



nifbe-Themenheft Nr. 26

Lebenskompetenzen stärken: Dankbarkeit im Kindesalter

Mirja Kekeritz / Ulrike Graf

Schutzgebühr 2 Euro

Gefördert durch:



**Niedersächsisches Ministerium
für Wissenschaft und Kultur**

Lebenskompetenzen stärken:

Dankbarkeit im Kindesalter

Abstract

Der gemeinsame Auftrag von elementar- und primärpädagogischen Institutionen ist es, die Entwicklung der gesamten Persönlichkeit – auf sozialer, emotionaler und kognitiver Ebene – zu fördern und sie zu befähigen, das eigene Leben aktiv zu gestalten, wozu der Erwerb von Lebenskompetenzen wie Selbstwahrnehmung und eine gelingende Beziehungsgestaltung gehören. In einer auf das Kind ausgerichteten, ressourcenorientierten Pädagogik finden deshalb Aspekte von Lebenszufriedenheit wie die Pflege sozialer Verbundenheit Eingang, die das Individuum selbstständig umsetzen und auch beeinflussen kann, ohne dabei zu übersehen, dass pädagogische Bemühungen immer auch Teil einer Ressourcen generierenden Umgebung sind.

Positive Emotionen wie Dankbarkeit lassen das eigene Leben als wertvoll begreifen und machen die Verbundenheit mit anderen Menschen bewusst. Doch inwiefern kann die Förderung einer dankbaren Haltung als ein Beitrag zur Entwicklung der Persönlichkeit und zur Förderung von Lebenskompetenzen verstanden werden? Dieser Frage geht das vorliegende Themenheft nach und präsentiert am Beispiel der Dankbarkeit Wege, die zu einem persönlichkeitsstärkenden Umfeld für Kinder führen. Es möchte die Lesenden für Dankbarkeit als positive Emotion sensibilisieren. Dabei gibt das Themenheft grundlegende Einblicke in wissenschaftliche Erkenntnisse. Auf dieser Basis folgen Gedanken zu einer persönlichkeitsstärkenden Pädagogik und Praxisanregungen zur Förderung von Dankbarkeit im Kindesalter.

Gliederung des Textes:

- Vorwort
- 1. Einleitung
- 2. Dankbarkeit ist viel mehr als nur ein Dankeschön: Eine Definition
- 3. Dankbarkeit im Kindesalter
- 4. Dankbarkeit im pädagogischen Blick
- 5. Fazit
- 6. Literatur

Dankbarkeit - eine Größe sozialer Bezogenheit

Dankbarkeit hat Potenziale für die Persönlichkeitsentwicklung

Vorwort

Kinder erleben Dankbarkeit als Thema ihres Erziehungsalltages. Dankbarkeit äußern zu lernen, erweist sich dabei als schillernder Prozess. Er changiert zwischen Höflichkeitsfloskeln und einem individuellen Ausdruck für etwas, das einem Menschen bedeutsam war oder ist. In beiden Formen wird die soziale Bezogenheit aktiviert. Denn dankbar ist der Mensch immer jemandem oder etwas gegenüber. Er nimmt nicht nur, er nimmt auch an. Zu danken bedeutet, dem anderen gegenüber den Wert dessen auszudrücken, was dieser gegeben hat. Im Dankbar-sein erkennt der Mensch an, dass er auf andere und anderes angewiesen ist. Höflichkeitsfloskeln geraten dabei leicht in den Verdacht, formal zu bleiben und nicht von der inneren Einstellung mitgetragen zu sein. Gleichzeitig zeugen sie von einer Alltagskultur der Zuwendung, die für den anderen öffnen kann.

Im vorliegenden Themenheft wird zunächst die Frage geklärt: Was ist unter Dankbarkeit zu verstehen? Und wofür sind Kinder dankbar? Entwicklungspsychologische Erkenntnisse erhellen dabei, welche hauptsächlich kognitiven Grundlagen sich für eine individuell empfundene Dankbarkeit im Kindesalter ausbilden. Dass ein Einüben von Dankbarkeitswahrnehmung und -äußerung Potenziale für die Persönlichkeitsentwicklung entfaltet, bleibt ein ständiger Bezugspunkt. Eine Reihe von Beispielen, wie Dankbarkeit im privaten und institutionellen Umfeld gepflegt werden kann, geben Hinweise für die Gestaltung des pädagogischen Alltags in Kindergarten und Schule. Es könnte sein, dass die LeserInnen nicht unberührt davon bleiben, sich des Stellenwerts der Dankbarkeit im eigenen Lebens- und Berufsumfeld bewusst zu werden.

In Zeiten einer hohen Autonomiebetonung bieten die Gedanken dieses Heftes eine wertvolle Anregung, unsere menschliche Verfasstheit als individuelle und soziale Wesen zur Geltung zu bringen. Denn niemand lebt alleine aus sich heraus. Wem es gelingt, sich für das eigene Angewiesensein zu öffnen und im Danken auszudrücken, dass andere einen wertvollen Beitrag zum eigenen Leben bieten konnten, dessen Lebenszufriedenheit steigt.

Dankbarkeit zu pflegen bereichert auch eine Kultur der Öffnung, sie aktiviert die soziale Verbundenheit und erweist sich darin als unverzichtbar auf dem Bildungsweg, der immer die Lebenskompetenzen mit ihren Fähigkeiten zur Selbstwahrnehmung, Gefühlsregulation und einer gelingenden Beziehungsgestaltung im Blick hat.



1. Einleitung

Kinder, Eltern und PädagogInnen stehen gemeinsam auf einem Schulfest, versammelt um einen Baum – einen Dankbarkeitsbaum. Um diesen stehen Tische mit Stiften und Zetteln, auf denen „ich sage Danke für...“ steht.

Ein stolzer großer Bruder schreibt „Ich sage Danke für Gretas Geburt“. Ein anderes Kind zögert nicht lange, greift zu einem Stift und schreibt „Ich sage Danke für mein Keyboard und meine Klasse“. Ein Mädchen sitzt mit ihrer Mutter am Tisch, sie kann den Vorschlägen ihrer Mutter nicht zustimmen und grübelt weiter. Der kleine Bruder eines Schulkindes malt seine Familie, während ein weiteres Kind den Zettel mit der Aufschrift „...dafür, dass ich gesund bin“ an den Baum hängt. Zustimmung hängt ein Lehrer seinen Zettel dazu.

Dankbarkeit zu empfinden bedeutet, sich des Wertes von etwas bewusst zu werden und die Aufmerksamkeit ganz auf die Gegenwart zu richten. Was macht mein Leben reicher? Was schenkt mir Freude? Wer oder was hat dazu beigetragen? Der Mensch versteht also den Wert einer Situation, einer Erfahrung, einer Sache oder einer Person als für sich bedeutsam und äußert diese Wertschätzung zum Beispiel dadurch, dass er sich bedankt, der anderen Person etwas Gutes tut oder etwas mit großer Sorgsamkeit behandelt. Auf dem Schulfest kommen Kinder, Eltern und PädagogInnen gemeinsam darüber ins Nachdenken, was ihr Leben wertvoll macht. Hier geht es nicht darum, Kinder daran zu erinnern, dass sie dankbar sein sollten oder ihnen ein „höfliches

Dankbarkeit zu empfinden bedeutet, sich des Wertes von etwas bewusst zu werden und die Aufmerksamkeit ganz auf die Gegenwart zu richten

Danke“ abzugewinnen. In der Bewusstwerdung, was alles zu dem eigenen Leben – so wie es heute ist – beiträgt, entsteht ein freiwilliges, von Freude begleitetes Gefühl der Dankbarkeit: Das kann die emotionale Verbindung zur kleinen Schwester, die Begeisterung über das letzte Geburtstagsgeschenk, die Wertschätzung der Klassengemeinschaft oder die Freude über die eigene Existenz sein.

Doch ist Dankbarkeit erlernbar oder vielmehr angeboren? Sind Kinder gleichsam dankbar wie Erwachsene? Und welche Auswirkungen kann eine dankbare Haltung haben?

Dankbarkeit ist grundsätzlich eine positive Emotion und hat auch positive Auswirkungen

Dankbarkeit ist grundsätzlich eine positive Emotion¹ und hat auch positive Auswirkungen. Dankbarkeit lässt das eigene Leben als wertvoll begreifen und macht die Verbundenheit mit anderen Menschen bewusst. So zeigen auch neuere Untersuchungen (z.B. Froh et al. 2010), dass eine dankbare Haltung mit einer höheren Lebenszufriedenheit, Glück, besserer Gesundheit und intensiveren sozialen Beziehungen in Verbindung steht. An diesem Punkt setzt nun die Pädagogik an: Der gemeinsame Auftrag von elementar- und primärpädagogischen Institutionen ist es, die Entwicklung der gesamten Persönlichkeit – auf sozialer, emotionaler und kognitiver Ebene – zu fördern und sie zu befähigen, das eigene Leben aktiv zu gestalten, wozu der Erwerb von Lebenskompetenzen wie Selbstwahrnehmung und eine gelingende Beziehungsgestaltung gehören. In einer auf das Kind ausgerichteten, ressourcenorientierten Pädagogik finden deshalb Aspekte von Lebenszufriedenheit wie die Pflege sozialer Verbundenheit Eingang, die das Individuum selbstständig umsetzen und auch beeinflussen kann. Eine entsprechende Pädagogik berücksichtigt dabei gleichermaßen, dass sie Bedingungen für diese Eigenaktivität schafft.

Ein dankbares Verhalten fördert das Kind in seiner gesamten Persönlichkeit und kann als eine Lebenskompetenz verstanden werden

Ein dankbares Verhalten fördert also das Kind in seiner gesamten Persönlichkeit und kann als eine Lebenskompetenz verstanden werden, die in familiären sowie institutionellen Erziehungs- und Bildungskontexten gepflegt werden kann. Insbesondere Kindergärten, Schulen und andere Bildungseinrichtungen erweisen sich als Orte vielseitiger sozialer Beziehungen, an denen sich Spielen und Lernen immer in Gemeinschaft vollziehen, was in Zeiten zunehmender Individualisierung an Bedeutung gewinnt. Deshalb kann Dankbarkeit in diesen Zusammenhängen bestehende Beziehungen festigen sowie neue fördern und somit soziale Verbindungen stärken.

Wenn also Kinder und auch Eltern und PädagogInnen überlegen, wofür sie dankbar sind, und dieses wie auf dem Schulfest an einem Dankbarkeitsbaum zusammentragen, werden sie gestärkt: in ihrer Fähigkeit, sich positiver Erfahrungen bewusst zu werden, in ihrer eigenen Persönlichkeit und in ihren Beziehungen zueinander.

Wir möchten im Folgenden den Blick auf die Dankbarkeit als positive Emotion richten und für diese als Beitrag zur Förderung von Lebenskompetenzen sensibilisieren. Auf dieser Basis folgen Gedanken zu einer persönlichkeitsstärkenden Pädagogik und erste Praxisanregungen zur Förderung von Dankbarkeit im Kindesalter.

¹ Emotionen sind begrifflich nicht gleichzusetzen mit Gefühlen. Denn mit dem Begriff Gefühl wird auf die Betonung der subjektiven Wahrnehmung einer Person abgehoben. Deshalb bezeichnen wir Dankbarkeit als Emotion und sprechen dann von einem angenehmen Gefühl, wenn wir eher die Wahrnehmungsqualität meinen.

2. Dankbarkeit ist viel mehr als nur ein Dankeschön: Eine Definition

Als der zehnjährige Thorben gefragt wird, was für ihn Dankbarkeit ist, antwortet er: „... wenn ich etwas bekomme, worauf ich mich lange schon gefreut habe.“ Dagegen meint die achtjährige Sabrina: „...“, dass irgendjemand jemanden geholfen hat und dass er dann sehr glücklich ist.“

In diesen kindlichen Äußerungen wird bereits deutlich, dass Dankbarkeit im Austausch entsteht und sich darin die Anerkennung und Wertschätzung von etwas (z.B. eines Geschenks, einer Hilfeleistung) wiederfindet; sie zeigen jedoch nur eine Facette der Dankbarkeit auf.

Wissenschaftlich lässt sich Dankbarkeit beispielsweise aus sozialwissenschaftlicher, entwicklungspsychologischer oder moralphilosophischer Perspektive betrachten. Eine eindeutige Definition von Dankbarkeit wird dadurch erschwert, dass sie zum einen als Wert definiert, an dem Verhaltensweisen und allgemeine Einstellungen ausgerichtet werden, und zum anderen als emotionaler Zustand begriffen werden kann.

Dankbarkeit als Wert?

Ein Wert ist als eine von der Gesellschaft gemeinsam getragene und beim Individuum emotional stark besetzte Vorstellung über das Wünschenswerte zu verstehen. In diesem Sinn ist Dankbarkeit auch eine Form der Höflichkeit: Kinder werden dazu erzogen, sich für Geschenke zu bedanken; von der Person, der die Tür aufgehalten wird, wird eine Danksagung erwartet; Gastgeschenke werden bei Einladungen gegeben oder dem ehrlichen Finder eines Portemonnaies ein Finderlohn gespendet. In der Dankbarkeit findet sich die Wertschätzung als Anerkennung des Eigenwertes und der Bedeutung von etwas (einem Ereignis, einer Person, eines Verhaltens, eines Objektes) sowie das Empfinden einer positiven emotionalen Verbindung zu ihm wieder.

Dankbarkeit ist also nicht nur durch ein warmes Gefühl der Wertschätzung für etwas oder jemanden, sondern auch durch ein Gefühl von Wohlwollen gegenüber diesem Objekt oder dieser Person und eine daraus resultierende Neigung, positiv zu handeln, gekennzeichnet.

In diesem Sinn hat Dankbarkeit drei Funktionen:

- Dankbarkeit dient als moralisches Barometer (vgl. Polak & McCullough 2006, 348). Ein Barometer ist ein Instrument, das einen Wechsel anzeigt. So ist Dankbarkeit die gefühlsbetonte Demonstration einer Veränderung in sozialen Beziehungen, in der signalisiert wird, dass die uneigennützte Tat des Gegenübers erkannt wurde.
- Des Weiteren motiviert Dankbarkeit Menschen, prosozial zu handeln, ist also als moralisches Motiv zu bezeichnen. Prosoziale Handlungen sind uneigennützig und dienen dem Wohlergehen eines anderen.
- Auch derjenige, dem Dankbarkeit entgegengebracht wird und der von dem prosozialen Verhalten des anderen profitiert, wird motiviert, in

Dankbarkeit kann als Wert definiert werden und ist zugleich ein emotionaler Zustand

Dankbarkeit motiviert Menschen, prosozial zu handeln

Dankbarkeit liefert eine Basis für hilfreiches, zugewandtes Verhalten untereinander

der Zukunft erneut prosozial zu handeln. Demzufolge dient Dankbarkeit als moralischer Verstärker oder wie der Soziologe Simmel formulierte, als ein „Bindemittel“, das unsere Gesellschaft zusammenhält (Simmel 1908, 103).

Dankbarkeit liefert also eine Basis für hilfreiches, zugewandtes Verhalten untereinander, wovon die einzelne Person als auch die Gesellschaft profitiert. Wohl aus diesem Grunde wird Dankbarkeit in historischen Schriften als Tugend aufgeführt. Mit dem Begriff Tugend sind vor allem „positive auf wertebezogene Eigenschaften und Verhaltensweisen gemeint, (...) die zu einem lobens- und bewundernswerten Leben“ (Schick 2011) führen sollen. In religiösen, philosophischen oder anderen Schriften finden sich immer wieder Hinweise darauf, dass die Dankbarkeit als ein grundlegendes und erstrebenswertes Gut des menschlichen und sozialen Lebens zu verstehen ist und dass Menschen für empfangene Vorteile Dankbarkeit fühlen und ausdrücken sollten.

Doch an dieser Stelle muss nun unterschieden werden zwischen der Dankbarkeit, die anerzogen und im Rahmen von Höflichkeit praktiziert wird, und der freiwilligen, aus sich selbst heraus entstehenden und von Emotionen begleiteten Dankbarkeit.

Dankbarkeit als Emotion?

Dankbarkeit ist das Produkt einer positiven, emotionalen Reaktion und einer kognitiven Interpretation. „So erlebt man Dankbarkeit nicht immer, wenn einem etwas Gutes widerfährt, sondern nur dann, wenn man eine Person dafür verantwortlich macht und wenn die betreffende Person das Positive uneigennützig gibt (...)“ (Giesecke 2005, 362). Dankbarkeit ist also ein psychischer



Denk- und Wahrnehmungsprozess: ein Zusammenspiel von Wahrnehmung und Erkenntnis der Ursachen dieser Freude.

Insbesondere die Ursachenzuschreibung ist für die Qualität des emotionalen Erlebnisses maßgebend. Macht sich das Individuum nämlich bewusst, welche „Zu-Taten“ hinter einem guten Erlebnis stehen, verstärkt es das emotionale Erleben der Dankbarkeit. Eindeutig ist, dass Dankbarkeit ganz eng mit der Emotion Freude verbunden ist.

Auf Grundlage der Theorie der Basisemotionen (vgl. u.a. Ortony & Turner 1990) ist Dankbarkeit als aus der Basisemotion Freude abgeleitet zu verstehen. In diesem Zusammenhang wird die enge Verwobenheit mit den Begriffen Glück, Flow, Freude und Wohlbefinden deutlich – Dankbarkeit wird als positives, emotionales Erlebnis verstanden. Auch hier ist wieder das Zusammenspiel von Wahrnehmung und Erkenntnis identifizierbar: Die Dankbarkeit fußt auf der Basisemotion Freude und wird erst durch eine kognitive Verarbeitung, wie z.B. einer Ursachenzuschreibung, zu ihrer selbst. Die Frage ist nun, inwiefern diese Verarbeitungen von Emotionen - also die kognitive Interpretationen - individuell unterschiedlich und kulturell beeinflusst sind, erlernt werden können und Verhalten sowie Einstellungen prägen. Ist es das Ergebnis eines Lernprozesses, zu wissen, wie eine Situation zu bewerten ist und welches Gefühl im Lichte dieser Bewertungen empfunden wird?

Dankbarkeit als Fähigkeit?

Welche Auswirkungen kann eine dankbare Haltung haben? Vor allem in der „Positiven Psychologie“ erregt die Dankbarkeit Aufmerksamkeit, weil sie das Wohlbefinden fördert (vgl. Seligman & Csikszentmihalyi 2000). Positive Psychologie als wissenschaftlicher Ansatz befasst sich weniger mit seelischen Erkrankungen und der „Korrektur“ von Defiziten, sondern vielmehr mit den menschlichen Stärken. Entsprechend der Tugenden können diese als Ressourcen aufgefasst werden, die Menschen stützen und befähigen, Aufgaben zu bewältigen und positive Lebensqualität zu erlangen. Im Fokus stehen also Eigenschaften und Verhaltensweisen, die dem Menschen in schwierigen Lebensphasen helfen.

Ähnlich wie bei der Salutogenese (Antonovsky 1997) (salus = Gesundheit, Wohlbefinden und genesis = Entstehung), der Lehre davon, wie Gesundheit entsteht, wird der Blick auf das gerichtet, was Menschen gut tut, sie stärkt und ihnen im positiven Sinne zu einem produktiven Leben verhilft. Es gibt individuelle Unterschiede in dem Ausmaß, in dem Dankbarkeit erlebt werden kann. Dankbare Menschen erleben nicht nur häufiger, sondern auch intensiver und für eine Mehrzahl an Bereichen und Personen in ihrem Leben Dankbarkeit (vgl. McCullough et al. 2002). Doch ist Dankbarkeit ein angeborenes Persönlichkeitsmerkmal? Oder vielmehr eine erlernbare Einstellung oder Haltung, für die sich der Mensch aktiv entscheiden kann?

Mehrere Studien legten offen, dass dankbare Menschen extrovertierter, hilfsbereit, tolerant, gewissenhafter und weniger neurotisch sind (vgl. Froh et al. 2010; Emmons & McCullough 2004; McCullough et al. 2002); das sind Persönlichkeitsmerkmale, die das persönliche Wohlbefinden als auch die Entwicklung von positiven Beziehungen fördern.

Dankbarkeit entsteht aus dem Zusammenspiel zwischen Wahrnehmung und Erkenntnis

Dankbarkeit als Ressource, die Menschen stützt und befähigt, positive Lebensqualität zu erlangen

Dankbarkeit trägt zu Achtsamkeit und Optimismus bei

Nun liegt die Vermutung nahe, dass Menschen mit bestimmten Persönlichkeitsmerkmalen dankbarer sind als andere. Aber der eindeutige Zusammenhang mit einem der Persönlichkeitsmerkmale konnte in einer Folgestudie nicht ausgemacht werden (vgl. McCullough et al. 2002, 21).

Weitere empirische Forschungen verweisen auf fünf Variablen, mit denen Dankbarkeit eng zusammenhängt: (a) Optimismus, (b) Empathie, (c) Bescheidenheit, (d) Perspektivenübernahme und (e) spirituelle Orientierung (vgl. Emmons & McCullough 2004). So ist es naheliegend, dass empathische Menschen häufiger und intensiver Dankbarkeit empfinden und ebenso dankbare Menschen sich leichter in andere hineinversetzen können oder eine optimistische Lebenseinstellung gewinnen. Menschen, die regelmäßig dankbare Gedanken haben, profitieren davon auf emotionaler, physischer und zwischenmenschlicher Ebene.

Doch lässt sich Dankbarkeit (therapeutisch) verstärken? Die amerikanischen Psychologen Emmons und McCullough zeigten auf, dass Probanden, die täglich Dankbarkeitstagebücher führten, über ein höheres Maß an Zielstrebigkeit, Enthusiasmus, Achtsamkeit und Hilfsbereitschaft und ein geringeres Maß an Neid und Depression berichteten (McCullough et al. 2002). Der Einfluss von Dankbarkeit auf die Qualität sozialer Beziehungen wurde sowohl durch Selbstberichte als auch durch Fremdb Berichte nachgewiesen (vgl. Froh et al. 2010, 896f). Dankbarkeit fördert die Bildung und den Erhalt positiver Beziehungen und stärkt diese.

Zwischenfazit

In Hinblick auf die anfängliche Frage, „Was ist Dankbarkeit?“, kann nun zusammengefasst werden:

- Durch Dankbarkeit wird die eigene Wertschätzung gegenüber Anderen gezeigt, weil deren gute Absichten erkannt und gewürdigt werden. Dankbarkeit ist als psychischer Denk- und Wahrnehmungsprozess zu verstehen, durch den eine erhaltene Wohltat aus der Großzügigkeit eines Anderen beachtet und gewürdigt wird.
- Dankbarkeit trägt zu Achtsamkeit, Enthusiasmus und Optimismus bei (vgl. McCullough et al. 2002). Auf individueller Ebene wird Dankbarkeit als angenehme Erfahrung, als positive emotionale Reaktion wahrgenommen, die sich positiv auf die eigene Lebensführung und das persönliche Wohlbefinden auswirken kann.
- Dankbarkeit sorgt dafür, dass Menschen ein größeres Gefühl der Verbundenheit zu anderen ausbilden. Es wirkt als „social cohesive“ (soziales Bindemittel) (Froh, Miller et al. 2007, 2) und stärkt die Bildung und den Erhalt von positiven Beziehungen. Je stärker die Verbindungen sind, umso intensiver können empathische Reaktionen, wie auch Dankbarkeit, empfunden werden.
- Dankbarkeit kann ein kurzzeitiges Anerkennen von etwas sein oder aber auch ein langanhaltender Zustand. Übungen können kurzzeitig positive Emotionen in einen langanhaltenden Zustand bringen, indem sie eine Person dazu anregen, sich der vielen Facetten, wofür sie dankbar sein kann, bewusst zu werden. Entsprechende Übungen tragen zur Kultivierung von Dankbarkeit im Alltag bei.

3. Dankbarkeit im Kindesalter

Bereits Babys können Freude empfinden, doch die Emotion Dankbarkeit tritt erst im Laufe des mittleren Kindesalters auf. Denn hierzu sind gewisse Fähigkeiten notwendig, die sich im Kindesalter noch in der Entwicklung befinden, wie beispielsweise Empathievermögen, Perspektivenübernahme oder Ursachenzuschreibungen. Aber nicht nur unter entwicklungs- und sozialisations-theoretischer Perspektive wird die Dankbarkeit im Kindesalter interessant, sondern auch in der Frage nach kindlichem Wohlbefinden als wirksamem Beitrag zur persönlichen Entwicklung.

Im Kontext Kindheit entstehen Fragen danach, wie Dankbarkeit vermittelt und vorgelebt wird und welchen Einfluss solche erzieherischen Maßnahmen auf eine dankbare Einstellung haben können. Ebenso stellen sich Fragen danach, wie sich Dankbarkeit als kognitive Fähigkeit entwickelt und welche Rituale und Praktiken Kinder ausüben, um Dankbarkeit auszudrücken.

Wie kann Dankbarkeit vermittelt und vorgelebt werden?

Dankbarkeit im Kindesalter ist

- **... gekennzeichnet durch eine sehr positive, wertschätzende Orientierung.** Das DJI Kinderpanel zeigt auf, dass die Mehrheit der Kinder gut in die Gleichaltrigenwelt eingebunden und zufrieden mit den Kontakten zu Gleichaltrigen ist. 94% der Kinder gaben an, dass sie meist gutgelaunt sind, gerne Neues ausprobieren, viele Ideen haben und sich als sozial und kognitiv aufgeschlossen erleben (vgl. Deutsches Jugendinstitut 2009, 28). Eine ebenso positive Wahrnehmung der Umwelt zeigt sich in der Studie „Kinderwelten“ (2008) - Eine Befragung unter 800 Schulkindern im Alter von 6-13 Jahren und deren Eltern zu Lebenssituation, Konsum- und Medienverhalten. Auch hier stimmte die große Mehrheit (96%) der Kinder der Aussage „Mein Leben macht mir Spaß“ ebenso zu, wie 91% der Aussage zustimmten „in letzter Zeit habe ich viel gelacht und Spaß gehabt“ bestätigten. Nur 4% bzw. 9% der Kinder konnten mit diesen Aussagen nicht oder nur im geringen Maße übereinkommen.
- **... nicht nur materiell orientiert, sondern vor allem von sozialer Dimension.** Außerordentliche Ereignisse, Geschenke, Erfolg, Zeit mit bestimmten Personen verbringen, Gutsein, Erleichterung, Fortschritte machen und sportliche Betätigung (ZDF-Glücksstudie 2009) werden von Kindern als Situationen, in denen sie glücklich sind, beschrieben. Die Objekte kindlicher Dankbarkeit sind nicht nur materiell orientiert: Das Erleben besonderer Momente, das Meistern von schwierigen Situationen oder die Zeit in der Familie spiegeln eine sozialorientierte Dimension kindlicher Dankbarkeit wider. Das Wohlbefinden ist nicht allein von materieller Lebensqualität abhängig, sondern vielmehr von Prozessen und Möglichkeiten der Kommunikation bestimmt.
- **... in seinen Objekten beeinflusst durch grundlegende Bedürfnisse, aber auch gesellschaftlich gerahmt.** Die amerikanische Psychologin Gordon (2004) untersuchte, wofür Kinder dankbar sind. Als Erhebungsmaterial dienten 160 bzw. 204 Aufsätze, die nach dem Aufruf einer Zeitschrift von Kindern im Alter von 5 bis 12 Jahren eingereicht wurden. Eine besondere Dimension erhält diese US-amerikanische Erhebung durch die Tatsache, dass an zwei Zeitpunkten zu Aufsätzen aufgerufen wurde (No-

Dankbarkeit ist nicht nur materiell orientiert, sondern vor allem von sozialer Dimension

vember 2000 und November 2001) und die Anschläge des 11. Septembers als Perspektive der Auswertung herangezogen wurden. Ihre Ergebnisse bestätigen die These, dass Kinder vor allem für jene Dinge dankbar sind, die sie allgemein wertschätzen: Bei den Nennungen dominierten Familien, Dinge täglichen Bedarfs, Freunde und Haustiere unabhängig vom Erhebungszeitpunkt. Außerdem zeigten Mädchen eine stärkere Orientierung an sozialen Beziehungen, was auf dem Hintergrund von geschlechtsstereotypem Sozialverhalten zu untermauern wäre. Es zeigte sich auch, dass im jüngeren Alter eher materielle Dinge im Fokus sind. Dieses Ergebnis reflektiert die im Laufe des Kindesalters zunehmende Fähigkeit der Abstraktion und das steigende Interesse an zwischenmenschlichen Beziehungen.

- **... vielseitig in seinem Ausdruck, wobei es vor allem in der Anwendung erlernter Sprachmuster und durch die Rückgabe materieller Güter seinen Ausdruck im Kindesalter findet.** Bereits in der Studie von 1938 (Baumgarten-Tramer et al.) wird deutlich, dass Kinder vor allem ihre Dankbarkeit verbal oder durch konkrete Handlungen äußern. 51 % der Achtjährigen würden ihre Dankbarkeit in der Aushändigung eines Objektes an den Spender als Gegenleistung zeigen; 30-48% (je nach Altersgruppe) zeigen ihre Dankbarkeit durch ein verbales „Danke“ oder „Dankeschön“. Der Aufbau einer näheren Beziehung zum Spender oder die besondere Wertschätzung und Pflege des erhaltenen Gutes sind weitere Formen kindlicher Dankbarkeit.

Ein Beispiel

In den Objekten kindlicher Dankbarkeit spiegelt sich das wider, was Kinder beschäftigt und was sie allgemein wertschätzen, aber auch kognitive Fähigkeiten, die sich erst im Laufe des Kindesalters ausbilden. Diese kognitiven Fähigkeiten sollen kurz an einem Beispiel, einem Gespräch zwischen einer Studentin und der achtjährigen Nina, erläutert werden:

S: Ist für dich Dankbarkeit wichtig oder eher unwichtig?

N: Für mich ist das wichtig. Weil man, weil ja auch (ähm) ... man muss ja auch dankbar sein, für, bei allen Menschen. Weil sonst geht das ja gar nicht.

S: (...) Warum geht das sonst nicht?

N: Weil, wenn man nicht Danke sagt, dann sind Menschen, dann sind auch voll viele Leute (ähm) sind, sagen das auch nicht. Dann sagen das Leute nicht zu dem Mensch, der auch nicht Danke sagt.

Wenn Nina sagt, dass sie bei allen Menschen dankbar sein muss, dann zeigt sich hier eine für ihr Alter typische Moralentwicklungsstufe: In der Grundschule beginnt sich bei Kindern ein stereotypes und konformistisches interpersonales Denken zu entwickeln. Das heißt, es geht darum, Beziehungen zu pflegen und sich in „guter“ Art und Weise zu benehmen. Doch was als „gut“ angesehen wird, ist gesellschaftlich bestimmt und dass Dankbarkeit eine solche – normorientierte – Dimension hat, ist Nina bewusst. Nina betont, dass ihr Dankbarkeit wichtig ist und man „ja auch dankbar sein muss“ - eine für das Grundschulalter typische konforme, also angepasste Verhaltensorientierung. In der weiteren Äußerung Ninas wird das für das Kindesalter typische austauschorientierte Verständnis deutlich: Wer sich nicht bedankt, erhält

auch keinen Dank. Dieses Verständnis beruht auf der zunehmenden Fähigkeit zum Perspektivwechsel im Kindesalter: Nina kann sich in das Gegenüber hineinversetzen und (Un)Dankbarkeit nachvollziehen. Nina hat verstanden, dass Dankbarkeit ein wechselseitiges Verhalten ist, das unter Menschen Bindungen schafft und im Sinne einer gesellschaftlichen Verantwortung steht.

4. Dankbarkeit im pädagogischen Blick

Wer dankbar ist, öffnet sich für Empfangenes. Er nimmt nicht nur an, sondern ist sich bewusst, welchen Wert das Gegebene für ihn hat, und spiegelt dies der bzw. dem Gebenden zurück. Mit dieser Relationalität, die Dankbarkeit kennzeichnet, realisiert der dankende Mensch, dass er auf andere und anderes angewiesen ist. Hier wird deutlich, dass Dankbarkeit als Thema von Erziehung und Bildung den Blick auf die Sozialität des Menschen lenkt und diese in anerkennender Weise zu pflegen anregt.

Der pädagogische Wert einer auf die Gemeinschaft ausgerichteten Verhaltensweise ergibt sich insbesondere aus heutigen Entwicklungen „zunehmender Individualisierung und wachsender Heterogenität (...) sowie durch die nachlassende Bindungskraft der Familie“ (Sandfuchs 2012, 654).



Dankbarkeit kann dem Kind Ressourcen seines Lebensumfeldes bewusst machen

Dankbarkeit wurde als ein Phänomen nachgewiesen, dessen Pflege das Wohlbefinden des Menschen fördern kann. Im Rahmen einer zunehmenden Ressourcenorientierung in der Pädagogik bietet Dankbarkeit ein Feld, das dem Kind die Ressourcen seines Lebens bewusst machen kann. Ebenso erkennen die pädagogischen Fachkräfte in den Übungen, die im folgenden Abschnitt dargestellt werden, welche Ressourcen das Kind in seiner bisherigen Wahrnehmung realisiert.

Die ElementarpädagogInnen und Lehrkräfte können daraufhin auch Anregungen bieten, weitere Felder dankbarer Erfahrungen, die das Kind noch nicht sehen konnte, zu entdecken. Darüber hinaus können sie neue Räume öffnen, in denen die Kinder dankbare Erfahrungen in ihren Institutionen machen. Damit arbeiten sie einer Resilienzförderung entgegen, die es ermöglicht, unterstützende Entwicklungsressourcen zu identifizieren und so Zugang zu ihnen zu finden.

Dankbarkeit kann nicht abverlangt werden. Sie entsteht in freier Anerkennung

Dabei darf die Pflege einer dankbaren Haltung nicht zum moralischen Zeigefinger verkommen, der dem Kind einen Dank da abverlangt, wo es keinen empfindet; erst recht nicht da, wo die familiären Ressourcen entwicklungshemmend beschränkt sind und das Kind sich deshalb in einer (ihm unbewussten) Irritation befindet, dass seine Eltern elementare Bedürfnisse nicht befriedigen können und es gleichzeitig so sehr auf die elterliche Fürsorge und Pflege angewiesen ist. Hier wird Dankbarkeit zu einem sensiblen Feld und braucht das Kind den Schutz; dieser kann darin bestehen, dass die pädagogischen Fachkräfte in Kenntnis der familiären Situationen solche Reflexionsimpulse setzen, die es jedem Kind ermöglichen, etwas zu finden, wofür es dankbar ist. Denn wer z.B. Kinder aus Heim- oder Pflegesituationen in der Gruppe oder Klasse hat, kann nicht einfach danach fragen, wofür die Kinder ihren Eltern dankbar sind. Hier gälte es, etwa in einem Gesprächsimpuls an die Kinder, folgendermaßen zu differenzieren:

Jedes Kind wächst woanders auf – die einen in einer Familie bei ihren Eltern, die anderen bei Eltern, die es aufgenommen haben; andere in einer Gruppe von Kindern mit ihren ErzieherInnen (eventuell konkreten Namen der Einrichtung nennen). Jede und jeder von Euch hat schon mal von seinen Eltern oder Pflegeeltern oder ErzieherInnen etwas geschenkt bekommen, wofür er/sie dankbar war. Das kann ein Geschenk gewesen sein, das man anfassen kann; es kann auch ein Gefühl gewesen sein ...

Solche und ähnliche Übungen dürfen – wie auch jeder andere Bereich in Schule und Kindertagesstätte – kein Kind ausschließen; sie müssen jedem Kind ermöglichen, eine Antwort zu finden; und nicht zuletzt ist es Aufgabe der Einrichtungen, stärkende Erfahrungen zu initiieren und so einen Raum für Kinder zu bieten, in dem sie das erhalten, was sie ausbilden sollen. Denn „ein Kind ist nicht einfach seines Glückes Schmied, es ist vielmehr in dramatischer Weise auf andere angewiesen“ (Schächter et al. 2009, 29).

Dankbarkeit zählt zu den Emotionen, die als angenehm empfunden werden. Auch deshalb kann gerade sie im Sinn der Förderung des Wohlbefindens gepflegt werden. Man kann sogar davon sprechen, dass sie „geübt“ werden kann; Üben umschließt dabei das immer wiederkehrende Angebot zur Reflexion von

Dankbarkeit und das Vertrautwerden mit einer Fragerichtung bzw. Fragehaltung, welche die positiven Kräfte des Lebens gezielt in den Blick nimmt. Mit entsprechenden Übungsangeboten können Verbundenheit und Vertrauen geschaffen werden, denn sie geben den Kindern „die Fähigkeit, Herausforderungen gegenüber eine „Ich-schaffe-das“-Haltung anzunehmen und einen nachhaltigen Optimismus zu entwickeln“ (Vopel 2004, 14). Darüber hinaus werden Reflexionsvermögen, Ausdrucksfähigkeiten sowie das Selbstwertgefühl der Kinder in solchen Übungen gestärkt.

Verbundenheit und Vertrauen befähigen Kinder, eine „Ich-schaffe-das“-Haltung aufzubauen

Die folgenden Ausführungen zur Förderung von Dankbarkeit gründen auf dem Modell sozialer Kompetenz nach Roth (vgl. u.a. Rohlfs et al. 2013). Dieses Modell beruht darauf, dass sowohl kognitive als auch emotionale Lernprozesse im Aufbau von Sozialkompetenz bedeutsam werden, und es verweist auf die Lehr- und Lernprozesse, die initiiert werden müssen, damit entsprechende Lebenskompetenzen aufgebaut werden, zu denen die „Wahrnehmungsfähigkeit nach innen und nach außen als Grundlage für jede Interaktion mit Anderen“ (ebd., 21) gehört. Eine weitere Komponente der Förderung als positiv empfundener Emotionen bilden Übungen, die kommunikative Kompetenzen, also verbale und non-verbale Mitteilungs- und Ausdruckskompetenzen, umfassen.

Spiele, Aktivitäten und Übungen

Nur in einer regelmäßigen Anwendung und Übung können langfristige Effekte erzielt werden, sodass eine Einbindung in alltägliche Rituale gewinnbringend ist. Des Weiteren sorgen die Übungen dafür, dass die Kinder in verschiedenen Bereichen ihr Können entwickeln und erleben. Die Übungen sollten den Raum für Anerkennung jenseits von Ehrgeiz und unter Berücksichtigung der Individualität jeden Kindes geben.

In einem studentischen Seminarprojekt, das an der Universität Osnabrück durchgeführt wurde, zeigten sich in der Befragung von Kindern insbesondere jene Interviewmethoden erfolgreich, deren Fragen sich auf eine selbstreflexive Auseinandersetzung der Kinder bezogen; dies waren etwa ein selbst gemaltes Bild, mitgebrachte Gegenstände oder eigene Fotoaufnahmen. Aktivitäten und Übungen bedürfen also eines gewissen zeitlichen Rahmens und Raumes zur Selbstreflexion. Häufig ist es gewinnbringend, dem Kind einen Impuls zum Nachdenken mitzugeben (z.B. einen Gegenstand von zuhause mitbringen), auf den sich dann ein späterer gemeinsamer Austausch bezieht. So wird dem Kind ein (Zeit-)Raum gewährt, der erfahrungsgemäß zu einer Vertiefung der Wahrnehmung führt.

Dankbarkeitstagebücher

Dankbarkeitstagebücher können individuell oder zusammen als Gruppe geführt werden. Hier können die Kinder täglich oder wöchentlich dokumentieren, wofür sie dankbar sind und Zeichnungen, Fotos oder Texte hinzufügen. In den Forschungen mit StudentInnen waren besonders die Fototagebücher gewinnbringend, denn hier konnten die Kinder in ihrem Alltag mit sensiblem Blick dokumentieren, wofür die sie Dankbarkeit empfinden. Ein solches Tagebuch schult die Wahrnehmungsfähigkeit des Kindes für die eigenen positiven Emotionen, fördert auf sprachlicher Ebene deren Äußerung und kann als Anlass für gemeinsame Reflexionen und Gruppengespräche genutzt werden.

In der inneren Auseinandersetzung mit der eigenen Dankbarkeit erkennt das Kind Quellen seines Wohlbefindens

Thorben (10 Jahre) hat ein Fototagebuch geführt und jeden Tag etwas fotografiert, wofür er dankbar ist. Nun zeigt er der Studentin sein Fototagebuch und erklärt zum Foto des Walnussbaumes:

Da bin ich dankbar, dass es den gibt, immer noch gibt (...). Der Walnussbaum, den habe ich selber gepflanzt, (...) da war der einen halben Meter hoch, da hat Mami gesagt: „Du Thorben, ich glaube, der geht ein!“ Und ich meine, welch ein Glück, dass er nicht eingegangen ist! Der ist jetzt höher als das Klettergerüst!

Wandzeitungen, Collagen oder Morgenkreis: All diese verschiedenen Formen der schriftlichen, bildlichen oder mündlichen Sammlung sensibilisieren die Kinder (zunehmend) für das, wofür die dankbar sind. In der inneren Auseinandersetzung mit der eigenen Dankbarkeit identifiziert das Kind seine eigenen Quellen des Wohlbefindens und kann im Austausch mit anderen seinen Blick weiten. Hier können Personen, Tiere, Orte, Dinge aber auch Aktionen und Ereignisse, für welche die Kinder dankbar sind, genannt werden und in der Begründung, warum sie dafür dankbar sind, erkennen die Kinder die „Zu-Taten“ ihrer Dankbarkeit. Diese Dokumentationen geben der Dankbarkeit in KiTa und Klassenzimmer Raum und lassen Kinder (und PädagogInnen) zusammenkommen, um sich darüber auszutauschen.

I: So, dann erklär mir doch mal, was du auf dem Bild fotografiert hast, wofür bist du da dankbar?

T: Also, mhm, naja ... bei Mami bin ich dankbar, dass sie auf der Welt ist, weil sonst würde ich ja nicht existieren.

Interview mit Thorben, 10 Jahre

Geschichten über die Dankbarkeit

Geschichten oder kleine Fabeln, die Dankbarkeit und Wertschätzung thematisieren, bieten einen idealen Gesprächsanlass. Hier können Geschichten über Hilfestellungen, gemeinsames Teilen oder die Bewunderung der Natur eingesetzt werden. Nicht nur durch gemeinsame Gespräche, sondern auch durch kleine Rollenspiele, Pantomimen oder anderen Auseinandersetzungsformen wenden sich Kinder Fragen nach dem Wesen und den Auswirkungen von Dankbarkeit zu. Wie fühlt sich Dankbarkeit an? Wie fühlt sich jemand, dem du etwas Gutes tust? Wie wäre die Welt ohne ein „Danke“? Die Wahrnehmungsfähigkeit der Dankbarkeit wird auch dann gefördert, wenn Kinder Beispiele aus ihrem eigenen Leben anführen können. Der folgende Ausschnitt aus einem Interview, bei dem eine kleine Geschichte zur Dankbarkeit den Einstieg bildete, liefert ein Beispiel für solche Erfahrungsberichte eigener Dankbarkeit.

K: Ja. Einmal ist mir passiert, dass ich in den Busch reingerast bin und hingefallen bin (...). Und dann ist meine Lehrerin über die Straße gekommen und dann kam noch meine Schwester (...). Über die Lehrerin bin ich einfach dankbar. Dass die nicht einfach weitergefahren ist wie andere Leute (...).

Dankesbrief

In einer Studie wurden ProbandInnen aufgefordert, einen Brief an eine Person, der sie Dankbarkeit gegenüber verspürten, zu schreiben und diesen zu überbringen. Das Bewusstwerden und Ausformulieren von Dankbarkeit zeigte

auch hier positive Effekte auf das subjektive Wohlbefinden, derer, welche die Briefe geschrieben hatten (Bono & McCullough 2006, 153f.).

Wie können Kinder, die wenig oder noch nicht schreiben können, ihre Dankbarkeit äußern und mitteilen? Denkbar sind kleine Videobotschaften, Dankeskarten oder Symbole der Dankbarkeit, die an Personen übergeben werden, für die Dankbarkeit empfunden wird. Damit können die Kinder auch eine stärkere Einbindung in ihre Beziehungswelt erleben.

Der Dankbarkeitsbaum

Ich sage Danke...

- *für mein Keyboard.*
- *dafür, dass ich gesund bin.*
- *dafür, dass ich tolle Geschwister habe.*
- *für Gretas Geburt.*

Eine weitere Methode, um mit Kindern über das Thema Dankbarkeit ins Gespräch zu kommen, zeigte große Wirkung: Kleine Zettel mit der Botschaft „Ich sage Danke für ...“ wurden auf einem Schulfest ausgeteilt und gemeinsam von Kindern, Eltern und PädagogInnen ausgefüllt und an einem Dankbarkeitsbaum gesammelt. Eltern und PädagogInnen stießen darauf, dass die obligatorische Dankbarkeit, für etwas dankbar sein zu müssen, nicht die Quelle der Freude der Kinder ist, und diskutierten gemeinsam mit den Kindern, wofür sie denn wirklich dankbar sind. Durch solche Aktionen kann eine dankbare Haltung in KiTas und Grundschulen kultiviert werden, die einen Gewinn für Kinder, Eltern und PädagogInnen darstellt.

Das Nachdenken über das Verhältnis zu anderen stärkt bei Kindern Achtsamkeit und Dankbarkeit

Gesprächsimpulse

Kinder sind zu reflexiven Gesprächen fähig. PädagogInnen können Kindern beim gemeinsamen Nachdenken Hilfestellung geben, indem sie nachfragen oder die Kinder ermuntern, Gründe für ihre Meinungen anzuführen. Wichtig ist außerdem, dass jedes Kind seine Ideen in einer offenen Atmosphäre vorbringen kann.

- Der Tag geht zu Ende / Die Woche geht zu Ende - Über welche Dinge hast du Dich heute / diese Woche gefreut?
- Welche Dinge möchtest du in deinem Leben nicht vermissen? Warum? - Stell Dir vor, du musst auf eine einsame Insel. Welche Dinge aus deinem bisherigen Leben würdest du dann in jedem Fall mitnehmen? Warum?
- Du hast sicherlich viele Wünsche - und das nicht nur zu Weihnachten oder am Geburtstag. Überlege einmal, welche Wünsche Dir bereits erfüllt wurden. Haben andere Menschen zur Erfüllung dieser Wünsche beigetragen?
- Manche Menschen machen dich in deinem Leben besonders froh und glücklich. Das können Mutter oder Vater sein. Es können Freundinnen und Freunde sein. Wie hast ihnen gezeigt, dass sie dich froh und glücklich gemacht haben? Welche Möglichkeiten gibt es noch?
- Sicher hast Du auch schon einem Kind oder Erwachsenen etwas gegeben oder etwas Gutes getan. Wie wurde Dir gedankt? Was haben andere gemacht, um Dir ihre Dankbarkeit zu zeigen?

5. Fazit

Es ist deutlich geworden, dass Dankbarkeit vor allem eine soziale Dimension hat, die Menschen miteinander in anerkennende Verbindung bringt. Sie bietet uns eine Basis für hilfreiches, zugewandtes Verhalten untereinander, wovon die einzelne Person als auch die jeweilige Gemeinschaft – in KiTa, Schule oder Gesellschaft – profitieren kann.

Durch die Kultivierung von Dankbarkeit in KiTa und Schule wird ein persönlichkeitsstärkendes Umfeld für Kinder geschaffen

Durch die Kultivierung von Dankbarkeit in Kindergärten und Schulen werden Verbindungen zwischen Menschen in einem größeren Maße gefördert, was ein persönlichkeitsstärkendes Umfeld für Kinder schafft. Erst in einem derartigen Umfeld kann die Förderung von Lebenskompetenzen fruchtbar werden und gelingen. Dankbarkeit liefert einen Beitrag, um Kinder in der Entwicklung der gesamten Persönlichkeit – auf sozialer, emotionaler und kognitiver Ebene – zu fördern und sie dazu befähigen, das eigene Leben aktiv zu gestalten.

Wenn Kinder in ihren positiven Emotionen gestärkt werden, wird damit ein wertvoller Entwicklungsweg zu einer starken Persönlichkeit geebnet.

6. Literatur

- Baumgarten-Tramer, Franziska (1938): „Gratefulness“ in children and young people. In: *Pedagogical Seminary and Journal of Genetic Psychology* 53, S. 53-66.
- Bono, Giacomo / McCullough, Michael E. (2006): Positive Responses to Benefit and Harm: Bringing Forgiveness and Gratitude Into Cognitive Psychotherapy. In: *Journal of Cognitive Psychotherapy* 20, H. 2, S. 147-158.
- Deutsches Jugendinstitut (2009): Das Wissen über Kinder – eine Bilanz empirischer Studien. In: *DJI Bulletin* 85, Heft 1.
- Emmons, Robert A. / McCullough, Michael E. (2004): *The psychology of gratitude*. Oxford, New York: Oxford University Press.
- Froh, Jeffrey J. / Wood, Alex / Geraghty, Adam (2010): Gratitude and well-being: A review and theoretical integration. In: *Clinical Psychology Review*, H. 30, S. 890-905.
- Giesecke, Hermann (2005): *Wie lernt man Werte? Grundlagen der Sozialerziehung*. Weinheim: Juventa-Verlag.
- Gordon, Anne K. / Musher-Eizenman, Dara R. / Holub, Shayla C. / Dalrymple, John (2004): What are children thankful for? An archival analysis of gratitude before and after the attacks of September 11. In: *Journal of Applied Developmental Psychology* 25, H. 5, S. 541-553.
- McCullough, Michael E. / Emmons, Robert A. / Tsang, Jo-Ann. (2002): The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. In: *Journal of personality and social psychology* 82, H. 1, S. 112-127.
- Ortony, Andrew. / Turner, Terence J. (1990): What's basic about basic emotions? *Psychological Review*, H.97, S. 315 – 331.
- Polak, Emily L. / McCullough, Michael E. (2006): Is gratitude an alternative to materialism? In: *Journal of Happiness Studies* 7, H. 3, S. 343-360.
- Rohlf, Carsten / Harring, Marius / Palentien, Christian (2013): *Kompetenz-Bildung: Soziale, emotionale und kommunikative Kompetenzen von Kindern und Jugendlichen*. Wiesbaden: Springer Fachmedien.
- Sandfuchs, Uwe (2012): *Handbuch Erziehung*. Bad Heilbrunn: Klinkhardt (= Utb).
- Schächter, Markus (Hrsg.) (2009): *Wunschlos glücklich? Konzepte und Rahmenbedingungen einer glücklichen Kindheit; Dokumentation des ZDF-Glückskongresses und Auswertung der Tabaluga-tivi-Glücksstudie*. 1. Aufl. Baden-Baden: Nomos Verlagsgesellschaft (= Schriftenreihe „Jugendmedienschutz und Medienbildung“).

- Schick, Andreas (2011): Werte bilden: Werteerziehung in der Grundschule mit „Klarigo“; mit Kopiervorlagen, Spiel- und Bastelanleitungen. Weinheim u.a.: Beltz (= Beltz-Pädagogik).
- Seligman, Martin E. P. / Csikszentmihalyi, Mihaly (2000): Positive psychology: An introduction. In: American Psychologist 55, H. 1, S. 5-14.
- Simmel, Georg (1908): Exkurs über Treue und Dankbarkeit. In: ders.: Soziologie. Untersuchungen über die Formen der Vergesellschaftung. Berlin: Duncker und Humblot. Auch in: (letzter Zugriff 23.10.2015): http://socio.ch/sim/soziologie/soz_8_ex3.htm .
- Vopel, Klaus W. (2011): Dankbarkeit und positive Emotionen: Übungen und Rituale für Gruppen und Einzelne. Salzhausen: Iskopress.
- Vopel, Klaus W. (2004): Dankbarkeit. Positive Psychologie im Klassenzimmer: Spiele und Aktivitäten für die Grundschule. Salzhausen: Iskopress.
- Wyrobnik, Irit (2012): Wie man ein Kind stärken kann: Ein Handbuch für Kita und Familie. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Autorinnen



Mirja Kekeritz

Mirja Kekeritz ist wissenschaftliche Mitarbeiterin am nifbe (Niedersächsisches Institut für frühkindliche Bildung und Entwicklung) in der Forschungsstelle Elementar- und Primarpädagogik sowie im Arbeitsgebiet Pädagogik des Grundschulalters an der Universität Osnabrück. Sie arbeitet zu Themen der Wertebildung im Grundschulalter, zu Kindheitsforschung und deren Methodik sowie der Kooperationsgestaltung von Elementar- und Primarbereich.



Prof. Dr. Ulrike Graf

Prof. Dr. Ulrike Graf ist Professorin für die Pädagogik des Grundschulalters im Institut für Erziehungswissenschaft an der Universität Osnabrück sowie Leiterin der Teilforschungsstelle Primarpädagogik innerhalb der Forschungsstelle Elementar- und Primarpädagogik des Niedersächsischen Instituts für frühkindliche Bildung und Entwicklung (nifbe) in Osnabrück. Arbeitsschwerpunkte sind: Persönlichkeits- und Wertebildung; Glück und Resilienz sowie der Übergang Kindergarten – Grundschule.

Impressum

V.i.S.d.P.:

Niedersächsisches Institut für frühkindliche Bildung und Entwicklung /
Forschungsstelle Elementar- und Primarpädagogik

Leitung: Prof. Dr. Hilmar Hoffmann / Prof. Dr. Ulrike Graf

Osnabrück 2015

Alle Fotos und Zeichnungen sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nur mit vorheriger Genehmigung und Quellenangabe verwendet werden. Fotos S. 1, 5, 8, 13: fotolia

Zur Forschungsstelle Elementar- und Primarpädagogik:

Die Forschungsstelle Elementar- und Primarpädagogik richtet unter Berücksichtigung des institutionellen Kontextes ihren Fokus auf Wahrnehmungs-, Deutungs- und Handlungsmuster von Kindern und allen an ihrer Bildung, Erziehung und Betreuung Beteiligten. Sie untersucht im Bereich der Elementarpädagogik einerseits insbesondere den institutionellen Alltag der Tageseinrichtungen für Kinder – so im Hinblick auf Fragen der ästhetischen Bildung, Differenz und Heterogenität, Mediennutzung und Sprache sowie der Tätigkeitsprofile von pädagogischen Fachkräften. Andererseits stehen im Bereich der Primarpädagogik Fragen einer Aufgabenkultur im Übergang und Aspekte von professionellem Handeln im Bereich Wertebildung im Fokus.

Weitere Infos unter www.nifbe.de

