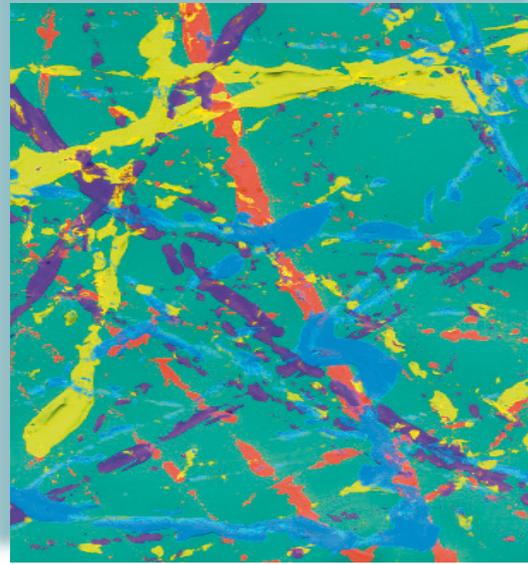


Angelika Kullik · Franz Petermann



Emotionsregulation im Kindesalter

Emotionsregulation im Kindesalter

Klinische Kinderpsychologie

Band 14

Emotionsregulation im Kindesalter

von Dipl.-Psych. Angelika Kullik und Prof. Dr. Franz Petermann

Herausgeber der Reihe:

Prof. Dr. Franz Petermann

Emotionsregulation im Kindesalter

von
Angelika Kullik
und Franz Petermann

HOGREFE  GÖTTINGEN · BERN · WIEN · PARIS · OXFORD · PRAG
TORONTO · CAMBRIDGE, MA · AMSTERDAM
KOPENHAGEN · STOCKHOLM · FLORENZ

Dipl.-Psych. Angelika Kullik, geb. 1985. 2005–2010 Studium der Psychologie in Bielefeld. Seit 2011 Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Zentrum für Klinische Psychologie und Rehabilitation (ZKPR) der Universität Bremen.

Prof. Dr. phil. Franz Petermann, geb. 1953. 1972–1975 Studium der Mathematik und Psychologie in Heidelberg. Wissenschaftlicher Assistent an den Universitäten Heidelberg und Bonn. 1977 Promotion. 1980 Habilitation. 1983–1991 Leitung des Psychosozialen Dienstes der Universitäts-Kinderklinik Bonn, gleichzeitig Professor am Psychologischen Institut. 1991–2007 Lehrstuhl für Klinische Psychologie, seit 2007 Lehrstuhl für Psychologische Diagnostik und Klinische Psychologie an der Universität Bremen und seit 1996 Direktor des Zentrums für Klinische Psychologie und Rehabilitation (ZKPR).

© 2012 Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG
Göttingen · Bern · Wien · Paris · Oxford · Prag · Toronto · Cambridge, MA
Amsterdam · Kopenhagen · Stockholm · Florenz
Merkelstraße 3, 37085 Göttingen

<http://www.hogrefe.de>

Aktuelle Informationen · Weitere Titel zum Thema · Ergänzende Materialien

Copyright-Hinweis:

Das E-Book einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar.

Der Nutzer verpflichtet sich, die Urheberrechte anzuerkennen und einzuhalten.

Umschlagbild: Christina Teutoburg

Satz: Beate Hautsch, Göttingen

Format: PDF

ISBN 978-3-8409-2434-7

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

Anmerkung:

Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigelegt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

Vorwort

Das Konzept der Emotionsregulation ist vor allem in der Klinischen Psychologie und Psychiatrie, aber auch in der Entwicklungspsychologie von besonderer Bedeutung. Mittlerweile liegt ein aussagekräftiger Fundus an Studien vor, der wesentliche Erkenntnisse zur Rolle der Emotionsregulation zulässt. Viele wissenschaftliche Ansätze rücken die Fähigkeit zur Emotionsregulation ins Zentrum des Interesses und weisen auf schwerwiegende Folgen für die Entwicklung hin, wenn schon früh Probleme bei der Emotionsregulation auftreten.

Mit unserem Buch streben wir es an, die Vielzahl der derzeitigen Befunde zur Emotionsregulation im Kindesalter zusammenzutragen und vor diesem Hintergrund zu systematisieren. Wir möchten auch dem grundlegenden Phänomen der Emotionsregulation eine wesentliche Beachtung schenken. Im Mittelpunkt steht die Emotionsregulation als diejenige Fähigkeit, positive wie negative Emotionen sowie die mit ihnen einhergehenden Verhaltensweisen oder physiologischen Zustände zu initiieren, zu modulieren oder zu hemmen. Zur Regulation ihrer Emotionen können Kinder verschiedene Strategien einsetzen, wie etwa die Umlenkung ihrer Aufmerksamkeit oder das Verändern ihrer Gedanken.

Während im frühen Säuglingsalter die Eltern eine dominierende Rolle für die Regulation der Emotionen ihrer Kinder einnehmen, indem sie ihr Kind etwa durch körperliche Berührungen beruhigen oder es bewusst von einer emotional erregenden Situation ablenken, können Kinder mit voranschreitendem Alter eigenständig Emotionen regulieren. Um zu fundierten Aussagen zur Rolle der Emotionsregulation und der konkreten Strategien zu gelangen, ist die genaue Betrachtung von Erhebungsverfahren besonders wichtig, die wir für den deutschsprachigen Raum erstmals gezielt zusammengetragen haben. Zudem decken wir verschiedene Faktoren auf, die den Entwicklungsprozess der Emotionsregulation beeinflussen, so etwa das Temperament des Kindes oder die Emotionsregulation durch die Eltern.

Ob es Kindern gelingt, Regulationsstrategien in emotionalen Situationen effektiv einzusetzen, kann darüber entscheiden, wie gut sie in ihre soziale Umwelt integriert werden und ob sie psychische Probleme entwickeln. Damit kommt der Qualität der Emotionsregulation eine ganz wesentliche Funktion für die Entstehung psychischer Störungen im Kindesalter zu. Erste Längsschnittstudien können unter anderem einen bedeutsamen Zusammenhang einer unangemessenen Emotionsregulation mit folgenden Angst- oder depressiven Störungen sowie aggressivem Verhalten belegen. Da uns die psychischen Folgen ganz besonders interessieren, wollen wir einen Einblick in spezifische Störungsbilder bieten, zu denen bereits aussagekräftige Ergebnisse vorliegen.

Seit Anfang 2011 arbeiten wir intensiv an einer Aufarbeitung und Ordnung der Befunde zur Emotionsregulation im Säuglings- und Kindesalter. Schon bereits vor über zehn Jahren bearbeitete der Seniorautor gemeinsam mit Frau Prof. Dr. Silvia Wiedebusch (Osnabrück) das Thema „Emotionale Kompetenz bei Kindern“. Diese Arbeiten wurden Ende

des letzten Jahrzehnts am Zentrum für Klinische Psychologie und Rehabilitation der Universität Bremen unter dem Fokus der Emotionsregulation aufgegriffen (z. B. Helmsen & Petermann, 2010). Aufbauend auf diesen Arbeiten war es uns möglich, eine umfassende Aufarbeitung zu schaffen. Drei wesentliche Übersichtsarbeiten, die wir im Rahmen unserer Forschung veröffentlicht haben, sind integraler Bestandteil dieses Buches:

- Petermann, F. & Kullik, A. (2011). Frühe Emotionsdysregulation: Ein Indikator für psychische Störungen im Kindesalter? *Kindheit und Entwicklung*, 20, 186-196.
- Kullik, A. & Petermann, F. (2011). Zum gegenwärtigen Stand der Emotionsregulationsdiagnostik im Säuglings- und Kleinkindalter. *Diagnostica*, 57, 165-178.
- Kullik, A. & Petermann, F. (2012). Die Rolle der Emotionsdysregulation für die Genese von Angststörungen im Kindes- und Jugendalter. *Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie*, 60, 165-175.

Mit dem vorliegenden Buch erhoffen wir uns, Klinischen Kinderpsychologen und -psychiatern, Kinderärzten sowie pädagogischen Fachkräften hilfreiche und besonders praxisnahe Anregungen zu bieten.

Abschließend möchten wir verschiedenen Mitgliedern des Zentrums für Klinische Psychologie und Rehabilitation unseren Dank aussprechen. Dieser Dank richtete sich vor allem an Prof. Dr. Ute Koglin, Dr. Marc Schipper und Dipl.-Psych. Judith Röhl, die uns auch bei den Ausarbeitungen zum Thema „Emotionsregulation und aggressives Verhalten“ sowie „Emotionsregulation in Prävention und Intervention“ unterstützten. Wir danken auch dem Hogrefe Verlag, vor allem Frau Dipl.-Psych. Susanne Weidinger, für die gute Zusammenarbeit.

Bremen, im April 2012

Angelika Kullik und Franz Petermann

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
1 Was bedeutet Emotionsregulation?	9
1.1 Was sind Emotionen?	11
1.1.1 Emotionen im Säuglingsalter	14
1.1.2 Emotionen im frühen und mittleren Kindesalter	16
1.2 Zum Phänomen der Emotionsregulation	20
1.2.1 Emotionsregulation: Definitionen und offene Fragen	21
1.2.2 Eine Arbeitsdefinition von Emotionsregulation	24
2 Zur Entwicklung der Emotionsregulation im Kindesalter	28
2.1 Emotionsregulation im Kontext verschiedener Entwicklungsprozesse	28
2.2 Regulationsstrategien im Säuglings- und Kleinkindalter	31
2.3 Regulationsstrategien im Kindesalter	36
3 Diagnostik der Emotionsregulation	43
3.1 Diagnostik im Säuglings- und Kleinkindalter	44
3.1.1 Verhaltensbeobachtung	47
3.1.2 Fragebogenverfahren für Eltern	54
3.2 Diagnostik im Kindesalter	60
3.2.1 Verhaltensbeobachtung	63
3.2.2 Fragebogenverfahren: Selbstratings	66
3.2.3 Fragebogenverfahren: Fremdratings	74
3.2.4 Interviewverfahren	75
3.3 Psychophysiologische Methoden: Corticale Aktivität des Frontallappens	80
3.4 Zusammenfassung	81
4 Faktoren der Emotionsregulation	83
4.1 Die neurophysiologische Entwicklung	83
4.1.1 Amygdala	84
4.1.2 Frontallappen	85
4.1.3 Vagaler Tonus	87
4.1.4 Zusammenfassung	88
4.2 Das Temperament des Kindes	88
4.2.1 Effortful Control	89
4.2.2 Emotionalität	91
4.2.3 Zusammenfassung	93
4.3 Emotionsregulation durch die Eltern	94
4.3.1 Akzeptanz und Emotionscoaching	95
4.3.2 Eltern-Kind-Bindung	97

4.3.3	Elterliche Regulationsstrategien	99
4.3.4	Emotionsausdruck und Regulationsfähigkeiten von Eltern	101
4.3.5	Zusammenfassung	103
4.4	Die Beziehung zu Gleichaltrigen und Geschwistern	104
4.4.1	Beziehungen zu Gleichaltrigen	104
4.4.2	Beziehungen zu Geschwistern	105
4.5	Geschlecht	106
4.6	Zusammenfassung	108
5	Emotionsdysregulation und Psychopathologie im Kindesalter	110
5.1	Begriff und Folgen der Emotionsdysregulation	110
5.2	Klassifikation von Störungen der Emotionsregulation	111
5.2.1	Frühe Regulationsstörungen	111
5.2.2	Diagnose „Emotionsdysregulation“	114
5.3	Emotionsregulation und Angststörungen	118
5.3.1	Angstsymptome auf subklinischem Niveau	121
5.3.2	Angststörungen	124
5.3.3	Zusammenfassung	125
5.4	Emotionsregulation und Depression	127
5.4.1	Depressive Symptome auf subklinischem Niveau	128
5.4.2	Depressionen	132
5.4.3	Zusammenfassung	133
5.5	Emotionsregulation und aggressives Verhalten	135
5.5.1	Konzeptuelle Überlegungen	135
5.5.2	Längsschnittliche Befunde	137
5.5.3	Exkurs: Physiologische Regulation aggressiven Verhaltens	143
5.5.4	Zusammenfassung	144
5.6	Ausblick: Emotionsregulation und psychopathologische Probleme	146
6	Emotionsregulation in Prävention und Intervention	148
6.1	Präventionsprogramme	148
6.1.1	„Learning to Live Together“	149
6.1.2	Emotion-Based Prevention Program (EBP)	150
6.1.3	Verhaltenstraining im Kindergarten	150
6.1.4	Verhaltenstrainings in der Grundschule	151
6.1.5	Zusammenfassung	153
6.2	Intervention	154
6.2.1	Die Kontextbezogene Emotionsregulationstherapie (CERT)	154
6.2.2	Das More Fun with Sisters and Brothers-Programm (MFWSB)	156
6.2.3	Die Emotionsbezogene Kognitive Verhaltenstherapie (ECBT)	157
6.2.4	Zusammenfassung	158
	Literatur	159

Kapitel 1

Was bedeutet Emotionsregulation?

Ein Zehnjähriger sagt: „Wenn du traurig bist, setze ein Lächeln auf, gehe mit den anderen mit und versuche dich normal zu verhalten.“

(von Salisch, 2001)

Emotionen begleiten uns von der Geburt an. Ein Säugling, der in den frühen Lebensmonaten durch ein lautes Geräusch erschreckt wird, reagiert meistens ängstlich und weint. Ein Kleinkind reagiert wütend, wenn es nicht das gewünschte Spielzeug zu seinem Geburtstag geschenkt bekommt. Schulkinder freuen sich über den gemeinsamen Klassenausflug in den Freizeitpark. Ein Junge empfindet Stolz beim Sieg seiner Fußballmannschaft; ein anderer fühlt sich schuldig, dass er kein Tor geschossen und seine Mannschaft verloren hat. Ein Mädchen zeigt Mitgefühl für die Freundin, die sich für die vergessenen Hausaufgaben schämt.

All das sind nur wenige Beispiele für Anlässe, in denen Kinder verschiedenste Emotionen erfahren. Solche Erfahrungen machen sie im Laufe der ersten Lebensjahre tagtäglich und lernen nach und nach mit ihnen umzugehen. Das emotionale Erleben und Verhalten von Kindern birgt viele wichtige unbeantwortete Fragen in sich, denen wir uns widmen müssen. Was bedeutet es denn genau, die eigenen Emotionen wie Angst, Wut oder Freude zu erfahren, einzuordnen und zu bewältigen? Können derartige Emotionen kontrolliert, verändert oder gar ausgelöscht werden? Wie wird das emotionale Erleben und Verhalten den Erwartungen von Eltern, Geschwistern, Familie, Freunden oder der schulischen Umwelt angepasst? Können Emotionen überhaupt verändert werden und wenn ja, wie genau lassen sich Emotionen verändern? Was wird eigentlich verändert? Wie wird die Regulation der Emotionen im Laufe der frühen Lebensjahre erlernt und wie entwickelt sich diese in der weiteren Kindheit? Was genau bedeutet „Emotionsregulation“ und welche Bedeutung besitzt sie für die kindliche Entwicklung?

Zu einer der wichtigsten Entwicklungsaufgaben des Kindesalters zählt die Entwicklung von Fähigkeiten, die für ein angemessenes emotionales Erleben und Verhalten notwendig sind (Thompson, 1994; Zeman, Shipman & Penza-Clyve, 2001). Wissenschaftliche Studien haben sich in den vergangenen Jahren zunehmend mit dem Konzept der *Emotionsregulation* befasst, das so zu einem eigenen und unabhängigen Forschungsfeld wurde (z. B. Campos, Walle, Dahl & Main, 2011; Cole, Dennis, Smith-Simon & Cohen, 2009; Dennis, 2010; Eisenberg, Spinrad & Eggum, 2010; Ekas, Braungart-Rieker, Lickenbrock, Zentall & Maxwell, 2011; Feng et al., 2009; Gross, 1998). Gibt man die Begriffe „emotion regulation“ in die Datenbank *Web of Science* ein, so kann eine rasante und über die vergangenen Jahre fast durchgehend steigende Anzahl an wissenschaftlichen Artikeln verzeichnet werden, die 2011 mit mehr als 800 Neuveröffentlichungen ihren Höhepunkt erreicht hat und diesen in den folgenden Jahren wohl noch überschreiten wird (vgl. Abb. 1).

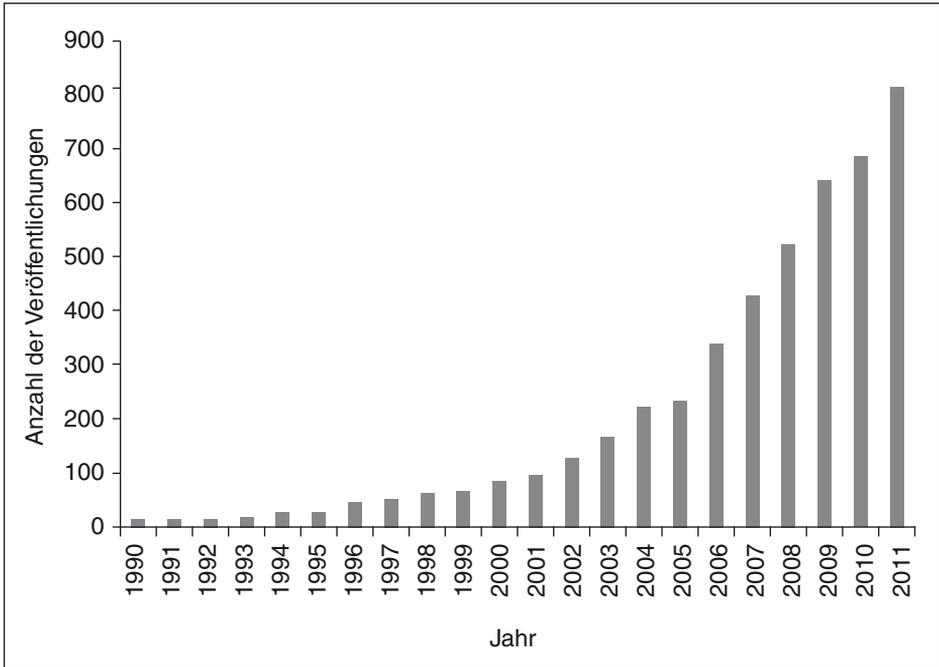


Abbildung 1: Anzahl der veröffentlichten Artikel zum Thema „emotion regulation“ nach Web of Science (Stand 19.03.2012)

Die Wurzeln der aktuellen Emotionsregulationsforschung sind in den frühen psychoanalytischen Studien zu psychologischen Abwehrmechanismen (Freud, 1926), psychologischem Stress und Coping (Lazarus, 1966), der Bindungstheorie (Bowlby, 1969) und der Emotionstheorie (Frijda, 1986) zu suchen (Gross & Thompson, 2007). Seitdem wächst das Interesse an diesem Konzept mehr und mehr, was nicht zuletzt der wachsenden Anzahl an wissenschaftlichen Publikationen, Büchern, Konferenzen und Trainingsprogrammen zu entnehmen ist, die sich dem Thema widmen (Tamir, 2011). Damit ist die Erforschung der Emotionsregulation nicht länger nur ein Aspekt der grundlagenorientierten Emotionsforschung, sondern beginnt die klinische und kinderpsychologische Praxis zu prägen und eröffnet ferner wichtige Anwendungsperspektiven.

Heute wird nicht mehr bezweifelt, dass die Emotionsregulation wichtige Konsequenzen für die kindliche Entwicklung sowie die soziale Funktionalität mit sich bringt (Blair, Denham, Kochanoff & Whipple, 2004; Dollar & Stifter, 2012; Hubbard & Coie, 1994; Suveg, Jacob & Payne, 2010; Tamir, 2011; Yap, Allen & Sheeber, 2007). Graziano, Reavis, Keane und Calkins (2007) konnten zudem zeigen, dass die Emotionsregulation einen direkten und bedeutsamen Prädiktor für den Schulerfolg von Kindern darstellt. So zeigte sich in ihrer Studie, dass ausgeprägte Emotionsregulationsfähigkeiten der Kinder eine von den Lehrkräften berichtete bessere schulische Leistung sowie bessere standardisierte Lese- und Mathematikwerte vorhersagte. Darüber hinaus wird der Emotionsregulation mittlerweile eine zentrale Bedeutung für die Aufrechterhaltung der psychischen

Gesundheit zugeschrieben (Bradley, 2000; Cicchetti, Ackerman & Izard, 1995; Salovey, Rothman, Detweiler & Steward, 2000; Zeman et al., 2001). Mangelhafte Emotionsregulationsfähigkeiten werden etwa in einen bemerkenswerten Zusammenhang mit externalisierenden sowie internalisierenden Problemen im Kindesalter gebracht (Bornstein, Hahn & Haynes, 2010; Zeman, Shipman & Suveg, 2002).

Emotionsregulationsmuster bilden sich bereits sehr früh in den ersten Lebensmonaten heraus und können im Falle einer unzureichenden Entwicklung damit zu einer Bandbreite an Problemen und Schwierigkeiten führen. Bevor jedoch ganz konkrete wissenschaftliche Erkenntnisse zu den Beziehungen der Emotionsregulation und verschiedenen Bereichen der kindlichen Entwicklung sowie psychischen Gesundheit betrachtet werden sollen, erscheint zunächst eine grundlegende Begriffsbestimmung und Eingrenzung notwendig, die allen weiteren Analysen eine Grundlage schafft. Das Ziel dieses Buches kann nicht darin bestehen, die Vielfalt von Emotionen im Kindesalter und deren Regulation umfassend darzustellen, da mittlerweile allein für *eine* Emotion ein ganzes Werk gefüllt werden könnte (vgl. von Salisch, 2000). Vielmehr strebt das vorliegende Buch einen integrativen Einblick in das Thema an, um die Bedeutung der Emotionsregulation im Kindesalter zu systematisieren.

1.1 Was sind Emotionen?

Schon früh haben verschiedene Disziplinen erkannt, dass Emotionen eine entscheidende Rolle für die soziale Kommunikation, Motivation, Gedanken und Handlungen spielen (Izard, 1977, 1991). Die grundlegende Frage, was eigentlich Emotionen ausmacht und diese definiert, erscheint trivial. Nichtsdestotrotz ist eine differenzierte Sicht erforderlich, wie so grundlegende Gefühle von Angst oder Freude entstehen und was diese genau charakterisiert. Die Schwierigkeit einer Begriffsbestimmung und Konzeptualisierung wird jedoch deutlich, wenn man zur Konkretisierung schreitet.

Bis heute gibt es weder eine einheitliche Definition des Begriffs „Emotionen“ (vgl. Campos, Frankel & Camras, 2004), noch ist eindeutig geklärt, wie Gefühle entstehen (Panksepp, 2010). Lexikalisch umfasst das Wort „Emotion“ ganz bestimmte Gefühle, physiologische Reaktionen und Verhaltensweisen und stellt ein Phänomen dar, dem in Forschung und insbesondere auch in klinischer Praxis eine grundlegende Funktion zukommt. Einer solchen lexikalischen Definition ist jedoch auch zu entnehmen, dass Emotionen verschiedene Komponenten beinhalten, die die Bestimmung einer einheitlichen Struktur des Phänomens „Emotion“ immens erschweren. Die subjektiven Erfahrungen, Verhaltensweisen und der emotionale Ausdruck sowie die physiologischen Reaktionen während des Erlebens einer Emotion können bei Angst, Wut oder Freude grundlegend verschieden sein und stehen in einer unterschiedlich engen Beziehung zueinander. Dies erschwert zusätzlich ein einheitliches Verständnis des Konzepts. So zeigt sich beispielsweise, dass sich Freude deutlich im Verhalten und in physiologischen Reaktionen ausdrückt. Traurigkeit hingegen weist einen solchen eindeutigen Zusammenhang nicht auf (Mauss, Levenson, McCarter, Wilhelm & Gross, 2005). Ein kurz veränderter Gesichtsausdruck eines Schulkindes kann in Kombination mit einer anhaltenden Veränderung der Herzfrequenz und starken Gefühlen bei Angst vor dem Schreiben einer Klassenarbeit

eintreten. Ein ganz anderes Muster kann sich bei einer emotionalen Reaktion von Freude über eine überraschend gute Note zeigen. Die empirische Forschung zeigt schließlich, dass nicht nur eine Komponente (z. B. physiologische Reaktionen) den primären Marker einer Emotion darstellt. Vielmehr muss das Ausmaß Beachtung finden, in dem die *verschiedenen* Emotionskomponenten zueinander in Beziehung stehen und gemeinsam Informationen über den emotionalen Zustand aufzeigen (Weinberg & Tronick, 1994).

Auslöser von emotionalen Prozessen bilden individuelle Bewertungen bestimmter Anlässe. Wird eine Situation als bedeutungsvoll und relevant für die eigenen Ziele interpretiert, so zeigen sich emotionale Reaktionstendenzen (Cole, Martin & Dennis, 2004; Gross & Thompson, 2007). Die Interpretation des Anlasses kann schnell und automatisch durch gedankliche sowie unbewusste Prozesse aktiviert werden (Izard, 1993; LeDoux, 1996). Die emotionalen Reaktionstendenzen kommen schließlich in den verschiedenen Emotionskomponenten (= Gefühlen, Gedanken, körperlichen Reaktionen) zum Ausdruck, die unter dem Begriff „Emotion“ zusammengefasst werden. Für unser Beispiel der anstehenden Klassenarbeit bedeutet dies, dass eine emotionale Reaktion nur dann ausgelöst wird, wenn ein Kind die Klassenarbeit als bedeutungsvoll für seine eigenen Ziele bewertet. Ist dies der Fall, so können sich emotionale Reaktionen beispielsweise in einem ängstlichen Gesichtsausdruck, erhöhten Pulsschlag oder Gedanken wie „die Klassenarbeit bestehe ich nicht“ äußern.

Insgesamt wird übereinstimmend angenommen, dass bereits Kinder über Emotionen als biologisch veranlagtes Potenzial verfügen (vgl. Lewis, 2000; Petermann & Wiedebusch, 2008). Wurden Emotionen früher noch als unvernünftig, durcheinanderbringend und anstrengend bezeichnet, so hat man sich heute von dieser Sichtweise deutlich entfernt. Emotionen besitzen eine biologisch adaptive Funktion und prägen in differenzierter Weise unser Erleben (vgl. Thompson, 1994). Evolutionsgeschichtlich sind Emotionen für unser Überleben wichtig. Die angeborenen emotionsbezogenen Verarbeitungsprozesse dienen etwa dem Umgang mit bedrohlichen Situationen oder anderen sozialen Interaktionen (Rothbart & Sheese, 2007). Emotionen schützen in Gefahrensituationen, indem sie über ängstliches Verhalten eine Vermeidungsreaktion auslösen. So reagiert ein Kind, das von einem fremden und unheimlich wirkenden Mann angesprochen wird, mit Angst und Fluchtverhalten. Demzufolge können Emotionen als *frühzeitiges Reaktionssystem* bezeichnet werden, das auf Basis fortlaufender Erfahrungen situationspezifisch aktiviert wird (Cole et al., 2004). Sehr junge Kinder verfügen schon über ein solch frühzeitiges Reaktionssystem, das im Laufe der Entwicklung zunehmend ausdifferenziert wird. Auch die Verbindungen zwischen den einzelnen Emotionskomponenten werden durch die sozialen Erfahrungen zunehmend beeinflusst und damit entwicklungspezifisch organisiert, wie etwa die Bewertung des beobachtbaren Gesichtsausdrucks (Carras, Oster, Campos & Bakeman, 2003; Thompson & Meyer, 2007).

Emotionen sollen uns dabei helfen, zu verstehen, warum verschiedene Personen in der gleichen Situation unterschiedlich reagieren (Frijda, 2010). So freut sich ein Kind über eine gute Note in der Klassenarbeit, ein anderes ist über das gleiche Ergebnis enttäuscht und traurig, da es damit rechnete, der Klassenbeste zu sein. Emotionen besitzen folglich eine wichtige kommunikative und soziale Funktion, die Informationen über Gedanken, Gefühle und Ziele übermittelt und somit soziale Interaktionen lenkt (Sueveg, Jacob et al.,

2010). Damit erhalten Emotionen eine grundlegende Rolle in der kindlichen Entwicklung, die sich nach Abe und Izard (1999) folgendermaßen zusammenfassen lässt:

- *Emotionen fördern soziale Interaktionen:* Freude und Interesse begünstigen beispielsweise das kindliche Spiel mit Gleichaltrigen.
- *Emotionen bringen Kinder dazu, über die eigenen Erwartungen und Verhaltensweisen nachzudenken und diese gegebenenfalls neu zu bewerten:* Wut darüber, dass ein Ziel nicht erreicht wurde, regt die Aufmerksamkeit eines Kindes an, über die eigenen Ansprüche nachzudenken.
- *Emotionen fördern die Vorstellungen von Kindern über die Kontextabhängigkeit von Emotionen:* Beispielsweise lernen Kinder durch ihre Erfahrung, dass derselbe Anlass verschiedene Emotionen bei unterschiedlichen Personen auslösen kann.

Eine Theorie, die sich mit dem Emotionsphänomen auseinandersetzt, stellt die *Differential Emotions Theory* (DET) von Izard (1977, 1991) dar. Sie beschreibt die zentrale Annahme, dass jede Emotion unterschiedliche motivationale Eigenschaften besitzt und damit adaptives Verhalten begünstigt. Laut der Theorie verfügen bereits junge Kinder über angeborene Skripte, um mit wiederkehrenden Problemen umgehen zu können, wie etwa vor Gefahren wegzulaufen. Neben einer evolutionären Vererbung von emotionalen Reaktionsmustern betont die Theorie schließlich auch den Einfluss von Umwelterfahrungen auf Emotionen. So werden die emotionalen Erfahrungen eines Kindes beispielsweise durch die Interaktionen mit Eltern und anderen Bezugspersonen geprägt. Für die kindliche Entwicklung sind schließlich bestimmte Emotionen laut DET (Izard, 1977,

Kasten 1: Die zentralen Annahmen der *Differential Emotions Theory* (DET) nach Izard (1977, 1991)

Folgende fünf grundlegende Annahmen werden formuliert:

1. Das menschliche Motivationssystem weist zehn wesentliche Emotionen auf. Zu diesen zählen:
 - Interesse – Erregung,
 - Freude – Vergnügen,
 - Überraschung – Erschrecken,
 - Distress – Pein,
 - Ärger – Wut,
 - Abscheu – Ekel,
 - Geringschätzung – Verachtung,
 - Angst – Grauen,
 - Scham/Schüchternheit – Erniedrigung/Demütigung und
 - Schuld – Reue.
2. Jeder dieser zehn grundlegenden Emotionen werden eine organisatorische und eine motivationale Funktion sowie einzigartige Erfahrungen zugeschrieben.
3. Verschiedene Emotionen führen zu unterschiedlichen Erfahrungen und haben unterschiedliche Auswirkungen auf unser Denken und Handeln.
4. Emotionen interagieren mit den folgenden Prozessen: Homöostase, Antrieb (Hunger, Durst, Müdigkeit und Schmerz), Wahrnehmung, Kognition (Introversion/Extraversion, Skepsis, Egoismus, Vitalität, Gelassenheit) und Motorik.
5. Die genannten Prozesse beeinflussen ebenso die Emotionen.

1991) während einer Lebensphase bedeutender als andere und dienen damit der Bewältigung phasenspezifischer Entwicklungsaufgaben. Kasten 1 fasst die wesentlichen Annahmen der DET zusammen. Mit dieser Basis leistet die DET einen wesentlichen Beitrag zur Emotionsforschung im Säuglings- und Kindesalter, indem sie etwa systematisiert, wie Emotionen im Säuglingsalter durch den Gesichtsausdruck angezeigt werden (Camras & Shutter, 2010).

Es bleibt festzustellen, dass positive Emotionen wie Freude, Interesse, Überraschung, Stolz, Dankbarkeit, Zufriedenheit und Erhöhung sowie negative Emotionen wie Wut, Angst, Traurigkeit, Scham, Schuld und Neid eine grundlegende Rolle für die Entwicklung eines Kindes spielen (vgl. Petermann & Wiedebusch, 2008). Auch wenn das Definitions-dilemma nicht gelöst ist, lassen sich Emotionen jedoch aufgrund ihrer Funktionen gut spezifizieren. In ihren Funktionen zeichnen sich die kindlichen Emotionen dadurch aus, dass sie bei bestimmten Anlässen die Reaktionsbereitschaft fördern, das Gedächtnis für wichtige Ereignisse stärken oder interpersonelle Interaktionen erleichtern (vgl. Gross & Thompson, 2007).

Für die Emotionsregulation ist damit aktuell nicht zu klären, *was* genau reguliert wird. Generell repräsentieren Emotionen den Output der individuellen Informationsverarbeitung, welche die emotionale Bedeutsamkeit bestimmter Ereignisse für das Kind bewertet. Während dabei etwa Prozesse der Objekterkennung und räumlichen Wahrnehmung Fragen beantworten wie „Was ist es?“ und „Wo ist es?“, beziehen sich die emotionsbezogenen Verarbeitungsprozesse auf Fragen wie „Ist es gut oder schlecht für mich?“ und „Was soll ich damit tun?“ (vgl. Rothbart & Sheese, 2007).

1.1.1 Emotionen im Säuglingsalter

Kinderpsychologen möchten vor allem Emotionen von Kindern in der frühesten Lebensphase verstehen. Dieses Anliegen wird jedoch dadurch erschwert, dass Kinder in den ersten Lebensmonaten nicht dazu in der Lage sind, ihre Emotionen verbal zu kommunizieren (Camras & Shutter, 2010). Dennoch sind bereits Säuglinge mit einem emotionalen System ausgestattet, das sie befähigt, ihre Wünsche und Bedürfnisse sowie Stress und Unwohlsein zu signalisieren und damit fürsorgliche Reaktionen bei ihren Eltern auszulösen (Abe & Izard, 1999). Neugeborene erleben ihre Emotionen bipolar, das heißt ihr emotionales Erleben lässt sich zunächst grob in die emotionale Erfahrung von negativ zu bewertendem Distress und positiv empfundene Zufriedenheit unterteilen (Lewis, 2000). Während der weiteren Entwicklung differenzieren sich diese Erlebensweisen zunehmend aus (Camras & Shutter, 2010), wobei eine solche Differenzierung bezüglich spezifischer Emotionen unterschiedlich schnell stattfindet. Erste unterscheidbare Emotionen lassen sich bereits ab dem dritten bis vierten Lebensmonat erkennen (Friedlmeier, 1999; Lewis, 1998, 2000). Im Zuge dieses frühesten Entwicklungsprozesses entstehen die sogenannten *primären* Emotionen, die auch als *Basisemotionen* bezeichnet werden. Zu diesen zählen die emotionale Erfahrung von Freude, Ärger, Traurigkeit, Angst, Überraschung und Interesse (Petermann & Wiedebusch, 2008; vgl. Abb. 2).

In einem Alter von ca. drei Monaten fangen Säuglinge an zu lächeln, wenn sie mit vertrauten Gesichtern konfrontiert werden; Traurigkeit findet mit diesem Alter ihren ersten

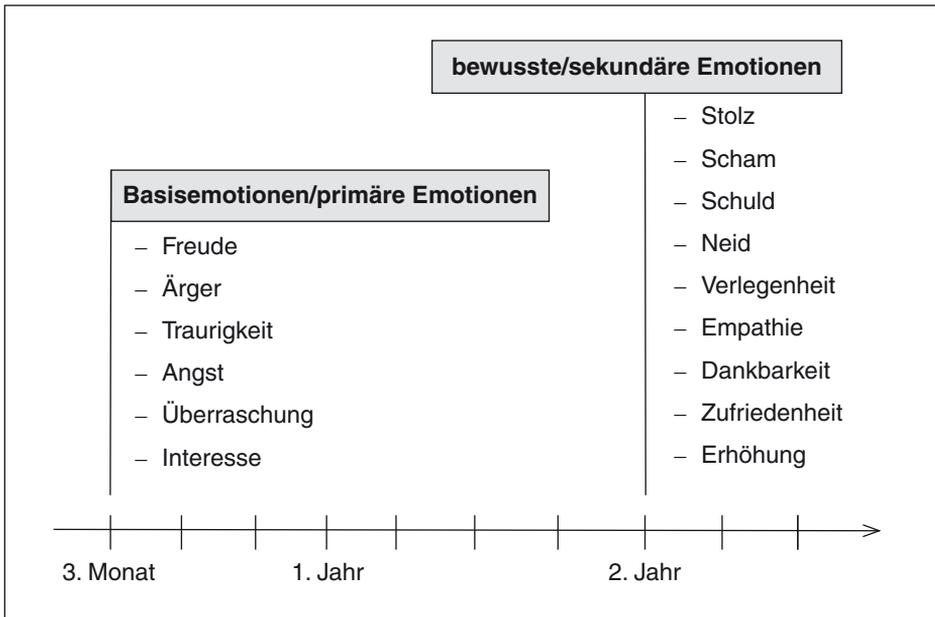


Abbildung 2: Die primären und sekundären Emotionen in Anlehnung an Petermann und Wiebusch (2008, S. 33)

Ausdruck, wenn positive Reize entzogen werden (Lewis, 2000). Lewis, Alessandri und Sullivan (1990) konnten Wut bereits bei zwei Monate alten Säuglingen feststellen, indem sie den emotionalen Ausdruck beobachteten, der sich nach der Wegnahme einer gelernten zielgerichteten Handlung zeigte. Ein häufiger Ansatz zur Erfassung von Emotionen im frühen Säuglingsalter ist demnach das Einordnen eines Gesichtsausdrucks als eine Komponente des emotionalen Erlebens (vgl. Hertenstein, 2010; Izard et al., 1995). Säuglinge können Wut und Angst in ihrem Verhalten erst dann unterschiedlich äußern, wenn sie dafür distinkte negative Gesichtsausdrücke kennengelernt haben (Camras et al., 2007). Wird der Gesichtsausdruck als primärer Marker emotionalen Erlebens gewählt, so sind die Basisemotionen *Interesse*, *Freude*, *Traurigkeit* und *Wut* diejenigen Emotionen, die im Säuglingsalter über 95 % des beobachtbaren Gesichtsausdrucks ausmachen (Izard et al., 1995).

Zur Entwicklung des frühen emotionalen Gesichtsausdrucks liegen jedoch verschiedene Befunde vor. Hier deutet sich zum einen eine Veränderung der Häufigkeitsrate gezeigter Basisemotionen an, die unterschiedlich für verschiedene Emotionen ausfällt (Denham & Lehman, 1995). Zum anderen können relativ stabile Entwicklungsverläufe im emotionalen Ausdruck in den ersten Lebensmonaten verzeichnet werden, die der beobachteten Variabilität gegenüberstehen. So konnte Kochanska (2001) in einer Längsschnittstudie mit 112 Kindern etwa zeigen, dass beobachtbare interindividuelle Unterschiede im Emotionsausdruck auf den Bindungsstil zur Mutter zurückzuführen waren. Hierbei zeigte sich, dass der Ausdruck von negativen Gefühlen bei Kindern mit einem sicheren Bindungsstil im zweiten und dritten Lebensjahr abnahm. Bei unsicher gebundenen Kin-

dem hingegen konnte im zweiten und dritten Lebensjahr ein Anstieg der negativen und ein gleichzeitiger Rückgang der positiven Emotionen beobachtet werden. Ob ein Ausdruck dieser primären Emotionen stattfindet, hängt zudem vom Entwicklungsfortschritt in unterschiedlichen Bereichen ab. So kann eine Ärgerreaktion erst dann ausgedrückt werden, wenn die kognitive Entwicklung hinreichend vorangeschritten ist. Wenn diese es ermöglicht, Erwartungen bezüglich einer Zielerreichung zu entwickeln und ein Kind dazu in der Lage ist, wahrzunehmen, dass ein Ziel nicht erreicht wurde, dann wird Ärger empfunden und ausgedrückt (Petermann & Wiedebusch, 2008; von Salisch, 2000). Hat ein Kleinkind etwa die Erwartung ausgebildet, dass es nach dem Essen mit einem schönen Spiel belohnt wird und wird diese Erwartung nicht erfüllt, so reagiert es wütend und fängt an zu weinen.

Die sich entwickelnden Basisemotionen dienen in den frühen Lebensmonaten primär als Kommunikationskanal, durch den Kinder ihre Bedürfnisse, Wünsche und Stress an die Eltern mitteilen, um bei diesen fürsorgliche Reaktionen zu bewirken. So kann ein freudiges Lächeln beispielsweise die Bindung des Kindes gegenüber den Eltern stärken (Abe & Izard, 1999). Zu den wesentlichen frühen Entwicklungsaufgaben, denen die Emotionen und deren Ausdruck der Säuglinge dienlich sind, zählen schließlich unter anderem die Fähigkeit zu dyadischen Interaktionen, die Schaffung einer Bindung zu den Eltern und die Nutzung der Eltern als Informationsquelle für das eigene emotionale Verhalten (vgl. Abe & Izard, 1999). Damit leisten die emotionalen Erfahrungen bereits im frühesten Lebensalter einen ganz wesentlichen Beitrag für die Entwicklung eines Kindes.

1.1.2 Emotionen im frühen und mittleren Kindesalter

In den vergangenen Jahren konnte zunehmend gezeigt werden, dass bereits Kleinkinder über ein breites Repertoire an Emotionen verfügen (vgl. Aksan & Kochanska, 2005). Hierfür sind verschiedenste Entwicklungsfortschritte verantwortlich. Schon ab dem zweiten Lebensjahr machen Kinder bemerkenswerte Fortschritte in ihren motorischen und sprachlichen Fähigkeiten und beginnen zunehmend die eigenen Fähigkeiten zu erproben (Abe & Izard, 1999). Bereits in diesem frühen Alter lassen sich darüber hinaus durchaus stabile interindividuelle Unterschiede des emotionalen Ausdrucks erkennen (vgl. Izard & Ackerman, 2000), der nicht mehr allein die Basisemotionen widerspiegelt.

Zu den entscheidenden Meilensteinen der frühen Entwicklung zählen ein verbessertes Selbstbewusstsein, die zunehmende Fähigkeit, die Reaktionen und Erwartungen anderer zu verstehen und eine steigende Sensibilität für moralische Regeln und Normen der sozialen Umwelt (Lewis, 1998). Aus derartigen Entwicklungsprozessen folgt schließlich die Entwicklung rudimentärer Formen selbstbewertender Emotionen (vgl. Petermann & Wiedebusch, 2008; Thompson, 2011a). Damit zeigt zum einen die Fähigkeit, soziale Verhaltensregeln und -standards zu erkennen sowie die eigenen Verhaltensweisen zu diesen in Beziehung zu setzen wesentliche Fortschritte. Zum anderen entwickelt sich die Wahrnehmung einer Selbstverantwortung für ein (nicht)erfolgreiches Einhalten dieser Standards und Regeln in dieser frühen Lebensphase (Denham, 1998; Saarni, 1999). In der Folge entstehen schließlich die sogenannten *bewussten* oder auch *selbstbezogenen (sozialen) Emotionen* (Petermann & Wiedebusch, 2008). Zur Gruppe dieser Emotionen