen, wenn wir unser Herz erwärmen können für Kinder, die uns besonders brauchen. Kinder, die uns durch ihr Verhalten (heraus)fordern, brauchen uns besonders!

Den guten Grund anerkennen

Am Anfang steht der Wunsch, zu verstehen und die Signale des Kindes richtig zu deuten:

Jedes herausfordernde Verhalten hat einen guten Grund und ist wie ein Appell, manchmal ein Hilferuf:

„Ich kann meine Gefühle nicht anders ausdrücken.“

Ich brauche Unterstützung, jemanden, der mir hilft durch die Wut, die Trauer, die Überforderung, die Sprachlosigkeit...“

„Ich schaffe es gerade nur so, für mich zu sorgen.“

„Bitte bleib an meiner Seite, ich brauche es, dass du mich so siehst.“

Aggression macht Sinn

Aggressionen an sich sind ein legitimes Gefühl, Zorn, Wut und Hass, Trauer, Neid, Freude, Angst und Glück sind allesamt nie falsch oder schlecht oder gut oder richtig.

Meistens sind Aggressionen sehr nützlich und deshalb ganz positiv zu bewerten:

Sie helfen uns, Ziele zu erreichen, zeigen unsere Wünsche und Bedürfnisse, sind kraftvoll und haben Signalwirkung.

Familiensache?!

Die Verantwortung für die Einübung des Umgangs mit Emotionen liegt sicher zuallererst in den Familien und wie in den Kitas sind auch dort die Erwachsenen zu 100 Prozent verantwortlich für die Beziehungsqualität und für ein emotionales Klima, in dem alle Gefühle gelebt werden können und es Vorbilder im positiven Sinne gibt.

Aber: Viele Familien sind belastet, es gibt klare Hinweise auf erhöhte Spannungen, Überforderung im Alltag und auf einen Anstieg familiärer Gewalt mit steigender Tendenz. Wenn man diese Realität berücksichtigt, dann wird deutlich, dass für viele Kinder, die das Regulieren ihrer Gefühle noch nicht gelernt haben, Kitas im Sinne eines positiven Vorlebens von Emotionsregulation sehr bedeutsam sind.

Dann sind vielleicht die Fachkräfte in den Kitas die entscheidenden Vorbilder, Impulsgeber, Unterstützer und Wegweiser.

Bedürfnis, Gefühl, Verhalten

Kinder, wie Erwachsene, haben Bedürfnisse, Wünsche, Anliegen:

Kinder wollen gesehen werden, kooperieren, helfen, gemocht werden, von Bedeutung sein, sich sicher fühlen, sich zugehörig und verbunden fühlen.

Wenn diese Bedürfnisse nicht erfüllt werden und das Kind sich „wie abgeschnitten“ fühlt, keine Verbundenheit mehr erfährt, dann kommt es zu Gefühlen wie große Wut und Enttäuschung, die sich in einem impulsiven aggressiven Verhalten ausdrücken können.

„Aggressives Verhalten beginnt, wenn der ruhige Fluss der Interaktion blockiert ist...und plötzlich die Erfahrung, für das Gegenüber wertvoll zu sein, abhandenkommt.“ (Jesper Juul (2012): Aggression, S.81)

Teufelskreise durchbrechen

Es beginnt vielleicht ein leidvoller Teufelskreis, wenn das herausfordernde Verhalten des Kindes zu Ablehnung und Ausgrenzung führt und die unerfüllten Bedürfnisse nach Wertschätzung und Zugehörigkeit, verbunden mit dem Gefühl, weiter ausgegrenzt zu sein, erneut aggressives Verhalten hervorrufen.

Während das Kind in dem Moment der Aggression „für sich sorgt“ und ein starkes Gefühl nach außen bringt, also eigenes Leid verringert, verursacht es gleichzeitig Leid bei anderen.

Jetzt braucht das Kind die Kita als einen Ort, in dem dieser Teufelskreis unterbrochen wird. Einen Ort, an dem das Verstehen, Annehmen, Einordnen und Ausleben aller Gefühle möglich ist.

Ein Kind fordert heraus...aggressivem Verhalten begegnen:

Darauf kommt es jetzt an (vgl. Jesper Juul (2008): Leitwölfe sein):

Dialog

Achtsamkeit im Dialog mit dem Kind, Empathie, Erfahrung, Mitgefühl einsetzen, um mit allen Sinnen dem Kind ein Gegenüber zu sein.

Interesse

Dem Kind übermitteln, was der eigene Eindruck bzgl. der Situation ist und danach fragen, worüber es sich geärgert hat, womit es sich nicht wohl fühlt...

Neugierde

Teile dem Kind mit, was du von ihm gehört und was du verstanden hast. Lass Vorurteile, Projektionen, Theorien weg.

Anerkennung

Zeige dem Kind, dass du den Sinn, der hinter seinem Verhalten steht, erkennen kannst. Zeige Empathie, einfach achtsam spiegeln.

Persönliches feedback

Über Grenzen sprechen, sich zeigen:

„Es gefällt mir nicht, wenn du mich boxt. Ich möchte, dass du damit aufhörst.“

Denkanstoß:

Kein Kind kann sich emotional selbst versorgen.

Nur der Erwachsene kann die Verantwortung übernehmen und Hilfe organisieren, wenn Veränderungen im Verhalten wichtig sind.

„Ein offenes Herz behalten...“ - Selbstfürsorge

gelingt uns Fachkräften, wenn wir unsere eigene Seelengesundheit nicht aus dem Blick verlieren. Dabei ist eine offene und ehrliche Auseinandersetzung entscheidend wichtig: Haben wir einen Zugang zu allen menschlichen Emotionen und sind auch Wut, Zorn und Aggression integriert?!

Können wir alle Emotionen im Alltag ausdrücken und so für seelisches Gleichgewicht und seelische Gesundheit sorgen?!

Können wir gut für uns sorgen und die Gefühle wie einen Kompass nutzen, der es uns ermöglicht, frei „Ja“ und auch „Nein“ zu sagen?!

Können wir so gegensteuern gegen Überforderung und Überlastung?!

Können wir im pädagogischen Alltag authentisch und ehrlich sein?!

Sind wir der Leuchtturm, den Kinder in Sachen „Umgang mit Emotionen“ oft so dringend brauchen, um Orientierung und Grenzen erleben zu können?!

Können wir uns gut und können wir es uns selbst gönnen, uns heilsam mit der eigenen Akzeptanz von Gefühlen auseinanderzusetzen?!

Denkanstoß:

Es ist schwer, mit zusammengebissenen Zähnen und dem Gefühl, immer alles schaffen zu müssen, ein Mitgefühl für sich selbst zu entwickeln. Es besteht die Gefahr, dass auch das Mitfühlen mit anderen schwierig wird.

Ein Wert in der Frühen Bildung

Wie ist das System Kita aufgestellt?!

Gibt es eine Vereinbarung, dass das „frei sein im Fühlen“ einen hohen Wert darstellt, der das Recht der Kinder und Fachkräfte auf alle Gefühle umfasst?! Ist ein offener Gefühlsaustausch ein konzeptioneller Baustein?!

Gibt es vielleicht für Kinder und Fachkräfte eine Leitlinie, die die Kita als Ort für Gefühlswelten beschreibt:

„Ich kenne mich gut und kann meine Gefühle, Gedanken annehmen und auch die anderer. Ich kann sie integrieren und mich so dazu verhalten, dass ich die Freiheit der anderen nicht einschränke...“

In einer Kita, in der die Regulation und der Ausdruck von Gefühlen wichtig sind:

- gibt es viel Zeit für freies Spielen.
- wird jedes „Nein“ des Kindes akzeptiert.
- dürfen Kinder wütend sein, schreien und toben und raufen.
- wird jedes Gefühl ernst genommen.
- ist Entschleunigung wichtig, damit Gefühle Raum haben.
- gibt es viele Pausen und Rückzugsmöglichkeiten.
- ist draußen sein jeden Tag im Angebot.
- sind alle Gefühle erwünscht.
- werden Erfolge gesehen und gefeiert.
- gibt es viele Kompromisse...und klare Regeln.

Denkanstoß:

Wir können die Beziehung zu einem Kind vertiefen und Vertrauen aufbauen, wenn wir uns für seine Gefühle mehr interessieren als für sein Verhalten.

Probleme im System

In einer Kita, in der die Bedingungen des Aufwachsens schwierig sind, muss man mit frustriertem und aggressivem Verhalten rechnen. Dort könnte es für Kinder (und Fachkräfte) diese Schwierigkeiten geben:

- Die Räume sind zu klein.
- Die Kinder haben keinen Zugang zu frischer Luft.
- Es ist zu laut.
- Es gibt kaum Rückzugsmöglichkeiten.
- Es gibt zu viele Regeln.
- Es fehlt ausreichend Personal für eine individuelle Begleitung der Kinder.
- Es fehlt an emotionaler Fürsorge.

Denkanstoß:

In einem Team geprägt durch Diversität (Werte, Religion, Kultur) gibt es viele Chancen für jedes Kind und für die Familien, ein Gegenüber zu finden, was sich „in Sachen Gefühlswelten“ gut einfinden kann.

Wir wissen es nicht – fragend und suchend bleiben

Eine systemische Sichtweise bzgl. eines herausfordernden Verhaltens von Kindern scheint mir sehr wichtig:

Der Ursprung eines Verhaltens kann nicht schnell und abschließend verortet werden.

Fachkräfte können nicht wissen, was genau ein Kind veranlasst, sich herausfordernd zu verhalten. Wir können nie sicher sein, dass unsere Annahmen, Eindrücke und Thesen die Wirklichkeit treffen. Wir wissen es nicht! Bedeutsam ist der engagierte Versuch, ein Kind zu verstehen und die nicht erfüllten Bedürfnisse, Ängste und Nöte, die sein Verhalten begründen, zu ermitteln.

Wichtig ist, Prozesse zu verlangsamen, sich die Zeit zu nehmen, Kinder zu beobachten und das Vertrauen zu haben, dass sich Verhalten verändern darf, wenn die Bedingungen sich verändern.

Denn: Jedes Kind ist nur manchmal herausfordernd und viel mehr als seine Schwierigkeit...

Denkanstoß:

Herausforderndes Verhalten ist ein wertvolles Feedback für uns Erwachsene. Es macht uns darauf aufmerksam, dass vielleicht etwas „im System“ nicht passt.

Wer bist du?!

Sich bewusst Zeit nehmen für das Kind mit herausforderndem Verhalten ist notwendig, es gibt viel zu entdecken, nach hilfreichen Wegen zu suchen:

- Welche besonderen Interessen hat das Kind?!
- Was fühlt das Kind?!
- Wen mag es besonders?!
- Wann genau kommen die Schwierigkeiten?!

In diesem Zusammenhang möchte ich Anke Ballmann zitieren (Anke Elisabeth Ballmann (2022): Seelenprügel, S.249):

„Jeder, der mit Kindern zu tun hat, für sie sorgt und mit ihnen arbeitet, sollte ihre Begabungen, Fähigkeiten und ihren Grad an Verletzlichkeit kennen. Erst, wenn man ein Kind in der Tiefe kennt, kann man ihm genau das anbieten, was es im Grunde seiner Seele wirklich braucht.“

Mit allen guten Wünschen für „offene Herzen“ in herausfordernden Situationen

Sonja Kaemper

Literatur

Bilderbuch

Jutta Bauer, Kirsten Boie (2004): Kein Tag für Juli. Beltz und Gelberg

Anke Elisabeth Ballmann (2022): Seelenprügel. Penguin Verlag

Jesper Juul (2012): Aggression – warum sie für uns und unsere Kinder notwendig ist. Fischer

Jesper Juul (2016): Leitwölfe sein – Liebevoller Führung in der Familie. Beltz