

Arbeitsmaterialien für Erzieherinnen und Erzieher

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

Thema: Kinder unter drei - Umsetzung & Materialien, Ausgabe: 17

Titel: Angst: Eine Berufsalltäglichkeit? - Teil 1: Von der kleinen und der großen Angst (10 S.)

Von: Dr. Daniela Rätzel

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>

Angst: Eine Berufsalltäglichkeit? – Teil 1: Von der kleinen und der großen Angst

Dr. Daniela Rätzel

Inhalt:

1. Einleitung
2. Von der kleinen und der großen Angst
3. Keine Angst: Warum Pädagog(inn)en scheitern müssen/können/sollen
4. Angst als Mittler zwischen Wertewelten
5. Angstschwellen
6. Angst als berufsalltäglicher Lernbegleiter – ein kleines Resümee
7. Literatur

1. Einleitung

Ich habe ihn noch im Ohr, diesen immer wiederkehrenden Satz: „Angst ist ein schlechter Berater.“ Als Kind hatte ich oft Angst. Zum Beispiel die Angst, das zu lernende Gedicht nicht pünktlich zu schaffen und dann am nächsten Tag ohne ein ausreichendes Ergebnis dazustehen. Diese Angst war gepaart mit der Angst, mich vor meinen Mitschüler(inne)n lächerlich zu machen, den Erwartungen der Lehrenden nicht gerecht zu werden und eine schlechte Note zu kassieren. Die schlechte Note würde meinen Durchschnitt vermasseln und damit die Aussicht auf einen Beruf, der mir vorschwebt. Kurz: Ich würde es im Leben nicht weit bringen. Eine fatale Sicht auf die Zukunft, finden Sie nicht auch? Und sicher auch eine übertriebene Sicht, denn wer wollte tatsächlich behaupten, dass seine Zukunft von der gelungenen Rezitation eines Gedichtes abhängt.

Ich erinnere mich auch an meine Anfänge im Erzieherinnenberuf. Ich hatte Befürchtungen, den Erwartungen der Kinder, Kolleg(inn)en und Eltern nicht gerecht zu werden. Da bastelte ich zum Beispiel einmal bis tief in die Nacht hinein Kulissen für ein Theaterstück. Am nächsten Tag, kurz vor der Aufführung, verwarf ich sie wieder, weil sich zeigte, dass es auch ohne meine aufwendig erarbeiteten Kulissen ging. Es lief sogar besser. Die Kinder hatten schon eine Idee, die für sie stimmig war, und überdies kam diese aus erster Hand: nämlich von den kleinen Darstellern selbst. Kennen Sie solche Situationen auch?

Ich habe gelernt. Über das, was meine Ängste mir mitteilen wollen. Heute weiß ich, dass meine Befürchtungen oftmals nicht eintreten. Wenn sie dennoch anrollen, dann hilft nur eines: Ich begrüße die Furcht oder Angst wie einen alten Bekannten, der immer mal vorbeischaud, und frage ihn: „Na, was willst du mir berichten? Ist es realistisch oder verführst du mich mit einem Märchen?“

Ich möchte Sie einladen, sich zurückzulehnen. Vielleicht sind Sie ganz entspannt, während Sie diese Zeilen lesen. Das wäre schön. Und sollten Sie eine Anspannung fühlen, dann lassen Sie sie kommen. Das ist normal. Sie wird vergehen. Haben Sie keine Angst vor der Angst. Sie ist eine gute. Warum, das möchte ich Ihnen in den nachfolgenden Abschnitten erläutern.

Es bleibt eine Einladung – und es gilt persönlich zu prüfen, ob das Dargestellte so oder vielleicht auch anders auf Sie selbst zutrifft. Im besten Falle finden Sie Anregungen, die eigenen Ängste anzuhören, ihnen nachzuspüren. Vielleicht gewinnen Sie auch Ideen, besonders Beängstigendes langfristig zu bearbeiten.

2. Von der kleinen und der großen Angst

Wir leben in einer **leistungsorientierten Gesellschaft**. Diese favorisiert (auf den ersten Blick) die fitten, gesunden Menschen. Postmoderne Arbeitnehmer(innen) gestalten ihren Berufsalltag idealerweise mutig, gelassen, kreativ, flexibel, stressresistent und teamorientiert – um nur einige Attribute zu nennen. Mensch und Arbeit sind, im Sinne eines gelungenen Arbeitsschutzes, „harmonisiert“ (vgl. Griefahn 1998, S. 445).

Natürlich wissen wir um diese Wünsche der Arbeitswelt. Sie sind hoffähig insofern, als sich die Gesellschaft als System (inklusive vieler Teilsysteme, zu denen auch die Arbeitswelt gehört) selbst erneuert und auch erneuern möchte. Diese Selbsterschaffung und -erhaltung ist die naturgemäß angelegte „Absicht“ eines jeden Systems. Von dieser Anlage profitieren wir, indem wir – im streng philosophischen Sinne – als Teil der Natur bzw. des Gesamtsystems existieren. Schon in der Schule lernen wir den Satz der Darwin'schen Evolutionstheorie „Survival of the Fittest“. Wir sind uns heute sehr darüber im Klaren, dass Gesundheit ein hohes, vielleicht das höchste Gut ist. Wir wünschen sie uns gegenseitig zu Geburtstagen und sind (zumeist) bereit, uns im Lebensalltag aktiv gesund zu halten. Angst, vorgestellt als etwas, das uns auf dramatische Weise ereilt oder ereilen kann, ja sogar krank macht, scheint in dieses Lebenskonzept zunächst nicht hineinzupassen. Offenbar ist sie aber schon in der Gesellschaft angekommen, wenn Nuber (2007) von der „Angstgesellschaft“ spricht.

Dabei ist die **Angst als evolutionär angelegte Vorsehung** überlebensnotwendig. Stellen Sie sich vor, Sie sind allein im Dschungel und wittern plötzlich ein Raubtier in der Nähe. Wie sollten Sie dem Tier begegnen? Gelassen? Abwartend angesichts des bevorstehenden Angriffs? Entspannt, dem drohenden Aus ins Auge blickend? Sicher nicht. Ihr Körper kommt Ihrer etwaigen Absicht, gelassen zu bleiben, zuvor und signalisiert Ihnen blitzartig: „Gefahr im Verzug!“ Sie rennen weg, so schnell Sie können. Getrieben vom Überlebenswillen klettern Sie vielleicht auf einen Baum oder suchen nach Hilfsmitteln, um Ihrerseits auf den Angriff vorbereitet zu sein. Das geschieht in Sekundenschnelle. Ihr Körper aktiviert ein überlebenswichtiges, selbst erhaltendes Frühwarnsystem, das in jeder Faser spürbar ist (Schwitzen, Herzrasen, geweitete Pupillen, fokussierter Blick). Dieses Gefühl, das wir als „Angst“ bezeichnen, ist ein Grundgefühl, das in uns angelegt ist, um zu überleben. Etwas polemisch könnten wir auch sagen: „Angst ist ein Lebensretter“ – oder, wie der New Yorker Psychotherapeut Richard Schaub es beschreibt: „Wir haben entdeckt, dass die Liebe zum Leben der Ursprung der Angst ist.“ (Schaub 2009, S. 17)

Frühpädagog(inn)en lieben ihr Leben ebenfalls. Dennoch: Dann und wann überkommt die Angst auch Erzieher(innen) und Kindheitspädagog(inn)en. Sie lähmt sie kurzzeitig, macht sie, in bestimmten Situationen, manchmal stumm – oder vielleicht versöhnlich mit sich selbst und dem, was ansteht. In den nächsten Abschnitten gilt es herauszufinden, wie die Ängste im Beruf möglicherweise zu erklären und persönlich einzuordnen sind.

3. Keine Angst: Warum Pädagog(inn)en scheitern können/müssen/sollen

Der Beruf der Kindheitspädagog(inn)en ist ein intentionaler (absichtsvoller) und interaktionaler (austauschender). Da sind erwachsene Menschen, die qua Gesetz (KJHG) in Verantwortung gegenüber Jüngeren agieren. Sie tauschen sich mit ihnen und ihren Erziehungsberechtigten (z.B. über pädagogische Ziele) aus mit der Absicht, die Pflege, Betreuung, Bildung und Erziehung der ihnen Anvertrauten zu gewährleisten. Laut dem Reformpädagogen Hermann Nohl befinden sich Frühpädagog(inn)en also ständig im pädagogischen Bezug. Dieser ist auf ganz besondere Weise charakterisiert durch eine **Asymmetrie**, die einerseits aus **autoritärer Führung** und andererseits aus **pädagogischer Liebe** besteht (vgl. Hermann 1995, S. 62). Ein Spannungsfeld, denn es verlangt den pädagogischen Fachkräften ab, sich immer wieder zu vergewissern, welcher Teil dieser asymmetrischen Konstitution nun der angebrachte, förderliche ist. Es ist ein **Abwägen zwischen Nähe und Distanz**. Nach Poulsen (2012, S. 19) liegt in der professionellen Gestaltung dieses Nähe-Distanz-Verhältnisses die Herausforderung pädagogischer Berufe. Vor diesem Hintergrund macht Poulsen deutlich, dass Fachkräfte sich quasi als „Werkzeug“ in die Gestaltung der pädagogischen Beziehung einbringen (vgl. Poulsen 2012,