

## **Gefühle der Kinder mit den Kindern erforschen und benennen**

Starke Gefühle weisen auf erfüllte oder nicht erfüllte Bedürfnisse hin. Sagt ein Kind z.B. zu anderen Kindern, sie seien richtig doof, gibt es dafür einen wichtigen Grund. Es ist vielleicht traurig oder wütend, weil es nicht mitspielen darf.

Das sollten die Fachkräfte, die mit den Kindern zusammen sind, herausfinden und darauf angemessen reagieren. Kinder sollten also nicht „nur“ getröstet werden, sondern eine angemessene Reaktion auf ihre Gefühlsäußerungen erleben. Nur dann lernen sie, dass es gut ist sich mit seinen Emotionen auseinanderzusetzen und Lösungsstrategien zu entwickeln.

Um Kinder nach ihren Gefühlen zu fragen, bieten sich folgende Formulierungen an, wenn man mit ihnen über Ereignisse oder Vorfälle (auch aus Geschichten) in den Dialog kommen möchte:

- Wie hat sich ... wohl gefühlt?
- Hast du dich auch schon einmal so gefühlt?
- Was ist passiert, als du dich so gefühlt hast?
- Wie hättest du dich gefühlt, wenn dir ... passiert wäre?

## **Reflexionsfragen zum Thema für das Kita-Team**

- ✓ Bestätigen und benennen wir die Gefühle der Kinder in allen Varianten, die ihnen zur Verfügung stehen?
- ✓ Unterstützen wir die Kinder, einen breiten Gefühlswortschatz zu erwerben?
- ✓ Ermutigen wir die Kinder, Wörter für ihre Gefühle zu finden, wenn ihnen ungerechtes passiert oder es ihnen nicht gut geht?
- ✓ Unterstützen wir die Kinder, Mitgefühl zu entwickeln und sich in andere Menschen hineinzusetzen?
- ✓ Thematisieren wir mit den Kindern, dass auch Worte schmerzhaft sein können?
- ✓ Helfen wir den Kindern, den Schmerz anderer Kinder wahrzunehmen und zu benennen?