

Frieder Pfrommer

# Was uns Kinder im Spiel über ihre ersten 1000 Tage erzählen

Workshop im Rahmen der 10. Kindertagung  
in Rottweil

**am 04. November 2024**



Foto: Pixabay PublicDomainPictures\_baby-71614\_1920

# Workshop - Inhalt

- 1. Vorstellung und Einführung
- 2. Relevante Themen aus dem prä- und perinatalen Bereich
- 3. Bedeutung und Unterstützung für weitere Übergänge
- 4. Verschiedene Ansätze für die Arbeit zur Unterstützung der prä-, peri- und postnatalen Entwicklung von Kindern
- 5. Ansätze von Alé Duarte in der Arbeit mit Kindern
- 6. Ko- und Selbstregulation in der Arbeit mit den Kindern
- 7. Austausch, Reflexion, Fragen, Abschluss
- 8. Literaturhinweise



# Höhlenangebote in unserer Praxis



Bilder: Frieder Pfrommer

# Höhlenbau...



Bilder: Frieder Pfrommer



# 1. Einführung

In der systemischen Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen stoßen wir häufig auf Themen, wie Ängste, Blockaden und Vermeidungs- und Ablenkungsstrategien im Zusammenhang mit Übergängen in neue Lebenssituationen.

Solche Übergänge können unter anderem sein: ein Wechsel im Kindergarten, Umzüge, Schulbeginn oder Schulwechsel, Pubertät, Abschlussprüfungen, Beginn oder Abschluss der Berufsausbildung.

Mit dem Schritt, bisher Vertrautes zu verlassen und sich auf Neues einstellen zu müssen, können Gefühle von Unsicherheit auftauchen und ältere Stressreaktionsmuster aus vorangegangenen Übergängen können aktiviert werden.

Übergänge sind Zwischenzeiten und Zwischenräume mit Krisencharakter.

Sie füllen das aus, was zwischen Vertrautem und Ungewissem liegt und verbinden Lebensbereiche. (Karlheinz Geißler)

Neugierde, Begeisterung und Lebensimpuls helfen uns, die Energie zu nutzen und den Mut zu finden, neue Schritte zu gehen, ein Wagnis einzugehen, Bekanntes loszulassen und sich auf Neues einzulassen. Die Brücke als symbolisches Bild, das offen lässt, was uns nach dem Übertritt erwartet.



Bild: Brücke von Pexels auf Pixabay

## Es können Fragen auftauchen wie:

- Bin ich willkommen in der neuen Situation?
- Wieviel Anpassungsleistung muss ich vorweisen, um die Zugehörigkeit zum sozialen System abzusichern ?
- Werde ich mit dem, wie ich bin, wahrgenommen, gesehen, gehört und angenommen ?
- Habe oder bekomme ich einen sicheren Platz im System ?

Diese Fragen stehen bereits in vorgeburtlichen Prozessen im Raum, werden vor allem auch um und nach der Geburt entscheidend und prägend erlebt. Daher lohnt es sich, auch die prä-, peri- und postnatalen Aspekte in die Arbeit mit Kindern einzubeziehen.

# Übergänge sind ein fester Bestandteil des Lebens

## Frühe Übergänge sind:

- Zeugung – natürlich oder künstlich (Invitro, ICSI) ?
- Reise durch den Eileiter
- Einnistung (sicher, genährt und zugehörig? oder Ausstoßung?)
- Entdeckung der Schwangerschaft (erwünscht? oder abgelehnt?)
- Geburt (eingeleitet? Lage? Anästhesie? Vaginal oder Sectio ?)
- Abnabelung
- Skin to skin, Bonding oder Trennung ?
- Schlafen – Wachsein
- vom Liegen zum Krabbeln zum Sitzen zum Stehen und Gehen
- Kinderkrippe, Kindergarten, Schuleintritt usw.

Spätere Übergänge, bei denen sich Stressbewältigungs- und Aktivierungsmuster aus den vorangegangenen Übergängen zeigen oder rekonstellieren können.

- Eintritt in den Kinderhort, in die KiTa, den Kindergarten, die Schule, weiterführende Schule,
- Prüfungen und Schulabschluss
- Umzüge, Trennungssituationen
- Auslandsaufenthalt, praktisches Jahr, FSJ, BuFDi
- Berufliche Ausrichtung bzw. Ausbildung usw.

**Griebel/Niesel (2004) beschreiben drei Ebenen, auf denen bei einem Übergang Anforderungen zu bewältigen sind:**

1. auf der **individuellen Ebene**: Die Kinder erleben einen neuen, veränderten Status, das Selbstkonzept verändert sich, die Kinder müssen mit Emotionen umgehen und neue Kompetenzen ausbilden.
2. auf der **interaktionalen Ebene**: Beziehungen werden beendet, verändern sich und werden neu aufgebaut. Ein Kind übernimmt z. B. als Kindergartenkind eine neue Rolle.
3. auf der **kontextuelle Ebene**: Der neu hinzugekommene Lebensraum (der Kindergarten, die Schule) wirkt sich auf das Familienleben aus. Wesentliche Transitionen sind für Kinder der Eintritt in die Kinderkrippe, in den Kindergarten, in die Schule sowie der Wechsel auf eine weiterführende Schule und der Übergang in das Jugendlichenalter. Eine weitere Transition kann für Kinder die Trennung oder Scheidung der Eltern sein.

Leben ist Veränderung - Veränderung ist Leben

Es gilt herauszufinden, was wann dran ist:

Halt geben, Festhalten oder Loslassen ?

und:

Gelungene Übergänge machen stark für's Leben !!!



Bilder: Frieder Pfrommer

# Reise durch den Eileiter



Pixabay\_playground-3357699\_1920







Bild: Frieder Pfrommer

# Versteckspiele und die Spannung bei der Entdeckung der Schwangerschaft



Pixabay\_Shimex\_bed-4001094\_1920

Pixabay\_Shimex\_baby-4001099\_1920



Bild: Frieder Pfrommer, 08.11.2023



Bild: Frieder Pfrommer, 17.04.2024

## Mögliche Auswirkungen medizinischer Interventionen auf das Baby während und nach der Geburt, welche die Kinder im therapeutischen Spiel häufig zeigen und verarbeiten:

**Kaiserschnitt** -> massiver Eingriff in den bisher als Schutz- und Lebensraum erlebten Uterus

**Saugglocke** - Unterdruck kann Kopfschmerzen erzeugen und vor allem Angst, Stress und Schmerz.

**Zange** erzeugt Druck und Zug -> Verletzungsgefahr und Schmerz

**PDA** kann die natürliche Zusammenarbeit in der Durchgangsphase und den Kontakt zur Mutter behindern oder unterbrechen.

**Narkose** nimmt nicht nur den Schmerz, sondern kann ein Gefühl erzeugen, im Stich gelassen zu werden oder die Orientierung und den Kontakt zu verlieren.

**Kristeller-Methode** birgt hohe Verletzungsgefahr für Mutter und Kind - ist in vielen Ländern verboten und WHO empfiehlt Nichtanwendung. Wird in Deutschland trotz Bedenken angewandt und oft als sehr schmerzhafter Übergriff erlebt, vor allem, wenn unrichtig ausgeführt.

zu schnelle **Abnabelung** – Stammzellenreiches Blut kann nach vaginaler Geburt nicht ausreichend von der Plazenta zurück zum Baby fließen.

zu wenig **skin to skin – Kontakt** nach der Entbindung bzw. zu frühe Trennung.

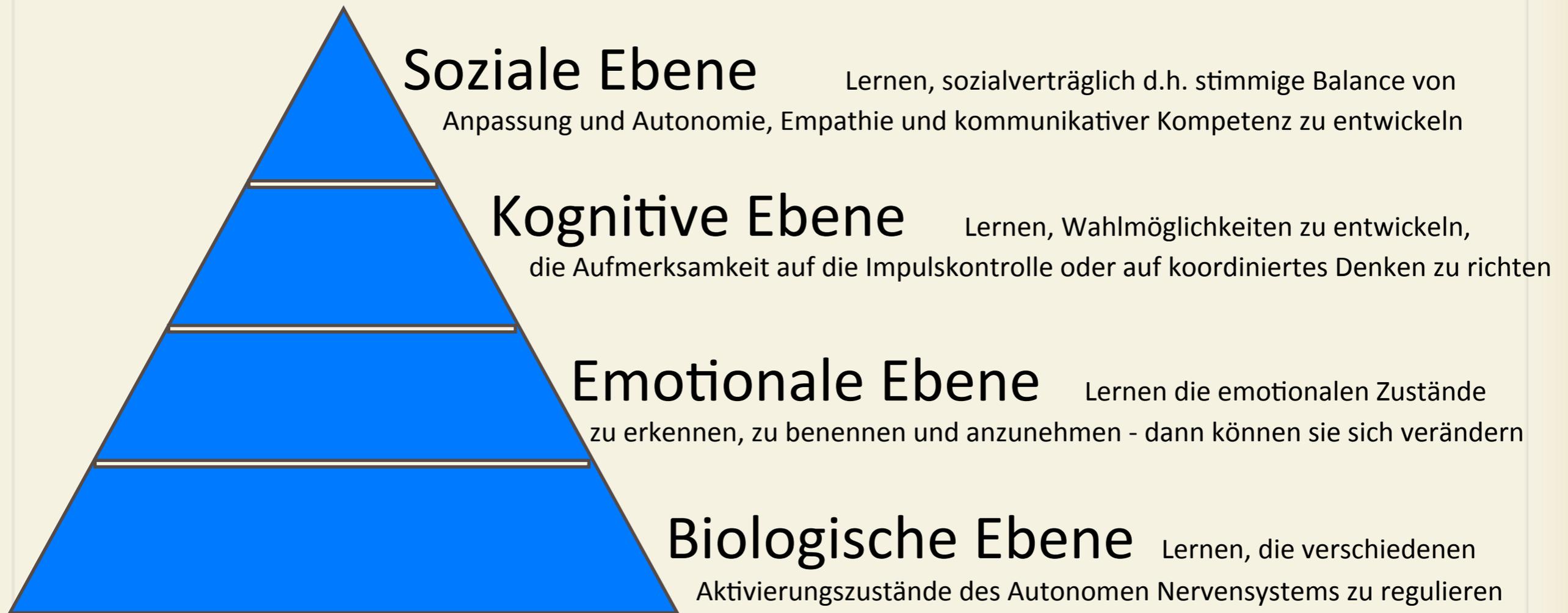
# Weitere Themen, die die Kinder im Spiel häufig zeigen:

- Freude am Wahrgenommenwerden in der Höhle
- Mehrlings- oder Zwillingschwangerschaft (oft mit Kuscheltieren in der Höhle – auch bei künstlicher Befruchtung)
- Einleitung der Geburt, Wirkung der wehentreibenden oder –hemmenden Mittel  
-> im Spiel eigenes Tempo erfahren und Selbstwirksamkeit erleben dürfen
- Nabelschnur-Umschlingung mit Seil dargestellt
- Geburtslage: Beckenendlage, Sterngucker oder Normallage
- Kaiserschnitt mit seitlichem Ausbrechen aus der Höhle, manchmal mit Schwert (Batacka)
- Sturzgeburt – oder Steckenbleiben im Geburtskanal
- Wie sie gerne geboren worden wären oder wie die Geburt für sie war

# Was ist hilfreich bei der Bewältigung von Übergängen ?

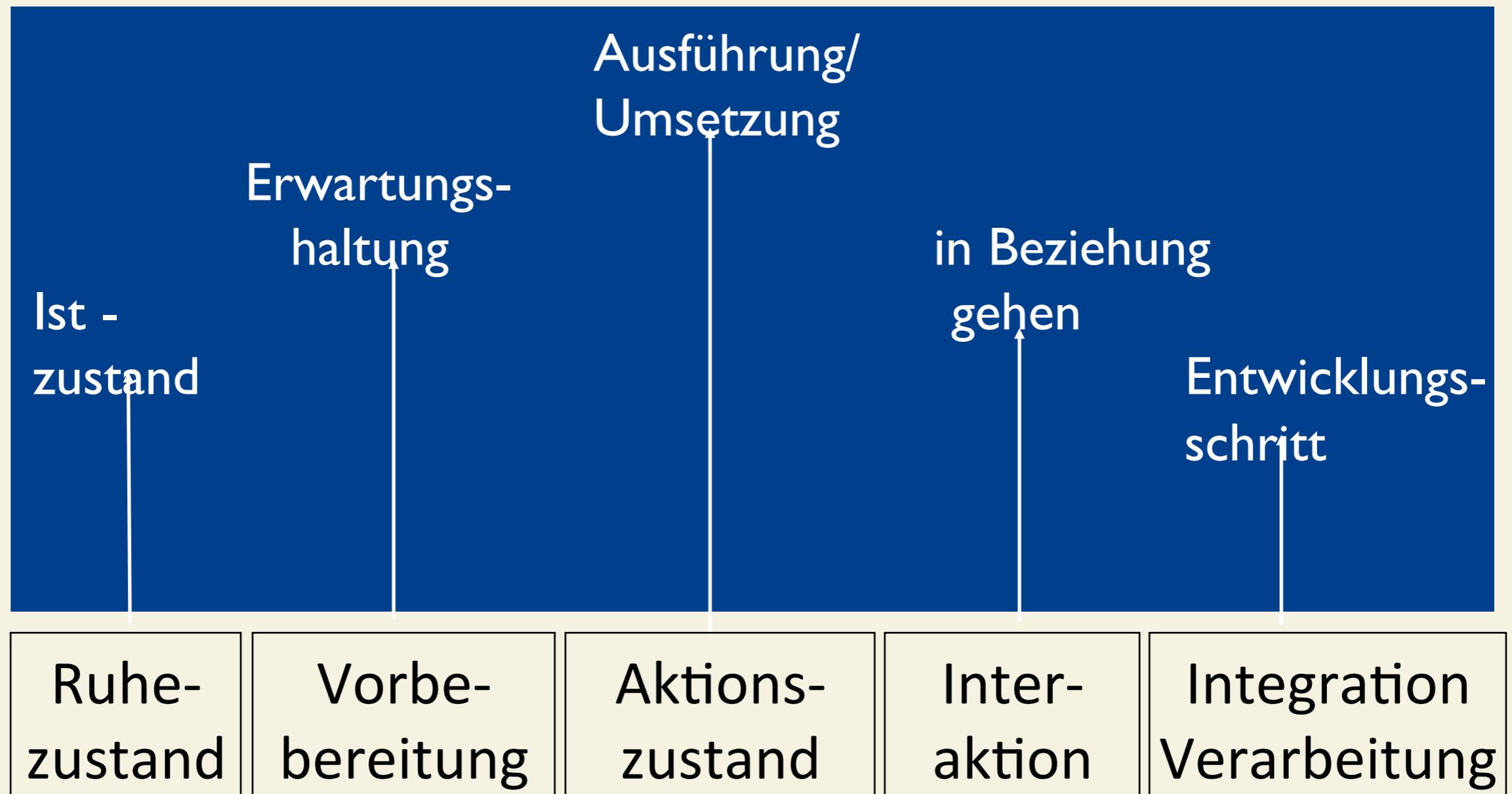
- \* Kontakt und Bindung als sicherheitsspendende Quellen
- \* Einführung von Strukturen und Rhythmen, wiederkehrende Muster geben Orientierung, Sicherheit und Halt
- \* Die Durchführung von Ritualen erleichtert Übergänge
- \* Neugierde, Begeisterung und eine gute (Ver-)Bindung wirken als Ermutigung, „Neuland“ zu betreten.
- \* Die Bewertung von Rückschlägen oder mißlungenen Versuchen und der liebevolle Umgang mit Enttäuschungen
- \* Stimmige Balance zwischen Ruhe und Bewahrendem und Bewährtem einerseits und Ausprobieren von Neuem.
- \* Orientierung an bereits gelungenen Übergängen !

# Ebenen der Selbstregulierung nach Alé Duarte 2/2016

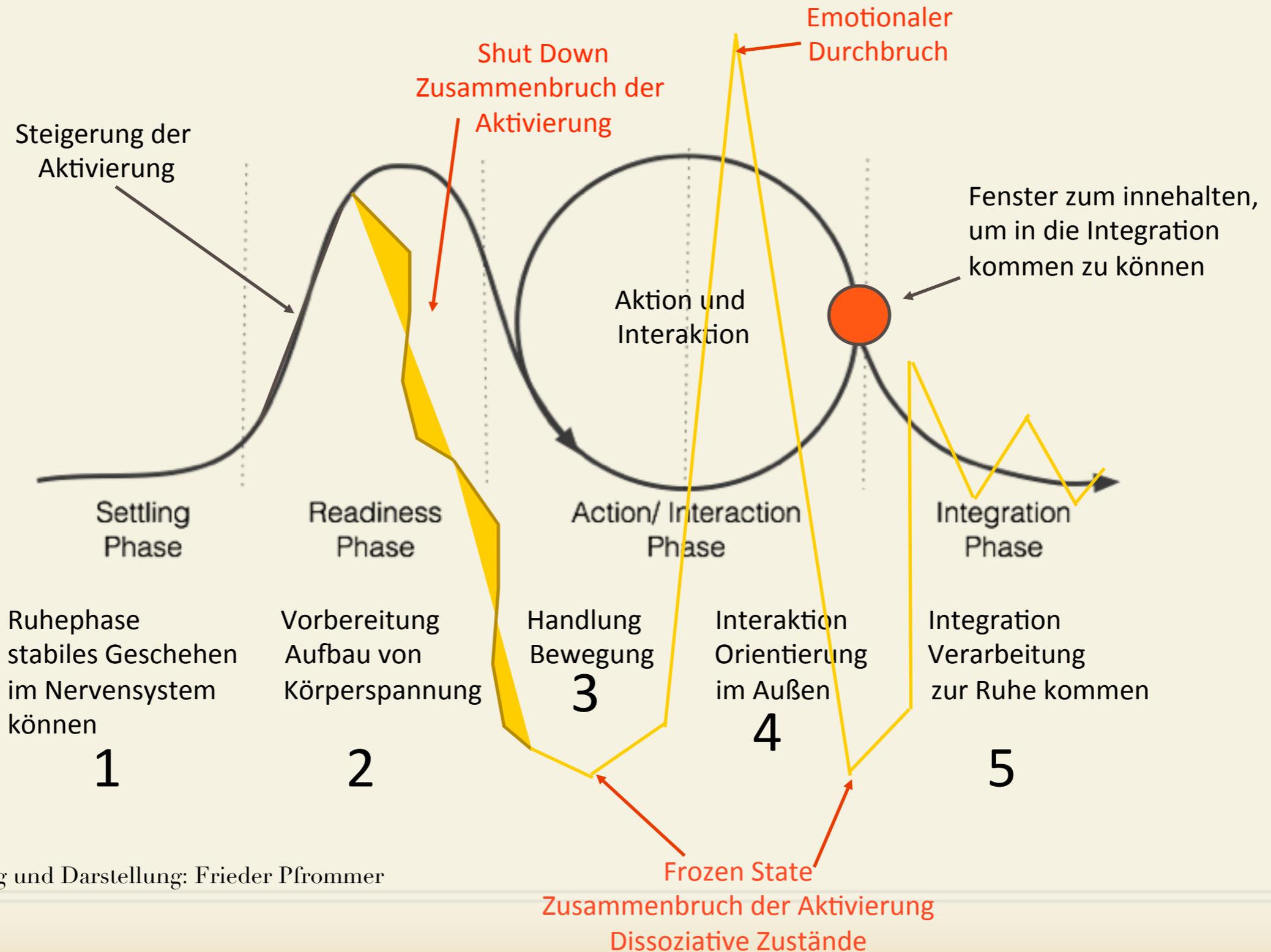


Übersetzung und Darstellung: Frieder Pfrommer

# Anspannung und Entspannung als Grundlage von Leben, Lernen und Entwicklung nach Alé Duarte (2015)



# Fünf Phasen des Prozesses der Selbstregulation im Autonomen Nervensystem nach Alé Duarte (2014)



Übersetzung und Darstellung: Frieder Pfrommer

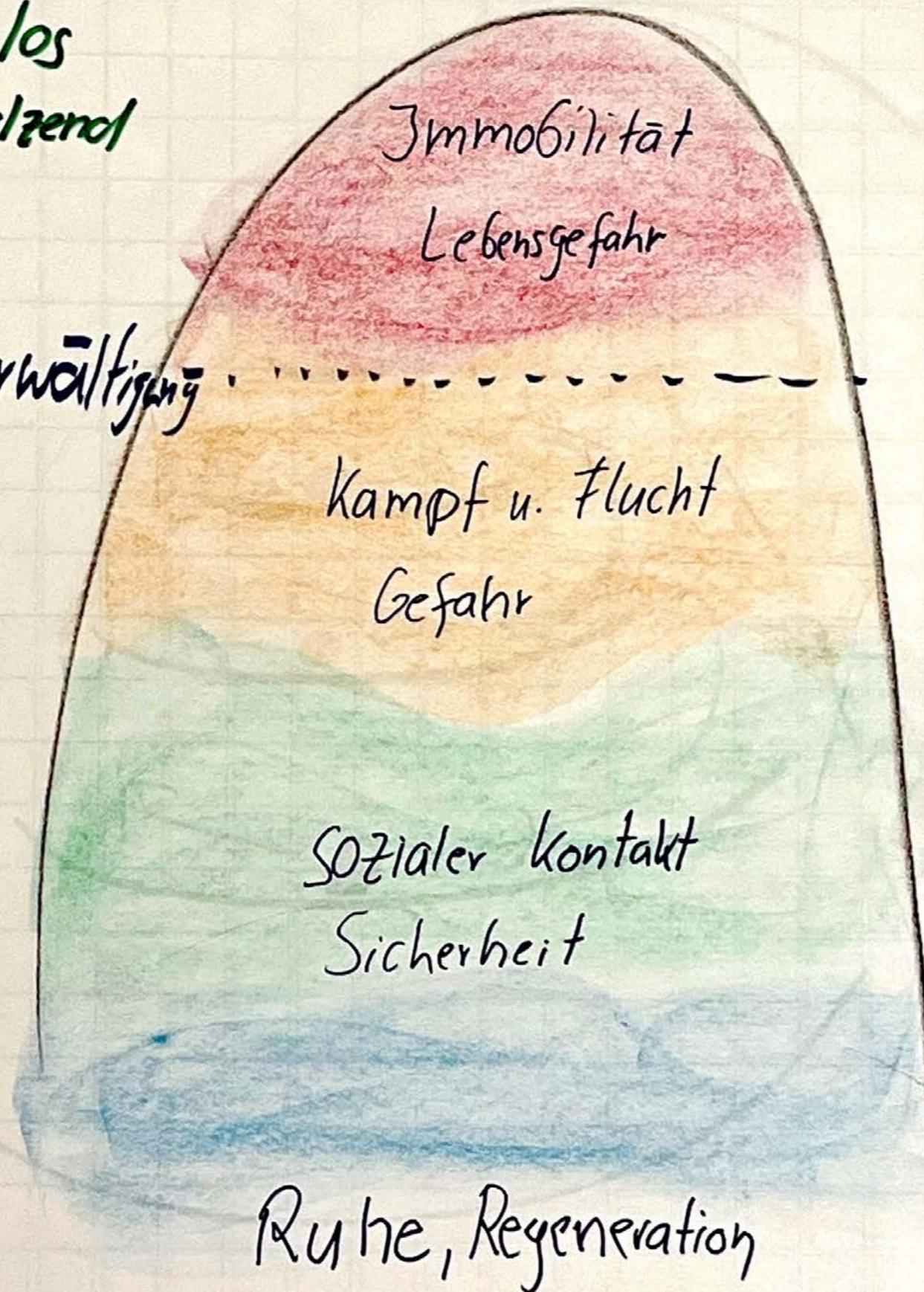
# Aktivierungsniveau

Grenzen

grenzenlos  
verschmelzend

rigid  
hart Überwältigung

flexibel  
verbunden



-10

-9

-8

-7

-6

-5

-4

-3

-2

-1



# Unterstützung der Selbstanbindung als Voraussetzung für eine hilfreiche Selbst- und Ko-Regulation in der Bindungsarbeit mit Eltern und Kindern

## - **Atmung** (Bauchatmung)

bewusst beim **Ausatmen** nach unten richten, dabei gefühlt länger ausatmen als einatmen.

## - **Erdung**

Bewusst mit den Füßen **Bodenkontakt herstellen**, sodass fast die ganze Fußfläche fest auf dem Boden steht. Das geht im Stehen mit leicht gebeugten Knien oder im Sitzen, in dem man mit den Sitzhöckern an der Stuhlkante sitzt.

## - **Wahrnehmung und Beschreibung der eigenen Körperempfindungen**

### - **Régulation Émotionnelle** directe nach Luc Nicon

es geht darum geht, für ca. 2 Minuten mit geschlossenen Augen sich ausschließlich auf die Wahrnehmung und Beobachtung der eigenen Körperempfindungen im Hier und Jetzt zu konzentrieren. Der Beobachtungsschwerpunkt soll dabei auf der nichtwillentlich gesteuerten Weiterentwicklung und Veränderung der Körperempfindungen liegen.

Nach 2-3 Minuten reguliert sich damit das autonome Nervensystem herunter und man wird ruhiger.

## - **Sichere Berührung**

Selbstberührung (z.B. Hand auf Bauch und/oder Herz, Stirn, Nacken) oder absichtsloses Berühren lassen von Person des Vertrauens

## - **Selbstmassage**

am Hinterkopf aktiviert den ventralen Vagusnerv, was dann ebenfalls zur Beruhigung des vegetativen Nervensystems führt. Über das Reiben mit den flachen Händen über die Stirn und die Backen und hinter den Ohren wird die Aktivierung des orbitofrontalen Systems, die Orientierung nach außen, die Fähigkeit zur sozialen Kontaktaufnahme und die Bindungsfähigkeit wieder gestärkt. Die Augen in alle Richtungen bewegen, hilft ebenfalls in die Außenorientierung zu kommen.

# Austausch, Reflexion, Fragen, Abschluss



Bild: Frieder Pfrommer

Bevor ich diese Welt verlasse, ist eines der Dinge von denen ich mir wünsche, die ganze Welt würde sie wissen, dass menschlicher Kontakt durch die Verbindung von Haut, Augen und Klang der Stimme entsteht. Das sind die Dinge, die uns gelehrt wurden, bevor wir Worte hatten. Die Art, in der unsere Eltern uns berührten, wie sie uns anschauten, wie ihre Stimme klang, das alles ist in uns gespeichert.

Virginia Satir (1989)

# Literaturliste zur Prä- Peri- und Postnatalen Psychotherapie mit Kindern

**Alberti, B.:** Sie Seele fühlt von Anfang an - Wie pränatale Erfahrungen unsere Beziehungsfähigkeit prägen, (2007) Munschen, Kösel-Verlag

**Baer, Udo,:** Traumatisierte Kinder sensibel begleiten, (2018) Weinheim, Beltz Verlag

**Beigel, D.:** Flügel und Wurzeln - Persistierende frühkindliche Reflexe und ihre Auswirkungen auf Lernen und Verhalten (2006) Dortmund, Verlag Modernes Lernen

**Brönnner, Kola, Thurmann, Ilka-Maria;** Den Anfang heilen Prä- und perinatale (Spiel-)Therapie, (2023) Frankfurt a.M., Mabuse Verlag

**Chamberlain, D. B.:** Woran Babys sich erinnern. (1994) München, Kösel Verlag

**Eckert, Amara R.** "Spielend ins Leben??" – pränatale und perinatale Erfahrungen im kindlichen Spiel; In: Jessel, H. (Hrsg.) (2016): Spiel(T)raum - Spielraum lassen - Spielraum geben - Spielraum haben.

**Emerson, W., Janus L.:** Behandlung von Geburtstraumata bei Säuglingen und Kindern, ( 2012 ) Heidelberg, Mattes Verlag

**Evertz, K. / Janus, L. / Linder R.** (Hg.) Lehrbuch der Pränatalen Psychologie ( 2014) Heidelberg, Mattes Verlag

**Griebel, Wilfried und Niesel, Renate:** Übergänge verstehen und begleiten: Transitionen in der Bildungslaufbahn von Kindern. (2011) Berlin, Cornelsen

**Harms, Th., Biedermann, H., Castellino, R.:** Auf die Welt gekommen: Die neuen Baby-Therapien (2000) Taschenbuch

**Harms Th.:** Emotionelle Erste Hilfe. Bindungsförderung-Krisenintervention - Eltern-Baby-Therapie, (2008) Berlin, Ulrich Leutner Verlag

**Hidas, G.; Raffai, J.:** Nabelschnur der Seele – Ich spreche mit meinem Baby. (2006) Gießen, Psychosozial-Verlag

**Hüther G. und Krens I.:** Das Geheimnis der ersten neun Monaten, 4. Auflage 2006, Walter Patmos Verlag, Düsseldorf

**Janus, L (Hg.):** Die pränatale Dimension in der Psychotherapie, (2013) Heidelberg, Mattes Verlag

**Käppeli, Klaus,** Die Schule, Geburts- und Lebensraum des Kindes, (2018) Heidelberg, Mattes Verlag

**Levend, H., Janus, L.:** Bindung beginnt vor der Geburt. (2011) Heidelberg, Mattes Verlag

**Lipton, B.H.:** Intelligente Zellen, wie Erfahrungen unsere Gene steuern, (2006) Burgrain, KOHA-Verlag

**Nicon L.:** Natürlich Angstbefreit - Tipi - Unseren Körper spüren: Ängste und Blockaden selbst dauerhaft auflösen, (2015) Freiburg, Arbor Verlag

**Pfommer, F.:** Geburtsvorbereitung und –begleitung für Väter.; in Geburtshilfe im Wandel, Traumatische Geburtserfahrung als lebenslanger Belastungsfaktor- Gesunde Geburtserfahrung als lebenslange Ressource, (2021) Heidelberg, Mattes Verlag, S. 125-140.

**Renggli, F.:** Das goldene Tor zum Leben - Wie unser Trauma aus Geburt und Schwangerschaft ausheilen kann. (2013) München, Arkana Verlag

**Terry, K. :** Vom Schreien zum Schmusen, vom Weinen zur Wonne - Babys verstehen und heilen, (2014) Wien, Axel Jentsch Verlag

**Thurmann, Ilka-Maria:** Kaiserschnitt heilsam verarbeiten. – Frankfurt/M.: Mabuse-Verlag