



3.
Auflage

Jungmann • Koch • Schulz

Überall stecken Gefühle drin

Alltagsintegrierte Förderung
emotionaler und sozialer Kompetenzen
für 3- bis 6-jährige Kinder



Tanja Jungmann • Katja Koch • Andrea Schulz

Überall stecken Gefühle drin

Alltagsintegrierte Förderung emotionaler und sozialer Kompetenzen für 3- bis 6-jährige Kinder

3., aktualisierte Auflage

Mit 9 Abbildungen und 3 Tabellen

Mit Online-Materialien



Ernst Reinhardt Verlag München

Prof. Dr. *Tanja Jungmann*, Dipl.-Psych., ist Professorin für Sprache und Kommunikation und ihre sonderpädagogische Förderung unter besonderer Berücksichtigung inklusiver Bildungsprozesse an der C. v. O. Universität Oldenburg.

Prof. Dr. *Katja Koch*, Sonderschullehrerin, ist Professorin für frühe Sonderpädagogische Entwicklungsförderung an der Universität Rostock.

Andrea Schulz, Dipl.-Päd. (Rehab.), ist als Pädagogin in Mecklenburg-Vorpommern tätig.

Außerdem sind folgende weitere Bände lieferbar:

Gartmann, Jungmann: Überall steckt Bewegung drin
(1. Aufl. 2021, ISBN: 978-3-497-03020-0)

Jungmann, Morawiak, Meindl: Überall steckt Sprache drin
(2. Aufl. 2018, ISBN: 978-3-497-02756-9)

Koch, Schulz, Jungmann: Überall steckt Mathe drin
(2. Aufl. 2020, ISBN: 978-3-497-02951-8)

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

ISBN 978-3-497-03052-1 (Print)

ISBN 978-3-497-61480-6 (E-Book)

ISBN 978-3-497-61481-3 (EPUB)

3., aktualisierte Auflage

© 2021 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Printed in EU

Cover unter Verwendung eines Fotos von © Robert Kneschke -fotolia.com

Satz: Katharina Ehle, Leipzig

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: www.reinhardt-verlag.de E-Mail: info@reinhardt-verlag.de

Inhalt

Vorwort

1 Soziale und emotionale Kompetenzen

1.1 Meilensteine in der sozial-emotionalen Entwicklung

Eigene Gefühle erkennen und ausdrücken können

Gefühle anderer erkennen und verstehen

Empathie

Gefühle regulieren

Verhalten regulieren

1.2 Ausgewählte Einflussfaktoren

Temperament

Lernen am Modell

Bindung

1.3 Sozial-emotionale Auffälligkeiten

1.4 Sozial-emotionale Entwicklung beobachten und dokumentieren

1.5 Bedeutung für andere Entwicklungsbereiche

2 Alltagsintegrierte Förderung sozial-emotionaler Kompetenzen

2.1 Was ist alltagsintegrierte Förderung?

2.2 Rolle der pädagogischen Fachkraft

2.3 Förderliche Raumgestaltung

3 Ein Tag in der Kita

3.1 Übergreifende Förderaspekte

3.2 Spezifische Alltagssituationen

Begrüßung

Morgenkreis

Tagesplanung

Bilderbücher betrachten

Freispiel

Mahlzeiten

Gemeinsam malen

Beim Sport

Gemeinsam musizieren

4 Spielesammlung

4.1 Gefühle ausdrücken und erkennen

Spiel 1: Alles gelogen!

Spiel 2: Würfel der Gefühle

Spiel 3: In unseren Fingern steckt Gefühl

Spiel 4: Mein rechter, rechter Platz ist leer

Spiel 5: Der Ton macht die Musik

Spiel 6: Wie fühle ich mich, wenn ...?

Spiel 7: Im Spiegel

Spiel 8: Emotionsbilder

Spiel 9: Klanggeschichten

Spiel 10: Pantomime

Spiel 11: Mein Steckbrief

Spiel 12: Kleine Käfer

Spiel 13: „Hast du den wütenden Willi gesehen?“

4.2 Empathie

- Spiel 14: Flaschendreher
- Spiel 15: Schnelle Hilfe
- Spiel 16: Wir finden eine Lösung
- Spiel 17: Armer schwarzer Kater
- Spiel 18: Angsthase und mutiger Löwe
- Spiel 19: Mutter, Vater, Kind
- Spiel 20: Bei der Post
- Spiel 21: Beim Pupp doktor
- Spiel 22: Tierpfleger
- Spiel 23: In der Puppenküche
- Spiel 24: Zirkusvorführung
- Spiel 25: Kaufmannsladen
- Spiel 26: Wir machen Theater

4.3 Gefühle und Verhalten regulieren

- Spiel 27: Ringlein, Ringlein, du musst wandern ...
- Spiel 28: Mikado
- Spiel 29: Eierlauf
- Spiel 30: Zublinzeln
- Spiel 31: Dosenwerfen
- Spiel 32: Blindenhund
- Spiel 33: Kommando Pimperle
- Spiel 34: Mensch ärgere dich nicht
- Spiel 35: Gummitwist
- Spiel 36: Ball über die Schnur - einfache Version
- Spiel 37: Bälle weg
- Spiel 38: Tauziehen
- Spiel 39: Völkerball
- Spiel 40: Wettrollen
- Spiel 41: Feuer, Wasser, Sturm
- Spiel 42: Plumpsack
- Spiel 43: Steh Bock, Lauf Bock
- Spiel 44: Obstsalat
- Spiel 45: Klopse in den Topf

Spiel 46: Mal anders gesehen
Spiel 47: Drachenschwanzjagd
Spiel 48: Fliegender Teppich
Spiel 49: Zauberstab
Spiel 50: Kissenschlacht
Spiel 51: Schwertkampf
Spiel 52: Sommerregen
Spiel 53: Gruppenknäuel
Spiel 54: Seiltanz
Spiel 55: Kreis der Namen
Spiel 56: Im Dunkeln tappen
Spiel 57: Wanderwurm
Spiel 58: Brennball
Spiel 59: Ochs am Berg
Spiel 60: Gruppenfädeln

Literatur

Bildnachweis

Passwort für das Online-Material

Online-Material

Bildkarten, Arbeitsblätter oder Spielpläne zu vielen der Spiele können Leserinnen und Leser dieses Praxisbuchs auf der Homepage des Ernst Reinhardt Verlags unter <http://www.reinhardt-verlag.de> herunterladen. Das Zusatz-Material ist passwortgeschützt, das Passwort zum Öffnen der Dateien finden Sie am Ende des Buches.

Vorwort

Eine der wichtigsten Entwicklungsaufgaben für Kinder besteht darin, Kompetenzen zu erwerben, die sie befähigen, in sozialen Bezügen selbstständig und handlungsfähig zu werden, mit ihren eigenen Gefühlen und den Gefühlen anderer angemessen umzugehen und mit anderen zu kooperieren. Aufgrund ihrer großen Bedeutung für die Entwicklung der kindlichen Persönlichkeit und den späteren Bildungserfolg ist die Förderung dieser Kompetenzen für alle Kinder wichtig. In der gegenwärtigen Debatte um frühkindliche Bildung werden sie zwar als eigenständiger Entwicklungsbereich wahrgenommen, aber eine differenziertere Vorstellung zur Sozial- und Emotionsentwicklung in jungen Jahren fehlt in den verschiedenen Bildungsplänen der Bundesländer ebenso wie eine hinreichende Begründung der Bedeutung sozial-emotionaler Kompetenzen für andere Entwicklungs- und Bildungsbereiche.

Auch im bundesländerübergreifenden BildungsRahmenPlan für elementare Bildungseinrichtungen in Österreich ([BMBF 2009](#)) und im Orientierungsrahmen für die frühkindliche Bildung, Betreuung und Erziehung in der Schweiz ([Wustmann Seiler / Simoni 2012](#)) sind Ausführungen zum Bildungsbereich Emotionen und soziale Beziehungen zu finden, allerdings ebenfalls, ohne auf die Entwicklungsmeilensteine im Altersbereich von drei bis sechs Jahren differenzierter einzugehen.

Dabei ist das tägliche Miteinander in Kindertageseinrichtungen geprägt von einer Vielzahl sozialer Situationen, und genauso vielfältig sind die Emotionen, die Kinder in diesen Situationen erleben. Entsprechend bieten sich zahlreiche Möglichkeiten, sozial-emotionale Fähigkeiten im Umgang mit Gleichaltrigen sowie mit Erwachsenen auszubilden und Problemen präventiv entgegenzuwirken.

Das vorliegende Buch widmet sich deshalb der alltagsintegrierten Förderung sozial-emotionaler Fähigkeiten. Hier geht es um viele Fragen, die bisher in der Praxis offenbleiben: Wie lernen Kinder, ihre eigenen Gefühle auszudrücken und zu regulieren? Wie lassen sich Konflikte sozial verträglich lösen? Wie gelingt es Kindern, die Gefühle anderer zu erkennen, sich in sie einzufühlen und auf sie Rücksicht zu nehmen? Wie lernen Kinder die Einhaltung sozialer Regeln? Und welche Unterstützung brauchen sie dabei?

Solche Fragen sind uns im Rahmen der Fortbildungen und Coachings unseres KOMPASS-Projektes – einem wissenschaftlich begleiteten Professionalisierungsangebot für pädagogische Fachkräfte, das vom Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur, Mecklenburg-Vorpommern gefördert wurde – sehr häufig begegnet. Mit diesem Buch soll ein Beitrag zu deren Beantwortung geleistet werden. Vor allem aber werden Möglichkeiten aufgezeigt, auf spielerische Art und Weise sozial-emotionale Kompetenzen zu fördern bzw. Auffälligkeiten präventiv entgegenzuwirken. Die Spiele werden differenziert nach den jeweiligen Kompetenzen dargestellt, für die sie förderlich sind, und ausführlich erläutert. Sie sind außerdem danach geordnet, auf welcher Stufe der Entwicklung sich die Kinder gerade befinden. Um die Anregungen und Spiele, die Sie in diesem Buch finden, umzusetzen, benötigen Sie weder teure Zusatzmaterialien,

noch müssen Sie besondere Situationen schaffen, denn:
Überall stecken Gefühle drin!

Abschließend möchten wir all jenen danken, die uns tatkräftig unterstützt haben: Allen voran sind das die pädagogischen Fachkräfte, Kinder und Eltern, die am Projekt KOMPASS mitgewirkt haben. Angestoßen durch deren zahlreiche Fragen und Anregungen aus der Praxis konnte dieses Buch erst entstehen.

Anke Schmidt danken wir für ihre Ideen bei der Konzeption des Buches. Wolfgang Theiler und Christina Lucht danken wir für die Kreativität, Unterstützung und Mitarbeit bei der Erstellung der Fotos sowie der reichhaltigen Bild- und Spielmaterialien, die dieses Buch anschaulicher machen und bei der Umsetzung des fachlichen Wissens in die Praxis helfen. Renate Bauerfeld danken wir für die kritische Durchsicht des Manuskripts, Xenia Dienemann für wertvolle Anregungen. Unser Dank geht weiterhin an Fenja Lampe für die kritische Durchsicht der nunmehr 3. Auflage von „Überall stecken Gefühle drin“ und die Bereicherung des vorliegenden Bandes um fünf neue Spiele.

Weiterhin möchten wir Eva Maria Reiling und Sarah Schröppel vom Ernst Reinhardt Verlag für ihre stets kompetente Betreuung des Buchprojektes sowie Susanne Sigmund für die Lektorierung der 1. Auflage dieses Buches danken.

Oldenburg und Rostock, im Dezember 2020
Tanja Jungmann, Katja Koch, Andrea Schulz

1 Soziale und emotionale Kompetenzen

In diesem Kapitel wird erläutert, was unter sozialen und emotionalen Kompetenzen zu verstehen ist und welche Komponenten dazugehören. Weiterhin werden Entwicklungsmeilensteine sowie wichtige Einflussfaktoren auf die Entwicklung beschrieben. Im Anschluss werden ausgewählte problematische Verhaltensweisen, die im Altersbereich von drei bis sechs Jahren besonders häufig auftreten, dargestellt. Wann ist es wichtig, genauer hinzuschauen und gezielter zu fördern, damit aus Auffälligkeiten keine gravierenden Probleme werden? Dazu werden Möglichkeiten der Beobachtung und Dokumentation sozial-emotionalen Verhaltens als Grundlage alltagsintegrierter Förderung in der Kindertageseinrichtung aufgezeigt. Abschließend wird auf die Bedeutung der sozial-emotionalen Kompetenzen für andere Entwicklungsbereiche eingegangen.

1.1 Meilensteine in der sozial-emotionalen Entwicklung

Menschen sind soziale Wesen. Sie können sich und ihre Identität nur im Kontakt mit sowie in Abgrenzung von anderen entwickeln und sich ihrer Interessen und Bedürfnisse bewusst werden, indem sie mit anderen kommunizieren und in Gruppen agieren. Gleichzeitig konfrontiert sie dieses Zusammenleben mit Bedürfnissen und Wünschen anderer, die sie in ihrem eigenen Verhalten berücksichtigen müssen. Um diese Balance zu schaffen und mit anderen kooperieren zu können, benötigen Kinder emotionale und soziale Kompetenzen.

Jede soziale Interaktion ist von Emotionen geprägt. Dabei handelt es sich um kurzlebige Gefühlszustände, die als Reaktion auf Ereignisse

oder Situationen, die in der Umwelt wahrgenommen werden, entstehen. Soziale Kompetenzen entwickeln sich auf der Basis von emotionalen Kompetenzen und sind im Vorschulalter eng mit diesen verknüpft (Pfeffer 2014).



Definition

Emotionale Kompetenzen beschreiben die Fähigkeit, mit eigenen und fremden Gefühlen angemessen umzugehen (Scheithauer et al. 2016, 145).

emotionale-Kompetenzen

Sie haben vor allem in ihrer Funktion für soziale Interaktionen eine große Bedeutung. In diesem Zusammenhang werden die folgenden Komponenten beschrieben:

- eigene Gefühle erkennen und ausdrücken können,
- Gefühle anderer erkennen und verstehen können,
- die Perspektive anderer übernehmen und sich in sie einfühlen können (Empathie),
- eigene Gefühle regulieren und angemessen mit belastenden Emotionen und Problemsituationen umgehen können (Petermann / Petermann 2009).



Die emotionalen Kompetenzen sind sowohl auf die eigene Person als auch auf andere bezogen.



Definition

Soziale Kompetenz bezeichnet die Gesamtheit der persönlichen Fähigkeiten, die dazu beitragen, dass jemand seine eigenen Interessen und Bedürfnisse mit den Interessen und Bedürfnissen anderer vereinbaren kann (Perren et al. 2016).

soziale-Kompetenzen

Dafür müssen nach Asendorpf (2017) grundsätzlich zwei Voraussetzungen erfüllt sein:

- Konfliktfähigkeit, d. h. Konflikte, die sich beim Durchsetzen der eigenen Interessen ergeben, müssen ausgehalten werden,
- Kooperationsbereitschaft, um die Interessen der anderen mit den eigenen erfolgreich zu verknüpfen.



Soziale Kompetenz bedeutet, dass Verhaltensweisen je nach Situation so gesteuert werden, dass die eigenen Bedürfnisse durchgesetzt werden (Konfliktverhalten) oder aber auch die

Bedürfnisse anderer berücksichtigt werden
(Kooperationsverhalten).

Neben der Regulation von Emotionen ist es dazu besonders wichtig, sein Verhalten regulieren zu können, d. h. angemessen mit Problemsituationen umzugehen.

Aufgrund der engen Verschränkung der Entwicklung sozialer und emotionaler Komponenten wird in der Literatur zumeist von sozial-emotionalen Kompetenzen und sozial-emotionaler Entwicklung gesprochen. Im Folgenden wird auf die zentralen Entwicklungsmeilensteine in den genannten Komponenten sowie ausgewählte Einflussfaktoren eingegangen.

Eigene Gefühle erkennen und ausdrücken können

Für die Betrachtung der Entwicklung des Gefühlsausdrucks ist es hilfreich, zwischen primären und sekundären Emotionen zu unterscheiden.

Zu den primären Emotionen (Basisemotionen) gehören Freude, Ärger, Traurigkeit, Angst, Überraschung und Interesse. Kinder sind bereits in den ersten Lebensmonaten in der Lage, diese auszudrücken.

**primäre und-
sekundäre-
Emotionen**

Ab dem Ende des zweiten Lebensjahres entwickeln sich in der Interaktion mit Bezugspersonen selbstbezogene und soziale Emotionen wie Stolz, Scham, Mitleid, Schuld, Neid und Verlegenheit (sekundäre Gefühle, Petermann / Wiedebusch 2016). Eine kognitive Voraussetzung für das Empfinden sekundärer Gefühle ist die Erkenntnis der eigenen Identität. Damit wird sich das Kind zunehmend dessen bewusst, dass es sich von anderen unterscheidet (Selbst-Andere-Konzept). Es ist in der Lage, sich selbst im Spiegel zu erkennen, sein Verständnis von „Mein“ und „Dein“ wächst, die Trotz- und Autonomiephase beginnt, aber auch Verhalten, das positive Konsequenzen für andere Menschen hat und zu deren Wohlbefinden beiträgt (prosoziales Verhalten), tritt erstmals in der zweiten Hälfte des zweiten Lebensjahres auf.

Weiterhin ist das Empfinden sekundärer Emotionen an die Kenntnis sozial anerkannter Verhaltensregeln gebunden. D. h., Kinder müssen sich und das eigene Verhalten zu diesen Regeln in Beziehung setzen (reflektieren) können und sich selbst die Verantwortung für das erfolgreiche oder fehlende Einhalten dieser Regeln zuschreiben.

Da das Erziehungsverhalten und die Kultur einen wesentlichen Einfluss auf die sekundären Gefühle haben, ist deren Ausdruck kultur- und sozialisationsabhängig.



Wenn das Kind während seiner Sozialisation für eine bestimmte Leistung gelobt wird (z. B. anderen etwas abgeben), lernt es, auf diese Leistung stolz zu sein.

Gefühle erkennen und ausdrücken

Gefühle können mimisch, gestisch und sprachlich ausgedrückt werden. Mit etwa drei Jahren beginnen Kinder, zwischen dem eigenen Erleben und dem äußerlich sichtbaren Ausdruck von Emotionen zu unterscheiden. Sie erwerben verschiedene Strategien, um ihren Gefühlsausdruck abzuschwächen, zu verstärken oder durch einen anderen zu ersetzen. Damit sind Kinder zunehmend in der Lage, ihre Emotionen in sozialen Interaktionen gezielt einzusetzen.



Beispiel

Marie und ihre ältere Schwester Laura spielen am Strand. Marie tut sich weh und verzieht das Gesicht. Laura beachtet den Schmerz ihrer kleinen Schwester zunächst nur wenig, woraufhin Marie viel lauter schreit, als es dem Schmerz, den sie empfindet, angemessen wäre. Damit erreicht sie aber die Aufmerksamkeit von Laura, die sich ihr nun tröstend zuwendet.



Abb. 1: Basisemotion Freude beim Kleinkind



Abb. 2: Überzeichneter Gefühlsausdruck in sozialen Interaktionen

Ab etwa vier Jahren sind Kinder in der Lage, sich differenzierter über die Ursachen und Folgen von primären und sekundären Gefühlen auszutauschen.

Im Alter von sechs Jahren können sie schließlich auch komplexe Gefühle wie Eifersucht und Empörung sprachlich zum Ausdruck bringen.

[Tabelle 1](#) fasst die verschiedenen Gefühle zusammen, die Kinder im Alter von zwei, vier und sechs Jahren zu zeigen vermögen.

Tab. 1: Gefühle im Alter von zwei, vier und sechs Jahren (Petermann / Wiedebusch 2016).

< 2 Jahre (Basisgefühle)	4 Jahre (sekundäre Gefühle)	6 Jahre (komplexe Gefühle)
Freude, Wut, Traurigkeit, Angst, Überraschung, Interesse	Stolz, Scham, Schuld, Neid, Verlegenheit, Empathie	Eifersucht, Nervosität, Mitleid, Empörung

Gefühle anderer erkennen und verstehen

Verständnis von