

Ute Koglin · Franz Petermann

# Verhaltenstraining im Kindergarten



Ein Programm zur Förderung  
emotionaler und sozialer Kompetenzen

2., überarbeitete Auflage

HOGREFE



# Verhaltenstraining im Kindergarten



# Verhaltenstraining im Kindergarten

*Ein Programm zur Förderung  
emotionaler und sozialer Kompetenzen*

von  
Ute Koglin  
und Franz Petermann

2., überarbeitete Auflage

HOGREFE



GÖTTINGEN · BERN · WIEN · PARIS · OXFORD  
PRAG · TORONTO · BOSTON · AMSTERDAM  
KOPENHAGEN · STOCKHOLM · FLORENZ

*Prof. Dr. Ute Koglin*, geb. 1972. 1992–1998 Studium der Psychologie in Bremen. 1999–2002 Mitarbeiterin am Lehrstuhl für Klinische Psychologie der Universität Erlangen-Nürnberg. 2003 Promotion. Seit 2003 Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Zentrum für Klinische Psychologie und Rehabilitation an der Universität Bremen. 2011 Habilitation. Seit 2010 Vertretungsprofessorin für Entwicklungspsychologie an der Universität Bremen.

*Prof. Dr. phil. Franz Petermann*, geb. 1953. 1972–1975 Studium der Mathematik und Psychologie in Heidelberg. Wissenschaftlicher Assistent an den Universitäten Heidelberg und Bonn. 1977 Promotion. 1980 Habilitation. 1983–1991 Leitung des Psychosozialen Dienstes der Universitäts-Kinderklinik Bonn, gleichzeitig Professor am Psychologischen Institut. Seit 1991 Lehrstuhl für Klinische Psychologie an der Universität Bremen und seit 1996 Direktor des Zentrums für Klinische Psychologie und Rehabilitation (ZKPR).

*Zu diesem Buch ist außerdem eine Kiste mit Spielmaterialien lieferbar. Diese kann über die Testzentrale Göttingen ([www.testzentrale.de](http://www.testzentrale.de)) bezogen werden (Bestellnummer: 01 338 01).*

© 2006 und 2013 Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG  
Göttingen • Bern • Wien • Paris • Oxford • Prag • Toronto • Boston  
Amsterdam • Kopenhagen • Stockholm • Florenz  
Merkelstraße 3, 37085 Göttingen

**<http://www.hogrefe.de>**

Aktuelle Informationen • Weitere Titel zum Thema • Ergänzende Materialien

**Copyright-Hinweis:**

Das E-Book einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar.

Der Nutzer verpflichtet sich, die Urheberrechte anzuerkennen und einzuhalten.

---

Illustrationen: Irene Stetzka  
Satz: ARThür Grafik-Design & Kunst, Weimar  
Format: PDF

ISBN 978-3-8409-2485-9  
Best. Nr. 01 338 02

## **Nutzungsbedingungen:**

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

## **Anmerkung:**

Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigelegt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

# Vorwort

Die frühe Förderung von Kindern wird in Zukunft eine immer größere Bedeutung einnehmen. Kinder lernen von Geburt an; ihre Entwicklung wird von ihnen selbst und von ihrer Umwelt beeinflusst. Der Umgang mit eigenen Gefühlen, den Gefühlen anderer Menschen und die Fähigkeit mit Konflikten umzugehen, sind wesentliche Voraussetzungen, um zufriedenstellende Beziehungen aufbauen zu können. Diese sozial-emotionalen Kompetenzen beeinflussen auch die Entwicklung in anderen Bereichen. In zufriedenstellenden sozialen Beziehungen lernen Kinder leichter und können Selbstwirksamkeit erleben. Sozial-emotionale Kompetenzen wirken sich auf den schulischen Erfolg eines Kindes aus und beeinflussen dadurch vielfältig den Lebensweg eines Kindes.

Die frühe Förderung sozial-emotionaler Kompetenzen im Kindergarten ist wichtig, weil in dieser Entwicklungsphase bedeutsame „Weichen“ fürs Leben gestellt werden. Das Erlernen solcher Kompetenzen erfolgt bereits im Säuglingsalter. Die systematische Förderung von Kindern sollte vor diesem Hintergrund sogar noch vor dem Kindergartenalter beginnen. Eine Förderung sozial-emotionaler Kompetenzen unterstützt die Kinder in der normalen Entwicklung und trägt dazu bei, dass Verhaltensauffälligkeiten nicht entstehen. Es kann angenommen werden, dass Kinder mit oppositionell-aggressivem Verhalten und Kinder mit Anzeichen sozial unsicheren Verhaltens durch den frühen Erwerb sozial-emotionaler Kompetenzen profitieren.

Das Verhaltenstraining im Kindergarten bietet die Möglichkeit, die neuen Wege der Primärerziehung zu bestreiten. Das Vorgehen ist wissenschaftlich begründet und hilft dabei, soziale und emotionale Kompetenzen von Kindern zu fördern. Durch wissenschaftliche Studien, die die Wirksamkeit des Verhaltenstrainings überprüften, wissen wir, dass Kinder damit in ihrer Entwicklung unterstützt werden.

Seit dem Erscheinen des Verhaltenstrainings im Kindergarten haben wir viele hilfreiche Anregungen aus der Praxis erhalten. Einige davon finden nun Eingang in diese überarbeitete Auflage. Wir freuen uns darauf, auch weiterhin Briefe oder E-Mails von Fachkräften zu erhalten, die mit diesem Training arbeiten. Wir danken auch den Kindern, Eltern und pädagogischen Fachkräften, die uns bei der Durchführung der Wirksamkeitsstudien unterstützt haben. Frau Irene Stetzka danken wir für die Zeichnungen, mit denen das vorliegende Training kindgerecht gestaltet und umgesetzt wurde.

Den Kindern und Erwachsenen, die mit dem Verhaltenstraining arbeiten werden, wünschen wir viel Spaß und Erfolg.

Bremen, im Juni 2012

Ute Koglin und Franz Petermann





# Inhaltsverzeichnis

<b>1 Einleitung</b> .....	9
<b>2 Verhaltensauffälligkeiten im Kindergartenalter</b> .....	10
2.1 Oppositionell-aggressives Verhalten .....	12
2.1.1 Erscheinungsformen und Verlauf. ....	12
2.1.2 Ursachen. ....	13
2.2 Sozial unsicheres Verhalten .....	14
2.2.1 Erscheinungsformen und Verlauf. ....	15
2.2.2 Ursachen. ....	16
<b>3 Emotionale und soziale Kompetenz</b> .....	17
3.1 Emotionale Kompetenz .....	17
3.2 Emotionale und soziale Kompetenz .....	21
3.3 Emotionale Kompetenz und Verhaltensauffälligkeiten .....	22
3.3.1 Emotionale Defizite oppositionell-aggressiver Kinder .....	22
3.3.2 Emotionale Defizite sozial unsicherer Kinder .....	24
3.4 Faktoren der emotionalen Entwicklung .....	25
<b>4 Soziale Informationsverarbeitung</b> .....	31
4.1 Oppositionell-aggressive Kinder .....	33
4.2 Sozial unsichere Kinder .....	34
<b>5 Konzeption und Aufbau des Verhaltenstrainings</b> .....	36
5.1 Ziele des Verhaltenstrainings .....	36
5.2 Module des Trainings .....	38
5.3 Rahmenbedingungen .....	38
5.4 Aufbau trainingsförderlichen Verhaltens .....	43
5.5 Gesprächsrunden über Gefühle und soziale Konflikte .....	46
5.6 Rollenspiele .....	47
5.7 Übertragung der Inhalte in den Alltag .....	47
<b>6 Inhalte des Verhaltenstrainings</b> .....	51
6.1 Einführung der Leitfiguren .....	51
6.2 Sitzen und Hinsehen .....	56
6.3 Das Gefühl „Freude“ .....	61
6.4 Das Gefühl „Trauer“ .....	64
6.5 Wir basteln Winny Achtarm .....	67
6.6 Wir werden wieder froh .....	68
6.7 Das Gefühl „Angst“ .....	73
6.8 Das Gefühl „Zorn/Wut“ .....	77

6.9	Gefühle unterscheiden . . . . .	80
6.10	Wir hören Gefühle . . . . .	84
6.11	Das Gefühl „Scham I“ . . . . .	85
6.12	Das Gefühl „Scham II“ . . . . .	89
6.13	Woher kommen Gefühle? . . . . .	91
6.14	Einfühlungsvermögen . . . . .	97
6.15	Absicht oder aus Versehen. . . . .	100
6.16	Sina schimpft zu schnell. . . . .	103
6.17	Tina und Sina streiten sich. . . . .	106
6.18	Ariane drängelt sich vor. . . . .	109
6.19	Winnie ist traurig . . . . .	112
6.20	Sylvio will mitspielen . . . . .	115
6.21	Benny schubst Till . . . . .	118
6.22	Streit um einen Stuhl . . . . .	121
6.23	Was nun? . . . . .	124
6.24	Die Gefühlsspirale . . . . .	128
6.25	Abschluss: Die Gefühls-Experten . . . . .	130
<b>7</b>	<b>Wirksamkeit des Verhaltenstrainings</b> . . . . .	<b>133</b>
7.1	Wirksamkeitsstudie im Luxemburger „Projet Prima!r“ . . . . .	133
7.2	Wirksamkeitsstudie in Bremen und Niedersachsen . . . . .	135
7.3	Ergebnisse. . . . .	136
7.4	Diskussion . . . . .	138
	<b>Literatur</b> . . . . .	<b>140</b>
	<b>Anhang</b>	
	Verzeichnis der Bilder, Arbeitsblätter und Materialien auf der CD-ROM. . . . .	147

# 1 Einleitung

Die Kindergartenzeit stellt eine Phase schneller Veränderungen in verschiedenen Bereichen dar. Vor allem durch die schnelle sprachliche und soziale Entwicklung erobern Kinder fast täglich neue Welten. Im Kindergarten begegnen sie vielfältigen Herausforderungen. Diese sind nur dann von Kindern erfolgreich zu bewältigen, wenn es ihnen gelingt, eigenes Verhalten und eigene Gefühle zu regulieren. Kinder mit spezifischen Risikofaktoren wie Impulsivität, einem auffälligen Sozialverhalten, einer verzögerten Sprachentwicklung und Kindern aus einem schwierigen familiären Umfeld, kann der Erwerb dieser Fähigkeiten schwer fallen. Dies kann sich auch auf andere Entwicklungsbereiche negativ auswirken. Eine gute sozial-emotionale Entwicklung bildet die Basis, durch die andere Entwicklungsbereiche positiv beeinflusst werden können (Petermann & Wiedebusch, 2008). Umgekehrt führen frühe emotionale und Verhaltensauffälligkeiten auch zu Schwierigkeiten beim Übergang in die Schule und häufig auch zu schlechten Schulleistungen. Besonders oppositionell-aggressives Verhalten ist schwer zu verändern, wenn es bereits früh auftritt, und geht mit erheblichen negativen Konsequenzen für ein Kind einher.

Durch eine Anzahl von Studien der letzten Jahre stehen uns heute Kenntnisse über entwicklungsfördernde Kompetenzen zur Verfügung, die eine gezielte frühe Förderung von Kindern ermöglichen. Gleichzeitig sind Risikofaktoren für die kindliche Entwicklung bekannt, die über verschiedene Maßnahmen reduziert werden können. Die Kindergartenzeit bietet sich besonders für präventives Handeln an, weil sich in dieser Phase eine Reihe der gezielt zu fördernden Fähigkeiten erst entwickelt. Zudem wird in einer Entwicklungsphase angesetzt, in der sich Verhaltensauffälligkeiten noch nicht so stark verfestigt haben.

Wesentliche Risikofaktoren für die Entwicklung von oppositionell-aggressivem Verhalten oder sozial unsicherem Verhalten resultieren aus einer mangelnden emotionalen Kompetenz und aus Defiziten in der Fähigkeit, angemessen soziale Konflikte zu lösen. Es geht dabei vor allem um die Fähigkeit, mit den eigenen Emotionen und den Emotionen anderer erfolgreich umzugehen und sich Konfliktlösungen zu überlegen, die langfristig zu zufriedenstellenden sozialen Beziehungen beitragen.

Das vorliegende Verhaltenstraining stellt ein universelles Präventionsprogramm dar, das auf den Aufbau sozial-emotionaler Kompetenzen zielt und dazu beitragen kann, früh auftretenden Verhaltensauffälligkeiten entgegenzuwirken. Die Kinder werden dazu in der Entwicklung emotionaler Kompetenz gefördert. Damit wird eine Grundlage geschaffen, dass zukünftig soziale Anforderungen besser bewältigt werden können. Das Programm richtet sich an Erzieherinnen oder andere Fachkräfte, die mit Kindern im Alter von vier bis sechs Jahren arbeiten.

Bevor auf die einzelnen Übungseinheiten eingegangen wird, soll eine Übersicht über häufige Verhaltensauffälligkeiten von Kindern gegeben werden, die mit dem Training verringert werden können. Anschließend wird auf Konzepte emotionaler Kompetenz und auf Hilfen eingegangen, mit denen Kinder soziale Konflikte besser lösen können. Es wird dargestellt, welche Kompetenzen eine positive Entwicklung unterstützen und es werden charakteristische sozial-emotionale Defizite von Kindern mit Verhaltensauffälligkeiten beschrieben.

## 2 Verhaltensauffälligkeiten im Kindergartenalter

Sorgen über Verhaltens- oder Erziehungsprobleme sind bei Eltern von Kindergartenkindern relativ weit verbreitet. Dazu gehören zum Beispiel Probleme, die sich daraus ergeben, dass ein Kind nicht zuhört, wenn es aufgefordert wird oder nicht ruhig ist. Lösel et al. (2005) berichten aus einer Elternbefragung mit 675 Kindergartenkindern, dass über 50 % der Mütter über Erziehungs- und Verhaltensauffälligkeiten klagen, wie Gespräche unterbrechen oder nur nach Androhung von Strafe zu gehorchen. Solche Probleme treten schon sehr früh auf, wobei bei vielen Kindern dies nur über einen begrenzten Zeitraum beobachtet wird. Einige Kinder zeigen schwerwiegendere Symptome, zum Beispiel Bewegungsstereotypien oder massive Probleme bei der sozialen Kontaktaufnahme. Solche Probleme fallen deutlich auf und sind eher Zeichen einer schwerwiegenderen Entwicklungsabweichung.

Einzelne Verhaltensauffälligkeiten machen noch keine Verhaltensstörung aus. Nicht jedes Kind, das ein anderes schlägt, hat eine *Störung des Sozialverhaltens*, und viele Kinder zeigen Ängste, ohne eine *Angststörung* aufzuweisen. Mit dem Begriff „Störung“ wird in der Klinischen Kinderpsychologie eher ein ganzes Bündel von problematischen Verhaltensweisen bezeichnet, die über einen längeren Zeitraum auftreten. Die daraus resultierenden Probleme sind für ein Kind dann so stark ausgeprägt, dass eine normale Entwicklung gefährdet erscheint.

Zur Beurteilung, ob eine klinisch bedeutsame Verhaltensstörung vorliegt, müssen das Alter und der Entwicklungsstand eines Kindes berücksichtigt werden. Manche Verhaltensabweichungen treten bei Kindern vorübergehend auf, zum Beispiel das „Fremdeln“, das viele Kinder im zweiten Lebensjahr zeigen – bei einem solchen Verhalten handelt es sich um eine normale, zeitlich begrenzte Angst. Ebenso tritt aggressives Verhalten (wie Schlagen oder Treten) bis zum dritten Lebensjahr bei vielen Kindern gehäuft auf.

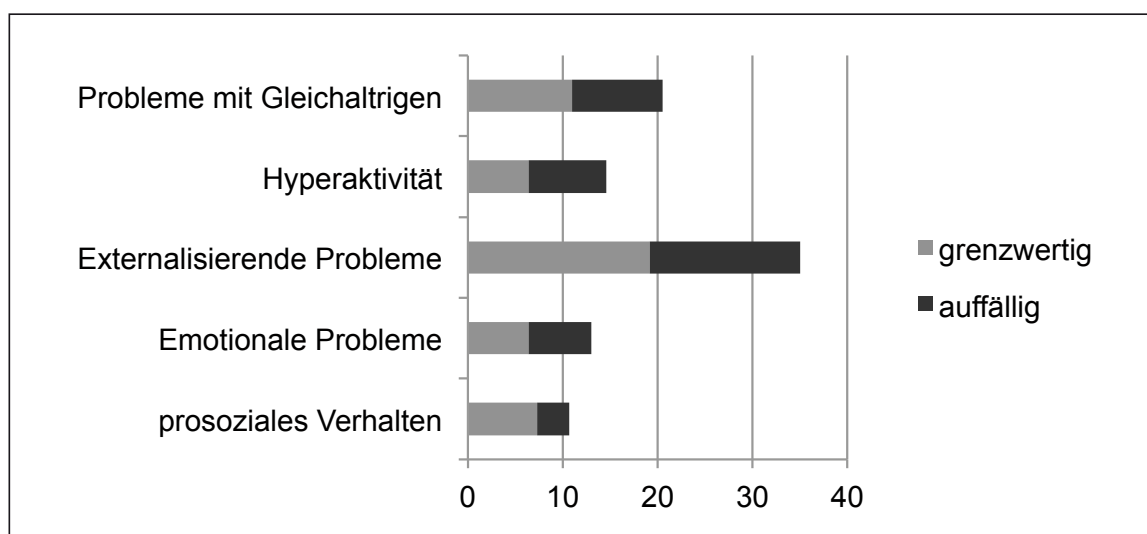
Verhaltensauffälligkeiten von Kindern kann man grob in zwei Bereiche einteilen: Kinder, die laut, ungeschickt oder aggressiv auftreten und so den Sozialkontakt mit anderen ungünstig gestalten, weisen externalisierendes Verhalten auf. Kinder, die nie auf andere zugehen, sich selbst zurückziehen, passiv oder stark an vertraute Personen (an die Mutter) anklammern, zeigen internalisierende Probleme. Das externalisierende Verhalten umfasst Wutausbrüche, unruhiges oder aggressives Verhalten; dazu zählt auch die Aufmerksamkeitsstörung (ADS) und die Aufmerksamkeitsdefizit/Hyperaktivitätsstörung (ADHS). Diese Störungen (ADS/ADHS) werden nicht näher erläutert, da es sich um neurobiologisch verursachte Störungen handelt (Barkley, 2011; Döpfner & Banaschewski, 2013), die eine gezielte Behandlung nötig machen.

Ergebnisse aus den Kinder- und Jugendgesundheitsveys (KiGGS) geben Auskunft darüber, wie viele Kinder bereits im Kindergartenalter Verhaltensprobleme aufweisen (Hölling, Erhart, Ravens-Sieberer & Schlack, 2007). Ziel des KiGGS ist es, bundesweit repräsentative Daten zum Gesundheitszustand von Kindern zu erhalten. Zur Erfassung der Verhaltensprobleme wurden die Eltern gebeten einen Fragebogen auszufüllen. Dieser Fragebogen erfasst das Verhalten von Kindern in den Bereichen:

- Emotionale Probleme,
- Hyperaktivität,

- externalisierendes Verhalten,
- Probleme mit Gleichaltrigen und
- prosoziales Verhalten.

Es handelt sich dabei um ein Screening-Verfahren, mit dem Angaben über die Häufigkeit von Verhaltensproblemen gemacht werden können. In der Gruppe der Drei- bis Sechsjährigen liegen unabhängig von der Art der Probleme bei 5,3 % klinisch bedeutsame Probleme vor und bei weiteren 8,0 % der Kinder subklinische Probleme. Subklinisch heißt, dass bei diesen Kindern bereits Verhaltensprobleme vorhanden sind, die aber noch nicht das Vollbild einer psychischen Störung erreichen. Jungen weisen deutlich häufiger als Mädchen Verhaltensprobleme auf und Kinder mit Migrationshintergrund häufiger als Kinder deutscher Herkunft. Sehr deutlich wird an den Ergebnissen, dass Kinder aus Familien mit einem geringen Sozialstatus vermehrt von Verhaltensproblemen betroffen sind. In der Gruppe der Kinder aus Familien mit einem hohen Sozialstatus weisen nur 1,6 % ein auffälliges Ergebnis auf, in der Gruppe mit einem mittleren Sozialstatus sind es 4,0 % und in der aus Familien mit einem geringen Sozialstatus sind es 11,4 %. In Abbildung 1 wird die Häufigkeit von Verhaltensproblemen nach der Art des Problems illustriert. Emotionale Probleme und Defizite im prosozialem Verhalten werden demnach am seltensten berichtet. Am meisten berichten Eltern über externalisierende Verhaltensprobleme wie Wutanfälle, oppositionelles Verhalten oder Lügen. Hier liegen 19,2 % der Kinder im grenzwertigen Bereich und bei 15,8 % im auffälligen Bereich. An zweiter Stelle folgen dann Probleme mit Gleichaltrigen.



**Abbildung 1:** Häufigkeit von Verhaltensproblemen bei drei- bis sechsjährigen Kindern (Hölling, Erhart, Ravens-Sieberer & Schlack, 2007)

Treten bereits in dieser Altersgruppe mehrere Auffälligkeiten bei einem Kind gleichzeitig auf, dann liegt eine besonders ungünstige Entwicklungsprognose vor. Bei Kindern, mit denen eine Behandlung aufgesucht wird, treten bei knapp der Hälfte externalisierende und internalisierende Probleme gleichzeitig auf (Thomas & Guskin, 2001).

Im Kindergartenalter treten vor allem oppositionell-aggressives Verhalten und sozial unsicheres Verhalten häufig auf. Diese beiden Störungsbereiche werden im Folgenden genauer dargestellt.