

NORBERT NAGEL

Sicherheit, Akzeptanz, Bestätigung und Liebe

Beziehungsbedürfnisse und Beziehungserfahrungen bestimmen unsere Persönlichkeit – auch im Kindergarten*

Sicherheit in Beziehung

Sicherheit ist in Beziehung ein Hauptbedürfnis und bedeutet das Bedürfnis nach körperlicher und seelischer Unversehrtheit. Wir brauchen die Sicherheit, uns in Beziehung zu anderen Menschen mit unserer Verletzlichkeit einbringen zu können, ohne Gefahr zu

Es sind verschiedene Bedürfnisse, die in Beziehungen zum Tragen kommen. Die entsprechenden Beziehungserfahrungen sind nach Auffassung der Transaktionsanalyse die Grundlage der Persönlichkeitsentwicklung. Gestaltete erlebte Beziehungen der Kindheit prägen das innere Bild von uns selbst, von anderen und der Welt. Sie bestimmen, welchen Platz wir uns in sozialen Bezügen zuschreiben und wie wir glauben, am besten durch das Leben zu kommen.

laufen, verletzt zu werden. Das Bedürfnis nach Sicherheit in Beziehungen wird befriedigt, wenn das Kind sicher weiß, dass es ausreichend mit seinen Anliegen gehört wird und eine kontaktvolle Reaktion erfährt. Ich reagiere als Bezugsperson kontaktvoll, wenn ich mich mit meiner ganzen Aufmerksamkeit auf ein

Kind beziehe, nachfrage, mich emotional hineinfühle, was das Kind mir sagen will und mich in die Verantwortung für das Thema unseres Gespräches einbinden lasse.

In der Regenbogengruppe hat in diesem Zusammenhang die Freispielzeit große Bedeutung. Denn Freispielzeit ist Zeit für Beziehung. Die Kinder suchen sich selbst ihre Ansprechpartner. Sie lernen, auf andere zuzugehen, Fragen zu stellen und selbst zu entscheiden, wie viel sie von sich mitteilen wollen. Sie üben Beziehung zu gestalten. Wenn sie dabei Akzeptanz, Schutz und positive Wertschätzung erfahren, können sie ihr Bedürfnis nach Sicherheit in Beziehung befrie-

digen. Die Erzieherinnen sind dabei mit ihrer wachen Präsenz gefordert.

Ein Beispiel soll zeigen, wie Elke begann, Vertrauen in Beziehung zu entwickeln. Anfangs äußerte sie sich nicht in der Gruppe und nahm wenig Kontakt zu anderen auf. Im Elterngespräch erhob die Mutter den Vorwurf: „Ihr bietet zu wenig.“ Eine Veränderung im Verhalten des Mädchens begann, als es eines Tages zur Erzieherin sagte: „Ich will neben dir sitzen.“ – „Gerne“, antwortete die Erzieherin und rückte ein wenig zur Seite, damit Elke Platz hat. Vor ihnen lag das Buch *Weißt du eigentlich, wie lieb ich dich hab?*. Elke deutete darauf und sagte: „Das Buch hat mein Papa in der Buchhandlung gekauft.“ – „Hast du dich darüber gefreut?“, fragte die Erzieherin. „Ja“, war ihre Antwort und ein glückliches Lachen stand in ihrem Gesicht. Im Blick auf ihre Beziehungsgestaltung war ein erster Schritt zu Eigenaktivität und Zutrauen durch Kontakt in Beziehung zur Erzieherin getan.

Bedürfnis, sich gewürdigt, bestätigt und wichtig genommen zu fühlen

In diesem Bedürfnis wollen wir sowohl mit unseren Gefühlen als auch mit unserem Denken und Handeln gewürdigt und wichtig genommen werden. Das stärkt die Persönlichkeit und auch den Mut, sich selbst infrage zu stellen, Gewohnheiten zu überdenken und zu lernen. Die Regenbogengruppe bietet für dieses Bedürfnis z. B. den Erzählkreis an. Die Kinder sitzen im Stuhlkreis und der Erzählstein wandert. Immer das Kind, das den Stein in der Hand hält, hat Gelegenheit, etwas von sich zu erzählen. Die anderen hören zu, schenken Aufmerksamkeit.

Manche Kinder möchten nichts sagen und geben den Stein wortlos weiter, so Monika. Nach einiger Zeit kam sie aber nach dem Stuhlkreis zur Erzieherin und erzählte: „Ich freue mich sehr, Opa und Oma kommen heute zu Besuch.“ Das war ihre Art, den ersten Schritt zu tun, ihr Bedürfnis nach Beachtung und Bestätigung zu befriedigen. Heute erzählt sie meistens auch in der Gruppe. Wichtig für diese Veränderung war, dass sie nicht bedrängt wurde, in der Gruppe zu erzählen. Damit wurde ihr Bedürfnis nach Sicherheit befriedigt. Sie konnte den Zeitpunkt selbst wählen und im direkten Kontakt bestärkende Erfahrungen machen.

Das Bedürfnis nach Akzeptanz des emotionalen Erlebens wird durch die Arbeit mit Gefühlen befriedigt. So gibt es in der Regenbogengruppe ein Projekt zum Umgang mit Ärger. Die Kinder lernen den Kampf nach festen Regeln, den Wutausdruck mit Batakas und den Bataka-Kampf. Hier ist die Kompetenz der Erzieherinnen gefordert, den gesunden Ausdruck von Ärger von erschöpfenden oder destruktiven, auch selbstverletzenden Formen zu unterscheiden und letztere ggf. zu stoppen. Für das Kind ist die Erfahrung wichtig, mit seinem Gefühl von Ärger wie mit allen anderen Gefühlen in Ordnung und akzeptiert zu sein.

Akzeptanz durch eine stabile, zuverlässige und schützende andere Person

Wer kennt das nicht: Eine plötzliche fiebrige Erkrankung, der Arzt kommt, verschreibt etwas und schon geht es Ihnen besser. Auch als Erwachsene erleben wir es gelegentlich als erleichternd, zu jemandem aufzublicken und zu vertrauen. Vielleicht rufen Sie auch gelegentlich eine Freundin an und bitten: „Sag du mal, was ich machen soll ...“ oder „Was würdest du denn an meiner Stelle tun?“ Wenn die eigenen Fantasien und Affekte uns schrecken oder innere Verunsicherungen, Zweifel und Ängste vor einer Wiederholung früherer Verletzung in uns aufsteigen, wird das Bedürfnis nach Geborgenheit und Orientierung in uns wach. Dann helfen der Schutz, die Ermutigung und die Information anderer vertrauenswürdiger und zuverlässiger Menschen.

Aus diesen Überlegungen heraus regelte die Regenbogengruppe die Zugehörigkeit zur Gruppe. Die Kinder können in andere Gruppen gehen, doch in der eigenen Gruppe ist das Kind „zu Hause“. Die Gruppe hat eine erkennbare Innengrenze, d. h. eine klar definierte Leitung mit besonderer Zuständigkeit für die Kinder. Und sie hat eine klare Außengrenzlinie. Sie zeigt sich darin, dass es im Er-



Foto: Minkus

Wirkung auf andere zu haben und Resonanz zu erhalten: ein Grundbedürfnis in Beziehungen

leben der Kinder einen Unterschied macht, ob sie in ihrer eigenen Gruppe sind oder eine andere Gruppe besuchen. Manche Kinder gehen erst nach einem Jahr hinaus, wenn ihre Bedürfnisse nach Sicherheit und Anerkennung ausreichend befriedigt sind.

Bestätigung der persönlichen Erfahrung

Gerne sind wir in Gesellschaft von Menschen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben wie wir selbst. Wir fühlen uns dann verstanden, unsere Erfahrungen werden in besonderer Weise gewürdigt und wertgeschätzt. Deshalb begründen gemeinsame Erlebnisse oft langwährende Freundschaften. In der Regenbogengruppe haben die Kinder im Stuhlkreis die Gelegenheit, zu reagieren, wenn sie eine persönliche Erfahrung zu wichtigen Mitteilungen, die ein anderes Kind macht, erzählen wollen.

So sagte Felix: „Ich bin traurig, mein Papa ist ausgezogen.“ Oliver und andere berichteten: „Meiner auch.“ Die Erzieherin unterstützte, indem sie sagte: „Es ist o. k., traurig zu sein.“ Kinder mit ähnlichen Erfahrungen können füreinander Modell sein, wie Schwierigkeiten überwunden und Herausforderungen bewältigt werden können.

Selbstdefinition in Beziehung

Das Beziehungsbedürfnis nach Selbstdefinition entspringt dem Wunsch und der Notwendigkeit, ein einzigartiges und unverwechselbares Individuum zu sein. In der Abgrenzung, im Nein, im Ausdruck eigener Interessen, Vorlieben und Ideen erleben wir das Anderssein zum Du und suchen dafür Anerkennung und Annahme ohne Beschämung und Ablehnung. Darum helfen die Erzieherinnen, Unterschieden in der Gruppe ihren Platz zu geben, sie bewusst zu machen und zu benennen. So wird Individualität gefördert.

Im Stuhlkreis wurde die biblische Geschichte erzählt, in der Jesus Wasser in Wein wandelte. Einige Kinder sagten: „Traubensaft wäre doch viel besser gewesen.“ Andere wandten ein: „Das ist halt so. Der hat halt Wein gemacht.“ Beide Meinungen sind o. k., können nebeneinander stehen und geben Gelegen-

heit zur Selbstdefinition in Beziehung. Unterschiede werden beispielsweise auch beim Malen eines Bildes zum Thema „Das bin ich und das esse ich gerne“ deutlich. Die Bilder werden aufgehängt, der Erzählstein geht herum und die Kinder kommentieren ihre Werke. Die Bilder bleiben im Raum hängen – nicht nur die besonders schönen, sondern alle!

Bedürfnis, auf eine andere Person Wirkung zu haben

Was tun Sie für ein Lächeln? Wenn wir mit unserem Verhalten eine Wirkung erreichen, erleben wir uns in Beziehung. Das gilt für ärgerliche Reaktionen ebenso wie für wohlwollende. Aus dem Bedürfnis heraus, auf eine andere Person Wirkung zu erzielen, versuchen wir Einfluss auf das zu nehmen, was im Interesse des anderen liegt. Wir möchten dadurch beim anderen einen Wechsel des Affekts oder Verhaltens bewirken oder einfach seine Aufmerksamkeit und Interesse erregen. Im Stuhlkreis wird dieses Bedürfnis zum Beispiel bei Abstimmungen gelebt. Die älteren Kinder argumentieren und versuchen andere für ihre Meinung zu gewinnen. In der Regenbogengruppe gibt es auch eine Verkleidungsecke. Die Kinder erleben die Wirkung der Kleidung auf andere. Aber auch die ganz alltägliche Begrüßung „Ich sehe, du hast einen neuen Pulli an – der gefällt mir gut.“, macht die eigene Wirkung auf andere bewusst.

Vom anderen aktiviert werden

Denken Sie auch manchmal „Der könnte ja auch mal von sich aus anrufen.“? Wir erleben es als Interesse des anderen an der Beziehung, wenn wir angesprochen, angefragt oder aufgefordert werden. Aktivierung ist ein Anstoß von außen, in zwischenmenschlichen Kontakt zu treten. Und zwar in einer Art, in der ich mich in meiner Wichtigkeit anerkannt und wertgeschätzt erlebe. Kinder aktivieren zum Beispiel durch die Frage: „Wollen wir was zusammen machen?“ Auch die Erzieherin kann ein Kind ansprechen: „Wie geht es dir?“ oder „Wenn du willst, kannst du dich auf meinen Schoß setzen.“

Bücher und Lieder zu den Themen der Beziehungsbedürfnisse

In dem Kinderlied „Zwei lange Schlangen“ wird die Sehnsucht nach Beziehung besungen
Text: Wolfgang Hering/Bern Meyerholz
Musik: Wolfgang Hering
Aus: „Bewegungslieder für Kinder“ von Wolfgang Hering rororo 1996

Sicherheit in Beziehungen

Lied: „Wenn sich die Igel küssen“
Text und Musik: Johannes Kuhnen
Aus: „Menschenskinderlieder“ – Liederbuch zu den Kinderkirchtagen 1987, 16. Auflage 1995
Vertrieb: Beratungsstelle für Gestaltung, Eschersheimer Landstraße 565, 60431 Frankfurt
Tel.: 069 5302246 Fax: 069 5302281

Bedürfnis, sich gewürdigt, bestätigt und wichtig genommen zu fühlen

„Der Seelenvogel“ von Michal Snunit/Na'ama Golamb
Carlsen-Verlag, 9. Auflage 1996

Akzeptanz durch eine stabile, zuverlässige und schützende andere Person

„Ich freu' mich so, dass es dich gibt“
Jan Fearnley, Brunnen-Verlag (Deutsche Ausgabe 2000)

Bestätigung der persönlichen Erfahrung

Holde Kreul: Ich und meine Gefühle. Ill. von Dagmar Geisler, Loewe-Verlag 2000

Selbstdefinition in Beziehung

„Das kleine Ich bin Ich“, erzählt von Mira Lobe, gemalt von Lusi Weigel
Jungbrunnen-Verlag, 26. Auflage 1972

„Winni Wolf will nicht“

Text: Marie-Odile Judes, Bilder: Martine Bourre
Kerle-Verlag, 1999

Bedürfnis, auf eine andere Person

Wirkung zu haben

Lied: „Wenn du glücklich bist, dann klatsche in die Hand“
Aus: „Menschenskinderlieder“, 16. Auflage 1995
Vertrieb: Beratungsstelle für Gestaltung
Eschersheimer Landstraße 565
60431 Frankfurt
Tel.: 069 5302246 Fax: 069 5302281

Bedürfnis vom anderen aktiviert zu werden

Bilderbuch „Wer hat Zeit für den kleinen Bären?“
Text: Ursel Scheffler, Ill.: Ulisses Wensell
Ravensburger Verlag 1996

Bedürfnis, Liebe auszudrücken

„Weißt du eigentlich, wie lieb ich dich habe?“
Sam Mc Bratney, Anita Jeram
Sauerländer-Verlag, 5. Auflage 1995

Gerne spielen die Kinder der Regenbogen-gruppe Spiele, die eine Aktivierung beinhalten. So zum Beispiel das Spiel „Der Schlüsselkönig“, das im Stuhlkreis gespielt werden kann: „Ich bin der Schlüsselkönig und wer bist du?“ – „Fritz.“ – „Fritz kommst du mit ...?“ Wenn der Schlüsselbund fällt, setzen sich alle schnell hin.

Das Bedürfnis Liebe auszudrücken

Kennen Sie das Glücksgefühl, wenn Sie für einen Menschen ein Geschenk gefunden haben, von dem Sie glauben, dass es ihn erfreuen wird? Liebe auszudrücken ist ebenso ein Bedürfnis wie der Wunsch geliebt zu werden, der sich in den bisher beschriebenen Beziehungsbedürfnisse ausdrückt. Erwachsene zeigen Liebe oft in stiller Anerkennung, Dankbarkeit oder Herzlichkeit. Manchmal auch in einer Umarmung oder darin, dass sie für eine andere Person etwas tun.

Miriam, vier Jahre, drückte ihre Liebe so aus: Sie kommt zur Erzieherin, umarmt sie, gibt ihr einen Kuss und sagt: „Ich hab dich so

lieb.“ Erzieherinnen drücken ihre Liebe zum Kind z. B. dadurch aus, dass sie ihm einen Kuss geben oder es auf den Schoß nehmen. Die Erzieherinnen untereinander sind gelegentlich auch Modell für den Ausdruck von Liebe. Etwa, wenn sie sich in den Arm nehmen und sagen: „Schön, dass du da bist.“

Im Stuhlkreis sprachen die Kinder der Regenbogen-gruppe kürzlich über die Frage: „Woran erkennst du, dass dich jemand lieb hat?“ Einige sagten: „Dann kuschelt Mama mit mir.“ Andere: „Dann wirft Papa mich in die Luft.“

* In der Theorie beziehe ich mich auf die Aussagen der Transaktionsanalyse nach Eric Berne und insbesondere auf den Beitrag von Richard G. Erskine: „Relational Needs“, veröffentlicht in EATA Newsletter Nr. 73, Febr. 2002, S. 5–9. Die Praxisbeispiele stammen von Petra Reeg-Herget, die die Regenbogen-gruppe in einem Kindergarten leitet und dort mit Transaktionsanalyse und dem Konzept der Beziehungsbedürfnisse arbeitet. Ich danke ihr für die Mitarbeit an diesem Beitrag.

Norbert Nagel ist Diplom-Pädagoge, Lehrtrainer für Transaktionsanalyse (TA) und Leiter des TA-Ausbildungsinstituts IPE in Neckargemünd bei Heidelberg.

Norbert Nagel
& Partner

Dreikreuzweg 78
69151 Neckargemünd
bei Heidelberg
Tel. 06223-74030
Fax 06223-74430

eMail IPE-Nagel@t-online.de
<http://www.IPE-Nagel.de>