

# Der Hängesessel in der Familiären Wohngruppe

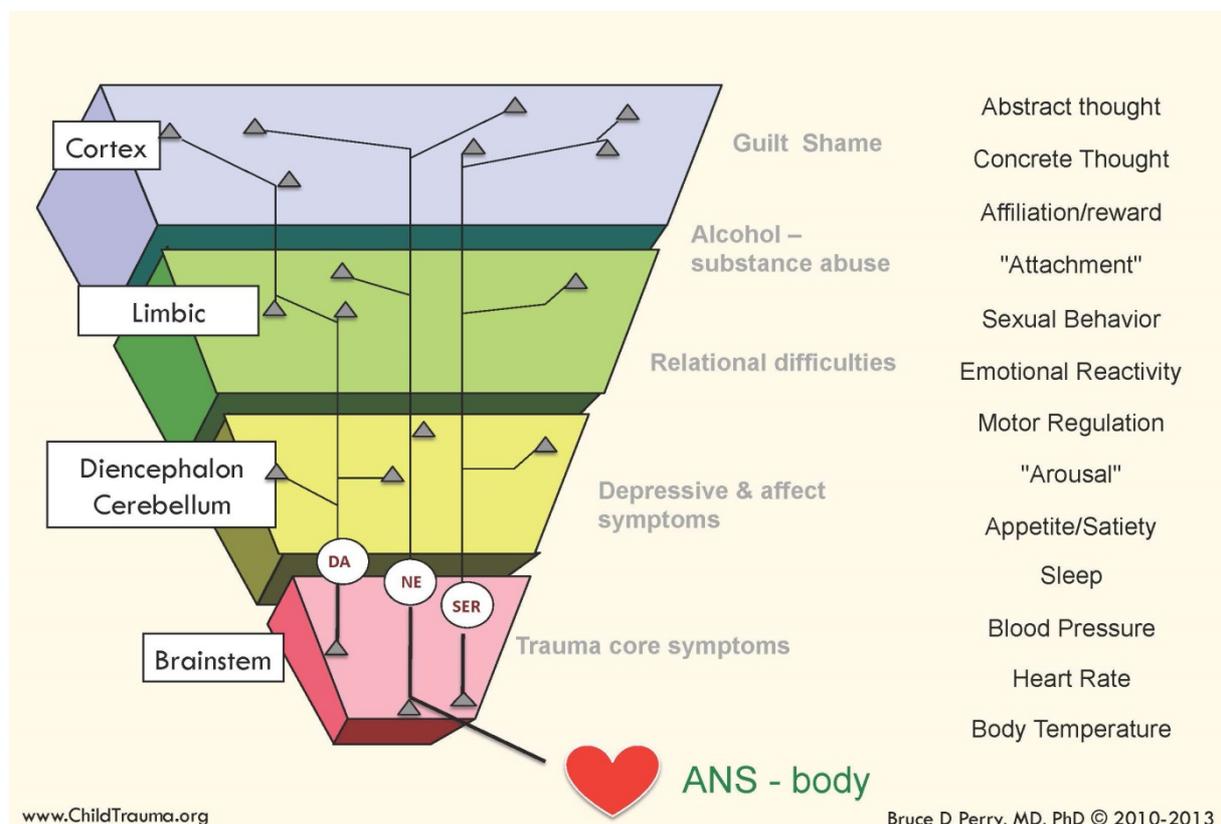
Als ein Element der neurosequenziellen Methode nach Bruce Perry



## Ausgangssituation:

Kinder die aus der Ursprungsfamilie genommen und fremd untergebracht werden, haben möglicherweise traumatische Erfahrungen gemacht. Der Körper reagiert auf solche Erfahrungen mit der Aktivierung des vegetativen Nervensystems. Das hat die Steigerung der Körpertemperatur, des Blutdrucks und der Herzfrequenz zur Folge. Das sind Stressoren, die sich nachteilig auf den Schlaf und somit auf die Erholungsfähigkeit, den Appetit und das Sättigungsgefühl auswirken. In weiterer Folge findet eine Übererregung statt, die sich ausgehend von der motorischen auf die emotionale Ebene auswirkt.

Nach Bruce Perry kann das Stress-System eines Kindes verändert werden, wenn es langanhaltenden extremen oder traumatisierenden Erfahrungen ausgesetzt war. Es reagiert dann auf gewöhnliche Erfahrungen als seien es bedrohliche Situationen. Dadurch verringert sich die Kapazität des Kindes, kognitive Informationen aufzunehmen und zu speichern.



Die Abbildung zeigt eine schematische Darstellung wie sich neuronale Erregung im Gehirn ausbreitet und auf höhere Ebenen weiterleitet.

## Neurosequenzielle Methode

Eine mögliche Intervention bei Kindern, die frühe Traumatisierungen erleben mussten, ist die neurosequenzielle Methode. Damit gemeint sind Interventionen, die traumabedingte neurologische

Entwicklungsbeeinträchtigungen kompensieren oder „nachnähren“ sollen. *Wichtig ist dabei, die jeweiligen Hirnareale in der Form neu zu versorgen, in der sie sich auch in der Entwicklung des Kindes strukturieren. Der Denker etwa kann durch ruhiges Reden, Nachdenken, etc beeinflusst werden, der Bewegungsapparat durch das Einüben der Motorik. Der Hirnstamm, der für die Regulierung von Atmung, Anspannung, Schlaf, Verdauung etc zuständig ist, lernt am besten durch als angenehm wahrgenommene Rhythmen, zyklische Bewegungen, Berührung und Halt und braucht häufigen Input, um sein Schema zu verändern.*

## **Überlegung**

Im Wohnbereich der Familiären Wohngruppe wurde zunächst ein, später ein weiterer Hängesessel aufgehängt. Die Hängesessel sind aus Baumwolle und entwickeln bei ihrer Benutzung ähnliche Eigenschaften wie ein Tragetuch, das von Müttern bei Babys verwendet wird. Die Kinder und Jugendlichen haben die Möglichkeit das Gefühl von Halt und Gehalten werden zu erfahren. *Außerdem versetzt der Körper das Tuch in andauernde leichte Schwingungen, die wieder aufgenommen und verarbeitet werden.*

## **Im Hängesessel**

Die Hängesessel erfreuen sich ausnahmslos bei allen Kindern größter Beliebtheit. Der Ansturm, vor allem zu Beginn ihrer Einführung war sehr groß. Manchmal stritten sich die Kinder darum, im Sessel liegen zu können.

Im Weiteren möchte ich ausgehend von meinen Beobachtungen auf die Anwendungsfelder des Sessels schließen. Dazu möchte ich gerne auf das traumapädagogische Vokabular zurückgreifen.

- Zunächst dienen die Sessel im Alltag der Entspannung und damit der Selbstfürsorge der Kinder. So nutzen sie das Angebot gerne nach einem Schultag, oder einem anstrengenden Termin. Hier dienen sie als Rückzugsort und Energieladestation zugleich.
- Nach inneren Spannungszuständen oder teilweise nach Eskalationen, stellt der Hängesessel einen geschützten und tragenden Rahmen dar, um den Kindern dabei zu helfen, in ihren Ressourcenbereich zurückzukehren.
- Beim Auftreten innerer Spannungszustände kann es hilfreich sein, sich kurzfristig in den Hängesessel zurückzuziehen um sich besser zu spüren und den Ressourcenbereich wiederzufinden.
- Die Hängesessel werden von allen Kindern, unabhängig vom Alter oder Geschlecht genutzt. Die jüngeren nutzen den Sessel um zu schaukeln, wippen oder zu hängen. Sie wickeln sich ein und lassen sich mit Schwung ausdrehen. Die Sessel werden von den jüngeren auch dafür genutzt um miteinander zu schwingen und sich dabei zu berühren. Bei den etwas älteren wird der Sessel genutzt um sich zu setzen, während daneben am Handy gespielt, gelesen oder gelernt wird.

## **Auswirkungen**

Unmittelbar nach dem Aufenthalt im Hängesessel lassen sich Veränderungen der Spannungszustände bei den Kindern beobachten. Hohe Anspannung, Gefühle wie Enttäuschung, Verzweiflung oder Wut, tendieren dazu sich zu entspannen. Umgekehrt erhöhen sich niedrige Spannungsniveaus nicht dramatisch, dennoch ist bei manchen Kinder nach dem Aufenthalt ein Trend zu mehr Aktivität bemerkbar.

### **Der Alleskönner ?– Grenzen des Hängesessels**

Die beschriebenen Effekte erwecken möglicherweise den Eindruck, als ob der Hängesessel ein Allheilmittel wäre. Dazu ist zu sagen, dass der positive Nutzen für die Kinder vor allem in der Erweiterung der Fähigkeit liegt, loszulassen, sich zu spüren und damit wieder in Kontakt mit sich selber und damit dem Denker zu kommen. Der Hängesessel ist ein Instrument, das ergänzend im Alltag angeboten wird und hilft Spannungszustände zu mediieren.

### **Literatur:**

Lydia Hantke, Hans-Joachim Gorges: Handbuch Traumakompetenz. Basiswissen für Therapie, Beratung und Pädagogik. Junfermann Verlag GmbH (Paderborn) 2012. 510 Seiten.

Bruce Perry: Attachment and Developmental Trauma | „Don't Try This at Home“. (o. J.). Abgerufen 1. März 2017, von <http://attachmentdisorderhealing.com/developmental-trauma-2/>

Martin Sachs, Vorarlberger Kinderdorf 2017  
Kontakt: m.sachs@gmx.at