



# Feinfühligkeit von Eltern und Bezugspersonen in Krippe und Tagespflege

**Beziehungen mit Kindern  
im Kleinkindalter gestalten**

Feinfühligkeit von  
Eltern und Bezugspersonen  
in Krippe und Tagespflege

**Beziehungen mit Kindern  
im Kleinkindalter gestalten**

## LIEBE ELTERN, LIEBE PÄDAGOGISCHE BEZUGSPERSONEN,

---



**Detlef Arzt**  
Interimsvorstand  
BKK Landesverband Bayern



**Prof. Dr. Fabienne Becker-Stoll**  
Direktorin des Staatsinstitutes  
für Frühpädagogik und  
Medienkompetenz

Eine vertrauensvolle Beziehung zum Kind ist die wichtigste Voraussetzung, um Kinder in einer gesunden Entwicklung zu unterstützen. Ergebnissen der Bindungsforschung zufolge ist ein feinfühligere Umgang mit den kindlichen Bedürfnissen der beste Weg, eine vertrauensvolle Beziehung zum Kind aufzubauen und aufrechtzuerhalten.

Seit 2016 unterstützen deshalb die Betriebskrankenkassen (BKK) in Bayern in Kooperation mit dem Bayerischen Staatsinstitut für Frühpädagogik und Medienkompetenz (IFP) die Prävention und Förderung der psychischen Gesundheit von Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter. Durch die Aktion „Feinfühligkeit von Eltern und ErzieherInnen“ und „Feinfühligkeit von Eltern und PädagogInnen in Schulen und Horten“, welche mit großem Erfolg in ganz Bayern angeboten wird, konnten in

den vergangenen Jahren Hunderte von Kindertageseinrichtungen und Grundschulen und mehrere Tausend Fachkräfte, Lehrkräfte und Eltern erreicht werden.

Ein besonderes Augenmerk legen die BKK nun auch auf die psychische Gesundheit von Kindern im Kleinkindalter. Die Forschung belegt eindeutig, dass psychisch starke Menschen weniger anfällig für viele chronische Krankheiten sind. Den BKK ist es daher besonders wichtig, die psychische Gesundheit bereits ab dem frühen Kindesalter zu stärken.

In Zeiten, in denen frühe und ganztägige, institutionelle Bildung und Betreuung zunimmt, gewinnen professionelle Bezugspersonen an Bedeutung für Kinder, die einen erheblichen Anteil ihrer Lebenszeit in Bildungseinrichtungen verbringen. Betreuungspersonen tragen Verantwort-

tung für das Wohlergehen und die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen.

Internationale Studien belegen zudem seit Langem, dass kontinuierliche, haltgebende, anerkennende und unterstützende Beziehungen auch zu außerfamiliären Bezugspersonen Kindern helfen, sich gut zu entwickeln, insbesondere Kindern in belasteten Lebenslagen.

Mit dieser Broschüre wollen wir Eltern, Tageseltern und pädagogische Fachkräfte dabei unterstützen, die Signale von Kindern im zweiten und dritten Lebensjahr wahrzunehmen, sie richtig zu deuten und angemessen darauf zu reagieren.

Wir freuen uns, wenn unsere Broschüre Sie in dieser spannenden und oft fordernden Entwicklungsphase hilfreich begleitet. Die ersten Lebensjahre sind voll von

elementaren Entwicklungsschritten und jedes Kind entwickelt sich immer mehr zu einer einzigartigen Persönlichkeit. Denn diese wichtige Zeit bildet das Fundament für das ganze Leben eines jeden Kindes.

Dr. Julia Berkic, Dr. Daniela Mayer und Fabienne Hartig vom Staatsinstitut für Frühpädagogik und Medienkompetenz haben diese Broschüre erstellt. Ihnen gilt unser besonderer Dank.

## HINWEISE ZUM PROJEKT

---

Als präventiven Ansatz hat das Staatsinstitut für Frühpädagogik und Medienkompetenz (IFP) in Kooperation mit dem Landesverband der Betriebskrankenkassen (BKK) in Bayern ein Projekt für Eltern und pädagogische Bezugspersonen von Kleinkindern entwickelt.

Das Projekt zur Förderung der Feinfühligkeit in der Interaktion mit Kindern im zweiten und dritten Lebensjahr umfasst

- diese **Informationsbroschüre** für Eltern und Bezugspersonen
- einen **ganztägigen Workshop für Kita-Teams und Tagespflegepersonen**
- einen ca. ein- bis zweistündigen **Elternabend**.

Im Mittelpunkt stehen in allen Bausteinen des Projekts die Themen Bindungsaufbau und Feinfühligkeit, die Erwachsenen-Kind-Beziehung, Emotionsregulation sowie die Förderung von sozial-emotionalen Kompetenzen im Kleinkindalter. Die Angebote sind **kostenlos**.

Der feinfühligkeitsorientierte Umgang mit den Bedürfnissen von Kindern im Kleinkindalter wird praxisnah anhand von konkreten Beispielen in typischen Alltagssituationen dargestellt. Das vermittelte Wissen über Bindung und das Konzept der Feinfühligkeit sollen dazu dienen, dass Eltern und pädagogische Bezugspersonen das Kind in seinem Verhalten besser verstehen, sich im Umgang mit dem Kind sicherer fühlen und so mehr

Freude und Zufriedenheit mit dem Kind erleben.

### Wo können Sie sich anmelden?

Um die Broschüre zu bestellen und/ oder einen individuellen Termin für einen Workshop und/oder Elternabend zu vereinbaren, schreiben Sie bitte eine E-Mail mit Angabe Ihrer Lieferadresse bzw. Ihres Wunschtermins an:

**kleinkindalter@ifp.bayern.de**

### Weitere Informationen

Nähere Informationen finden Sie im Internet unter:



Alle Formate (Broschüre, Workshop, Elternabend) gibt es übrigens auch für das Kindergarten- oder das Grundschulalter. Nähere Informationen dazu erfragen Sie gerne unter:

**kindergartenalter@ifp.bayern.de**

**grundschulalter@ifp.bayern.de**



## INHALT

---

1. Entwicklungsaufgaben im Kleinkindalter	8
2. Wie sich Bindungsbeziehungen im Kleinkindalter verändern	10
3. Grundbedürfnisse erkennen: Der Kreis der Sicherheit	13
4. Feinfühligkeit – der Individualität des Kindes gerecht werden	15
5. Kleinkinder brauchen Hilfe bei der Regulation ihrer Gefühle	19
6. Feinfühlig Grenzen setzen	24
7. Außerfamiliäre Betreuung: Wo, ab wann und wie lange – was brauchen Kinder unter 3 Jahren?	28
8. Eingewöhnung als Grundlage für außerfamiliäre Betreuung	30
9. Feinfühliges Verhalten kann man lernen	32
10. Fürsorge ist Selbstfürsorge	35
11. Wertvolle Adressen und Infos	37
12. Literatur	38

# ENTWICKLUNGSAUFGABEN IM KLEINKINDALTER

## 1

Im ersten Lebensjahr eines Kindes stehen der Aufbau von Bindungsbeziehungen und die Erfüllung des Grundbedürfnisses nach Bindung im Vordergrund. Im zweiten und dritten Lebensjahr bekommen dann die Bedürfnisse nach Autonomie und Kompetenzerleben eine große Bedeutung. Kleinkinder wollen nun vieles „selber machen“ und verfolgen dabei ihre Ziele und Pläne beharrlich und vehement. Dabei kommt es häufig zu heftigen Gefühlsausbrüchen, wenn etwas nicht so klappt, wie sie wollen, oder ihr Erkundungsstreben eingeschränkt wird.

### Mit großen Schritten vorwärts

- Im zweiten Lebensjahr lernen die Kinder sicher zu laufen und erweitern ihren Bewegungsradius. Dabei versichern sie sich durch Kontaktaufnahme zu ihrer Bindungsperson über Blicke oder Sprache, ob alles in Ordnung ist und ob sie etwas Neues ausprobieren können (das sogenannte „social referencing“). Auch die feinmotorischen Fähigkeiten verbessern sich und ermöglichen neue Erkundungs- und Spielmöglichkeiten.
- Das Kind beginnt zu verstehen, dass es mit seinen Eltern keine Einheit bildet, sondern erlebt sich und seine Eltern als eigenständige Personen mit eigenen Bedürfnissen, Gefühlen, Wünschen und Absichten.
- Die Kinder begreifen, dass Menschen und Gegenstände auch dann weiterexistieren,

wenn sie sie gerade nicht sehen können. Sie erkennen Gegenstände, Personen und Orte wieder und die Erinnerungsspannen, insbesondere für Handlungssequenzen wie Routinen und Rituale, nehmen zu.

- Gefühle werden deutlich vielschichtiger und komplexer und Kinder zeigen selbstbezogene Emotionen wie Stolz, Verlegenheit und Scham. Auch das Mitgefühl und Verständnis für andere wächst.
- Das Kind lernt, zwischen Vorstellung und Realität zu unterscheiden und Als-ob-Spiele werden häufiger. Die Kinder können zunehmend länger alleine spielen, wenn sie dabei behutsam – oft aus der Ferne – unterstützt werden.
- Vorsprachliche Gesten und erste Worte erleichtern die Kommunikation. Das Kind lernt seine eigenen Ziele, Wünsche und Bedürfnisse sprachlich auszudrücken.
- Mit zunehmendem Sprachverständnis entwickeln Kinder auch eine Vorstellung für Zeitspannen, -abläufe und zukünftige Ereignisse. Sie können Bedürfnisse für kurze Zeit aufschieben und kurze Trennungen von der Bindungsperson aushalten.
- Der Kreis der Beziehungen erweitert sich: Väter gewinnen häufig an Bedeutung, Geschwister und Gleichaltrige werden als Spielpartner interessant,

die Beziehungen zu den Großeltern vertiefen sich und neue Beziehungen, z.B. zu Tageseltern oder zu pädagogischen Fachkräften, kommen dazu.

Für die erfolgreiche Bewältigung dieser Entwicklungsaufgaben benötigen Kleinkinder die Unterstützung von vertrauten, erwachsenen Bezugspersonen. Mit dem Eintritt in die Kindertagesbetreuung spielen dabei neben den Eltern auch die pädagogischen Fachkräfte oder Tagespflegepersonen eine wichtige Rolle.



### Warum fremdeln Kinder?

Zwischen 6 und 18 Monaten können die meisten Kinder gut zwischen bekannten und unbekannt Personen unterscheiden. Sie wissen nun „wer zu ihnen gehört“ und wer fremd ist, deshalb ist in dieser Zeit auch die Trennungsangst – das so genannte „Fremdeln“ – am größten.

Wenn in diesem Zeitraum eine neue Bezugsperson eingeführt werden soll, z.B. eine Fachkraft oder eine Tagespflegeperson sollte dies besonders behutsam vorgenommen werden. Ab dem zweiten Geburtstag fällt es den meisten Kindern leichter, vertrauensvolle Beziehungen zu zunächst fremden Betreuungspersonen aufzubauen.

### Was ist zu beachten, wenn ein Kind „fremdeln“?

- Akzeptieren Sie die Abwehr des Kindes gegenüber fremden oder weniger vertrauten Personen. Das Fremdeln ist ein wichtiger Entwicklungsschritt und kein Anlass zur Sorge.
- Respektieren Sie die Persönlichkeit des Kindes, nehmen Sie seine Sympathien und Abneigungen ernst.
- Bitten Sie die betroffene Person um Verständnis, Ihr Kind kann evtl. noch nicht selbst „Ich will nicht!“ sagen.
- Lassen Sie dem Kind Zeit, um zu seinem „Gegenüber“ Vertrauen zu fassen (siehe auch Kapitel 8 *Eingewöhnung*).

## WIE SICH BINDUNGSBEZIEHUNGEN IM KLEINKINDALTER VERÄNDERN

# 2

Kinder gehen Bindungen zu ihren Bezugspersonen aus einem ganz einfachen Grund ein: Sie könnten sonst die ersten Jahre nicht überleben. Das *Bindungsbedürfnis* eines Menschen ist genauso grundlegend wie sein Bedürfnis nach Nahrung, Schlaf und Erkundung. Jedem dieser Grundbedürfnisse sind Verhaltenssysteme zugeordnet, die bei Mangel aktiviert werden und bei Sättigung ruhen. Für die psychische Entwicklung entscheidend sind vor allem das Bindungs- und das Explorationsverhaltenssystem (siehe Abbildung). Bindungsverhalten zielt darauf ab, die Nähe einer bevorzugten Person zu suchen, um dort Sicherheit zu finden. Wichtig ist dabei zu verstehen: *Bindung und Selbstständigkeit bilden keine Gegensätze, sondern gehören zusammen.*

Das heißt, eine sichere Bindung fördert in jedem Alter auch die Unabhängigkeit eines Kindes. Denn erst wenn ein Kind sich sicher fühlt, kann es einen Schritt weiter gehen und angstfrei und neugierig seine Umwelt erkunden. Ohne sichere Bindung ist die Fähigkeit zur Erkundung der Welt, zur Entwicklung von Selbstständigkeit und Autonomie eingeschränkt.

### Wie äußert sich Bindungsverhalten im Kleinkindalter?

Auch wenn Kleinkinder schon viel selbstständiger wirken als Babys, das Bedürfnis nach Bindung wird nicht weniger wichtig und sollte so gut wie möglich erfüllt werden. Kinder im zweiten und dritten Lebens-

jahr zeigen etwa genauso häufig Bindungsverhalten wie am Ende des ersten Lebensjahres. Es verändern sich allerdings die Situationen, die Bindungsverhalten auslösen und ihr Verhalten. Neben Verhaltensweisen wie Weinen, Rufen, Anklammern oder zur Bindungsperson krabbeln/laufen, beginnen Kleinkinder allmählich auch ihre Bedürfnisse sprachlich auszudrücken.

Die Kinder verfügen nun zunehmend über die motorischen, kognitiven und emotionalen Fähigkeiten, die Nähe und Distanz zur Bindungsperson selbst zu regulieren. In vertrauter Umgebung und bei Anwesenheit der Bindungsperson erweitert das Kind seinen Bewegungsradius immer mehr und es entstehen damit mehr Situationen, die Angst oder Frustration auslösen, weil es nicht so kann oder darf, wie es will.

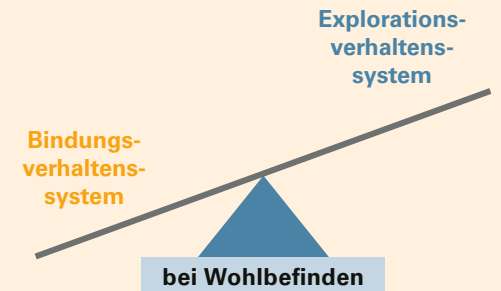
### Bindung und Autonomie hängen eng zusammen

Wenn ein Kind aus irgendeinem Grund gestresst ist (z.B. müde, hungrig, krank, traurig oder wütend), braucht es seine Bindungsperson zur Erfüllung seiner Bindungsbedürfnisse. Weiterhin brauchen Kleinkinder dafür die Nähe und den liebevollen Körperkontakt. Aufgabe der Bindungsperson ist es, jederzeit präsent, zugänglich und emotional verfügbar zu sein, denn das Verhalten der Kleinkinder ist noch vollständig um seine engsten Bezugspersonen herum organisiert.

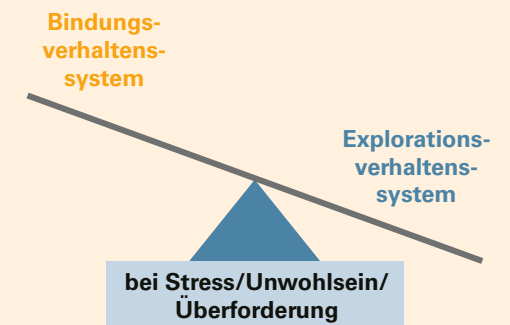
## Zwei menschliche Verhaltenssysteme, die unser Überleben sichern

### Im Laufe der Menschheitsgeschichte haben sich zwei Verhaltenssysteme ausgebildet, die seit Jahrtausenden unser Überleben sichern

Solange bei einem Kind Wohlbefinden vorherrscht, kann das *Explorationsverhaltenssystem* wirksam sein. Dieses System erlaubt es uns, die Umwelt zu erkunden, Neues zu lernen und Dinge auszuprobieren.



Bei innerem oder äußerem Stress oder Überforderung (z.B. Krankheit, Müdigkeit, Angst) wird das sogenannte *Bindungsverhaltenssystem* eingeschaltet, das die Nähe zwischen dem Kind und einer Bindungsperson sichert, steuert und reguliert.



Diese beiden Systeme sind wie eine **Wippe** miteinander verbunden, d.h. sie arbeiten abwechselnd und können *nicht gleichzeitig aktiviert sein*. Ein Kind, das belastet ist, wird also nicht die Welt erkunden können, bevor es durch eine vertraute Person wieder genug Sicherheit erfahren hat, um sein Bindungsverhaltenssystem zu regulieren.

In Anlehnung an Grossmann & Grossmann (2012)



## GRUNDBEDÜRFNISSE ERKENNEN: DER KREIS DER SICHERHEIT

### Fallbeispiel: Der gemeine Schuhlöffel

Der 15 Monate alte Phillip spielt gerne im Flur und räumt die Schubladen der Kommode aus und wieder ein, während sein Vater gerade Essen in der Küche macht. Phillip zieht sich oft an der Kommode hoch und kann schon gut frei stehen und ein paar Schritte laufen.

Heute hat sich beim Räumen ein Schuhlöffel so verklemmt, dass Phillip ihn nicht aus der Schublade bekommt, was ihn sehr wütend macht. Als er stärker daran zieht, löst

sich das Teil und Phillip plumpst auf den Po. Er erschreckt sich, fängt an zu weinen und krabbelt Richtung Küche zu seinem Papa. Dieser hebt ihn hoch und fragt, was los sei. Phillip zeigt auf den „blöden“ Schuhlöffel und ist weiter sehr aufgebracht. Als der Vater ihn wieder absetzen will, protestiert er. So geht es ein paarmal hin und her, der Vater will jedoch fertig kochen. Als er merkt, dass Phillip weiter seine Nähe braucht, setzt er ihn mit ein paar Karotten-Stücken auf die Arbeitsplatte neben sich und die beiden „kochen“ zusammen weiter.

Das zweite und dritte Lebensjahr ist geprägt von einem intensiven Kämpfen um Selbstbestimmung und gleichzeitiger Rückversicherung, dass die Bindungsperson verfügbar ist und sich auch bei Konflikten nicht abwendet. Besonders wichtig für die Entwicklung ist dabei die Erfahrung, dass der Ausdruck des eigenen Willens und negativer Gefühle wie Ärger, Wut und

Enttäuschung nicht zum Abbruch der Beziehung führen.

Eine vertrauensvolle Beziehung zum Kind ist die wichtigste Voraussetzung, um Kinder in ihrer Entwicklung zu unterstützen. Hierfür ist es wichtig, die emotionalen Grundbedürfnisse von Kindern zu kennen und so gut wie möglich zu erfüllen.



### Autonomie entwickelt sich am besten innerhalb der Bindungsbeziehung

Die Bindung an die Eltern verliert auch im Kleinkindalter nicht an Bedeutung, sondern bildet den schützenden Rahmen, in dem das Kind neugierig und mit Freude seine Umwelt erkunden, neue Fähigkeiten entwickeln und einüben kann- so kann es sich zunehmend als eigenständige und selbstbestimmte Person erleben.

Bindung erfüllt immer eine Doppelfunktion: einerseits das Trösten bei Überforderung und andererseits die Unterstützung des Erkundungsdranges und des Bedürfnisses, Neues zu lernen.

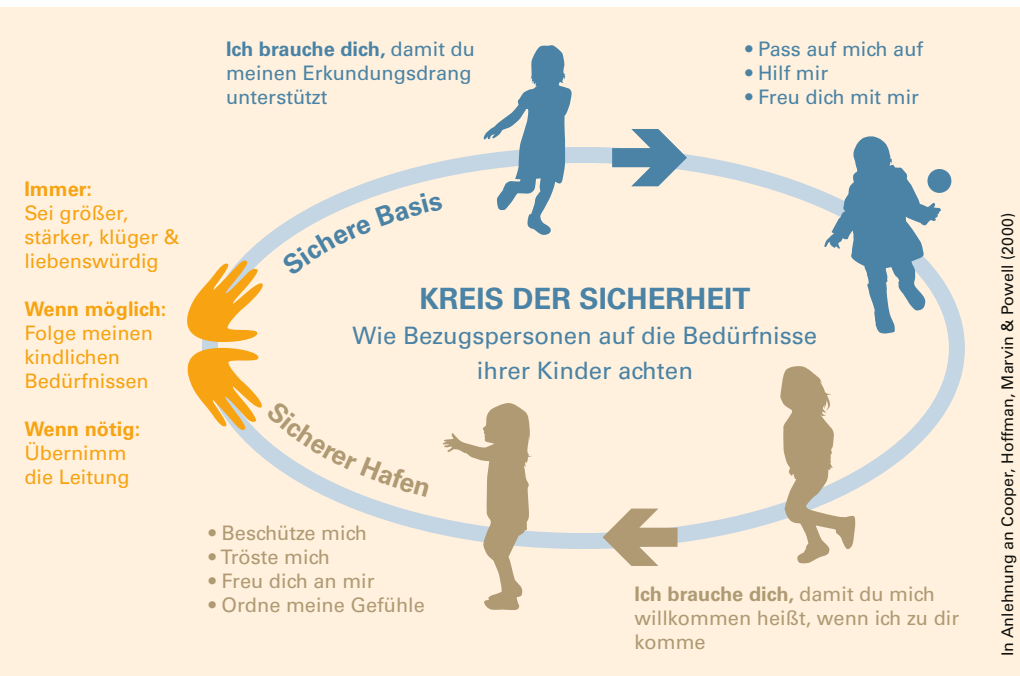
### Seien Sie eine sichere Basis und ein sicherer Hafen!

Um sich gut entwickeln zu können, brauchen Kinder:

- **Die Freiheit und das Vertrauen, sich von der Bindungsperson wegzubewegen und die Welt zu erkunden.** Die Bindungsperson wird für das Kind zur

sicheren Basis, die es zur Entdeckung der Welt ermutigt und aufmerksam und emotional verfügbar ist. Sie bietet, wenn nötig, Hilfe und Unterstützung an und freut sich mit dem Kind über seine neuen Entdeckungen und Abenteuer.

- **Die Sicherheit, bei Bedarf jederzeit zur Bindungsperson zurückkommen zu können, um Schutz, Geborgenheit und Trost zu erfahren.** Die Bindungsperson wird für das Kind zum sicheren Hafen, in den es jederzeit einlaufen und emotional auftanken kann. Wichtig ist hierbei die Unterstützung bei



## FEINFÜHLIGKEIT – DER INDIVIDUALITÄT DES KINDES GERECHT WERDEN

der Organisation und Regulation der Gefühle. Das Kind muss sich willkommen fühlen und das Gefühl bekommen, dass es beschützt, getröstet und verstanden wird.

Entscheidend ist dabei auch das Bewusstsein, dass die Bezugsperson immer stärker und erfahrener ist als das Kind. Um sich sicher fühlen zu können, muss das Kind sich darauf verlassen können, dass die Betreuungsperson, wenn nötig, die Führung übernimmt, um es vor Gefahren zu schützen, ihm Halt und Orientierung zu geben und ihm zu helfen, seine Gefühle zu organisieren.

Je besser es wichtigen Bezugspersonen gelingt, feinfühlig auf die emotionalen Bedürfnisse des Kindes zu reagieren, umso eher wird sich die Beziehung im Laufe der Zeit in Richtung Partnerschaftlichkeit und selbstbestimmte, aktive Kooperation entwickeln. Versucht man dagegen Kindern ihre emotionalen Bedürfnisse nach Nähe im Zuge der Selbstständigkeitsentwicklung abzutrainieren (z.B. aus der Angst heraus, das Kind zu sehr zu verwöhnen), so begünstigt dies die Entwicklung von belastenden Auseinandersetzungen und anhaltenden Konflikten in der Beziehung, die die Entwicklung der Kinder beeinträchtigen können.

### Gut zu wissen

Um sich sicher zu fühlen, brauchen Kleinkinder die räumliche Nähe und den Schutz der Bindungsperson. Häufig müssen sie selbst in vertrauter Umgebung jederzeit wissen, wo sich die Bindungsperson befindet und wie sie zu erreichen ist. Nur wenn das Kind sich sicher fühlt, kann es sich angstfrei wegbewegen und seine Umgebung erkunden.

Vermitteln Sie Ihrem Kind Sicherheit und Zutrauen, indem Sie nur dann einschreiten, wenn es wirklich Hilfe benötigt oder Gefahr droht. So ermöglichen Sie Ihrem Kind, eigene Erfahrungen zu machen und es entsteht ein Gefühl von Selbstwirksamkeit, Autonomie und Kompetenz.

### Folgen Sie den Bedürfnissen Ihres Kindes

Wenn das Kind wohlauf ist, sind Sie die „sichere Basis“, von der aus es die Welt erkundet. Wenn das Kind sich unwohl fühlt, werden Sie zu seinem „sicheren Hafen“, in den es jederzeit einlaufen und emotional auftanken kann. Sie als Bezugsperson können das Kind trösten, auffangen und für es da sein.

Gleichzeitig kommt es ab dem zweiten Lebensjahr immer häufiger zu Situationen, in denen Sie die Leitung übernehmen müssen – um das Kind vor Gefahren zu schützen oder um größeren Frustrationen vorzubeugen (siehe Kapitel 6 *Feinfühlig Grenzen setzen*).

Im Gegensatz zu Ansätzen, die vor allem Regeln im Umgang mit bestimmten kindlichen Verhaltensweisen anbieten, betrachtet die Bindungstheorie kindliches Verhalten immer aus der Beziehungsperspektive. Das kindliche Verhalten wird dabei als eine Form der Kommunikation verstanden, dem der Wunsch nach emotionaler Verbundenheit zugrunde liegt, die auch (oder gerade) in schwierigen Situationen nicht abbricht oder gefährdet ist. Ein feinfühligere Umgang mit den kindlichen Bedürfnissen hilft dabei, diese Form der kindlichen Kommunikation zu verstehen und angemessen darauf reagieren zu können.

### Was bedeutet feinfühlig?

Feinfühligkeit in jedem Alter setzt voraus, das Kind als eigenständige Person mit eigenen Wünschen, Bedürfnissen und Zielen zu sehen und wertzuschätzen. Wichtig ist dabei die Bereitschaft, sich auf das kindliche Erleben einzulassen, die Perspektive des Kindes zu übernehmen und die Welt mit den Augen des Kindes zu betrachten. So wird es möglich, das Verhalten und die Gefühle des Kindes zu verstehen und angemessen darauf zu reagieren. Besonders wichtig und besonders herausfordernd ist es, die kindlichen Signale richtig zu interpretieren – hierfür ist das Konzept der Wippe (siehe Abbildung S. 11) hilfreich:

Ist das Bindungsverhaltenssystem des Kindes aktiviert (untere Wippe), so braucht das Kind Nähe, Trost, Geborgenheit und Schutz. Gleichzeitig wird es sich aktiv ge-

gen (gut gemeinte) Unterstützungsangebote wehren, die zu mehr Exploration und Selbstständigkeit ermutigen sollen.

Ist dagegen das Explorationsverhaltenssystem des Kindes aktiviert (obere Wippe), möchte es die Welt alleine entdecken und es wird körperliche Nähe und Unterstützung bei Aufgaben, die es selbst bewältigen möchte, als Einschränkung seiner Autonomie erleben und sich dagegen wehren.

### Keine Patentrezepte! Die Welt mit den Augen des Kindes sehen

Versucht man, sich in das Kind hineinzusetzen, um die Welt mit den Augen des Kindes zu sehen, dann wird das kindliche Verhalten oft viel verständlicher und auch für die Betreuungspersonen annehmbarer. Kinder, die sich in ihrem emotionalen Erleben wahrgenommen und verstanden fühlen, lernen mit ihren eigenen Gefühlen umzugehen und verhalten sich in der Folge deutlich kooperativer als Kinder, deren Gefühle falsch verstanden oder sogar ignoriert werden.

### Die Persönlichkeit und die Interessen des Kindes respektieren

Kinder unterscheiden sich stark in ihrer Persönlichkeit und darin, wie sie mit neuen Situationen (z. B. dem Eintritt in die Kindertagesbetreuung) umgehen, wie sie ihre Beziehungen gestalten und wie sie am liebsten ihre Zeit verbringen. Allem gemeinsam ist jedoch der Wunsch nach ei-





nem Gefühl der emotionalen Verbundenheit mit ihrem Umfeld, in dem sie so akzeptiert werden, wie sie sind.

Es wäre also ein Fehler, ein Kind, das sich gerne draußen bewegt, ständig in die Bücherecke zwingen zu wollen, einem Kind, das sich in der Gesellschaft von anderen Kindern am wohlsten fühlt, vorzuhalten, dass es sich nie alleine beschäftigen kann, oder ein schüchternes Kind, das sich neue Situationen und Personen zunächst von seiner Sicherheitsbasis anschauen möchte, ständig zu ermutigen, sich aktiv zu beteiligen.

Durch solche (häufig gut gemeinten) Versuche entsteht bei Kindern in dem Alter nur allzu leicht das Gefühl, dass sie so, wie sie sind, nicht in Ordnung sind, und sie fangen an, sich für ihre Gefühle, Wünsche und Bedürfnisse zu schämen, was die Entwicklung eines stabilen Selbst- und Identitätsgefühls erheblich beeinträchtigen kann.

### Den Entwicklungsstand des Kindes berücksichtigen

Für die meisten Eltern und professionellen Bezugspersonen ist es ein wichtiges Ziel, die Kinder zu prosozialem Verhalten, Kooperationsfähigkeit und Empathie zu erziehen. Damit dies gelingt, ist es wichtig, den Entwicklungsstand der Kinder zu berücksichtigen. Kleine Kinder sind von ihrem Entwicklungsstand her noch nicht dazu in der Lage, vorausschauend zu handeln und die Perspektive einer anderen Person in ihr Handeln einzubeziehen. Diese Fähigkeiten entwickeln sich erst allmählich zwischen dem dritten und sechsten Lebensjahr. Die *egozentrische Sichtweise* von Kleinkindern geht dabei einzig und allein auf die noch nicht vorhandenen kognitiven Fähigkeiten zurück und sollte nicht als Fehlverhalten interpretiert werden. Im Gegenteil: Kinder, die die Erfahrung machen, dass ihre Perspektive und Sicht der Welt von anderen wahrgenommen und verstanden wird, lernen früher und besser die Perspektive des anderen zu berücksichtigen. Das stellt eine wichtige Voraussetzung für die Entwicklung von Empathie, kooperativem Verhalten und der Fähigkeit, Kompromisse einzugehen, dar.

### Jedes Kind ist „richtig“, wie es ist!

Feinfühliges Verhalten setzt immer voraus, auch die Persönlichkeit, die individuellen Interessen und den Entwicklungsstand des Kindes zu berücksichtigen!

### Fallbeispiel: Alles meins!

In der Bauecke werkelt Nick (2,5 Jahre) konzentriert vor sich hin. Geduldig setzt er Baustein auf Baustein. Zwei Stockwerke stehen schon und gerade ist er dabei, ganz vorsichtig die Außenmauern des Bauwerks aufeinanderzuschichten. Dass die einjährige Mia neben ihm mit einem Baustein geräuschvoll auf dem Fußboden herumklopft, beachtet Nick nicht. Jetzt möchte Mia gerne noch einen Stein haben. Sie krabbelt an Nicks Bauwerk heran, streckt die Hand aus – und will einen Baustein aus dem Fundament ziehen. Nick schreit „Ey,

das ist meins!“ und schubst Mia weg. Erschrocken weint Mia auf. Die Fachkraft Frau G. setzt sich zu den beiden und tröstet erst einmal die weinende Mia. Dann erklärt sie Nick, dass Mia noch zu klein ist, um zu verstehen, dass sein Bauwerk umfällt, wenn sie einen Stein rauszieht. Und dass sie sich erschrocken hat und man niemals andere Kinder schubsen darf. Sie fragt ihn, ob er ihr einen anderen Stein abgeben würde, damit sie sich beruhigt. Nick murrte noch etwas und bittet, dass Mia dann etwas weiter weg spielt. Dann gibt er ihr einen anderen Stein und baut weiter.



## Körperliche Bedürfnisse feinfühlig beantworten: Schlafen, Essen und Wickeln individuell gestalten

### Schlafbedürfnisse erkennen

Schlafbedürfnisse von Kleinkindern sind individuell und verändern sich häufig. Feinfühligkeit bedeutet hier, das Kind dann ins Bett zu bringen, wenn es Anzeichen von Müdigkeit zeigt (und nicht zu einer festgelegten Uhrzeit). Ritualisierte Abläufe geben Sicherheit. Streicheln und Körperkontakt helfen beim Ein- und Durchschlafen. Kleinkinder schlafen gerne in der Nähe einer Bindungsperson. Häufiges Aufwachen in der Nacht ist in den ersten Lebensjahren völlig normal – dann braucht das Kind Ihre Unterstützung, um wieder in den Schlaf zu finden.

### Gemeinsam schmeckt's besser

Entscheidend ist, die Essensituation als Beziehungssituation zu gestalten – zu zweit, mit der Familie oder in der Gruppe in der Kita/Tagespflege – mit viel Zeit und Zuwendung und möglichst wenig Störungen. Dazu gehört auch, dass das Kind selbstständig isst und trinkt, selbst wenn es kleckert. Lassen Sie das Kind mitbestimmen, was und wie viel es essen möchte, und bieten Sie ihm unterschiedliche Lebensmittel an.

### Wickeln als exklusive Zeit zu zweit

In den ersten Lebensjahren sind Kinder darauf angewiesen, mehrmals täglich gewickelt und sauber gehalten zu werden. Nutzen Sie die Zeit des Wickelns und der

körperlichen Pflege als wertvolle Beziehungssituation: die körperliche Nähe, die Berührungen, das Knuddeln und Reden stärken die Beziehung.

### Jeder in seinem Tempo

Wann Kinder trocken und sauber werden, wird durch die individuelle Reifung bestimmt und kann nicht durch ein Training beschleunigt werden. Zunächst beginnt ein Kleinkind seine Ausscheidungen bewusst wahrzunehmen und drückt dies durch eine charakteristische Körperhaltung und im Gesichtsausdruck aus oder macht mit Worten darauf aufmerksam. Nun kann die Kontrolle darüber beginnen. Das Kind zeigt mit Eigeninitiative und Interesse an der Toilette, wann es bereit ist, sauber und trocken zu werden. Dann braucht es Vorbilder zum Nachahmen und Unterstützung.



## KLEINKINDER BRAUCHEN HILFE BEI DER REGULATION IHRER GEFÜHLE

5

Wie in Kapitel 1 beschrieben entwickelt ein Kind im zweiten und dritten Lebensjahr eine Vielzahl von Fähigkeiten, die es von einem abhängigen Säugling zu einer recht selbstständigen kleinen Person werden lassen. Es kann nun krabbeln, laufen und anfangen zu sprechen und viele Dinge besser verstehen und einordnen, die um es herum passieren. Damit wird auch die kindliche Gefühlswelt immer vielschichtiger und komplexer.

Das Kind merkt: „Ich kann mich ausdrücken – werde aber nicht immer verstanden. Ich kann gehen, wohin ich will, werde aber nicht immer gelassen. Meine Eltern und meine Bezugsperson sind andere Personen als ich – und wollen nicht immer das Gleiche wie ich.“

Den positiven Empfindungen, wie der Neugier beim Erkunden und der Freude am Selbermachen und Selbstbestimmen, stehen somit häufig negative Gefühle gegenüber, wie die Angst vor Unbekanntem, Wut, Ärger und Enttäuschung, wenn das Kind in seinem Erkundungsdrang eingeschränkt wird. Gleichzeitig können kleine Kinder auch schon intensive Gefühle von Scham oder Wertlosigkeit empfinden. Allerdings reichen die Fähigkeiten von Kindern unter drei Jahren noch nicht aus, all diese Gefühle alleine zu bewältigen.

In vielen Situationen gelingt die Regulation dieser Gefühle aber mit Hilfe einer vertrauten erwachsenen Person. In Anwesenheit einer feinfühlig Bindungsperson können

Kleinkinder oft über längere Zeit relativ unabhängig „funktionieren“, indem sie sich durch Blickkontakt oder später durch Sprache bei der Bindungsperson rückversichern oder auch von sich aus aktiv den Kontakt suchen, um emotional aufzutanken oder bei schwierigen Aufgaben um Unterstützung zu bitten. Dies ermöglicht es Kleinkindern, intensiv ihre Umwelt zu erkunden und sich ins Spiel zu vertiefen, ohne immer wieder durch „störende“ Gefühle unterbrochen zu werden.

### Der eigene Wille: Fluch oder Segen?

Je älter die Kinder werden, desto häufiger kommt es vor, dass sie sich auch mal scheinbar „absichtlich“ den Bitten der Bezugspersonen widersetzen und sich sehr willensstark in der Durchsetzung ihrer Ziele zeigen. Auch scheint das Verhalten von Kindern im zweiten und dritten Lebensjahr oft widersprüchlich und ihre Stimmung schlägt manchmal – teilweise ohne ersichtlichen Auslöser – innerhalb von kürzester Zeit um. Während sie in einem Moment groß und selbstständig sein wollen und jede Hilfe und Unterstützung ablehnen („Geh weg, alleine machen.“), fordern sie im nächsten Moment verzweifelt und wütend Hilfe ein. Das Verhalten von Kleinkindern ist also stark durch die Ambivalenz zwischen dem Wunsch nach Selbstständigkeit und Selbstbestimmung einerseits und dem Bedürfnis nach Rückversicherung, Trost, Schutz und Geborgenheit andererseits geprägt. Eine feinfühlig Be-



gleitung der Kinder in dieser Entwicklungsphase bildet eine wichtige Grundlage, auf der Kinder lernen, ihre Gefühle nach und nach selbstständiger zu regulieren.

### Die Perspektive des Kindes einnehmen – und die eigene nicht aufgeben

Die Hauptaufgabe von erwachsenen Bindungspersonen besteht in dieser Entwicklungsphase also darin, immer wieder die Verbindung herzustellen zwischen der Gefühls- und Gedankenwelt des Kindes und der äußeren Realität. Bezugspersonen sollten das Kind durch Trost, Ermutigung und Körperkontakt darin unterstützen, intensive Gefühle zu bewältigen.

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. Durch diesen „Spagat“ zwischen der erwachsenen und der kindlichen Perspektive, wird das Verhalten des Kleinkindes für Erwachsene besser nachvollziehbar und akzeptabel. Gleichzeitig fühlt sich das Kind wahrgenommen und verstanden und lernt seine positiven und negativen Gefühle zum Ausdruck zu bringen und als wichtigen Teil von sich selbst anzunehmen.

Zugegeben: oft ist dieses Vorgehen im Alltag schwierig durchzuhalten, sowohl zu Hause als auch in einer Kita, wenn viele Bedürfnisse aufeinanderprallen. Aber auch wenn Sie als erwachsene Bezugsperson diesen Perspektivenwechsel nicht immer leisten können, die grundsätzliche Bereitschaft dazu ist entscheidend. Denn durch unendlich viele feinfühlig Interaktionen im Alltag mit dem Kind entsteht eine Verbindung zwischen Denken und Fühlen.



### Was Sie tun können, um (einige) Wutanfälle zu verhindern



de in der Küche, die es nach Belieben ein- und ausräumen darf. Lassen Sie das Kind viel selbst entscheiden, z.B. lassen Sie ihm die Wahl zwischen zwei T-Shirts. Aber Vorsicht: zu viele Wahlmöglichkeiten können das Kind überfordern.

**Reagieren Sie im Vorfeld.** Seien Sie aufmerksam für die kindlichen Signale, die einem Wutanfall vorausgehen, und reagieren Sie feinfühlig darauf – zum Beispiel durch das Anbieten von Alternativen statt dem Beharren auf einem Verbot.

**Lassen Sie den Wutanfall vorüberziehen wie ein Gewitter.** Wenn der Wutanfall da ist, lassen Sie ihn vorüberziehen und begleiten Sie das Kind in seiner Wut. Dafür reicht es oft völlig, präsent zu sein ohne viel zu tun. Es ist sinnlos in dieser Situation zu diskutieren oder Machtkämpfe auszufechten, in diesem emotionalen Ausnahmezustand kann das Kind ohnehin nichts aufnehmen und lernt nichts.

Wutausbrüche gehören zur normalen Entwicklung dazu und es ist unmöglich und auch nicht wünschenswert sie gänzlich zu verhindern. Trotzdem gibt es einige Dinge, die Sie im Vorfeld tun können, um es gar nicht erst so weit kommen zu lassen:

**Strukturieren Sie den Alltag kindgerecht.** Wutanfälle treten häufig auf, wenn das Kind müde, überreizt oder hungrig ist. Zusätzliche Herausforderungen wie zum Beispiel ein Supermarktbesuch sind dann häufig der „letzte Tropfen, der das Fass zum Überlaufen bringt“. Versuchen Sie, den Tagesablauf dementsprechend zu gestalten.

**Lassen Sie dem Kind Wahlmöglichkeiten.** Häufige Wutanfälle sind manchmal die Folge von zu vielen Regeln oder Verboten. Zeigen Sie dem Kind attraktive Alternativen auf, etwa eine „eigene“ Schubla-

**Besprechen Sie, was vorgefallen ist.** Wenn „das Gewitter“ vorüber ist, besprechen Sie altersangemessen mit dem Kind, was los war. Was war der Auslöser, wie hat das Kind sich gefühlt und was könnte man beim nächsten Mal anders machen? Auch wenn der nächste Wutanfall bald da ist – durch dieses gemeinsame Training lernt Ihr Kind nach und nach die eigenen Gefühle besser auch selbst zu regulieren. Seien Sie der Gefühls-Coach Ihres Kindes, – es lohnt sich!



### Das Kind im Umgang mit seinen Gefühlen begleiten

- **Was fühlst du?** Versuchen Sie herauszufinden, welche Gefühle und Bedürfnisse ein Kind mit seinem Verhalten zum Ausdruck bringt, und helfen Sie dem Kind dabei, diese zu verstehen und in Worte zu fassen.
- **Es ist OK, was du fühlst!** Nehmen Sie die Gefühle des Kindes ernst und vermeiden Sie, die Gefühle zu bewerten oder herunterzuspielen. Unterstützen Sie das Kind aktiv dabei, die Gefühle zu bewältigen. Dies gilt insbesondere auch für den Umgang mit negativen Gefühlen. Nur wenn das Kind das Vertrauen entwickelt, dass es mit seinen positiven und negativen Gefühlen akzeptiert und geschätzt wird, und dass auch negative Gefühle wichtig sind, wird es lernen, diese als Teil seiner Persönlichkeit anzunehmen.
- **Ich fühle mit dir – aber ich bleibe bei mir!** Stellen Sie eine Verbindung zum Gefühlsleben des Kindes her, aber heben Sie nicht die Grenze zwischen Ihnen und dem Kind auf. Das Kind muss spüren, dass Sie seine Verzweiflung ernst nehmen, aber gleichzeitig nicht selbst auch anfangen zu verzweifeln. Trauen Sie dem Kind zu, dass es die Gefühle mit Ihrer Unterstützung aushalten und bewältigen kann.
- **Ich nehme alles ernst, aber nicht alles geht!** Die Gefühle des Kindes ernst zu nehmen, bedeutet nicht, jedes Verhalten des Kindes zu akzeptieren!
- **Jeder Mensch hat seine eigenen Gefühle!** Bleiben Sie authentisch und zeigen Sie auch Ihre eigenen Gefühle in einer dem Alter und Entwicklungsstand des Kindes angemessenen Weise.

### Fallbeispiel: Der Fahrstuhlknopf

Die zweijährige Anna möchte jedes Mal, wenn sie mit ihrer Mutter den Hausflur betritt, selbstständig den Fahrstuhlknopf drücken. Heute vergisst die Mutter das und drückt selbst den Knopf, woraufhin Anna einen Wutanfall bekommt und weinend schreit: „Anna selbst Knopf drücken!“ Auch das Angebot der Mutter, dass Anna ja nochmal drücken könne, kann das Mädchen nicht beruhigen. Annas Mutter bleibt

ruhig und bittet Anna nicht so laut zu sein wegen der Nachbarn. Sie sagt Anna, dass sie ihre Wut verstehen kann und bietet ihr an, den Knopf im Fahrstuhl für das richtige Stockwerk zu drücken. Außerdem versichert sie ihr, dass sie morgen wieder den Knopf drücken darf. Anna weint noch etwas weiter, beruhigt sich dann aber und steigt mit der Mutter in den Lift.



### Gut zu wissen

Die Verantwortung für das Wohlergehen des Kindes und für das Gelingen der Beziehung zum Kind liegt immer ausschließlich bei der erwachsenen Bezugsperson – das gilt für Eltern und ganz besonders für professionell ausgebildete Betreuungspersonen.



Grenzen sind für die Entwicklung wichtig, denn sie bieten Schutz vor Gefahren sowie Orientierung und Struktur bei der Exploration. Entscheidend ist es dabei, die Grenzen liebevoll im Sinne der Kinder zu setzen und ihre Grundbedürfnisse zu achten, um die Selbstbestimmung und den Wunsch nach Autonomie der Kinder möglichst wenig einzuschränken.

## Grenzen setzen nicht um der Grenzen willen

### Schutz vor Gefahren

Kleinkinder haben einen ausgeprägten Bewegungsdrang und wollen ihre Welt entdecken. Spätestens wenn Kinder anfangen zu laufen, ist es an der Zeit, die Umgebung so zu gestalten, dass sie möglichst frei von Gefahrenquellen ist und dennoch dem Kind genügend Anregungen bietet. Umso entspannter kann das Kind Dinge ausprobieren. Kleinkinder erkennen viele Gefahren (z.B. im Straßenverkehr) nicht und müssen sich darauf verlassen können, dass dies die Betreuungsperson übernimmt.

### Grenzen bieten Orientierung

Durch das Setzen von Grenzen lernt das Kind seine Bezugspersonen besser kennen und kann Situationen und Interaktionen besser einschätzen. Mit zunehmendem Alter wird das Bedürfnis nach klaren Strukturen und Regeln größer. Kinder können, je älter sie werden, auch gut zwischen verschiedenen Regeln in unterschiedlichen

Beziehungen unterscheiden (z.B. was ist bei Mama, Papa, Oma oder in der Kita erlaubt?).

### Harmonisches Miteinander

Das Zusammenleben in einer Gemeinschaft – sei es in der Familie oder in der Kindertageseinrichtung – erfordert, die Bedürfnisse von vielen verschiedenen Personen aufeinander abzustimmen. Diese Regeln sollten idealerweise so aussehen, dass sie den Bedürfnissen von allen Beteiligten so gut wie möglich gerecht werden.

Je besser die Grundbedürfnisse eines Kindes erfüllt sind, desto leichter wird es Grenzen akzeptieren und sich kooperativer verhalten. Aus Erziehungsgründen künstlich Frustrationen herbeizuführen (z.B. aus der Angst heraus, das Kind sonst zu sehr zu verwöhnen), ist bei Kindern im Kleinkindalter nicht empfehlenswert und kann die Entwicklung behindern.

### Das Kind bringt mit seinem Verhalten immer einen Wunsch oder ein Bedürfnis zum Ausdruck.

Oft verbirgt sich hinter „unangemessenem“ Verhalten der Wunsch nach Sicherheit und Verbundenheit. Schwieriges Verhalten kann auch ein Signal an die Betreuungsperson sein, die Leitung wieder zu übernehmen.

## Unterscheidung zwischen Wünschen und Bedürfnissen

Unterscheiden Sie zwischen kindlichen Wünschen und Bedürfnissen. Wenn das Bindungsverhaltenssystem des Kindes aktiviert ist und das Kind bei Ihnen Trost und Schutz sucht (z.B., weil es mit einer Situation alleine überfordert ist), dann sollten

Sie dieses Bedürfnis so gut wie möglich erfüllen. Auf der anderen Seite müssen Sie natürlich nicht jedem Wunsch des Kindes (z.B. zum fünften Mal das Buch anschauen) nachkommen. Wünsche sind ein gutes Übungsfeld, um den Umgang mit Frustrationen zu üben, das Warten zu lernen und Kompromisse zu schließen.

### Wichtig im Zusammenhang mit Grenzen setzen

- Überlegen Sie sich gut, welche Grenzen Ihnen wichtig sind und vermeiden Sie unnötige Frustrationen für das Kind. Zu viele Grenzen überfordern das Kind. Lieber geben Sie einige wenige Regeln oder Stopps.
- Vermeiden Sie bei der Durchsetzung von Grenzen Drohungen oder Bestrafungen. Verzichten Sie aber genauso auf Belohnungen.
- Kommunizieren Sie dem Kind klar, was Sie von ihm erwarten, aber bleiben Sie flexibel. Für das Kind ist es wichtig, vorhersehen zu können, wie Sie auf sein Verhalten reagieren. Dies bedeutet jedoch nicht, dass Sie sich in allen Situationen immer gleich verhalten müssen.
- Nehmen Sie die kindlichen Reaktionen auf Frustrationen ernst und begleiten Sie das Kind in seiner Wut, Trauer oder Enttäuschung.
- Respektieren Sie die persönlichen Grenzen des Kindes, denn nur so lernt es sie auch Ihre Grenzen zu respektieren.

### Fallbeispiel: Der Schaukelstuhl

Der 1,5-jährige Moritz liebt den Schaukelstuhl aus Korb, der im Wohnzimmer steht. Er kann sich daran hochziehen und ihn dann hin und herschaukeln, er juchzt dabei vor Freude und schreit „Hi-Ho!“ Seit Kurzem kann er auch auf die Sitzfläche klettern und sich an der Lehne festhalten, dabei ist er aber schon vorne übergekippt und hat sich eine große Beule auf der Stirn geholt. Seine Mutter versucht nun immer

mit einem deutlichen „NEIN“ ihn davon abzuhalten, wieder auf den Stuhl zu klettern. Moritz gerät dann in Wut und weint. Dieses Schauspiel findet immer statt, wenn die Familie im Wohnzimmer ist, alleine möchten die Eltern ihn deshalb gar nicht mehr ins Wohnzimmer lassen. Irgendwann beschließt die Mutter den Stuhl für ein paar Monate auf dem Dachboden zu „parken“. Nun klettert Moritz auf dem ungefährlichen Sofa und die Stimmung ist allseits entspannter.

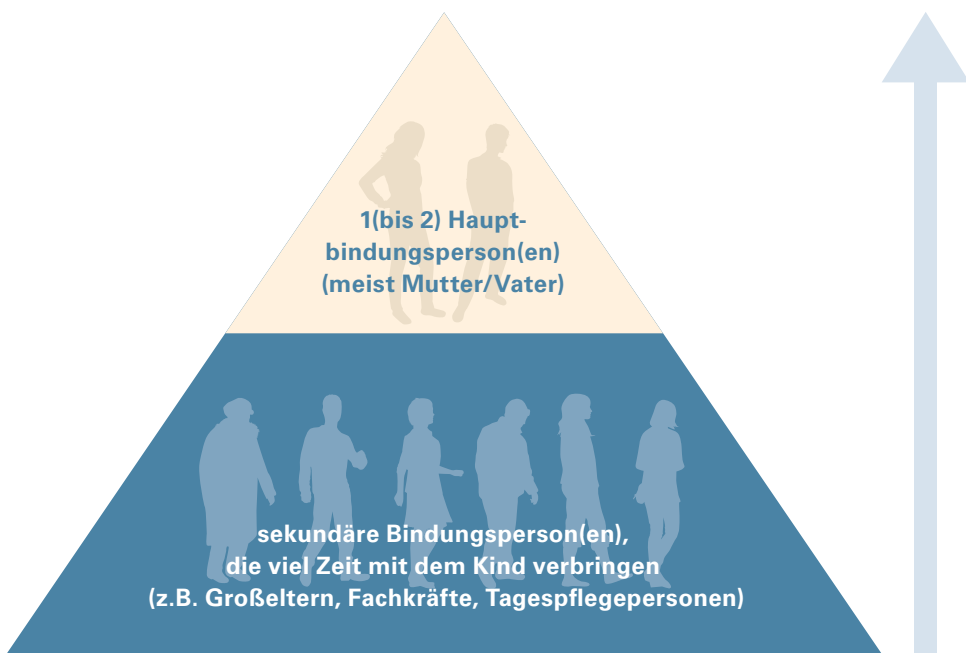


## Kinder haben mehrere Bindungspersonen

Kinder können zu mehreren Personen eine Bindung aufbauen, wenn diese zuverlässig und ausreichend Zeit mit ihnen verbringen. Das gilt nicht nur für Personen innerhalb der Familie, sondern auch außerhalb, z.B. zu Tagespflegepersonen, Fachkräften oder auch Au-pairs. Wie viele Bindungspersonen ein Kind hat, ist individuell unterschiedlich und auch kulturell bedingt.

Kinder stellen sich dabei automatisch auf das unterschiedliche Verhalten von verschiedenen Personen ein. Diese Beziehungen sind von der gemeinsamen Erfahrung und vor allem von der Feinfühligkeit geprägt, die das Kind hier erfährt.

## Kinder haben eine Bindungspyramide



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



## Kinder haben eine klare Bindungshierarchie

Die Forschung geht davon aus, dass Kinder diese Beziehungen nach ihrer Wichtigkeit in einer Art „Bindungspyramide“ ordnen (siehe Abbildung S. 26): Kinder haben immer eine klare Hauptbindungsperson. Meist steht an der Spitze dieser Bindungspyramide die Mutter, manchmal auch der Vater. Die Person muss dafür von Anfang an viel anwesend sein und eine Beziehung zu dem Kind aufbauen.

Wenn das Kind unter großen Stress gerät oder zum Beispiel krank wird, benötigt und verlangt es in der Regel seine Hauptbindungsperson, die es seiner Erfahrung nach am besten beruhigen kann.

Bindungspersonen wie die Großeltern, die Fachkräfte in der Kita oder eine Tagespflegeperson können in der Regel bei weniger belastenden oder ängstigenden Situationen auch gut trösten (siehe Kapitel 8 *Eingewöhnung*).

Solange ein Kind gesund und munter ist, wendet es sich gerne allen Bezugspersonen zu.

## AUSSERFAMILIÄRE BETREUUNG: WO, AB WANN UND WIE LANGE – WAS BRAUCHEN KINDER UNTER 3 JAHREN?

Für viele Familien steht in den ersten Lebensjahren die Entscheidung an, ob und wie lange das Kind auch von Personen außerhalb der Familie betreut werden soll oder muss – in einer Krippe, bei einer Tagespflegeperson oder auch durch ein Au-pair.

Die meisten Eltern können nicht ganz frei wählen, wann sie mit einer außerfamiliären Betreuung für ihr Kind starten möchten, sondern sind an äußere Rahmenbedingungen gebunden. Deshalb ist im Folgenden aufgelistet, was in welchem Alter des Kindes bei der Wahl eines neuen Settings zu beachten ist:



### Erstes Lebensjahr

Im ersten Lebensjahr bauen sich die ersten Bindungsbeziehungen des Kindes auf. Deshalb ist eine außerfamiliäre Betreuung in dieser Zeit nicht empfehlenswert. Falls dies unumgänglich ist, wäre eine individuelle Betreuung durch eine Tagespflegeperson oder eine sogenannte „Nanny“, die das Kind in seinem Zuhause betreut, einem Gruppensetting wie in einer Krippe vorzuziehen. Denn in den ersten Monaten wird das Bindungsverhaltenssystem von Babys in kurzen Abständen durch Müdigkeit, Aufwachen, Hunger, Durst und Verdauungsbeschwerden aktiviert. Meist kann in einem familiennahen, individuellen Kontext besser auf diese noch sehr starken Regulationsbedürfnisse eingegangen werden.

### Zweites Lebensjahr

Zwischen dem 6. und 18. Lebensmonat ist die Trennungsangst bei den meisten Kindern besonders ausgeprägt (siehe Fremdeln S. 9). Genau in diesen sensiblen Zeitraum fällt häufig der Übergang in eine außerfamiliäre Betreuung. In dieser Phase wird das Bindungssystem durch unvertraute Personen und fremde Umgebungen besonders leicht aktiviert und das Kind braucht Körperkontakt zu einer Bindungsperson, um sich wieder beruhigen zu können – sowie die Gewissheit, dass diese Person verlässlich verfügbar ist.

Wichtig ist gerade bei Kindern, die noch nicht sprechen können, dass sich die Eltern regelmäßig mit den anderen Bezugspersonen austauschen. Gerade wenn das Kind noch nicht selbst erzählen kann, was in den letzten Stunden passiert ist, ob es gestürzt ist oder Bauchweh hatte, ist es wichtig, dass hier ein kontinuierlicher Austausch stattfindet. Trauen Sie sich nachzufragen und zögern Sie nicht, selbst zu erzählen, wenn z.B. die Nacht unruhig war, ein neuer Zahn kommt oder ein Entwicklungsschritt ansteht.

### Drittes Lebensjahr

Zwischen dem zweiten und dem dritten Geburtstag entwickeln die allermeisten Kinder ein Interesse am Zusammensein mit anderen Kindern, weshalb ein Gruppensetting in der Betreuung durchaus ein Gewinn sein kann. Trotzdem ist eine behutsame und individuelle Eingewöhnung ebenso wichtig wie zu einem früheren Zeitpunkt. Auch Kinder im dritten Lebensjahr geraten noch sehr häufig in Überforderungssituationen und brauchen im Tagesablauf häufig die Hilfe von verlässlichen Bezugspersonen.



### Gut zu wissen

In den ersten Lebensjahren sollte der Umfang der außerfamiliären Betreuung auf jeden Fall so angelegt sein, dass noch genug Zeit für intensive Zuwendung durch die Eltern während der Wachzeit bleibt.



# EINGEWÖHNUNG ALS GRUNDLAGE FÜR AUSSERFAMILIÄRE BETREUUNG

## 8

Aus Sicht der Bindungsforschung sind verlässliche und konstante Bezugspersonen bei der Wahl des Betreuungssettings entscheidend. Denn: Ob ein Kind (unter drei Jahren) sich in einer Umgebung wohlfühlt, die nicht seine gewohnte ist, hängt davon ab, ob es dort mindestens eine Person gibt, die ihm vertraut ist und an die es sich bei Überforderung, Kummer oder Unwohlsein wenden kann – und ob diese dann feinfühlig auf seine Signale und Bedürfnisse eingeht.

### Ohne Eingewöhnung geht es nicht

Ein Kleinkind muss sich auf Vertrautes verlassen können, um Neues in Angriff zu nehmen (siehe Abbildung Wippe auf

S. 11). Eine langsame und individuelle Eingewöhnung ist deshalb elementar beim Übergang in eine neue Umgebung. Um mit einer neuen Person vertraut zu werden, muss ein Kind ausreichend Gelegenheit haben, diese im Beisein der Eltern kennenzulernen.

Je individueller eine Eingewöhnung auf das Kind und die Familie abgestimmt werden kann, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass eine gute und tragfähige Beziehung zu der neuen Person entsteht. Gerade jüngere Kinder brauchen im Tagesverlauf oft Hilfe, um mit intensiven Gefühlen wie Wut, Überforderung oder Eifersucht umzugehen. Das feinfühlig Eingehen auf die Gemütslage des Kindes

### Wie sollte eine Eingewöhnung gestaltet sein?

Eine Eingewöhnung in eine außerfamiliäre Betreuung wird über einen Zeitraum von mindestens vier bis sechs Wochen elternbegleitet, bezugspersonenorientiert und abschiedsbewusst durchgeführt.

**Elternbegleitet** bedeutet: In Anwesenheit von Mutter oder Vater (einer primären Bindungsperson), lernt das Kind die neue, fremde Umgebung ganz allmählich kennen. Die familiäre Bindungsperson dient als sichere Basis, von der aus das Kind erkunden kann.

**Bezugspersonenorientiert** bedeutet: In der Einrichtung wird eine Bezugsperson (und eine verlässliche Vertretung) zugewiesen, die zum Kind eine Beziehung aufbaut. Diese plant mit der Familie die Eingewöhnung und nimmt sich Zeit für Kind und Eltern.

**Abschiedsbewusst** bedeutet: In der zweiten Phase der Eingewöhnung werden kurze Abschiede von Mutter/Vater ausprobiert. Der Elternteil entfernt sich für kurze Zeit und kommt dann wieder. So lernt das Kind, dass zum Abschied die zuverlässige Wiederkehr gehört.

beinhaltet auch, dessen Emotionen zu benennen und gemeinsam mit ihm herauszufinden, was der Grund dafür ist (siehe Kapitel 5 *Kleinkinder brauchen Hilfe bei der Regulation ihrer Gefühle*). Dies ist nur in vertrauten und kontinuierlichen Beziehungen möglich, in der die Bezugsperson auch ausreichend Zeit und die Möglichkeit hat, sich dem einzelnen Kind intensiv zuzuwenden.

Achtung: Kommen Kinder unter drei Jahren ohne Eingewöhnungsphase von einem Tag auf den anderen z.B. in eine Krippe, zeigen sie starke Stressreaktionen, die sich auf ihre gesamte Entwicklung negativ auswirken können!

### Gut zu wissen

Ob eine Eingewöhnung erfolgreich war, können Sie an folgendem Verhalten Ihres Kindes erkennen:

- Das Kind sucht und findet bei Belastung und Stress Trost bei der Fachkraft oder Tagespflegeperson.
- In Überforderungssituationen oder bei Müdigkeit lässt sich das Kind von der Bezugsperson auf den Schoß nehmen und trösten.
- Ihr Kind interessiert sich für die Räume, Materialien und Spiele in der neuen Umgebung und es nimmt aktiv am (Kita-)Alltag teil.

### Fallbeispiel: Abschied mit Wiederkehr

Marie (1,5 Jahre) hat vor zwei Wochen mit der Eingewöhnung in der Krippe angefangen. Zwischen ihr und Frau H. ist – größtenteils in Anwesenheit von Marias Mutter – schon eine gute Verbindung entstanden. Die Kleine freut sich morgens immer, wenn sie Frau H. sieht, auch kurze Trennungen von der Mama haben in den vergangenen Tagen gut geklappt. Heute wird die Mutter Marie für zwei Stunden alleine in der Krippe lassen. Beim Abschied weint das Mädchen kurz, lässt sich aber von Frau H. schnell beruhigen und fängt an, mit ihr ein Buch anzusehen. Zwischendurch fragt Marie mal nach ihrer Mutter, spielt dann aber weiter mit einem anderen Kind und empfängt ihre Mutter später strahlend, als diese wiederkommt.



## FEINFÜHLIGES VERHALTEN KANN MAN LERNEN

Eltern machen sich heutzutage meist viel mehr Gedanken als früher, wie sie ihr Kind bestmöglich fördern und auf ihr späteres Leben vorbereiten können. Auch der Anspruch an pädagogische Bezugspersonen, das Kind in seiner Entwicklung bestmöglich zu fördern, ist enorm gestiegen.

### Setzen Sie sich nicht unter Druck!

Alle Eltern wollen für ihr Kind nur das Beste, viele sind jedoch verunsichert, wie sie sich dem Kind gegenüber verhalten sollen oder fühlen sich bei der Erziehung unter einem hohen Leistungsdruck. Das Wissen über Bindung und das Konzept der Feinfühligkeit sollte dazu dienen, Eltern und professionellen Bezugspersonen eine Orientierung zu geben, die es ihnen ermöglicht, das Kind besser zu verstehen, sich im Umgang mit dem Kind sicherer zu fühlen und so mehr Freude und Zufriedenheit mit dem Kind zu erleben. Feinfühliges Verhalten sollte jedoch auf keinen Fall unter Leistungsaspekten verstanden werden. Forschungsergebnisse zeigen: Feinfühliges Verhalten lässt sich lernen. Um Feinfühligkeit zu lernen, ist es wichtig, sich die Verhaltensmuster dem Kind gegenüber bewusst zu machen, diese zu reflektieren und wenn nötig zu verändern.

### Warum handle ich so und nicht anders?

Ein erster Schritt dabei ist, sich bewusst zu machen, wodurch das eigene Verhalten geprägt ist. Hierzu zählen:

- Die eigenen Erfahrungen aus der Kindheit
- Intuitives Wissen, wie man mit dem Kind umgeht
- Wissen aus Ratgebern, Internet oder von Kinderärztinnen und Kinderärzten
- Ratschläge von Familie und Freundeskreis
- Bei pädagogischen Bezugspersonen: Wissen aus der Ausbildung.

### Wenn die „Geister der Vergangenheit“ stören

Im Umgang mit kindlichen Gefühlen haben insbesondere die eigenen Kindheitserfahrungen einen starken Einfluss auf das Erziehungsverhalten. Manchmal bringen Kinder Gefühle zum Ausdruck, die unangenehm sind oder großes Unbehagen auslösen. Eine häufige Reaktion ist, sich von diesen Gefühlen zu distanzieren oder zu versuchen, diese Gefühle nicht zu beachten. Der Grund dafür ist, dass die Gefühle unserer Kinder häufig starke Gefühle in uns selbst auslösen. Wenn Bezugspersonen nicht in der Lage sind, auf (bestimmte) Gefühle von Kindern einzugehen, fangen die Kinder an, diese Gefühle zu verstecken oder sich wegen dieser Gefühle zu schämen. So bringen wir unseren Kindern bei, Angst vor Gefühlen zu entwickeln oder sich aufgrund von Gefühlen zu schämen, die eigentlich ganz normal und gesund sind.

Dieser negative Kreislauf lässt sich jedoch unterbrechen: Indem man seine eigene Geschichte und Gefühle reflektiert und ver-

sucht zu verstehen, was ein Kind braucht, kann man den Einfluss eigener Erfahrungen verringern oder sogar ausschalten.

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

Achten Sie bewusst auf Situationen, in denen wiederholt Konflikte mit dem Kind auftreten, in denen sich das Kind „unangemessen“ verhält oder Sie unverhältnismäßig abweisend, genervt, ärgerlich oder wütend reagieren.

Durchdenken Sie diese Situationen in Ruhe. Überlegen Sie, warum Sie auf bestimmte Verhaltensweisen des Kindes so reagieren, wie Sie es üblicherweise tun. Lassen Sie dabei verschiedene Möglichkeiten zu und bewerten oder rechtfertigen Sie Ihre emotionalen Reaktionen nicht vor sich. Alle Gefühle sind erlaubt. Auch Sie haben ein Recht auf Ihre Gefühle und Bedürfnisse.

Versuchen Sie, sich in die Perspektive des Kindes hineinzusetzen: Was will Ihnen das Kind mit seinem Verhalten sagen? Welche Bedürfnisse, Motivationen und Gefühle stehen hinter dem gezeigten Verhalten? Was wünscht sich das Kind in solchen Situationen von Ihnen?

### Suchen Sie nach dem, was funktioniert

Überlegen Sie, in welchen Situationen es zwischen Ihnen und dem Kind gut geklappt hat. Wie haben Sie das damals genau gemacht? Und wenn etwas funktioniert, machen Sie mehr davon!

Meistens ist in solchen Krisensituationen keine spezifische Lösung des Problems nötig, sondern es genügt, einfach für das Kind da zu sein, Beruhigung und Trost zu bieten und die Gefühle des Kindes zu ordnen. Die Beziehung und das Vertrauen zu stärken, gelingt am besten, wenn die emotionalen Grundbedürfnisse von allen Beteiligten respektiert und bestmöglich erfüllt werden.

### Niemand ist perfekt, aber: Übung macht den Meister!

Insgesamt gilt: Es geht nicht darum, die kindlichen Bedürfnisse immer perfekt zu befriedigen. Es geht vielmehr darum, einerseits eine wohlwollende, empathische Grundhaltung gegenüber Kindern und ihren Bedürfnissen zu entwickeln. Andererseits ist es wichtig, sich selbst, seine Geschichte und seine eigenen „blinden Flecken“ immer besser kennenzulernen sowie sich selbst gegenüber eine wertschätzende und wohlwollende Grundhaltung zu erarbeiten.

Einige Veränderungen können durch das Hinterfragen der eigenen Verhaltensmuster erreicht werden – oft hilft es, mit dem Freundeskreis oder den Kolleginnen und Kollegen zu sprechen.

Manchmal ist auch die Inanspruchnahme professioneller Hilfe nötig (Adressen siehe S. 37).



### Es lohnt sich!

Das eigene Verhalten zu ändern, kann zunächst schwierig und anstrengend sein, der Aufwand lohnt sich jedoch. Mit der Zeit können so neue Beziehungsmuster zwischen Ihnen und dem Kind entstehen, wodurch sich die Beziehung zum Kind verbessert und für beide Seiten entspannter und befriedigender wird.

### Fallbeispiel

Alexandra (30) kommt aus einem strengen Elternhaus. Ihr Vater ist der Ansicht, dass Kinder in erster Linie eine harte Hand brauchen, um eine Orientierung im Leben zu haben. Alexandra kann sich nicht daran erinnern, mit ihren Eltern je gekuschelt zu haben. Sie kann sich insgesamt wenig an ihre Kindheit erinnern, das Verhältnis zu ihren Eltern ist heute eher kühl und sachlich. Emil, der kleine Sohn von Alexandra, ist 15 Monate alt. Über seine Erziehung hat sich Alexandra im Vorfeld wenig Gedanken gemacht. Aber als Emil auf der Welt war, bemerkte sie, dass sie das, was sie in ihrer eigenen

Kindheit erfahren hatte, nicht an Emil weitergeben will. Ihre Eltern finden, dass sie den Kleinen maßlos verwöhnt, auch weil sie ihn zum Beispiel seit Kurzem selbst mit dem Löffel essen lässt, wobei oft viel daneben geht. Sie schimpft auch nicht mit ihm, wenn er große Unordnung in der Wohnung veranstaltet, weil sie spürt, dass er das noch nicht verstehen würde. Ihre Eltern prophezeien ihr, dass Emil ein „tyrannisches, ungezogenes Kind“ werden würde. Sie selbst macht aber die Erfahrung, dass Emil meistens kooperativ und zufrieden ist und lässt sich bei seiner Erziehung weiterhin von ihrer eigenen inneren Stimme leiten.

# FÜRSORGE IST SELBSTFÜRSORGE

Der Alltag mit Kindern kann phasenweise sehr anstrengend sein. Alltägliche Stresssituationen mit dem Kind gehören dazu und sind völlig normal. Überschreiten Betreuungspersonen jedoch dauerhaft ihre Belastungsgrenze, so besteht die Gefahr, dass ihre Feinfühligkeit im Umgang mit dem Kind darunter leidet. Ein feinfühligem Umgang mit dem Kind setzt voraus, dass Sie ebenfalls achtsam und feinfühlig mit Ihren eigenen Bedürfnissen umgehen.

### Unterscheiden Sie zwischen Wünschen und Bedürfnissen!

Für Kinder ist es wichtig, dass ihre emotionalen Grundbedürfnisse nach Nähe so gut wie möglich befriedigt werden. Dies bedeutet jedoch nicht, dass Sie jeden Wunsch eines Kindes erfüllen müssen. Finden Sie die Balance zwischen Ihren eigenen Bedürfnissen und denen des Kindes. In der Familie und in größeren Kindergruppen ist es oft nicht möglich, immer den Bedürfnissen von allen Personen gleichermaßen gerecht zu werden. Versuchen Sie eine Kompromisslösung zu finden, die den Bedürfnissen von allen in dieser Situation am besten gerecht wird. Achten Sie auf eine der Persönlichkeit und dem Entwicklungsstand des Kindes angemessene Lösung.

### Freiräume schaffen und auftanken

Schaffen Sie sich im Alltag Freiräume, um Ihre Energiereserven wieder aufzutanken. Zur Entlastung können hier ganz unterschiedliche Dinge beitragen:

#### Für Eltern

- Wechseln Sie sich (wenn möglich) mit Ihrem Partner in der Kinderbetreuung ab oder bitten Sie Großeltern oder weitere Bezugspersonen, die gerne auf Ihr Kind aufpassen.
- Gestalten Sie die Zeit mit Ihrem Kind möglichst stressfrei. Manchmal muss man dazu die eigene Erwartungshaltung anpassen.
- Berücksichtigen Sie die kindlichen Bedürfnisse bei der Gestaltung des Tages (z.B. Auswahl und Uhrzeit geplanter Termine).
- Bauen Sie sich ein soziales Netz auf (Nachbarschaft, Freundeskreis, Spielgruppen, etc.). Hier können Sie sich regelmäßig treffen und austauschen.

#### Für pädagogische Bezugspersonen

- Überdenken Sie (ggf. im Team) Abläufe und Tagesstrukturen, planen Sie immer wieder Zeitfenster für positive Interaktionen mit den Kindern ein.
- Wenn Sie sich dauerhaft überlastet fühlen, tauschen Sie sich unbedingt mit Kolleginnen und Kollegen oder Vorgesetzten aus.



- Wenn möglich: Bilden Sie „Team-Tandems“, um in konflikthafter Situationen mit Kindern gegenseitig einzuspringen oder zum Austausch bereit zu stehen.
- Wenn Sie als Team merken, dass Sie an Ihre Grenzen kommen, fordern Sie Supervision ein.

Ihre Energie vor allem darauf verwenden, die emotionale Verbindung zum Kind aufrechtzuerhalten oder nach solchen Konflikten wiederherzustellen.

Verlangen Sie jedoch nicht zu viel von sich. Schuldgefühle und Vorwürfe haben noch nie jemandem geholfen, sich sicherer zu fühlen.

**Krisen und Konflikte gehören zum Leben**

Es gibt keine perfekten Eltern. Es gibt auch keine unfehlbare professionelle Bezugsperson. Es ist auch weder möglich noch der Anspruch, immer perfekt auf die Gefühle von Kindern zu reagieren. Gerade in Phasen, in denen die Bedürfnisse von Betreuungspersonen und Kind weit auseinanderklaffen – z.B. bei Entwicklungsschüben oder wenn die Betreuungspersonen gerade großen Belastungen ausgesetzt sind – kann und darf es durchaus auch zu Konflikten kommen. Das ist völlig normal. Anstatt sich Vorwürfe zu machen oder sich mit Schuldgefühlen zu belasten, sollten Sie

**Respekt und Kooperation schaffen Entlastung!**

Andauernde Machtkämpfe mit dem Kind, um die Einhaltung von Regeln und die Organisation des Alltags, können auf Dauer sehr kräftezehrend sein. Machen Sie sich in solchen Situationen bewusst: Je mehr Sie die Bedürfnisse und Grenzen des Kindes respektieren, umso mehr Respekt wird Ihnen das Kind auch entgegenbringen und desto kooperationsbereiter wird es sich verhalten. Dabei ist es wichtig, nicht zu viel vom Kind zu verlangen, aber auch die eigenen Bedürfnisse nicht zu weit hinten zu stellen.



Holen Sie sich rechtzeitig Hilfe, wenn Sie mit einer Situation alleine nicht mehr klar kommen und sich Wut und Ärger aufstauen. Häufig hilft es schon, einfach nur darüber zu reden. Egal, aus welchem Grund Sie sich überfordert fühlen: Es gibt genügend professionelle Hilfe und Beratungsstellen, die Ihnen gerne weiterhelfen.

**Unter folgenden Links können Sie Informationen und Hilfe bekommen:**

**In Bayern:**

- [www.familienbildung.bayern.de](http://www.familienbildung.bayern.de)
- [www.familienstuetzpunkte.bayern.de](http://www.familienstuetzpunkte.bayern.de)
- [www.erziehungsberatung.bayern.de](http://www.erziehungsberatung.bayern.de)
- [www.elternimnetz.de](http://www.elternimnetz.de)
- [www.elternbriefe.bayern.de](http://www.elternbriefe.bayern.de)
- [www.familienhandbuch.de](http://www.familienhandbuch.de)
- [www.koki.bayern.de](http://www.koki.bayern.de)

**Auf Bundesebene:**

- [www.bke-elternberatung.de](http://www.bke-elternberatung.de)
- [www.bzga.de](http://www.bzga.de)
- [www.familien-wegweiser.de](http://www.familien-wegweiser.de)

- 
- Becker-Stoll, F., Beckh, K. & Berkic, J. (2018). *Bindung. Eine sichere Basis fürs Leben*. München: Kösel.
- Berkic, J., Beckh, K. & Becker-Stoll, F. (2016). *Stark durch Bindung*, Broschüre des StMAS für (werdende) Eltern.
- Cooper, G. Hoffman, K. Marvin, R. & Powell, B. (2000). *Secure and limited circles of security*. Unpublished material, Centre for Clinical Intervention, Spokane, WA, and University of Virginia.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1995). *Human autonomy: The basis for true self-esteem*. In M. Kernis (Eds.), *Efficacy, agency, and self-esteem* (pp. 31-49). New York Plenum.
- Elternbildung Schweiz (2018): <https://www.elternbildung.ch/>
- Grossmann, K. & Grossmann, K. E. (2012). *Bindungen – das Gefüge psychischer Sicherheit*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Hoffmann, K., Cooper, G. & Powell, B. (2017). *Raising a secure child*. New York, NY: The Guilford Press.
- Largo, R. H. (2019). *Babyjahre. Entwicklung und Erziehung in den ersten vier Jahren*. München: Piper.
- Schneider, W. & Lindenberger, U. (Hrsg.) (2018). *Entwicklungspsychologie*. Weinheim: Beltz.

## **Impressum**

### **Herausgeber:**

BKK Landesverband Bayern  
Züricher Str. 25  
81476 München  
[www.bkk-bayern.de](http://www.bkk-bayern.de)

### **Kontakt:**

[kleinkindalter@ifp.bayern.de](mailto:kleinkindalter@ifp.bayern.de)

### **Text:**

Dr. Julia Berkic  
Dr. Daniela Mayer  
Fabienne Hartig  
Staatsinstitut für Frühpädagogik und  
Medienkompetenz (IFP)

Gestaltung: fsg3  
Bildnachweis: shutterstock, 123RF  
Druck: Humbach & Nemazal  
Stand: September 2022

© BKK Landesverband Bayern. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit vorheriger schriftlicher Genehmigung.  
1. Auflage: September 2022