

So fördern Sie die emotionale Intelligenz beim Hortkind

Emotionale Intelligenz wird beim Kind als **Basisfähigkeit** betrachtet, **die** für die Entwicklung all seiner sozialen und kognitiven Fähigkeiten von Bedeutung ist. Das Besondere an der emotionalen Intelligenz ist, dass es dabei sowohl um den Umgang mit sich selbst als auch um die Qualität des Umgangs mit anderen Menschen geht.

Sie ist die grundlegende Kompetenz, die **darüber entscheidet, in welcher Qualität Kinder Beziehungen** zu anderen Menschen **gestalten und selbst erleben** können. Ihre Kolleginnen und Sie können die Kinder in Ihrem Hort begleiten und fördern, damit sie lernen, mit Gefühlen und Bedürfnissen umzugehen – und zwar für sich allein und im Zusammensein mit anderen Menschen.

Eine hohe **emotionale Intelligenz geht** meist **mit** einer **positiven schulischen Entwicklung einher**. Untersuchungen der Psychologen Petermann & Wiedebusch aus dem Jahr 2003 wiesen dies nach:

- Geringe emotionale Kompetenz stellt einen Risikofaktor für Auffälligkeiten im Verhalten, für schlechte schulische Leistungen und auch für späteres Suchtverhalten dar.
- Kinder mit höherer emotionaler Intelligenz sind beliebter, verfügen über mehr Sozialkontakte und zeigen sich in Konfliktsituationen weniger aggressiv.

Diese Gründe zeigen, wie wichtig es ist, dass Sie die emotionalen Kompetenzen der Kinder in Ihrem Hort stärken und erweitern.

Schulen Sie die Wahrnehmung und den Ausdruck von Gefühlen

Kinder im Schulalter sollten über Empathie verfügen, also über die Fähigkeit, sich in ein anderes Kind und seine Gefühlslage hineinversetzen zu können. Unterstützen Sie die Kinder in dieser wichtigen Entwicklungsphase. **Grundlegend** ist es zunächst, **dass** das **Kind** seine **eigenen Gefühle** erlebt und **interpretieren kann**. Nur wenn es diese Fähigkeit erlangt, wird es auch die Gefühle von anderen verstehen und berücksichtigen können.

Üben Sie mit den Kindern in Ihrem Hort das **Wahrnehmen** und Ausdrücken **ihrer eigenen Gefühle**.

- Bitten Sie die Kinder, die eigenen Körpersignale zu deuten. Sprechen Sie mit ihnen darüber, woran sie bemerken, dass es ihnen langweilig ist oder was sie glücklich macht.
- Stellen Sie ein Gefühle-Memory mit den Kindern her. Die Kinder fotografieren sich gegenseitig und stellen für die Fotografie, die auf das Memory-Kärtchen geklebt wird, unterschiedliche Gefühle und Stimmungen dar.
- Regen Sie die Kinder dazu an, Gefühle pantomimisch darzustellen – andere Kinder dürfen raten.

Führen Sie die Kinder zur Perspektivenübernahme

Im Schulalter sollte das Kind lernen, sich in andere Menschen hineinzusetzen. Kinder sollten die Gefühlslage von anderen erkennen und sich in sie hineindenken können. **Fordern Sie** die **Kinder** immer wieder **auf, aus** den **Augen eines anderen** Kindes **zu schauen**

und seine Perspektive zu betrachten. Sie fördern die Kinder in dieser Entwicklung durch folgende Maßnahmen:

- Halten Sie in Kinderkonferenzen eine Feedback-Runde ab. Dabei können Kinder anderen die Rückmeldung geben, was sie in dieser Woche besonders gefreut oder geärgert hat.
- Bringen Sie Kinder zusammen, die Ähnliches erlebt haben, beispielsweise die Trennung der Eltern, den Verlust des Vaters. Sprechen Sie mit den Kindern über ihre Empfindungen.

Zeigen Sie einen adäquaten Umgang mit Stress und negativen Emotionen

Manche Kinder kommen nach der Schule aufgewühlt oder wütend zu Ihnen in den Hort. Negative Emotionen lernt jedes Schulkind im Laufe seines Lebens kennen – entscheidend ist es, wie es darauf reagieren kann. **Vermitteln Sie** den Hortkindern, **dass negative Gefühle veränderbar sind**.

Üben Sie, dass es wichtig und richtig ist, die eigene Wut zu spüren und zunächst zuzulassen. Nach einiger Zeit sollte das Hortkind Wege finden, **wie es sich** selbst wieder **beruhigen und kontrollieren kann**. Bieten Sie den Hortkindern zum Abbau von Stress folgende Möglichkeiten:

- Richten Sie im Hort unterschiedliche Bereiche ein, die einen bewussten Gegenpart zur Schule darstellen, z. B. eine Musikecke, eine Traumecke, einen Toberaum.
- Erlauben Sie, dass die Kinder sich abregieren dürfen, etwa mit einem Boxsack oder durch eine Kissenschlacht.

Setzen Sie diese Maßnahmen zur Förderung der emotionalen Intelligenz der Hortkinder um. **Langfristig wird sich** dadurch der **Freundeskreis** der Kinder **erweitern und** die **schulischen Leistungen verbessern sich**. Nutzen Sie die folgende Literaturliste, um Kinder in Ihrem Hort bei der Entwicklung der emotionalen Intelligenz zu unterstützen.