

Ich habe den Mut, nicht perfekt zu sein!

Stärkung des
Selbstwertgefühls
und Erziehung zu
Verantwortungs-
bewusstsein und
Selbstdisziplin



Foto: Elvira Schäfer/Fotolia

Eine der wichtigsten Aufgaben von Erzieherinnen besteht darin, Kinder so zu erziehen, dass sie ein starkes Selbstwertgefühl aufbauen, damit sie sich auf dieser Basis zu selbstbewussten, lernfreudigen, kooperativen, verantwortungsbewussten und selbstdisziplinierten jungen Menschen entwickeln. Im Folgenden wird beschrieben, wie Erzieherinnen lernen können, ein Vorbild zu sein, indem sie das eigene Selbstwertgefühl stärken, mit den Kindern respektvoll umgehen und ihnen Wege zeigen, wie sie miteinander kooperieren können. Indem Erzieherinnen Disziplin sinnvoll ausüben, geben sie den Kindern Orientierung und Sicherheit – sie bringen ihnen Selbstdisziplin und Verantwortungsbewusstsein bei.

Trudi Kühn, Roxana Petcov

Stellen Sie sich die folgende Situation vor: Es ist Montagmorgen. Die meisten Kinder sind schon da, Ihre Kollegin hat sich krank gemeldet. Gut, dass Antje, die Praktikantin, nachher kommt. Es regnet in Strömen, so dass heute alle Aktivitäten drinnen stattfinden müssen. Anna-Lena fragt, wie lange es noch dauert, bis ihre Mutter sie abholt, Marco und Halil streiten sich schon wieder, die Windel von Julie riecht verdächtig und Sven zieht an Ihrem Rockzipfel und schreit, „Ich muss mal!“.

Ihr erster Gedanke ist dann vielleicht: „Wie soll ich das alles nur wieder schaffen? Was ist, wenn ich das nicht in den Griff bekomme und Fehler mache?“

Das eigene Selbstwertgefühl durch Selbstermutigung stärken

Wenn Erzieherinnen an ihre täglichen Herausforderungen denken, dann kann es passieren, dass sie sich selbst überfordert und entmutigt fühlen. Es hilft, tief durchzuatmen, um sich zu entspannen und sich zu sagen, „Ich bin fähig und effektiv bei meiner Arbeit, ich habe auch Sinn für Humor. Ich werde es schaffen, mit diesen Herausforderungen umzugehen!“ Je mehr sie die Verantwortung für ihre Wertvorstellungen, Gefühle und ihr Selbstwertgefühl übernehmen, desto effektiver werden Erzieherinnen ihre Energie einsetzen, bei ihrer anspruchsvollen Arbeit Erfolgserlebnisse wahrnehmen und Zufriedenheit mit sich erreichen.

Es hilft auch, sich ins Gedächtnis zu rufen, dass wir nicht fehlerfrei arbeiten und pausenlos Vorbild in allen Lebenslagen sein können. Auch wir sind Menschen. So oft wir können, zeigen wir eine grundsätzlich respektvolle Haltung, ermutigen die Kinder und haben den Mut, nicht perfekt zu sein. Indem wir diesen Mut entwickeln, akzeptieren wir uns selbst und auch andere so, wie wir bzw. die anderen sind. Es hilft, keine Angst vor Fehlern zu haben, sondern sich auf die Gegenwart zu konzentrieren, anstatt sich mit der Vergangenheit oder der Zukunft zu beschäftigen.

„Selbstwertgefühl versetzt Kinder in die Lage, Erfolge zu erzielen und mit Misserfolgen umzugehen.“

Es gibt eine Vielzahl von Möglichkeiten, Selbstwertgefühl und Selbstrespekt aufzubauen und zu bewahren. Es ist hilfreich, daran zu arbeiten,

- eigene Interessen und Ziele zu entwickeln,
- eigene Bemühungen zu beachten, anstatt nur auf Ergebnisse fixiert zu sein,
- sich selbst und anderen gegenüber positiv eingestellt zu sein,
- Situationen mit Humor zu betrachten, um sie zu relativieren,
- zu erkennen, dass wir Fehler machen, aber die Kinder dennoch lernen und sich entwickeln,
- sich daran zu erinnern, dass wir so, wie wir sind, als Mensch wertvoll sind.

Das Selbstwertgefühl durch Ermutigung der Kinder stärken

Kinder, die sehen, dass sich eine Erzieherin den Herausforderungen des Lebens mutig stellt, sind besser vorbereitet, den Mut zu entwickeln, dasselbe zu tun. Gegenseitigen Respekt zu lernen ist der erste Schritt, Selbstwertgefühl zu entwickeln. Gegenseitiger Respekt bedeutet, daran zu glauben und sich so zu verhalten, als seien Erwachsene und Kinder vorbehaltlos wertvoll. Wir begegnen Kindern mit Respekt und wir erwarten von ihnen, uns und anderen mit Respekt zu bege-

nen. Von kleinen Kindern können wir nicht erwarten, sich so respektvoll zu verhalten, wie Erwachsene das können. Aber kleine Kinder können gegenseitigen Respekt lernen, wenn sie mit Respekt behandelt werden.

Durch Ermutigung erkennen wir Bemühungen und Verbesserungen an, anstatt Perfektion zu erwarten oder unangemessen zu fordern. Ermutigung hilft, Selbstmotivation zu entwickeln.

Ressourcen erkennen und fördern

Als Erzieherinnen wollen wir Kinder zum lebenslangen Lernen ermutigen, ohne sie dabei unter Druck zu setzen. Wir unterstützen sie, ihren individuellen Interessen nachzugehen und ermöglichen ihnen, ihr Potenzial zu nutzen und ihre Fähigkeiten zu entfalten. Zum Lernen zu ermutigen bedeutet auch, herauszufinden, was ein Kind leisten kann. Wir setzen angemessene Ziele, die das Kind erreichen kann, beachten seine Bemühungen und erkennen seine Fortschritte ebenso an wie seine Erfolge.

Die uns anvertrauten Kinder werden im Leben besser zurechtkommen, wenn unser Interesse bereits im frühen Alter der Kinder mehr darauf gerichtet ist, wie sie lernen zu lernen, als darauf, wie leistungstark sie sind. Wir konzentrieren uns deshalb stärker auf ihre Bemühungen als auf ihre Ergebnisse: „Diesen Schuh hast du schon fast an. Mach weiter – deine Ferse passt hinein.“

Folgendermaßen können wir Kinder ermutigen, ohne zu loben oder Druck auszuüben:

1. *Wir schaffen eine der Entwicklungsstufe angemessene Umgebung, die Mut macht zu lernen: „Auf Pfannen und Töpfe zu schlagen macht Lärm. Was passiert, wenn wir auf den Teppich schlagen?“*

Als Erzieherin unterstützen wir die Kinder dabei, ihre Fähigkeiten zu entfalten.



2. Wir unterstützen die Kinder, ihren jeweiligen Interessen zu folgen: „Du zerknüllst gerne Papier. Versuche es mal mit diesen ganz weichen Tüchern.“

3. Wir nehmen Abstand von Vergleichen und reduzieren den Wettstreit: „Es hat mir Spaß gemacht, neben dir zu sitzen und die Geschichte vorzulesen. Du hast interessiert zugehört.“

4. Wir stellen offene Fragen: „Was hast du heute gemacht, das dir besonders gefallen hat?“

„Wir konzentrieren uns stärker auf ihre Bemühungen.“

5. Wir beachten alle kleinen Bemühungen: „Du hast den Reißverschluss schon fast zu. Zieh weiter, dann geht er ganz zu.“

6. Wir sorgen dafür, dass Lernen Spaß macht: Die Erzieherin bringt den Kindern das Spiel „Ringel, Ringel, Rose“ bei. Als sie zu der Stelle „... alle Kinder setzen sich!“ kommt, setzt die Erzieherin sich lachend auf den Boden. Die Kleinkinder imitieren sie, indem sie sich alle durcheinander fallen lassen.

7. Wir helfen Kindern, in herausfordernden Situationen Lösungswege zu sehen: „Es sieht so aus, als hätten wir eine ganz Menge Spielsachen aufzuheben. Womit könntest du anfangen?“

8. Wir helfen Kindern, den Mut zu haben, nicht perfekt zu sein und etwas auszuprobieren.

Ermutigung findet nicht immer verbal statt. Eine akzeptierende Haltung, die Bereitschaft, Kinder etwas selbst ausprobieren zu lassen und Fehler zu akzeptieren, sind ermutigend für Kinder.

Förderung der Kooperationsbereitschaft und sinnvolle Disziplin

Als Teil einer Gruppe müssen Kinder wissen, wie sie miteinander interagieren, kooperieren und Konflikte lösen können. Die dafür notwendigen Fertigkeiten (kooperative Haltung und Teamfähigkeit) zu lernen, ist eine der wichtigsten Aufgaben in der frühen Kindheit. Kooperationsbereitschaft ist abhängig von der Entwicklungsphase eines Kindes. Sie wächst Schritt für Schritt. Die Entwicklung hin zur Selbstständigkeit kann mit der Fähigkeit und der Bereit-

schaft des Kindes zu kooperieren, in Konflikt geraten. Es gehört zu den Aufgaben von Erziehenden, Kindern zu helfen, selbstständig zu werden und zu lernen, mit anderen zu kooperieren.

Jede Interaktion ist eine Gelegenheit, Respekt zu zeigen und Kooperationsbereitschaft aufzubauen.

Welche Erziehungsmethoden helfen Kindern in unterschiedlichen Entwicklungsphasen, kooperatives Verhalten zu entwickeln?

Babys

Jede neue Umgebung ist für sie neues Forschungsgebiet, das sie mit allen Sinnen, Sehen, Hören, Riechen, Anfasen, Schmecken, erkunden. Weil sie Babys sind und sich als Zentrum des Universums sehen, sind sie Forscher ohne Regeln und ohne gesunden Menschenverstand. Babys Grenzen zu setzen ist deshalb die liebevollste und effektivste Art, Disziplin auszuüben. Jede Interaktion ist eine Gelegenheit, gegenseitigen Respekt zu zeigen und Kooperationsbereitschaft aufzubauen.

Beispiel:

Die acht Monate alte Jana hat sich vollgekleckert. Die Erzieherin, die sie sauber macht, sagt zu ihr: „Wir machen dich gleich wieder sauber. Du kannst mir dabei helfen.“ Sie nimmt Janas Hand, legt sie auf den Lappen und wischt so mit ihr zusammen das verschmutzte Hemdchen ab.



Foto: asiseeit/istockphoto

Kleinkinder

Sie fangen an, Ursache und Wirkung ihrer Handlungen wahrzunehmen: „Wenn ich schreie, dann zuckst du zusammen. Wenn ich weine, nimmst du mich in den Arm.“ Kleinkinder beginnen, die Konsequenzen ihres Verhaltens vorhersehen zu können. Sie lernen, ihr Verhalten zu verändern, um die Konsequenzen zu ändern.

Kindergartenkinder

Sie können die Konsequenzen ihres Verhaltens besser vorhersehen als Kleinkinder und ein gewisses Maß an Selbstkontrolle zeigen. Sie verfügen zu einem gewissen Grad über die Fähigkeit, ihr Verhalten zu ändern, um unerwünschte Konsequenzen zu vermeiden.

Beispiel:

Miriam (4) und Mona (4) streiten sich, weil sie beide die gleiche Puppe waschen möchten. Die Erzieherin meint dazu: „Die Puppe zu waschen macht Spaß. Könnt ihr euch vorstellen, wie ihr das Baby gemeinsam baden könnt?“ Miriam sagt: „Ich möchte sie baden.“ Mona entgegnet: „Ich möchte ihr die Haare waschen.“ Miriam daraufhin: „Ja, ich bade sie und du wäschst ihr die Haare. Dann trocknen wir sie zusammen ab.“

Selbstdisziplin entwickeln

Sinnvolle, berechenbare Disziplin auszuüben bedeutet, Anleitung, Orientierung und Halt zu geben. Es handelt sich um einen Erziehungs- und Lernprozess mit dem Ziel, Kindern zu helfen, Selbstdisziplin zu entwickeln. Durch sinnvolle Disziplin leiten wir Kinder an und bringen ihnen bei, wie sie mit anderen kooperieren – und wie sie ihr eigenes Verhalten steuern können. Sie lernen, für das eigene Verhalten verantwortlich zu sein. Kinder reagieren positiv auf unsere respektvolle Haltung und unsere Erwartung, dass sie kooperieren.

Schon kleine Kinder können wir durch Wahlmöglichkeiten und (natürliche und logische) Konsequenzen mit einbeziehen. Indem wir ihnen Wahlmöglichkeiten geben, helfen wir ihnen, Selbstständigkeit und Kooperationsbereitschaft zu entwickeln. Dadurch respektieren



Wir helfen Kindern, selbstständig zu werden.

wir ihren Wunsch nach Kontrolle in bestimmten Bereichen und behalten gleichzeitig die Kontrolle über die Situation. Wichtig ist es, die Wahlmöglichkeiten so zu stellen, dass wir in jedem Fall die Entscheidung des Kindes respektieren können. Durch unsere Stimmlage, Gestik und Mimik bringen wir dabei unsere freundliche und bestimmte Haltung zum Ausdruck.

Beispiele:

- *Es ist kalt draußen. Die fünfjährige Lena weigert sich Handschuhe anzuziehen. Draußen bekommt sie kalte Hände und muss sie in die Jacke stecken. Sie kann am Ballspiel der anderen Kinder nicht teilnehmen. (Natürliche Konsequenz)*
- *Die zweieinhalbjährige Mira trödelt auf dem Weg in den Schlafraum. Ihre Erzieherin sagt: „Mira, es ist Zeit ins Bett zu gehen. Möchtest du alleine in den Schlafraum laufen oder soll ich dich tragen? Du entscheidest.“ (Logische Konsequenz)*

Kindergartenkindern können wir einfache Regeln geben und auf die Konsequenzen hinweisen, falls sie eine Regel brechen.

Beispiel:

„Du kannst gerne im Sandkasten spielen. Wenn du aber andere mit Sand bewirfst, musst du raus aus dem Sandkasten.“ Wenn das Kind wieder mit Sand wirft: „Ich sehe, du hast dich entschieden, woanders (nicht mehr im Sandkasten) zu spielen. Möchtest du auf die Schaukel oder zur Wasserpumpe?“

Es gibt zahlreiche Strategien, die sich immer wieder als hilfreich erweisen, um Disziplin sinnvoll auszuüben. Sicherlich sind bei der Wahl der Strategie die Entwicklungsstufe des Kindes und Faktoren im Leben des Kindes zu berücksichtigen, die sein Verhalten beeinflussen könnten. Realistische Erwartungen und Ermutigung helfen kleinen Kindern, Kooperationsbereitschaft, Verantwortungsbewusstsein und Selbstdisziplin zu entwickeln.

Trudi Kühn hat nach ihrer pädagogisch-philologischen Hochschulausbildung an einem Gymnasium in Hamburg unterrichtet und als Trainerin für Verhandlungsführung gearbeitet.

Roxana Petcov ist Sprachwissenschaftlerin und hat im Qualitätsmanagement gearbeitet. Sie ließ sich in den USA von Herrn Dr. Dinkmeyer Jr. zur STEP-Trainerin ausbilden.

Beide Autorinnen sind Herausgeberinnen des STEP-Programms und leben in Düsseldorf.

Auch in der STEP-Weiterbildung lernen Erzieherinnen, Vorbild zu sein, indem sie das eigene Selbstwertgefühl stärken und mit den Kindern respektvoll umgehen. Auf diese Weise entwickeln sie Kooperationsbereitschaft und Selbstdisziplin der Kinder. Erzieherinnen, die STEP kennenlernen möchten, können an einer Weiterbildung teilnehmen. Weitere Informationen und Termine finden Sie unter: www.instep-online.de und www.cornelsen.de

Das Buch zum Thema

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