

Arbeitsmaterialien für Erzieherinnen und Erzieher

Kinder spielend fördern, Wissen spannend vermitteln! – Kreative Ideen und Materialien für Krippe, Kindergarten, Kita und Hort

Thema: Religion & Ethik, Ausgabe: 31

Titel: Ich hab mich so darauf gefreut! - Mit Enttäuschungen umgehen (22 S.)

Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus dem Programm »Kindergärten/Kita« der Mediengruppe Oberfranken.* (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

- ▶ Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).

Seit über 15 Jahren entwickeln erfahrenen Pädagoginnen und Pädagogen unsere fertig ausgearbeiteten Materialien mit vielfältigen Anleitungen, Kopiervorlagen, Liedern, Geschichten, Experimenten, Bastelideen, Exkursionen und Spielvorschlägen für alle Bildungsbereiche sowie für Kinder unter 3.

- ▶ Informationen zu den Print-Ausgaben finden Sie [hier](#).

* Ausgaben bis zum Jahr 2016 erschienen bei OLZOG Verlag GmbH, München

Beitrag bestellen

- ▶ Klicken Sie auf die Schaltfläche **Dokument bestellen** am oberen Seitenrand.
- ▶ Alternativ finden Sie eine Volltextsuche unter www.edidact.de/kita.

Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet. Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie [hier](#).

Nutzungsbedingungen

Die Arbeitsmaterialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, für Ihren eigenen Bedarf (in Gruppengröße) Fotokopien zu ziehen bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien ist unzulässig.

- ▶ Die vollständigen Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).

Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: service@edidact.de

✉ Post: Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG
E.-C.-Baumann-Straße 5 | 95326 Kulmbach

☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377

<http://www.edidact.de> | <https://bildung.mgo-fachverlage.de>



Ich hab mich so darauf gefreut! – Mit Enttäuschungen umgehen

Inhaltsverzeichnis

Seite

Wissenswertes für die Erzieherin

- Warum das Thema „Ich hab mich so darauf gefreut! – Mit Enttäuschungen umgehen“? 1
- Inhaltliche Informationen 2
- Praktische Umsetzung 3
- Im Blickwinkel – Hinschauen und nachdenken 3

Plauderstündchen – Erzähl mir was!

- Ausgebliebene Gäste 4
- Mit Kindern philosophieren: Was bedeutet es, enttäuscht zu sein? 6
- Verlorenes Spiel – eine Fußballgeschichte 8
- Buchtipps 10

Liederkiste – Sing mit!

- Kommt herbei, es ist Zeit 11

Gebete – Mit Gott auf Du und Du!

- Unerfüllte Wünsche 13

Aktion – Gemeinsam etwas erleben!

- Trostrituale 15

Von Haus zu Haus – Elterngespräche

- Wenn mein Kind enttäuscht ist 17

Bonusmaterial

- Rollenspiel zum Gleichnis vom Festmahl 19



Warum das Thema „Ich hab mich so darauf gefreut! – Mit Enttäuschungen umgehen“?

Von Enttäuschungen können wir alle erzählen: Da kündigte sich lieber Besuch an, die Vorfreude war groß, die Wartezeit kaum zu ertragen – und dann kam die Absage und bewirkte riesengroße Enttäuschung. Da hatte der Vater endlich einmal ein freies Wochenende mit viel gemeinsamer Zeit versprochen – und dann klingelte am Freitagabend das Telefon, und die Familie ging wieder einmal leer aus. Ein Ausflug war seit Wochen geplant, aber dann fiel er angesichts des Dauerregens buchstäblich ins Wasser. Der Freund in der Kindertagesstätte hatte die Einladung zum Geburtstag fest versprochen, aber dann war doch ein anderes Kind der oder die Auserwählte. Solche Erfahrungen schmerzen, sie können richtig wehtun.

Enttäuschungen gehören zum Leben dazu, und Kinder müssen lernen, sie auszuhalten und konstruktiv mit ihnen umzugehen, d.h. **Frustrationstoleranz** zu entwickeln. Diese Toleranz ist nicht angeboren, sondern muss mehr oder weniger mühsam erworben werden. Das beginnt bereits beim zeitlich angemessenen **Bedürfnisaufschub**, der dem Kind abverlangt wird. Ein Erprobungsfeld ist hier z.B. der Supermarkt, wo man in der Warteschlange vor der Kasse steht und an der „Babytheke“ so schöne Sachen angeboten werden, die ins Auge stechen. „Leg das bitte wieder hin! Zu Hause bekommst du ...“ Eine weitere Übung ist, bei Spielen das Verlieren auszuhalten und mit Blick auf kommende Gewinnchancen doch nicht aufzugeben. Die Herausforderung besteht dabei oft darin, die aufsteigende Wut auf die anderen Glückspilze zu bezähmen.

Aber es gibt auch die andere Seite: Gerade **nach langer Vorfreude** ist der Schmerz über eine Enttäuschung besonders groß, weil doch die Wartezeit schon so viel Aushalten abverlangt hat. Hier sind vertraute Personen wichtig, die **Verständnis für den Schmerz** haben. Sie bestätigen einem, dass das wehtut. Und sie haben auch Verständnis dafür, dass es schwerfällt, die Wut auf die Umstände zu zähmen. Da haben die Eltern dem Kind als Belohnung für eine lange Wanderung oder eine ermüdende Besichtigung ein großes Eis versprochen. Die Vorfreude darauf hilft die Anstrengung und auch die Langeweile auszuhalten. Aber dann ist das einzige Eiscafé heute geschlossen. Die Enttäuschung sitzt tief. „Mach doch wegen dem blöden Eis kein solches Theater!“, regt sich der Vater auf. Aber das Kind bräuchte stattdessen Verständnis und Trost, es bräuchte die Bestätigung, dass der Enttäuschungsschmerz wehtut, aber auch wieder vergeht. Jemand sollte ihm geduldig erklären, warum es jetzt keine Alternative gibt und die Schließung des Eiscafés nicht vorhersehbar war.

Mühsam zu ertragen ist auch, wenn Freunde ihre Gunst plötzlich jemand anderem zuwenden, wenn man „abgemeldet“ ist. Die wachsende Einsicht, dass Zuwendung nicht erzwungen werden kann, ist schwer zu ertragen. **Trennungsschmerz** sitzt tief und braucht viel Verständnis. Herb sind auch die Enttäuschungen, wenn eigene Vorhaben, die mit Feuereifer angegangen wurden, misslingen. Frustrationstoleranz zu zeigen heißt hier, die Flinte nicht ins Korn zu werfen, sondern trotzdem Neues anzupacken, neue Versuche zu wagen. Kinder brauchen dabei viel Unterstützung und Ermutigung seitens der Erwachsenen – Ermutigung zu erreichbaren Zielen. Besonders schlimm ist es für Kinder, wenn von den Erwachsenen **gegebene Versprechen** nicht eingehalten werden, wenn immer wieder etwas anderes, anscheinend viel Wichtigeres, dazwischenkommt. Das untergräbt das Vertrauen auf gegebene Zusagen. Kinder fordern Verlässlichkeit ein, oft mit bestärkenden Ritualen wie dem „großen Ehrenwort“ u.Ä. Aber was ist, wenn auch das „große Ehrenwort“ immer wieder gebrochen wird? Es nagt am Selbstbewusstsein, wenn alles andere wichtiger ist als die eigene Person, wenn jeder x-Beliebige per Telefon die Eltern aus der spannenden Spielrunde oder Vorlesegeschichte herausreißen darf. Wer spendet hier Trost? Der Aufbau von Frustrationstoleranz braucht also zum einen angemessene Herausforderungen und Verweigerungen, zum anderen aber auch Verständnis für Enttäuschungsschmerz und schließlich Verlässlichkeit, die das eigene Selbstbewusstsein stärkt.

Am **Vorbild der Erwachsenen** können Kinder lernen, mit Enttäuschungen umzugehen: Auch bei den Großen lässt sich beobachten, wie die Enttäuschung sie schmerzlich trifft, wie sie Ärger und Wut auslöst – und auch, wie die Erwachsenen darüber hinwegkommen, indem sie den Blick auf Neues richten, auf neue Aktivitäten und Ziele. In diesem Sinne sind für die Kinder auch Geschichten hilfreich, in denen sie das konstruktive Verarbeiten von Enttäuschungen mitverfolgen, sich in die Situation der enttäuschten Person hineinversetzen und nachvollziehen können, wie die **Loslösung vom Alten und die Zuwendung zum Neuen** gelingt.

Enttäuschungen betreffen auch die **Gottesbeziehung**. In Bittgebeten werden Wünsche und Erwartungen mit der Hoffnung auf Gottes Einwirken untermauert. Gott soll dafür sorgen, dass nichts dazwischenkommt. Und wenn das doch nicht klappt, richten sich Enttäuschung und Ärger auch auf ihn. Gott ist dann gar nicht mehr der „liebe Gott“, sondern der unfreundliche, abweisende. Wichtig ist, dass Kinder in ihren Gebeten auch solchem Ärger Luft machen dürfen. Analog zu den zwischenmenschlichen Erfahrungen gilt es auch in der Gottesbeziehung Enttäuschungen auszuhalten. Und so wie die damit verbundenen Gefühle ihren sprachlichen Ausdruck finden sollen, darf das auch in Gebeten geschehen, die dann den Charakter von Beschwerdegebeten annehmen. So wie Kinder im Alltag akzeptieren müssen, dass andere sich ihren Wünschen verweigern und dennoch geliebte Bezugspersonen bleiben, so sollte das auch in der Gottesbeziehung sein – freilich fällt das hier oft noch schwerer, weil Gott doch allmächtig ist und eigentlich alle Wünsche erfüllen könnte. In der Gebetserziehung ist deshalb bei den an Gott gerichteten Wünschen auch darauf aufmerksam zu machen, dass es keinen Anspruch auf Erfüllung gibt, dass von Gott nichts erzwungen werden kann (vgl. auch S. 13 f.).

Den **Bildungsplänen** entspricht das Thema in verschiedenen Bereichen:

- Kinder machen die gute Erfahrung, dass sie sich auf Zusagen verlassen können.
- Kinder lernen damit umzugehen, dass Erhofftes und Erwartetes nicht eintrifft und dass es dafür Gründe gibt, die zu akzeptieren sind.
- Kinder nehmen wahr, dass Enttäuschungen heftigen Schmerz verursachen können, der aber auch wieder vergeht.
- Kinder lernen damit umzugehen, dass manche Erwartungen, die an Gott gerichtet wurden, nicht erfüllt wurden.
- Kinder lernen, in ihren Gebeten auch die Möglichkeit der Nichterfüllung mitzubedenken.

Inhaltliche Informationen

Für die Persönlichkeitsentwicklung ist der **Erwerb einer angemessenen Frustrationstoleranz** unverzichtbar. Sie steigert das Durchhaltevermögen und bremst die lähmende Wirkung von unlösbar erscheinenden Herausforderungen und Problemen, von Niederlagen, Enttäuschungen und Misserfolgen. Sie weckt die Entschlusskraft, nicht aufzugeben, und die Bereitschaft, sich durch Widerstände hindurchzukämpfen.

Mangelnde Frustrationstoleranz zeigt sich in der Neigung zum Selbstmitleid, im Rückzug auf sich selbst, verbunden mit Ersatzhandlungen wie ständigem „Frustessen“ oder sogar Drogenkonsum. So wird Enttäuschungsschmerz zwar verdrängt, aber auch die Kraft zu neuen und kreativen Lösungsideen behindert. Bei Kindern können auch unkontrollierter Fernsehkonsum und Computerspiele zu solchen Ersatzhandlungen werden. Um Enttäuschungen zu vermeiden, werden risikoreich erscheinende Anstrengungen von vornherein umgangen und für dadurch entstehende Nachteile werden andere verantwortlich gemacht.

Frustrationstoleranz gedeiht durch eine Erziehung, die sich in einer guten Balance zwischen dem Extrem der permanenten Wunscherfüllung einerseits und dem Extrem ständiger Enttäuschungserlebnisse andererseits bewegt. Zur Vermeidung beider Pole sind Bezugspersonen nötig, die durch



ihr Vorbild und einfühlsames Begleiten dabei helfen, Enttäuschungen auszuhalten, durchzustehen und den Blick auch wieder nach vorne zu richten.

Praktische Umsetzung

Die hier vorgestellten Praxisanregungen verfolgen alle das Ziel, den Kindern beim Verarbeiten der unvermeidlichen und für ihre weitere Entwicklung auch wichtigen Enttäuschungserlebnisse zu helfen. Anhand eines biblischen Gleichnisses und einer Geschichte aus heutiger Zeit können die Kinder den Weg durch die Enttäuschung mitgehen. In Gesprächen und beim Philosophieren haben sie dann die Möglichkeit, ihre eigenen Erfahrungen und Herausforderungen einzubringen und Wege für die produktive Verarbeitung tiefer Enttäuschungen auszuloten. Ein Lied nimmt die biblische Geschichte auf und führt sie mit passenden Spielideen weiter. In den Gebetsanregungen werden Enttäuschungen thematisiert, die sich auf Gott richten. Außerdem werden Trostrituale aufgezeigt, die beim Überwinden von Enttäuschungsschmerz helfen. Und schließlich haben ja auch die Eltern viel mit den Enttäuschungen ihrer Kinder zu kämpfen – ein Anstoß, dies in Elternveranstaltungen zur Sprache zu bringen.

Wir wünschen Ihnen gute Erfahrungen bei den Aktivitäten, die den Kindern den Umgang mit ihren Enttäuschungen erleichtern.

Im Blickwinkel – Hinschauen und nachdenken

Mit viel Liebe hat das Team einen Elternnachmittag vorbereitet, viel Zeit und Kraft investiert, gute Ideen entwickelt und umgesetzt, auch an ganz bestimmte Familien gedacht, denen das guttun würde. Die Vorfreude verbindet sich mit der gespannten Erwartung, wie viele Familien kommen werden. Aber der Besuch bleibt spärlich. Die Stimmung sinkt auf den Nullpunkt. Es kostet viel Kraft, diejenigen, die gekommen sind, das nicht spüren zu lassen. Für sie wäre der große Planungsaufwand gar nicht notwendig gewesen. In den nächsten Tagen wird die Enttäuschung im Team zum großen Thema: Ärger und auch Wut richten sich auf die Eltern, die sich dem Fest verweigert haben. „Es hat doch überhaupt keinen Sinn, sich so zu engagieren“, sagen einige. Dann ebbt der Enttäuschungsschmerz ab, das Thema Elternarbeit ist aber noch etliche Zeit tabu.

Zum Glück melden sich nach und nach auch andere Stimmen und finden Gehör: „Wo haben wir die eingeladenen Eltern falsch eingeschätzt? Gibt es greifbare Gründe für ihr Wegbleiben? Hätte man diese Gründe bei der Planung besser berücksichtigen können?“ Jetzt kommt es darauf an, mit den vermuteten Gründen nicht in der Rückschau hängen zu bleiben, sondern nach vorne zu blicken: Mit welchen Ideen könnten die neu gewonnenen Einsichten berücksichtigt werden? Unter welchen Bedingungen erscheinen neue Planungsvorstöße sinnvoll? So kann nach und nach das Interesse an einem neuen Vorhaben wachsen – und auch die Lust, es engagiert umzusetzen.

Neben solchen Enttäuschungen, die alle betreffen, gibt es natürlich auch die persönlichen Enttäuschungen, die die Energien lähmen können: Mit bestimmten Eltern wurde zur gemeinsamen Förderung des Kindes ein guter Weg beschritten, dann bricht er plötzlich grundlos ab und alles scheint umsonst gewesen zu sein. Oder eine wegen rückläufiger Kinderzahlen drohende Kündigung ließ sich doch nicht abwenden, und es trifft die betroffene Kollegin hart. Wie können da in begleitenden Gesprächen Hilfestellungen auf dem Weg der Verarbeitung gegeben werden? Auch hier gilt es erst einmal den Enttäuschungsschmerz auszuhalten, um dann wieder eine neue Perspektive zu gewinnen.

Und in jedem Fall entscheidet die enttäuschte Person natürlich selbst, wem sie ihr Vertrauen schenkt und ob sie sich auf diesem Weg begleiten lassen möchte.

(FH)