

Projektvorstellung
„Wohlfühlort/sicherer Ort“ in der Frühförderung

Curriculum Traumapädagogik/
Traumazentrierte Fachberatung

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung
2. Arbeitsplatz/Zielgruppe
3. Frühförderung im Kontext Traumatisierung
 - a) Was ist ein Trauma
 - b) Kind und Trauma
 - c) andauernde Traumata
4. Frühförderung und Wohlfühlorte
5. Umsetzung verschiedener Wohlfühlorte
 - a) Höhle/Haus
 - b) Kastanienkiste
 - c) Karton basteln
 - d) Bild malen
 - e) guter Arbeitsplatz
6. Erfahrungen
7. Literatur
8. Anlagen: Fotos

1. Einleitung

Im vorliegenden Projekt werden verschiedene Möglichkeiten aufgezeigt, die Arbeit mit dem Wohlfühlort mit Kindern im Alter zwischen 1,5 und 6 Jahren umzusetzen. Da es sich um sehr junge Kinder handelt, die zum Teil auch noch unsichere Sprachkenntnisse und kognitive Einschränkungen aufweisen, sollte der Wohlfühlort zunächst praktisch erfahrbar gemacht werden. Und im nächsten Schritt (ab 4 Jahren) kann dieser dann durch Erinnerungsstücke wie z.B. ein Foto, eine Bastelarbeit oder gemaltes Bild ins Gedächtnis gerufen werden. Auch können die Eltern der Kinder einen solchen Wohlfühlort in der Wohnung (z.B. eine Ecke im Wohnzimmer oder im Kinderzimmer) schaffen.

Die Idee zu dem Projekt entwickelte sich aus dem Gedanken, dass es in der Frühförderung grundsätzlich immer darum geht, einen sicheren/geborgenen Ort für das Kind zu schaffen und diesen in den Alltag zu übertragen: z.B. mit der Fragestellung: was braucht das Kind zu Hause?, wie kann es dort besser lernen?, welche Möglichkeiten der Entspannung gibt es?, wo gibt es Wohlfühlorte im Kindergarten (z.B. Nebenraum mit Kuschelecke, wohin sich die Kinder zurückziehen können). Da es sich um sehr unterschiedliche Kinder, in verschiedenen Kontexten handelt, gestalten sich die Settings jeweils individuell. Wichtig ist dabei oft auch, dass die Orte mit wenigen Mitteln gestaltet werden können, damit sie übertragbar in den Alltag sind. Bei älteren Kindern ab 4 - 5 Jahren ist es möglich, dass sie Dinge, die an den Wohlfühlort erinnern, mit nach Hause nehmen können. So ist der sichere Ort konkret „greifbar“.

2. Vorstellung des Arbeitsplatzes/Zielgruppe

Die heilpädagogische Frühförderung in einer Stadt in Norddeutschland ist Teil einer Einrichtung, welche Angebote für erwachsene Menschen mit Behinderung wie Wohnen und Werkstätten, Tagesförderstätte sowie einen familienentlastenden Dienst und eine sozialpädagogische Familienhilfe umfasst.

In der Frühförderung werden Kinder im Alter zwischen 0 und 6 Jahren, mit Entwicklungsverzögerungen/-auffälligkeiten (drohende Behinderung) oder Behinderung, begleitet und gefördert. Festgestellt wird der Bedarf vom Kinder- und Jugendärztlichen Dienst des Gesundheitsamtes, bisher auf Grundlage des Sozialgesetzbuches (SGB IX und XII), nun Bundesteilhabegesetz, in welchem die Frühförderung als Eingliederungshilfe beschrieben wird. Die Hilfen sollen also Teilhabe an der Gesellschaft und Inklusion ermöglichen. Der Bereich Soziale Sicherung ist für die Kosten zuständig. Die mobile Frühförderung stellt hauptsächlich eine aufsuchende Hilfe dar. Die Kinder und ihre Familien werden zu Hause oder in den Kindertagesstätten und Kindertagespflegestellen besucht. Auf diese Weise ist Inklusion bestmöglich umgesetzt. Eltern sind entlastet, sparen sich lange Wege und Beratung kann bei Bedarf jederzeit vor Ort stattfinden.

Die Kinder werden in allen Bereichen der Entwicklung wie Motorik (Grob- und Feinmotorik), Sprache, Kognition, Wahrnehmung sowie sozial-emotionale Entwicklung unterstützt und gefördert. Wichtig ist dabei die Integration von Anregungen in den Alltag des Kindes, da die Maßnahme in den meisten Fällen nur 1- 2 Stunden pro Woche umfasst. Die Frühförderin bezieht neben der Familie und den Kinderbetreuungseinrichtungen auch das weitere Umfeld bzw. andere Hilfsangebote des Kindes in den Förderprozess ein: wie z.B. Kliniken (sozialpädiatrische Zentren), Jugendamt, Kinder- und Jugendpsychiater und andere Therapeuten.

Somit wird das gesamte System um das Kind herum erfasst und über Austausch zwischen den einzelnen Institutionen und Angehörigen des Systems sollen bestmögliche Bedingungen für die Entwicklung des Kindes geschaffen werden.

Die pädagogische Förderung und Beratung der Frühförderung findet auf der Grundlage einer differenzierten Diagnostik statt. Gemeinsam mit den Eltern wird ein den Bedürfnissen des Kindes angepasster, individueller Förderplan erstellt. Die Eltern als wichtigste Bezugspersonen werden intensiv in den Förderprozess mit einbezogen.

3. Frühförderung im Kontext Traumatisierung

a) Was ist ein Trauma

Wenn ein Ereignis nicht verarbeitet werden und nicht adäquat in unsere bisherigen Erfahrungen integriert werden konnte, sprechen wir von Trauma. So ist ein Trauma nicht aus dem Ereignis selbst heraus zu verstehen, sei es auch noch so schlimm. (Ausbildungsskript Institut Berlin Hantke/Görges, 2018/19, Teil 1, S.3) Für jeden kann dies etwas anderes sein. Eine miterlebte Naturkatastrophe beispielsweise stellt nicht zwangsläufig eine Traumatisierung dar, so lange die Ereignisse verarbeitet wurden. Sie taucht evtl. lediglich als belastend erlebte Erinnerung auf.

Verarbeitung von Informationen im Gehirn gelingt dann, wenn alle Teile des Gehirns angemessen zusammen arbeiten, d.h. niedere Hirnregionen wie Hirnstamm, Kleinhirn und limbisches System mit Hippocampus und Amygdala (bei Hantke/Görges als Häschen bezeichnet) arbeiten mit höheren Hirnregionen, der Großhirnrinde zusammen (bei Hantke/Görges als Denker dargestellt). Dabei ist der Hirnstamm zuständig für Herzschlag, Blutdruck, Schlaf-/Wachrhythmus, Atmung und Verdauung, das Kleinhirn für automatisierte Bewegung und das limbische System für Gefühle (Affekte). Im limbischen System sind außerdem die Amygdala (das Alarmsystem: Beurteilung eines Reizes als gefährlich oder harmlos) und der Hippocampus (Einordnung in Raum und Zeit) angesiedelt. In der Großhirnrinde, dem Denker, findet erst die bewusste Wahrnehmung, Einordnung, Analyse, Sprache statt. Wird ein Ereignis von der Amygdala als gefährlich eingestuft, ist schnelles Handeln erforderlich. Es kommt zu einer Notfallreaktion. Das Häschen reagiert mit Kampf oder Flucht oder Starre. Der Denker ist in diesem Moment getrennt vom Häschen. Wird das Ereignis auch im Nachhinein nicht verarbeitet, d.h. der Denker wird nicht hinzugezogen, die Person spricht nicht darüber, was passiert ist und das Geschehen wird nicht eingeordnet, liegt eine Traumatisierung vor (Hantke/Görges: Handbuch Traumakompetenz, S. 32ff). So können an sich neutrale Reize in der Gegenwart alte Reaktionen aus dem zugrundeliegenden Ereignis wieder hervorrufen, wenn das Häschen sich erinnert, es aber ohne den Denker nicht zuordnen kann.

Diese Darstellung ist natürlich sehr vereinfacht und verkürzt dargestellt, um den Rahmen der Arbeit nicht zu überschreiten.

b) Kind und Trauma

Bei Kindern wird die Entwicklung durch Traumatisierung massiv beeinträchtigt oder erschwert. Je früher eine Traumatisierung stattfindet, desto stärker die Auswirkungen. Ein vernachlässigtes Baby hat keine Möglichkeiten, sich selbst zu beruhigen oder an Nahrung zu kommen, wenn es Hunger hat. Es benötigt erwachsene Bezugspersonen, die ihm dabei helfen. Bleiben diese aus, gerät das Baby unter Stress. Da Kampf oder Flucht noch nicht möglich sind, kommt es zur Starre. Das Kind verharrt in der Notfallreaktion. Das hat Auswirkungen auf die frühe Hirnentwicklung. Die Verknüpfung zwischen menschlichem Kontakt und Wohlfühlen kann dadurch gestört werden. Bei Vernachlässigung ist das Stresssystem eines Babys in ständiger Alarmbereitschaft (Perry/Szalavitz, S. 147). Durch emotionale Deprivation kann sich das limbische System nicht voll entwickeln. Empathiefähigkeit und sich auf gesunde soziale Beziehungen mit anderen Menschen einzulassen, können dadurch massiv beeinträchtigt sein (Perry/Szalavitz: Der Junge, der wie ein Hund gehalten wurde, S. 141ff).

In der Folge können sich Auffälligkeiten im Bindungsverhalten (unsicher-vermeidend, unsicher-ambivalent oder unsicher-desorganisiert), in der Regulation von Affekten, in der Körperwahrnehmung (z.B. taktil überempfindlich oder unempfindlich, auffälliger Muskeltonus, unsichere vestibuläre Wahrnehmung und Koordination) und im Verhalten zeigen. Kinder mit traumatischen Erfahrungen können sich aggressiv (fremd oder gegenüber sich selbst) zeigen oder ruhig, zurückgezogen und auch überangepasst. Es kann zu Schlafstörungen, Essstörungen, oppositionellem Verhalten und einer mangelnden Impulskontrolle kommen. Misstrauen gegenüber anderen Menschen liegt oft vor. Die Empathiefähigkeit kann beeinträchtigt sein. Grenzen werden oft nicht eingehalten. (Ausbildungsskript Institut Berlin Hantke/Görges, Teil 1, S. 11)

c) andauernde Traumatisierung/Kinder in der Frühförderung

Die von uns in der Frühförderung betreuten Kinder erleben häufig wiederkehrende Situationen in ihren Familien, die traumatisierend wirken können. Mangelnde Fürsorglichkeit und fehlende elterliche Intuition haben schwerwiegende Folgen für die Kinder. Unwissenheit und eigenes Erleben in der Ursprungsfamilie, Stress und andere traumatische Erfahrungen der Eltern führen zu der genannten Problematik. Oft kommt es jedoch auch durch die Schwierigkeiten des Kindes, die es bereits seit der Geburt mitbringt, z.B. durch eine Behinderung, Frühgeburt oder Komplikationen unter der Geburt zu traumatischem Erleben in der Familie, was wiederum nachhaltig den Kontakt zum Kind erschwert. Interaktion und Umgang miteinander sind beeinträchtigt, da das Kind z.B. anders reagiert als erwartet oder sich Kontaktversuchen der Eltern entzieht.

Durch Einbeziehen der Eltern in den Frühförderprozess, Anleitung und Anwesenheit eines Elternteils in der Frühförderstunde können Eltern vorhandene Strukturen verändern. Sie können beim Prozess der Kontaktaufnahme unterstützt werden, sowie sichere, geborgene Orte zu Hause herstellen.

4. Wohlfühlorte in der Frühförderung

Menschen, die eine Traumatisierung erlebt haben, gilt es zunächst zu stabilisieren. Besonders auch für Kinder stellt die Arbeit mit dem Wohlfühlort oder sicheren Ort eine effektive Stabilisierungsmethode dar.

Da die Frühförderung eine mobile, aufsuchende Maßnahme ist, geht es immer darum, die vorhandenen Ressourcen vor Ort einzubeziehen und mit wenigen Materialien sichere Orte herzustellen.

5. Umsetzung verschiedener Wohlfühlorte

a) Höhle/Haus

Im Kinderzimmer oder in einem Bewegungsraum können unter Einbezug von Matten, Decken, Kissen und großen Schaumstoffelementen etc. Höhlen, Häuser, sichere Orte gebaut werden. Sie dienen als Rückzugsorte, Entspannungsorte oder auch gemeinsame Spielorte.

Überflüssige Reize bleiben draußen. Die Konzentrationsfähigkeit lässt sich auf diese Weise positiv beeinflussen.

In der Therapie des selektiven Mutismus heißen solche Orte auch Safe place (Bahrfeck- Wichtill in Katz-Bernstein/Meili/Wyler: Mut zum Sprechen finden, S. 131ff). Wenn Frühförderin und Kind sich jeweils ein eigenes Haus bauen, können sich beide unter Wahrung der jeweiligen Grenzen besuchen. Dann darf das Haus nur betreten werden, wenn geklingelt oder geklopft und deutlich signalisiert wurde, dass die andere Person eintreten darf, z.B. durch 'herein' rufen oder mit einem Nicken oder Spielen eines Musikinstrumentes oder anderen vereinbarten Zeichen.

b) Kastanienkiste/Korken-/Kirschkerne-/Bohnenwanne

Kleineren Kindern kann auch eine Wanne mit verschiedenen Materialien als Wohlfühlort dienen. Hier kann es sich in seinem Körper spüren und bekommt eine klare Begrenzung. Auch im Sinne des von Bruce Perry entwickelten neurosequentiellen Ansatzes können solche Angebote zum Einsatz kommen. Perry geht davon aus, dass ein Mangel an Stimulierung und Ausgleich von außen in den prägenden Phasen der Hirnentwicklung im Nachhinein noch ausgebessert werden kann. So werden die verschiedenen Hirnregionen, Hirnstamm, Kleinhirn und limbisches System zu einem späteren Zeitpunkt nachgenährt. Es findet eine „nachträgliche Versorgung des Häschens“ statt (Ausbildungsskript Institut Berlin Hantke/Görges, Block IV, S. 20). Die Ergotherapie, aber auch die Frühförderung, macht sich diesen Ansatz in der alltäglichen Arbeit bereits zunutze.

c) Karton basteln

Mit vier- bis sechsjährigen Kindern kann auch aus einem Karton ein Wohlfühlort im Sinne einer Schatzkiste gestaltet werden. Als Materialien dienen Dinge aus der Natur, die die Frühförderin und Kind oder Eltern und Kind gemeinsam sammeln: z.B. Sand, Steine, Muscheln, Federn, kleine Stöcke, Kastanien, Eicheln etc. und buntes Papier, Stoffe, Wolle, Aufkleber, Perlen etc. Nun stellt das Kind einen Phantasieort her, den es mit nach Hause nehmen kann. Dieser selbst hergestellte Ort erinnert an die wohligen, angenehmen Gefühle, die es bei der Anfertigung hatte oder auch als Symbol für einen solchen Wohlfühlzustand.

d) Bild malen

Das Kind ab fünf Jahren wird zunächst durch eine Imaginationsübung geführt und danach darum gebeten, ein Bild dazu zu malen.

„Stell dir einmal einen Ort vor, wo du dich richtig wohl und gut fühlst.

Wo ist der Ort?

Wie sieht er aus?

was kannst du dort sehen?

was kannst du dort hören?

kannst du dort auch etwas riechen?

und spüren?

Kannst du etwas schmecken?

Ist es warm oder kalt?

Welche Jahreszeit?

Wie spät ist es gerade?

Wie ist dein Ort nach außen abgesperrt? Hat er einen Zaun oder eine Mauer oder eine Zeltplane?

Wen möchtest du an deinen Ort mitnehmen? Ein Tier? Kuschtier? Oder eine Fee?

Einen Zauberer?

Damit du dich immer an deinen Wohlfühlort erinnern kannst, darfst du jetzt ein Bild malen.“

(Ausbildungsskript Institut Berlin Hantke/Görges 2018/19 Teil 2, S. 22)

e) guter Arbeitsplatz

Für Kinder ist es wichtig, zu Hause oder auch im Kindergarten einen gemütlichen, evtl. relativ reizarmen Arbeitsplatz einzurichten. So hat es sich bewährt, für bestimmte Spiele am Tisch zu sitzen. Die Füße ruhen auf einem Hocker. Es werden zwei Spiele zur Auswahl angeboten. Frühförderin und/oder Eltern spielen das Spiel gemeinsam. Alle nicht benötigten Gegenstände liegen außer Sichtweite. Das Kind konzentriert sich so auf die vorliegenden Materialien.

6.Erfahrungen

Am besten funktioniert die Arbeit mit dem Wohlfühlort mit den genannten konkreten Materialien wie Höhle bauen oder Kastanienkiste. Hier muss nicht viel erklärt werden. Das Kind braucht noch nicht viel auf der sprachlichen und auch auf der kognitiven Ebene zu verstehen. Es kann einfach ausprobieren und sich durch die vorhandenen Materialien inspirieren lassen. Eine Imaginationsübung wie unter Punkt d angeführt, stellt höhere Anforderungen an die Kinder dar und lässt sich, wenn überhaupt, erst kurz vor dem Eintritt in die Schule durchführen. Mit manchen kognitiv und sprachlich sehr weit entwickelten Kindern geht das auch schon früher.

Viel gearbeitet habe ich bereits mit Kindern mit sogenannten Wahrnehmungsauffälligkeiten, die sich sehr unruhig zeigen, unbeständig sind im Spiel, wechselhaft in ihren Tätigkeiten sind, sich in ihrem Körper und in ihren Körpergrenzen wenig spüren und dadurch auch in ihrer Beziehung zu den Gegenständen im Raum unklar sind und häufig irgendwo anstoßen. Dabei habe ich besonders bei den jüngeren Kindern zwischen 1,5 und 3 Jahren eine Kastanien- oder Korkekiste, Bohnen- und Kirschkernwanne eingesetzt. Dies ist ein konkreter Wohlfühlort. Das Kind zeigt, dass es sich wohlfühlt, wenn es dort bleibt und anfängt ausdauernder zu spielen. In der Wanne gibt es eine Begrenzung, welche es jederzeit verlassen kann, wenn es möchte. Es spürt sich über den taktilen Reiz des Materials und kann auch Ideen über das Material entwickeln. Zunächst ist es einfach nur angenehm mit verschiedenen Gefäßen zu schütten, Füße und Hände zu verstecken und Gefäße zu befüllen. Später kann das Spiel weiter entwickelt werden in Richtung Symbolspiel, wenn Puppengeschirr hinzugenommen wird und Puppen und Teddys mit dem Material „gefüttert“ werden. Im Sinne der neurosequentiellen Pädagogik nach Perry kann so auf der Ebene des Kleinhirns das Gehirn nachgenährt werden (Ausbildungsskript Institut Berlin Hantke/Görges Block IV, S. 18). Motorik, Raum- und Körpererfahrungen werden im Nachhinein angeregt. In der Arbeit mit den Kindern in der Frühförderung finden Methoden aus der Übung mit dem Wohlfühlort und Methoden des Nachversorgens des Gehirns mit „Futter“ nach Bruce Perry zusammen. Solche Wohlfühlorte sind einfach herzustellen und können auch zu Hause oder im Kindergarten eingesetzt werden.

Mit den angehenden Schulkindern möchte ich in Zukunft häufiger den Wohlfühlort als Imaginationsübung nutzen. Meistens unternehmen wir in den letzten Monaten oder Wochen vor der Schule besondere Aktivitäten, machen Ausflüge und gehen nach draußen (z. B. auf den Bauernhof, zum Strand oder auf den Spielplatz). Diese schönen Eindrücke und Erfahrungen können dann später in die Übung einfließen, wenn sich die Kinder an die Orte erinnern, die sie gesehen haben. Sie können sich von dort auch Erinnerungsstücke mitnehmen und in ihre eigene Schatzkiste legen oder als Materialien zum Basteln für die Schatzkiste nutzen (wie unter c) angeführt oder ein Bild dazu malen. Bei Kindern in diesem Alter kann auch die bewusste körperliche Ebene einbezogen werden, indem ich sie z.B. frage: „Wenn du da an deinem Lieblingsort bist oder dich erinnerst, wie wir die Höhle gebaut und darin gelegen haben, wo spürst du das im Körper?“ Dann gebe ich zunächst ein Beispiel, wo ich das fühle, damit das Kind sich besser hineinversetzen kann und weiß, was gemeint ist, z.B. „Ich fühle das jetzt im Bauch. Der ist ganz weich. Und ich merke, wie er sich beim Atmen bewegt.“

7. Literatur

Hantke, L./Görges, H. - J. (2012): Handbuch Traumakompetenz. Paderborn: Junfermann.

Hantke, L./Görges, H. - J.: Ausbildungsskript Institut Berlin 2018/19.

Katz-Bernstein/Meili/Wyler (Hg.) (2. Aufl. 2012): Mut zum Sprechen finden. München Basel: Ernst Reinhardt.

Perry, B./Szalavitz, D. (2008): Der Junge, der wie ein Hund gehalten wurde. München: Kösel.

Bahrfeck-Wichitill/Subellok: Ausbildungsskript 2012, S. 23F

8. Fotos

