

Tim Rohrmann, Ann-Katrin Bockmann, Meike Burgdorf-Fuhse & Katharina Schecker (2024)

Emotion und Sprache

Jeder weiß, was eine Emotion ist, bis er gebeten wird, eine Definition zu geben.

Dann, scheint es, weiß es niemand.

(Fehr & Russell 1984, S. 464, Übersetzung T.R.)

Emotionale Entwicklung und sprachliche Entwicklung sind auf komplexe Weise miteinander verbunden. Einerseits ist sprachliches Lernen fundamental vom emotionalen Kontext und vom zwischenmenschlichen Austausch abhängig (Salisch 2021). Andererseits sind sprachliche Fähigkeiten grundlegend für die emotionale Entwicklung und Selbstregulationsfähigkeiten von Kindern (Forres et al. 2018; Rose, Ebert & Weinert 2016). Alltagsintegrierte Sprachbildung und -förderung erfordert, diese Zusammenhänge wahrzunehmen und feinfühlig mit den emotionalen Bedürfnissen und Ausdrucksformen von Kindern umzugehen. Damit trägt sie auch zur Förderung der emotionalen Entwicklung bei.

Was sind „Emotionen“?

Emotionen sind psychologisch-physiologische Zustände, die sowohl das individuelle Erleben als auch das soziale Miteinander von Menschen wesentlich bestimmen. Sie umfassen sowohl das subjektive Erleben als auch körperliche Reaktionen auf bestimmte Auslöser. Der Begriff Emotion wird dabei sehr unterschiedlich definiert und verstanden. Begriffe wie Gefühle, Stimmungen, Affekte lassen sich davon abgrenzen, werden manchmal aber auch gleichbedeutend verwendet. Viele Emotionen haben eine evolutionsbiologische Grundlage; andererseits hängen sie eng mit Kognitionen und sozialen Konstruktionsprozessen zusammen. Auslöser für Emotionen können sowohl konkret im Moment erlebte Situationen sein als auch Gedanken und Erinnerungen.

In der Psychologie wird davon ausgegangen, dass es einige Basis- oder Grundemotionen gibt, die bereits sehr bei kleinen Kindern zu beobachten sind: Freude, Angst, Wut, Trauer, Ekel und Überraschung. Aber auch Scham, aufgeregtes Interesse, Vertrauen oder Verachtung werden zuweilen zu den Grundemotionen gezählt. Ausgehend von den Grundemotionen werden im Laufe der Entwicklung komplexere Emotionen herausgebildet (Petermann & Wiedebusch 2016).

Insbesondere die Mimik scheint bei grundlegenden Emotionen universal zu sein und wird oft auch erkannt, wenn sprachliche Kommunikation nicht möglich ist. Wann und wie (sehr) Emotionen zum Ausdruck gebracht werden, ist dagegen in starkem Maße kulturabhängig.

Emotionale Entwicklung im Kindesalter

Das emotionale Lernen beginnt bereits vorgeburtlich und entwickelt sich während der gesamten Kindheit weiter. Dabei werden wesentliche Schritte der emotionalen Entwicklung in den ersten sechs Lebensjahren gegangen. So können Kinder bereits im Alter von zwei Jahren die Ausdrucksformen von Grundemotionen wie Freude, Angst und Ekel erkennen. „Dabei fällt es ihnen leichter, freudige und traurige Gesichter zu unterscheiden, als überraschte und zornige“ (Fuisz-Szamer & Samonig 2011, S. 18). In der weiteren Entwicklung erlernen Kinder die sozialen Standards und Regeln, die in ihrer Kultur für den Ausdruck von Emotionen gelten. In diesem Zuge können sie sowohl eigene Gefühle klarer, differenzierter und subtiler zum Ausdruck zu bringen, als auch die Gefühlszustände anderer besser erkennen und verstehen. Dabei werden Gefühlszustände zunehmend über das Gesicht ausgedrückt (ebenda).

Ziel der emotionalen Entwicklung im Kindesalter ist die Erlangung *emotionaler Kompetenz*: die Fähigkeit, mit den eigenen Emotionen und den Emotionen Anderer angemessen umzugehen. Dabei lassen sich drei Entwicklungsbereiche differenzieren: der *Emotionsausdruck*, das *Emotionswissen* und die *Emotionsregulation* (Petermann & Wiedebusch 2016). Diese Bereiche entwickeln sich teils aufeinander aufbauend, in vielen Aspekten aber auch parallel, und beeinflussen sich wechselseitig.

Emotionsausdruck bezeichnet die Fähigkeit, eigene Emotionen verbal oder nonverbal zu zeigen. Diese Fähigkeit beginnt sehr früh – so fangen Babys bereits im dritten Lebensmonat an ihre Emotionen bewusst durch Mimik und Gestik auszudrücken, z.B. durch Lächeln, Stirnrunzeln oder Weinen.

Mit *Emotionswissen* ist gemeint, dass Kinder ab dem Alter von drei Jahren zunehmend lernen, Gefühle zu verstehen: Warum weint Anna? Warum freut sich Max nicht, wenn ich ihm erzähle, dass ich einen neuen Freund habe? Kinder erwerben allmählich die Fähigkeit, Emotionen bei anderen wahrzunehmen und die Situationen, in denen diese auftreten, richtig zu deuten. Nach und nach verstehen sie auch, dass gezeigte und tatsächlich erlebte Emotionen nicht übereinstimmen müssen – sie können willentlich verändert oder vorgetäuscht sein. So bemerkt ein Kind möglicherweise, dass die Freundin Freude über ein gemachtes Geschenk nur vortäuscht, da diese sich vielleicht einen anderen Gegenstand erhofft hatte.

Emotionsregulation beschreibt all jene Prozesse, mit denen wir beeinflussen, welche Gefühle wir haben, wann wir sie haben und wie wir sie wahrnehmen und ausdrücken (vgl. Gross 2014). Mit zunehmender Sprachkompetenz erweitern sich die Fähigkeiten des Kindes im Bereich der Emotionsregulation. Eine angemessene sprachliche Entwicklung ist daher grundlegend für die Selbstregulationsfähigkeiten eines Kindes.

Emotions- und Sprachentwicklung

Kinder sind in ihrer Sprachentwicklung auf emotional bestätigenden und kommunikativen Austausch mit der Umwelt angewiesen. Wesentliche Schritte ihrer emotionalen Entwicklung gehen Kinder in den ersten Lebensjahren. Zunächst erfolgen sowohl Ausdruck als auch die Wahrnehmung von Emotionen wesentlich nonverbal über Körper(sprache) und Mimik (vgl. Molcho 2012). Diese bleiben zeitlebens wichtig – nicht zuletzt wegen der physiologischen Komponente von Emotionen wie Herzschlag, Blutdruck oder Schwitzen, die vom vegetativen Nervensystem und von Hormonen gesteuert werden.

Bereits in den ersten Lebensmonaten beginnen Kinder, grundlegende Emotionen wie Freude, Unbehagen und Zuneigung zu erleben und auszudrücken. Diese Basisemotionen werden überwiegend als Kommunikationsmedium genutzt, um die eigenen Bedürfnisse auszudrücken (Valentien 2016, S.6). Gegen Ende des zweiten Lebensjahres bilden sich komplexere Emotionen, wie Scham oder Stolz (Frech 2008). Den Umgang mit ihren Emotionen erlernen Kinder durch Vorbilder, die ihnen vorleben, wie diese ausgedrückt oder reguliert werden können. Ein offener Umgang mit Emotionen unterstützt die Persönlichkeitsentwicklung von Kindern (Valentien 2016, S.6f).

In der weiteren Entwicklung wird die Sprache eines der wichtigsten Instrumente für das Verständnis von und den Umgang mit Emotionen. Dabei wächst die Fähigkeit von Kindern, Emotionen auch sprachlich benennen und ausdrücken zu können. Die folgende Übersicht nennt einige „Meilensteine“ der emotionsbezogenen Sprachentwicklung:

- 1 ½ Jahre: Kinder erlernen Worte zu den Grundemotionen wie „fröhlich“ und „traurig“
- 2 Jahre: Kinder können über eigene und andere Gefühle sprechen
- 3 Jahre: Kinder können über Gefühle in hypothetischen zukünftigen Kontexten sprechen
- Ende des 4. Lebensjahres: Kinder sind in der Lage, ausführlich über Folgen und Ursachen von Gefühlen zu sprechen, und können zunehmend auch Gefühle Anderer benennen (vgl. Petermann & Wiedebusch 2016).

Gleichzeitig ist die emotionale Entwicklung eng mit der sozialen Entwicklung verknüpft, so dass oft zusammenfassend von der sozial-emotionalen Entwicklung gesprochen wird. Soziale Interaktionen sowohl mit Peers als auch mit Erwachsenen sind eine wesentliche Voraussetzung für eine gelungene Sprachentwicklung. „Diese wiederum ist eine wichtige Grundlage, um sozial-emotionale Kompetenzen in der sprachlichen Interaktion mit Anderen auszubilden“ (Rose, Ebert & Weinert 2016, S. 66).

Sprachkompetenzen und sozial-emotionale Auffälligkeiten

Sprachliche Fähigkeiten zeigen einen hohen positiven Zusammenhang zu emotionalen Kompetenzen, Selbstwert und Selbstregulationsfähigkeiten. Umgekehrt sind Aufmerksamkeitsstörungen, emotionale Probleme und Verhaltensauffälligkeiten schon im Vorschulalter deutlich häufiger bei Kindern mit Sprachentwicklungsstörungen zu beobachten (Rißling et al. 2016). Dabei scheint es Zusammenhänge in beiden Richtungen zu geben.

Einerseits wirken sich verschiedenen Studien zufolge gute Sprachkompetenzen positiv auf die spätere sozial-emotionale Entwicklung aus (Rose et al. 2016). Durch die Versprachlichung von emotionalem Erleben entwickelt das Kind anhand konkreter Situationen ein stetig wachsendes Wissen über typische Auslöser von bestimmten Emotionen. Auf diese Weise erwirbt das Kind die Fähigkeit, emotionale Situationen und Reaktionen bei sich und bei anderen vorauszusehen und entsprechend zu handeln. Andererseits ergab eine Studie mit mehrsprachigen Kindern Hinweise darauf, dass sich frühe sozio-emotionale Kompetenzen positiv auf die Entwicklung sprachlicher Kompetenzen auswirken (Ertanir, Kratzmann & Sachse 2019).

Sprachliche und sozial-emotionale Entwicklung sollten daher immer im Zusammenhang miteinander gesehen werden. Alltagsintegrierte Sprachförderung kann ein wichtiger Ansatzpunkt in der Prävention und Überwindung von sozial-emotionalen Problemen und Verhaltensauffälligkeiten sein, wenn sie eine emotionale Sprache fördert und den achtsamen Umgang mit Emotionen im sozialen Miteinander unterstützt.

Emotionen in der alltagsintegrierten Sprachbildung und -förderung

„Wie für alle Bereiche in der frühkindlichen Bildung gilt auch für die Sprachförderung, je stärker ein Kind emotional beteiligt ist und selbst handeln kann, desto intensiver verlaufen seine Lern- und Bildungsprozesse“ (Niedersächsisches Kultusministerium 2011, S. 25).

Für die Förderung von Kindern bis zu drei Jahren ist es von großer Bedeutung, Materialien und Werkzeuge zur Verfügung zu stellen, die die frühe emotionale Entwicklung unterstützen. Kinder in diesem Alter lernen zunächst durch aktives Erleben, Interaktion mit ihrer Umwelt sowie Beobachtung und Nachahmung. Daher sollten die Materialien speziell auf ihre Bedürfnisse und Fähigkeiten zugeschnitten sein.

Mit dem Spracherwerb werden Dingen nicht nur Worte zugeordnet, sondern auch (emotionale) Bedeutungen. Kinder bauen dabei ein „Gefühlslexikon“ bzw. einen „Emotionswort-

schatz“ auf. Je mehr Sprache das Kind hat, um Emotionen und damit verbundenen Wahrnehmungen zu benennen, umso leichter wird es ihm fallen, Gefühle zu verstehen – sowohl die eigenen als auch die Anderer – und seine Verhaltensweisen entsprechend zu regulieren.

Wie häufig und in welcher Tiefe wir mit Kleinkindern über Emotionen sprechen, wirkt sich darauf aus, wie gut sie später mit diesen umgehen werden: „Talk to your toddler about his or her emotions. It`s the conversation that matters“ (Kopp 2003, S. 206). Der Begriff *Emotion Talk* beschreibt, wie mit Kleinkindern kommuniziert werden kann, um ihnen den Erwerb von emotionalen Kompetenzen zu erleichtern. *Emotion Talk* beinhaltet folgende Schritte:

- Gefühle benennen
- Ursachen und Konsequenzen von Gefühlen benennen
- Emotionen mit vorangegangenen Ereignissen verknüpfen
- Überlegungen zu Problemlösung (Petermann & Wiedebusch 2016)

Zeigen Kinder Gefühle wie Angst, sollte dies als Chance genutzt werden, um Kindern Begriffe für diese Gefühle zu geben und sie in diesen Gefühlen zu begleiten, anstatt diese sofort verändern zu wollen – auch dann, wenn es sich um vermeintlich „negative“ Gefühle handelt.

Darüber hinaus gibt es vielfältige Möglichkeiten, Emotionswissen und den sprachlichen Umgang mit Emotionen durch Angebote zu entwickeln. Ein wichtiger Ansatzpunkt sind z.B. Bilderbücher, die unterschiedliche Gefühle und Wege des Umgangs mit ihnen zeigen und anerkennen. Die besten Möglichkeiten, um Kinder in ihrer emotionalen Entwicklung zu unterstützen, bieten allerdings Alltagssituationen, da sie in diesen (z.B. beim Streit in der Bauecke) Gefühle auch tatsächlich am eigenen Leib fühlen und nicht wie in einem Bilderbuch oder bei Fotokarten nur Abbildungen der Gefühle anderer sehen.

Wesentliche Grundlagen für das Emotionsverständnis und den sprachlichen Ausdruck von Emotionen werden in der Familie gelegt. Darüber hinaus kann aber auch die Institution Kita dies als wichtigen Auftrag verstehen. Sowohl im sprachbildenden sowie auch im sprachfördernden Bereich können pädagogische Fachkräfte einen entscheidenden Beitrag leisten, indem sie den Blick auf Emotionen und deren Versprachlichung in den Kita-Alltag integrieren.

Diese Perspektive in die alltagsintegrierte Sprachbildung und Sprachförderung einzubringen ist das Ziel der vorliegenden didaktischen Kiste „Emotion und Sprache“. Die enthaltenen Spiele und Übungen sind mit wenig Aufwand alltagsintegriert umzusetzen. Speziell für die Arbeit mit Kindern unter drei stehen eine separate kleine Kiste zur Verfügung. Alle Materialien und Anregungen haben das Ziel, sowohl die sprachliche als auch die emotionalen Entwicklung von Kindern zu unterstützen und zu fördern.

Literatur

Salisch, Maria von & Wübker, Marieke (2021). Sprache und Emotionswissen. In Maria von Salisch, Oliver Hormann, Peter Cloos, Katja Koch & Claudia Mähler (Hrsg.), *Fühlen Denken Sprechen. Alltagsintegrierte Sprachbildung in Kindertageseinrichtungen* (S. 33–40). Münster: Waxmann.

Fehr, Beverley & Russell, James A. (1984). Concept of emotion viewed from a prototype perspective. *Journal of Experimental Psychology: General*, 113, 464–486.

Forrest, Claire L., Gibson, Jenny L., Halligan, Sarah L. & St Clair, Michelle C. (2018). A longitudinal analysis of early language difficulty and peer problems on later emotional difficulties in adolescence: Evidence from the Millennium Cohort Study. *Autism & Developmental Language Impairments*, 3 (4), 239694151879539. <https://doi.org/10.1177/2396941518795392>

Ertanir, Beyhan; Kratzmann, Jens & Sachse, Steffi (2019). Sozio-emotionale Kompetenzen mehrsprachiger Kindergartenkinder und deren Wechselwirkungen mit den Sprachleistungen im Deutschen. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie* 51(1), 31–44. <https://doi.org/10.1026/0049-8637/a000207>.

Frech, Verena (2008). "Erkennen, fühlen, benennen..." Grundlagen der emotionalen Entwicklung im frühen Kindesalter. In Martin Textor & Antje Bostelmann (Hrsg.), *Das Kita-Handbuch*. Verfügbar unter <https://www.kindergartenpaedagogik.de/fachartikel/psychologie/1944/>

Fuisz-Samer, Nina & Samonig, Heide (2011). *Die Bedeutung des nonverbalen Ausdrucks für den Spracherwerb*. Deutsches Jugendinstitut. München. Verfügbar unter https://www.dji.de/fileadmin/user_upload/bibs/672_Expertise_Fuisz-Szammer_Samonig.pdf

Gross, James J. (2014). Emotion Regulation: Conceptual and Empirical Foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (2nd ed., pp. 3–20). New York, NY: Guilford Press.

Kopp, Claire B. (2003). *Baby steps: a guide to your child's social physical, mental, and emotional development in the first two years*. New York: Holt Paperbacks.

Niedersächsisches Kultusministerium (2011). *Sprachbildung und Sprachförderung. Handlungsempfehlungen zum Orientierungsplan für Bildung und Erziehung im Elementarbereich niedersächsischer Tageseinrichtungen für Kinder*.

Petermann, Franz & Wiedebusch, Silvia (2016). *Emotionale Kompetenz bei Kindern*. 3., überarbeitete Auflage Göttingen: Hogrefe.

Rißling, Julia-Katharina, Ronniger, Pola, Petermann, Franz & Melzer, Jessica (2016). Psychosoziale Belastungen bei Sprachentwicklungsstörungen. *Kindheit und Entwicklung*, 25(3), 145–152. <https://doi.org/10.1026/0942-5403/a000198>

Rose, Elisabeth; Ebert, Susanne & Weinert, Sabine (2016). Zusammenspiel sprachlicher und sozial-emotionaler Entwicklung vom vierten bis zum achten Lebensjahr. Eine längsschnittliche Untersuchung. *Frühe Bildung* 5(2), 66–72. <https://doi.org/10.1026/2191-9186/a000254>.

Valentien, Stella (2016). Sozialeemotionale Förderung in der Kita. Vom Projektleitfaden zum Qualitätsmerkmal. Verfügbar unter https://www.kita-fachtexte.de/fileadmin/Redaktion/Publikationen/KiTaFT_Valentien_2016-SozialeemotionaleFoerderungKita.pdf.

Wertfein, M. (2012). Die Rolle der Bezugsperson bei der Emotionsentwicklung. Gemeinsam statt einsam. In Redaktion Kleinstkinder (Hrsg.), *Sozial-emotionale Entwicklung. Kleinstkinder in Kita und Tagespflege* (S. 14–20). Freiburg: Herder.