



Inhalt

- 1/ Verhaltensregulation zählt!
- 2/ Zwei neurobiologische Systeme und Verhaltensregulation
- 3/ Entwicklung und frühe Förderung der Verhaltensregulation
- 4/ Das Zusammenspiel: Emotions- und Verhaltensregulation
- 4/ Verhaltensauffälligkeiten
- 5/ Verhaltensauffälligkeiten und Hochbegabung und
- 6/ Referatstätigkeit: Ein Blick zurück

Liebe Eltern, KollegInnen, Interessierte

Immer wieder freue ich mich über Kinderzeichnungen, die in bunten Farben erstrahlen und persönliche Akzente entdecken lassen. Die Gestaltung dieser Kunstwerke bedingen zahlreiche Fähigkeiten (z.B. Grafomotorik, Augen-Hand-Koordination etc.) und gelingt nur, wenn das Kind sein Verhalten zu einem bestimmten Mass regulieren kann. Beispielsweise darf das Kind beim Zeichnen des blau-rosa farbigen Himmels nicht kreuz und quer drauflos malen, auch wenn dies schneller gehen würde, sondern muss sorgfältig den Regenbogen oder die grünen Hügel aussparen, was eine bewusste Handlungs-/Verhaltenskontrolle bedingt.

Der vorliegende Newsletter widmet sich genau diesem Thema und steht in Ergänzung zu den früheren Themen der Newsletter (vgl. Modell Abb. 1).

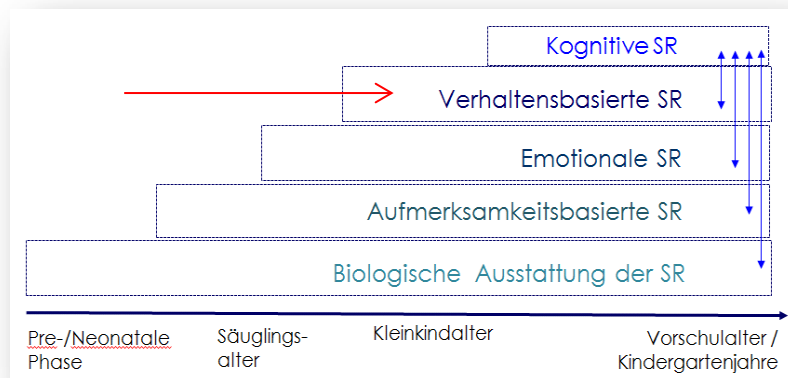


Abbildung 1: Modell der Selbstregulationsentwicklung (SR) nach Calkins & Williford (2009)

Vorschau: März 2020

Publikumsvortrag, Universität Bern
 Thema:
 Es ist normal hochbegabt zu sein!

Rimm-Kaufmann et al. (2000). Teacher's judgements of problems in the transition to kindergarten. *Early Childhood Research Quarterly*, 15, 147-166.

1/ Verhaltensregulation zählt

Unter verhaltensbasierte Selbstregulation, kurz Verhaltensregulation, versteht man die Bereitschaft und Fähigkeit eines Kindes/Jugendlichen unerwünschte Handlungen zu hemmen und angemessene Verhaltensweisen ohne externe Kontrolle (z.B. Eltern, Lehrperson) zu zeigen und aufrechtzuerhalten. Die Fähigkeit zur Verhaltensregulation sollte schon bei der Einschulung in einem Mindestmass vorhanden sein (vgl. Abbildung 1). Ein Kind das seine Impulse kontrollieren kann und während den Erklärungen der Lehrperson nicht reinschwatzt, oder mit Verhaltensregeln sozialer Standards klar kommt, wird es um vieles einfacher haben am Schulleben teilzunehmen.

Eine Untersuchung (Rimm-Kaufmann et al., 2000) mit über 3500 kürzlich eingeschulten Kindern kommt zum Schluss, dass bis zu 46% aller Lehrpersonen über einen hohen Anteil (ca. 50%) von Anpassungsproblemen der Kinder in ihrer neuen Klasse berichteten. Dabei standen Verhaltensregulationsschwierigkeiten an erster Stelle.

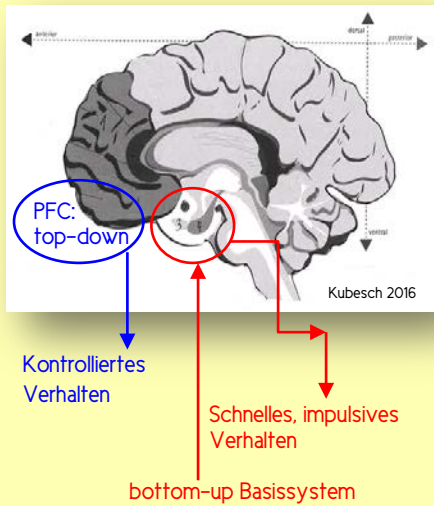
Dieser Befund wirft die Frage auf, wie Kinder im Erwerb der Verhaltensregulation – bereits im Vorschulalter – unterstützt werden könnten?

Um diese Frage zu beantworten, ist ein kurzer Exkurs in neurobiologische Grundlagen des menschlichen Verhaltens notwendig.

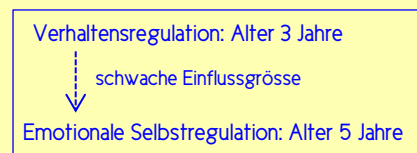
2/ Zwei neurobiologische Systeme & Verhaltensregulation

Viele Jugendliche/Kinder tun sich schwer aus einem Leben im fortwährenden Reiz-Reaktion-Modus auszustiegen. Digitale Medien/Gadgets sind Reizquellen, denen Kinder heute dauerhaft ausgesetzt sind und es schwierig machen unter Inkaufnahme einer vor-

Zwei neurobiologische Systeme



Bauer J. (2015). Erziehung zu gelingender Selbststeuerung. Neurobiologische, psychologische und soziale Aspekte. *Pädagogik*, 6, 40–43.



Edossa et al. (2018). The development of emotional and behavioral self-regulation and their effects on academic achievement in childhood. *International Journal of Behavioral Development*, 42, 192–202.

übergehenden Frustration, Dinge zu tun, die sich erst langfristig auszahlen. Dies wird anhand der Untersuchung (Marshmallow-Test vgl. https://www.youtube.com/watch?v=QX_oy9614HQ) bei Vorschulkindern anschaulich gemacht: Das Kind wird vor die Wahl gestellt eine kleinere Belohnung sofort, oder eine grössere Belohnung nach einem späteren Zeitpunkt zu erhalten. Um der starken Versuchung zu widerstehen, benötigt das Kind eine gut funktionierende Verhaltensregulation, die im Vorschulalter einen Entwicklungsanstieg zeigt.

Neurowissenschaftler erklären sich das Phänomen der unterschiedlichen Handlungsweisen durch zwei unterschiedliche, neuronale Systeme:

Einem triebhaften, auf schnelle Impulsabfuhr und sofortige Bedürfnisbefriedigung ausgerichteten, **bottom-up Basissystem** steht ein **top-down** agierendes **Kontrollsystem** gegenüber.

Zum bottom-up Basissystem gehören Hirnareale, die für unsere Gefühlswelt und Motivationszustände zuständig sind (z.B. Amygdala, Basalganglien), und die uns auf jeden Reiz reflexartig reagieren lassen. Das top-down wirkende Kontrollsystem ist im präfrontalen Cortex **PFC**: Stirnhirn angesiedelt und ermöglicht innezuhalten, und statt voreiliges, unpassendes Verhalten zu zeigen, wohlüberlegt zu handeln. Die Verhaltensregulation, bzw. Selbststeuerung gehört gemäss Joachim Bauer zur biologischen Bestimmung des Menschen, und ist anders als das ab Geburt weitgehend gereifte, bottom-up Basissystem, bei Säuglingen noch nicht funktionsfähig und bedarf zahlreicher Lern-/Übungsmomente.

3/ Entwicklung und frühe Förderung der Verhaltensregulation

In den ersten 24-36 Monaten reifen die Hirnstrukturen des PFC soweit heran, dass erste top-down Schaltkreise ihre Funktionen langsam übernehmen. Dies ist der Grund warum Kinder bis zum Alter von 3 Jahren zur Selbstkontrolle ihres Verhaltens noch nicht fähig sind. Sie brauchen eine überwiegend dyadische Beziehungsgestaltung mit Bezugspersonen, bei denen das Kind individuell gespiegelt wird, und sich ein Selbst, respektive die Selbstkontrolle entwickeln kann. Dies ist ein Grund warum Fachleute, gestützt auf neuere Befunde (z.B. Bertelsmann Stiftung, 2014), in Kitas den Personalschlüssel von 1:3 für zwingend deklarieren.

Ab dem 3. Lebensjahr können Kinder dank der Reifung des PFC schrittweise an Aspekte der Verhaltensregulation/Selbstkontrolle wie beispielsweise lernen zu warten, zu teilen, ihre Impulse zu dämpfen, herangeführt werden. Dieses Lernen gelingt indes nur, wenn es in liebevoller Weise stattfindet und das Kind erklärt bekommt, welche Gründe und Zielvorstellungen das Handeln der Erziehenden leitet. Schliesslich bedarf es verlässliche Bezugspersonen, denn z.B. die Aufschiebung eines unmittelbaren Bedürfnisses zugunsten eines längerfristigen Ziels wird stark beeinträchtigt, wenn Kinder die Erfahrung machen, dass Erziehende ihre Zusagen nicht einhalten.

4/ Das Zusammenspiel: Emotions- und Verhaltensregulation

Aus dem auf Seite 1 dargestellten Modell der Selbstregulationsentwicklung wird ersichtlich, dass die Entwicklung der Verhaltensregulation im Vergleich zur emotionalen Selbstregulation etwas später einsetzt (vgl. auch Abschnitt 2), auf dieser Fähigkeit aufbaut, und im Zusammenspiel miteinander zum Gelingen einer adäquaten Selbstregulation führt.

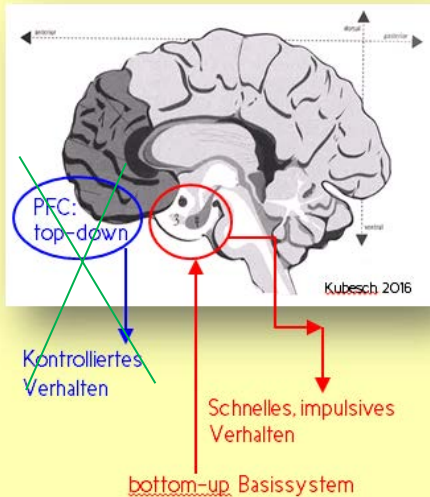
Eine kürzlich erschienene Längsschnittstudie (Millennium-Kohorte, UK) untersuchte die gegenseitige Beeinflussung der beiden emotionalen und verhaltensbasierten Selbstregulation und konnte herausfinden, dass die emotionale Selbstregulation im Alter zwischen 3 und 5 Jahren einen stärkeren Einfluss auf die Verhaltensregulation ausübt, als umgekehrt. Dieser Befund spricht dafür, dass Kinder mit einer guten emotionalen Selbstregulation später eine bessere Verhaltensregulation zeigen. Ausserdem stand die Verhaltensregulation im Alter von 7 Jahren in positivem Zusammenhang mit den von den Lehrpersonen eingeschätzten Schulleistungen im Alter von 11 Jahren.

Interessanterweise liess sich zudem eine hohe Stabilität der emotionalen und verhaltensbasierten Selbstregulation über all die Untersuchungsjahre hinweg nachweisen. Dies bedeutet, dass bereits im Vorschulalter die Weichen für spätere Selbstregulationsfähigkeiten gestellt werden, und dass Entwicklungsbesonderheiten im einen oder andern Bereich früh ernst zu nehmen sind.

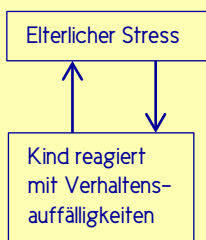
Zusammenfassend kann gesagt werden, dass eine frühe intakte emotionale Selbstregulation eine positive Wirkung auf die Entwicklung der Verhaltensregulation hat, und dass frühe Verhaltensregulationsfähigkeiten spätere Schulleistungen positiv beeinflussen.

Wie bereits mehrmals betont (vgl. auch Newsletter 1 & 2), tragen Eltern/Bezugspersonen wesentlich zu einer gelingenden Entwicklung der emotionalen & verhaltensbasierten Selbstregulation bei.

Stressbedingte Einschränkung des top-down Kontrollsystems



Neece et al. (2012). Parenting Stress and Child Behavior Problems: A Transactional Relationship Across Time. *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities*, 117, 48–66.



Baudson & Preckel (2016). Teacher's Conception of Gifted and Average-Ability Students on Achievement-Relevant Dimensions. *Gifted Child Quarterly*, 60, 212–225.

Richards et al., (2003). The emotional and behavioral adjustment of intellectually gifted adolescents: A multi-dimensional, multi-informant approach. *High Abilities Studies*, 14, 153–164.

Was aber, wenn Kinder/Jugendliche im Lauf ihrer Entwicklung unerwartet Verhaltensauffälligkeiten zeigen, wenn sie an ihre gut entwickelten Fähigkeiten der Verhaltensregulation nicht mehr anknüpfen können?

4/ Verhaltensauffälligkeiten

Nebst Verhaltensauffälligkeiten, die im Rahmen einer psychischen Störung auftreten, und die in ihrer Intensität und Dauer so gross sind, dass Kinder/Jugendliche wesentlich daran gehindert sind altersentsprechende Entwicklungsaufgaben angemessen zu bewältigen, gibt es immer wieder Kinder/Jugendliche mit passageren Verhaltensauffälligkeiten, die sich in Form von Verhaltensregulationsdefizite manifestieren. Nicht selten können diese funktional und entwicklungspsychologisch als Bewältigungsversuch einer überfordernden Situation innerhalb der aktuellen Lebensumwelt des Kindes erklärt werden. Dabei geht es immer um ein „Passungsproblem“ zwischen den kindlichen Bedürfnissen, Kompetenzen auf der einen Seite und den Erziehungsumwelten auf der anderen Seite. Anbei ein paar Beispiele, die bei Kindern/Jugendlichen zur Vorgeschichte von Verhaltensauffälligkeiten zählen:

- Trennung/Scheidung der Eltern
- Mobbing-Situation
- Unter-/Überforderung in der Schule
- Lernprobleme/Teilleistungsstörungen
- Bindungs-/Beziehungsprobleme
- traumatische Erfahrungen
- Schwierigkeiten im Umgang mit der Pubertät
- Mediensucht

Ausserdem spielt der elterliche Stress – nebst einer Trennungs-/Scheidungssituation – eine zentrale Rolle für die Entwicklung von Verhaltensauffälligkeiten (Neece et al., 2012). Dies konnte bei Kindern mit und ohne Entwicklungsverzögerungen im Alter zwischen 3 und 9 Jahren nachgewiesen werden: Der elterliche Stress stand in bidirektionalem Zusammenhang mit der Entwicklung von Verhaltensproblemen. Es entsteht ein Teufelskreis. Diese „neuen“ Verhaltensauffälligkeiten widerspiegeln oft ein Hilferuf der Kinder/Jugendlichen und bedingen eine sorgfältige Suche nach den zugrundeliegenden Auslösern.

Aus Forschungsergebnissen wissen wir, dass die Verhaltensregulation neurobiologisch betrachtet (vgl. grafische Darstellung) durch Stress stark eingeschränkt wird, was dazu führt, dass das bottom-up-Basisystem die Oberhand gewinnt. Impulsives Ausagieren, Trotzverhalten etc. ist die Folge davon.

5/ Verhaltensauffälligkeiten und Hochbegabung

Vorurteile, hochbegabte Kinder seien schwierig und zeigten häufig Verhaltensauffälligkeiten, halten sich trotz gegenteiliger Forschungsergebnisse, immer noch aufrecht. In einer aktuellen Studie von Baudson und Preckel (2016) konnte nachgewiesen werden, dass Lehrpersonen hochbegabte Kinder bezüglich unangepasster Verhaltensweisen deutlich höher einschätzten, als durchschnittlich begabte Kinder. Dass diese Einschätzungen falsch sind, konnte u.a. durch die Studie von Richards und KollegInnen (2003) klar widerlegt werden.

Falsche Einstellungen oder Stereotype können aber dazu führen, dass Eltern oder Lehrpersonen Probleme bei hochbegabten Kindern erwarten und entsprechend ihre Verhaltensweisen gegenüber diesen Kindern verändern, was dann wiederum im Sinne einer sich selbsterfüllenden Prophezeiung das Verhalten dieser Kinder beeinflusst.

Nicht selten verstecken sich hinter Verhaltensauffälligkeiten von hochbegabten Kindern Gefühle nicht ernst genommen zu werden, und häufig liegt eine massive Unterforderungssituation in der Schule vor.

6/ Referatstätigkeit: ein Blick zurück

In Referaten/Workshops/Weiterbildungsmodulen an Schulen / kantonalen Erziehungsberatungsstellen / Pädagogischen Hochschulen / Universität etc. stand das Thema Selbstregulation als wichtige Einflussgrösse im Zentrum gelingender Förderung und Unterstützung im Kindergarten-/Schulalltag. Schliesslich wurde der Publikumsvortrag am 15. März 2019 zum Thema [Hochbegabung und Lebensumwelten](#) sehr gut besucht und zeigte auf, dass die Bedürfnisse der hochbegabten Kindern noch längst nicht überall auf Resonanz gestossen sind.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen des Newsletter und grüsse Sie freundlich
Dr. Marianne Röthlisberger