



# NACHNÄHREN IM KITA-ALLTAG

Eine Orientierung an der Neurosequenziellen Methode von Bruce Perry

Curriculum Traumapädagogik / Traumazentrierte Fachberatung

## Inhalt

1. Einleitung .....	2
2. Was ist ein Trauma .....	3
2.1. Trauma bei Kindern .....	3
3. Neurosequenzielle Methode und die Bedeutung des Nachnährens .....	5
4. Nachnähren im Kita-Alltag - die Idee.....	8
5. Umsetzung.....	9
5.1. Hängemattenschaukel.....	10
5.2. Ein Zelt als Wohlfühlort.....	11
6. Erfahrungen und Auswertung .....	12
7. Literatur.....	13

## 1. Einleitung

Ich arbeite als Sozialpädagogin in einer Kita mit angrenzendem Familienzentrum als Fachkraft für Inklusion und Integration. Die Einrichtung in der ich arbeite betreut Kinder zwischen 1,5 und 6 Jahren und befindet sich in einem einkommensschwachen Bezirk.

Von 55 Kindern, werden 8 Kinder mit besonderem Förderbedarf nach §53 SGB XII (aufgrund drohender Behinderung) betreut. Ein Viertel aller Kinder erhält Frühförderung, Logopädie oder Ergotherapie. Mehr als die Hälfte der Familien bezieht ALG II und/oder BUT Leistungen. 80% der Familien haben einen Migrationshintergrund.

Hauptschwerpunkt meiner Arbeit ist die Förderung der Kinder mit einem besonderen Bedarf. Viele der Integrations- Kinder kommen aus weniger stabilen Herkunftsfamilien und haben sicherlich schon Situationen erlebt, die auf sie traumatisierend wirkten. Emotionale und/oder körperliche Vernachlässigung hat vermutlich ein Großteil der Kinder mit besonderem Förderbedarf erlebt. Gründe dafür sind häufig eigene traumatische Erfahrungen der Eltern (Flucht, eigene Jugendamtskarriere etc.), Unwissenheit oder Überforderung.

Seminarblock II hat mir ein Verständnis dafür gegeben, warum die Entwicklungsmöglichkeiten mancher Kinder begrenzt sind und das es eine Möglichkeit gibt diese Begrenzung auszuweiten. Das Buch von Bruce Perry – der Junge, der wie ein Hund gehalten wurde - hat mich zusätzlich fasziniert und auf die Idee meiner Projektarbeit gebracht. In meinem Projekt geht es darum Möglichkeiten im Kita-Alltag zu schaffen, die den Kindern ein nachnähren ermöglicht.

Ich habe mir noch einmal angeschaut was ein Trauma ist und was ein Trauma bei Kindern ausmacht. Anschließend habe ich mich noch einmal theoretisch mit der Neurosequenziellen Methode und der Bedeutung des Nachnährens von B. Perry beschäftigt. Abschließend stelle ich zwei Möglichkeiten des Nachnährens im Kita-Alltag vor.

## 2. Was ist ein Trauma

Der Begriff Trauma kommt aus dem Griechischen und heißt so viel wie Verletzung/Wunde. In der Medizin wird dieser Begriff noch heute genutzt und beschreibt eine körperliche Schädigung, bzw. Verwundung. Im Gegensatz dazu wird bei einer seelischen Verletzung von einem „Psychotrauma“ gesprochen. Im allgemeinen Sprachgebrauch hat es sich jedoch durchgesetzt, den Begriff „Trauma“ bei psychischen Traumata zu verwenden. Ein Trauma ist das Resultat eines Ereignisses, das der Mensch in dieser Situation und/oder nachträglich nicht verarbeiten konnte. Die Ereignisse sind in der Regel so, dass sie:

- subjektiv als lebensbedrohlich bewertet wurden und/oder
- mit extremer Angst und Hilflosigkeit verbunden waren.

(vgl. Hantke/Görges, 2012, S.53 Abs. 3, S.54 Abs.1)

Dabei werden traumatische Ereignisse in zwei Ausprägungen unterschieden.

1. Durch Zufälle ausgelöste Trauma, wie z.B. Naturkatastrophen oder Unfälle.
2. Durch Menschenhand ausgelöste Traumata (man made disaster), wie z.B. andauernder Missbrauch, Vernachlässigung oder Folter.

(Quelle: <https://www.uniklinikum-dresden.de/de/das-klinikum/kliniken-polikliniken-institute/pso/patienteninformationen/informationen-zu-stoerungsbildern/traumafolgestoerungen>, vom 10.08.2021)

### 2.1. Trauma bei Kindern

Frühe traumatische Erlebnisse in Form von beispielsweise extremer Vernachlässigung, Missbrauch oder Gewalterfahrungen bei Kindern, haben enorme Auswirkungen auf die Entwicklung eines Kindes. In den ersten vier Jahren findet ein Großteil der Gehirnentwicklung statt. Je früher die traumatische Erfahrung und/oder Vernachlässigung, desto schwerwiegender die Auswirkungen auf die Hirnentwicklung und spätere Funktionstüchtigkeit. (vgl. B. Perry, 2006, S. 311, 312)

Das Gehirn entwickelt sich chronologisch:

- Hirnstamm (Mutterleib und erste Lebensmonate) – lebenswichtige Funktionen wie Atmung, Herzschlag, Temperatur, Schlaf/Wach Rhythmen, Verdauung...
- Kleinhirn (erste Monate bis erste Jahre) – Erlernen von Bewegungsabläufen, Motorik...
- Limbisches System (erste Jahre) – Steuerung der Affekte, Gefühle, Bindung, Sexualverhalten...
- Großhirnrinde (mit ca. 23 Jahren abgeschlossen) – Abstraktes/konkretes Denken, Steuern, Einfühlen...

(vgl. Ausbildungsskript Hantke/Görges, Institut Berlin, [www.institut-berlin.de](http://www.institut-berlin.de) CC BY-SA 4.0., 2021, Teil II, S. 23ff)

Je früher das Gehirn also aufgrund traumatischer Ereignisse beeinträchtigt wird, desto schlechter kann es sich auch im Weiteren entwickeln. Perry beschreibt das so: „Wenn ein System nicht zum richtigen Zeitpunkt bekommt, was es braucht, funktionieren möglicherweise auch die von ihm abhängigen Systeme nicht gut.“(B. Perry, 2006, S. 178 Abs.1).

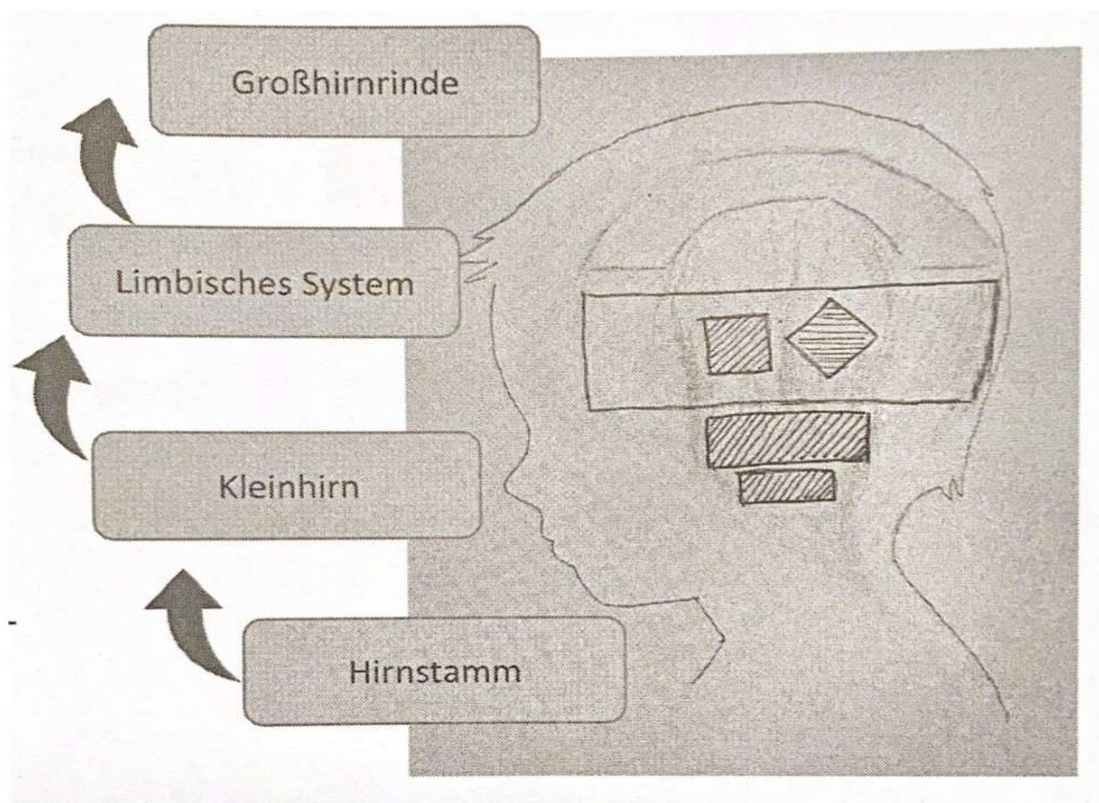
Frühe Traumatisierung bei Kindern kann sich beispielsweise folgendermaßen auswirken:

- Regulationsstörungen
- Fehlende Empathie
- Keine Trennung von Körpersignalen und angemessener Reaktion
- Gestörte Körperwahrnehmung
- Gestörtes Bindungsverhalten
- Dissoziation
- Kognitive Einschränkung oder Verzögerung
- Eingeschränktes Selbstkonzept

(vgl. Ausbildungsskript Hantke/Görges, Institut Berlin, [www.institut-berlin.de](http://www.institut-berlin.de) CC BY-SA 4.0., 2021, Teil II, Seite 8,9)

### 3. Neurosequenzielle Methode und die Bedeutung des Nachnährens

Der amerikanische Kinderpsychiater Bruce D. Perry versuchte in seiner Arbeit zu verstehen wie Traumata auf Kinder einwirken können und welche Wege es geben kann, ihnen im Umgang damit zu helfen. Perry beschreibt die Auswirkungen die Traumata, belastende Situationen und Vernachlässigung auf das Gehirn und somit auf den Körper haben können. Hierfür ist es wichtig zu wissen nach welcher Hierarchie unser Gehirn aufgebaut ist. Die einzelnen Hirnregionen lassen sich grob in den Hirnstamm, das Kleinhirn, das Zwischenhirn und das Großhirn einteilen. (vgl. Ausbildungsskript Hantke/Görges, Institut Berlin, [www.institut-berlin.de](http://www.institut-berlin.de) CC BY-SA 4.0., 2021, Teil II, Seite 8)



(Bildquelle: Ausbildungsskript Hantke/Görges, Institut Berlin, [www.institut-berlin.de](http://www.institut-berlin.de) CC BY-SA 4.0., 2021, Teil II, Seite 23ff)

Die einzelnen Funktionen entwickeln sich, wie unter 2.1. beschrieben, in etwa der gleichen Reihenfolge, in der seine Regionen im Laufe der Evolution entstanden sind:

Jedes Hirnareal braucht zur richtigen Zeit sich musterartig wiederholende Erfahrungen um sich angemessen entwickeln zu können. In der Entwicklung ist das Gehirn in besonderer Weise anfällig. Strukturen entstehen erst durch die Nutzung. Bleibt dies durch Vernachlässigung aus, oder wird durch stark belastende Erfahrungen gehemmt, können sich diese Strukturen gar nicht erst entwickeln. Daher ist das kindliche Gehirn noch anfälliger bei traumatisierenden Erfahrungen, es gibt in Teilen noch keine bestehenden Strukturen auf die es zurückgreifen kann.

(vgl. Ausbildungsskript Hantke/Görges, Institut Berlin, [www.institut-berlin.de](http://www.institut-berlin.de) CC BY-SA 4.0., 2021, Teil II, Seite 23ff)

Belastende Situationen aktivieren Stress Reaktionssysteme, die alle vier Hirnareale betreffen. Die untersten Hirnbereiche werden hierbei stark aktiviert, um handeln zu können bevor man abwägt. Der Puls, die Atmung, die Körpertemperatur und der Blutdruck steigen. Dies hat Auswirkungen auf den motorischen und emotionalen Bereich, eine hohe Erregung findet statt. Die Möglichkeit kognitive Informationen aufzunehmen und zu speichern verringert sich oder ist manchmal auch gar nicht mehr möglich. Das Gedächtnis gleicht bekannte mit neuen Situationen ab um eine Überflutung zu vermeiden. Durch Vernachlässigung und Trauma kann das Stress System so stark sensibilisiert werden, dass es auch in gewöhnlichen Situationen aktiviert wird und diese als bedrohlich einstuft. Somit können Kinder sich oft auch in äußeren „sicheren“ Situationen, wie beispielsweise in der Schule, nicht konzentrieren. Hierdurch kann es passieren, dass bei Kindern in den entsprechenden Lebensphasen die jeweiligen Entwicklungen in den Hirnregionen nicht fortschreiten oder sich vervollständigen kann (vgl. B. Perry, 2006).

An dieser Stelle setzt die neurosequentielle Therapie von Perry an. Er fand heraus, dass man traumabedingte, neurologische Entwicklungsbeeinträchtigungen durch gezielte Interventionen positiv beeinflussen kann. Durch eine genaue Anamnese kann darüber hinaus herausgefunden werden welche Hirnregion es anzusprechen gilt. Die Kinder müssen ihrem entsprechenden Entwicklungsalter gefördert werden. Bei frühen Traumatisierungen ist dies nicht mit dem tatsächlichen Lebensalter gleich zu setzen (vgl. B. Perry, 2006, S. 178 / 179).

In Perrys Buch „der Junge, der wie ein Hund gehalten wurde“ werden diese Interventionen mit dem Begriff des „Nachnährens“ beschrieben. Das „Nachnähren“ setzt auf der Ebene des Hirnstamms an und ist daher gerade bei frühen Traumatisierungen wichtig. Die Interventionen begünstigen ein geregeltes und reagierendes Stress Reaktionssystem zu entwickeln.

Das „Nachnähren“ zur Hirnstammregulierung bezieht sich vorwiegend auf die folgenden drei Bereiche:

- a) Rhythmische, körperintegrierende Bewegungen (Schaukeln, trommeln, reiten, joggen, Hängematte, Massage, Musikinstrumente erlernen, tanzen, malen ...)
- b) Beständigkeit und Vertrautheit (Wohlfühlorte, zuverlässige, wohlwollende Beziehungen, verlässliche Absprachen, ...)
- c) Routinen und Rituale (Routinen im Tagesablauf, Essensrituale, Einschlafrituale, Abläufe in Kindergarten oder Schule, ...)

(vgl. Ausbildungsskript Hantke/Görges, Institut Berlin, [www.institut-berlin.de](http://www.institut-berlin.de) CC BY-SA 4.0., 2021, Teil II)

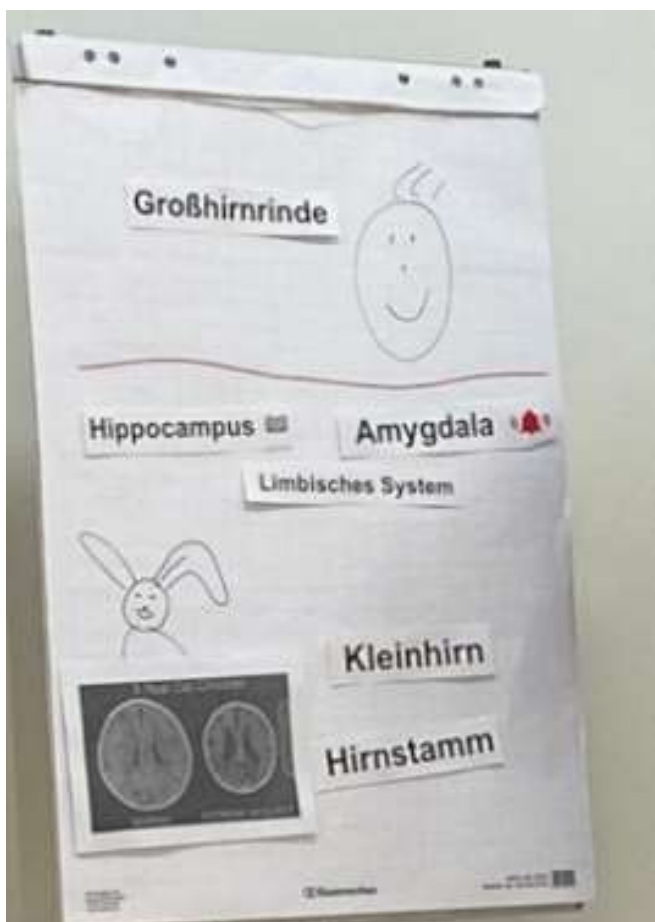
An dieser Aufzählung wird deutlich, dass es viele Lebensbereiche des Kindes oder Jugendlichen betrifft. Aus diesem Grund sollten idealerweise alle relevanten Bezugspersonen aus dem Umfeld des Kindes in die Interventionen einbezogen werden.



## 4. Nachnähren im Kita-Alltag - die Idee

In meinem Projekt möchte ich zwei Elemente der neurosequenziellen Methode von B. Perry aufgreifen und im Kita-Alltag integrieren.

- a) Rhythmisches, musterartiges, körperliches genährt werden
  - Installation einer Hängemattenschaukel
- b) Beständigkeit und Vertrautheit
  - Einen Wohlfühlort bauen



Zu Beginn habe ich meinen Kolleginnen in einer Teamsitzung den traumatheoretischen Hintergrund erklärt. Dafür habe ich das Häschen-Denkerin-Modell gezeichnet und erklärt und beschrieben welche Auswirkungen viele Notfallreaktionen in frühesten Kindheit auf die Gehirnentwicklung haben können. In kurzen Umrissen habe ich den neurosequenziellen Ansatz von B. Perry erläutert und Möglichkeiten aufgezählt, die im Kita-Alltag genutzt werden können und die ich zukünftig auch schwerpunktmäßig in meiner Arbeit als Integrationskraft nutzen möchte. Gleichbedeutend habe ich darauf aufmerksam gemacht, wie wichtig diese

Möglichkeiten auch im „normalen“ Kitaalltag sind und dass diese auch im Gruppenalltag für alle zugänglich sind.

## 5. Umsetzung

Enge und anhaltende Berührungen wie beispielsweise Mama P. ihren Pflegekindern in Form von langen Umarmungen und Wiegen gegeben hat (vgl. B. Perry 2006, S.178), stehen mir als Fachkraft nicht zu. Unabhängig davon, dass ich das auch gar nicht möchte. Daher ist es mir wichtig durch die Hängemattenschaukel und das Zelt als Wohlfühlort für die Kinder Räume zu schaffen, die ihre Sinne stimulieren und es ihnen ermöglichen ihren Körper zu spüren. Ähnlich wie bei wiegenden Umarmungen. Perry geht davon aus, dass Erfahrungen die Kinder als Säuglinge in den prägenden Jahren der Gehirnentwicklung (Hirnstammentwicklung) vermisst haben, im Nachhinein noch erlebt werden können und das Gehirn stimulieren sich nach zu entwickeln (vgl. B. Perry 2006, S. 178). Diese Nachentwicklung möchte ich mit meinen zwei Angeboten unterstützen.

## 5.1. Hängemattenschaukel

In meiner Einrichtung befinden sich im Außengelände 2 Schaukeln für 55 Kinder. Es gibt häufig Gerangel und Streit um die Schaukeln. In meiner Arbeit mit den Integrativkindern kann ich das Element Schaukeln bisher nicht nutzen. Daher installiere ich in der Turnhalle eine Hängemattenschaukel, die sowohl für alle Kinder im Rahmen eines Bewegungsangebots genutzt werden kann, aber auch exklusiv den I-Kindern zur Verfügung steht. Aufgrund der Räumlichkeiten kann die Schaukel nach Bedarf mit wenigen Handgriffen auf/abgehängt werden. Ich habe eine Hängemattenschaukel gewählt, weil der Baumwollstoff das Kind umschließt und zusätzlich zu den schaukelnden und rhythmischen Bewegungen Geborgenheit, Nähe und Halt vermittelt. Die Kinder können den Stoff der Hängemattenschaukel um sich herum zuziehen, so dass äußere Reize draußen bleiben.



## 5.2. Ein Zelt als Wohlfühlort

Ein normaler Kita-Alltag stellt für viele I-Kinder eine Herausforderung dar. Häufig ist es laut und auf die Kinder strömen viele Reize ein. Besonders Kinder mit traumatischen Erfahrungen brauchen einen sicheren Ort, wo sie sich zurückziehen können und der ihnen Geborgenheit vermittelt. Ähnlich wie bei der Hängemattenschaukel, soll ein Ort entstehen der Schutz und Geborgenheit vermittelt. In dem Fall ohne rhythmische Bewegung, aber mit Stoffen die sich schön anfühlen und Kissen die zum Kuscheln einladen. Insbesondere die taktilen Sinne der Kinder sollen angesprochen werden. In einem Nebenraum, der über die Mittagszeit als Schlafraum genutzt wird, stelle ich daher ein kleines Zelt auf. Gemeinsam mit einem I-Kind gestalte ich das Zelt. Ich stelle ihm unterschiedliche Materialien wie Kissen, Decken, Felle, Tücher, Kuscheltiere zur Verfügung um den Innenraum zu gestalten. Dann darf es sich noch ein persönliches Element auswählen, dass es zum kuscheln bei Bedarf mit in das Zelt nimmt.



## 6. Erfahrungen und Auswertung

Aus meiner Beobachtung heraus kann ich sagen: „Schaukeln lieben alle Kinder“. Die Neugier bei der Installation der Hängemattenschaukel war groß. Jedes Kind wollte zusehen und am Liebsten als erstes in die Schaukel klettern. Tatsächlich konnte ich aufgrund des Andrangs das Schaukeln nicht alleine auf meine drei Integrationskinder beschränken und wir haben drei Vormittage durchgeschaukelt. So konnte jedes Kind aus jeder Gruppe erst einmal schaukeln. Ich habe beobachtet, dass die Kinder in der Regel entspannt und beruhigt aus der Schaukel kommen. Viele Kinder haben danach erst einmal gegähnt. Einige der U3 Kinder sind eingeschlafen. Eine Veränderung der Spannungszustände war deutlich zu beobachten. Kinder mit hohem Bewegungsdrang und den sogenannten „Hummeln im Hintern“ tendierten dazu sich zu entspannen. Eines meiner I-Kinder, die in früher Kindheit extreme Vernachlässigung erlebt hat, wollte die Schaukel gar nicht mehr verlassen und wechselte von totaler Entspannung (in der Schaukel) zu extremer Überspannung (Schaukel wurde angehalten) indem sie schrie und biss und sich an dem Stoff der Hängemattenschaukel fest klammerte. Dies macht deutlich wie wichtig das nachnähren der Hirnstammregion durch Schaukeln ist und wie groß das Bedürfnis des Kindes ist, ohne es bewusst formulieren oder wahrnehmen zu können.

Bei der Gestaltung des Zeltes war ich überrascht, wieviel Material in das kleine Zelt passt. Das Kind hatte fast selbst keinen Platz mehr im Zelt. Aus traumapädagogischer Sicht kann ich dies aber nachvollziehen. Durch das viele Material entstand so etwas wie eine Kuschelhöhle. Das Kind wurde fast von allen Seiten berührt, wenn es in das Zelt geklettert ist. Ähnlich einer Mutter, die ihr Baby im Arm hält, deren Arme das Kind von allen Seiten das Kind umschließt. So umschließen die Kissen den Körper des Kindes. Ein Wohlfühlort.

## 7. Literatur

Bruce D. Perry/ Maria Szalavitz 2006: Der Junge, der wie ein Hund gehalten wurde. Was traumatisierte Kinder uns über Leid, Liebe und Heilung lehren können, München: Kösel-Verlag

Hantke/Görges 2012: Handbuch Traumakompetenz. Basiswissen für Therapie, Beratung und Pädagogik, Paderborn: Junfermann

Ausbildungsskript Hantke/Görges, Institut Berlin, [www.institut-berlin.de](http://www.institut-berlin.de) CC BY-SA 4.0., 2021