

## Bericht aus der EINSTEIN-Forschung – 2

### Lässt sich der Selbstwert von Kleinkindern messen? Ein neu entwickelter Fragebogen vergleicht Selbst- und Fremdeinschätzungen

Von Dr. G. Halbeisen, Dr. T. Maldei-Gohring, K. Opdensteinen, T. Graßmann, C. Hellbach, S. Meuser, Prof. Dr. E. Walther und Prof. Dr. T. Hechler

Abteilung Sozialpsychologie & Abteilung Klinische Psychologie und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters



#### Wer bin ich?

Das eigene Selbst ist immer wieder Forschungsgegenstand der Psychologie. Dabei geht die psychologische Forschung der Frage nach, wie Menschen ein Selbst entwickeln und welche Auswirkungen - auch über das Labor hinaus - in ihrem Alltag damit verbunden sind. Die Frage lautet also: ‚Wer bin ich‘?

#### Mag ich, wer ich bin?

Die Psychologie unterscheidet in der Forschung zum Selbst zwischen dem **Selbstkonzept** und dem **Selbstwert** eines Menschen. Das Selbstkonzept umfasst alles, was Menschen bewusst über sich selbst wissen. Dazu gehören der eigene Name, das Alter oder die Körpergröße. Darüber hinaus zählen aber auch eigene Vorlieben, Abneigungen, Werte, Überzeugungen, Fähigkeiten, sozialen Beziehungen und die Vorstellung der eigenen Zukunft zum Selbstkonzept eines Menschen.

Mag ich, wer ich bin? Der Selbstwert eines Menschen zeigt sich dagegen im persönlichen Umgang mit dem eigenen Selbstkonzept. Der Selbstwert, den sich ein Mensch zuschreibt, ist das Ergebnis einer Auseinandersetzung mit sich selbst im Sinne einer Selbstbewertung. Ich finde mich gut oder schlecht. Oder etwas dazwischen.

#### Womit hängt der eigene Selbstwert zusammen

Sich selber zu mögen ist kein Zeichen von Eitelkeit. Ganz im Gegenteil: Zahlreiche Studien zeigen, dass positive Selbstbewertungen wichtige Aspekte der psychischen Gesundheit sind und uns helfen, mit schwierigen Lebensereignissen umzugehen. Menschen mit positivem Selbstwert haben ein gutes Gefühl zu sich selbst, können besser mit Schwierigkeiten oder negativen Feedback umgehen und erleben ihre soziale Umwelt als eine, die sie als Person wertschätzt. Die Entwicklung einer positiven Selbstbewertung bereits im Kindesalter könnte daher für viele Lebensbereiche eine wichtige und prägende Rolle spielen.

Zusammenfassend deutet die bisherige Forschung darauf hin, dass positive Selbstbewertungen einen wichtigen Aspekt der psychischen Gesundheit darstellen und uns dabei helfen, mit Belastungen und schwierigen Lebensereignissen – zum Beispiel einer Pandemiesituation – umzugehen.

## Entwicklung des Selbstwertes

Bislang konnte jedoch nicht abschließend geklärt werden, in welchem Alter die Entwicklung des Selbstwertes beginnt, da es nur wenig Forschung zur Entwicklung des Selbstwertes im Kindes- und Jugendalter gibt. Dies liegt unter anderem daran, dass es keine Fragebögen gibt, die für Kinder verschiedener Altersgruppen gleichsam einsetzbar sind. Die Erfassung des Selbst stellt insbesondere für sehr junge Kinder eine Herausforderung dar, da bestehende Fragebögen oft zu komplex formuliert sind. Ein Ziel der EINSTEIN (Forschungs-)Kooperation zwischen der Universität Trier und der Katholischen KiTa gGmbH Trier ist daher die Entwicklung eines Selbstwertfragebogens für Kinder ab 3 Jahren, der auch durch die Kinder selber beantwortet werden kann.



## Selbstwertmessung im frühen Kindesalter

Ein neuer Fragebogen zur Messung des Selbstwertes von Kindern wurde in der Abteilung Sozialpsychologie der Universität Trier entwickelt. Dieser Fragebogen wurde im Rahmen der ersten Fragebogenstudie 2020 mit 93 Kindern im Alter von zwei bis sechs Jahren erprobt. Davon beantworteten 36 Kinder den Fragebogen selbstständig und die Erziehungsberechtigten lasen die einzelnen Fragen vor. Die Kinder konnten die verschiedenen Aussagen zum Selbstwert mit „Ja“, „Nein“ oder „Ich weiß nicht“ beantworten. Beispielaussagen sind: „Ich finde mich gut, so wie ich bin.“ oder „Vieles an mir ist gut.“, aber auch „Manchmal denke ich: Ich kann nichts“. Für 57 Kinder gaben die Erziehungsberechtigten Einschätzungen für Ihre Kinder.

Die ersten Auswertungen lieferten vielversprechende Ergebnisse. So deuteten erste Befunde darauf hin, dass Eltern den Selbstwert ihrer Töchter im Mittel niedriger und den ihrer Söhne im Mittel höher einschätzen. Zudem konnte gezeigt werden, dass einzelne Fragen schwer verständlich waren und häufig mit ‚Ich weiß nicht‘ beantwortet wurden. Diese Ergebnisse sollen in einer weiteren Studie mit überarbeiteten, vereinfachten Fragen überprüft werden. Langfristig können die Ergebnisse zu einem besseren Verständnis der Entwicklung von Selbstbewertungen im Kindesalter beitragen.



## Zukünftige Entwicklung und Forschung

Ziel zukünftiger Studien ist es, die Erfassung des Selbstwertes weiter zu optimieren, um Erkenntnisse über die Entwicklung des Selbstwertes im Kindesalter zu generieren. Basierend auf diesen Erkenntnissen können weiterführende Fragestellungen entwickelt werden, u.a. in welchen Lebensbereichen Kinder schon früh von einem positiven Selbstwert profitieren und wie eine optimale Selbstwertentwicklung durch die Familie und soziale Umwelt unterstützt werden kann.

Bei Fragen zur Forschung, wenden Sie sich gerne an [einstein@uni-trier.de](mailto:einstein@uni-trier.de)

