



Wir Einhörner

Ein Programm der Gesundheitsförderung
in Kitas und Kindergärten





Warum Einhörner?

Kinder im Vorschulalter lieben Einhörner.

Zumindest die meisten von ihnen. Auch die, die keine Einhörner kennen, weil sie aus anderen Kulturkreisen stammen, freuen sich leicht mit ihnen an.

Einhörner sind Wesen, mit denen sich die Kinder identifizieren können.

Das Institut für soziale Innovationen (ISI) hat deshalb das von der Stiftung der Sparkasse Duisburg geförderte Pilotprojekt „Wir Einhörner“ als zusätzliches Angebot initiiert.

Die Angebote sind spielerisch und erlebnisbezogen. Sie nutzen Identifikationen und kreativen Ausdruck: Jedes Kind wird ein Einhorn und Teil der Einhorn-Welt. Wir wollten und wollen insbesondere Kindern mit hohen Belastungen eine Chance zur Entlastung, Gesundheitsförderung und Stabilisierung geben.

„Wir Einhörner“ wurde durchgeführt in Kooperation mit folgenden städtischen Kindergärten und Kitas in Duisburg-Marxloh:

- Kita Bertramstraße
- Kita Halskestraße.



Aus der Praxis

Die in den „Einhorn“-Gruppen verwendeten Methoden stammen aus den Bereichen Bewegung, Tanz, Musik und Malen/Gestaltung. Thematisch wurde die Lebenswelt der Kinder, hier die Welt der Einhörner, mit einbezogen, und alle Angebote waren spielerisch und erlebnisbezogen.

Nach dem Motto „Jedes Kind wird ein Einhorn und Teil der Einhorn-Welt“ konnten die Kinder sich mit den Einhörnern identifizieren und ihr Erleben mit kreativen Mitteln ausdrücken.

Einige Beispiele aus den „Einhorn“-Gruppen

Reise durch Einhorn-Landschaften unterstützt mit Bildern:

Einhorn im Wald, auf der Wiese, vor einem Schloss, am See, mit befreundeten Insekten etc. Verschiedene Bilder wurden betrachtet, soweit es geht verbal beschrieben, aber auch mit Bewegungen und Geräuschen dargestellt. Anschließend hat jedes Kind sein Einhorn in seiner Einhorn-Landschaft gemalt und dann vor der Gruppe vorgestellt. Sehr schön und auch sehr wichtig für die Kinder war es, zu erleben, dass andere ihnen zugehört haben. Im Mittelpunkt zu stehen und zu erzählen, war für viele eine ganz neue Erfahrung.

Morgenritual „Wir wecken das Einhorn“:

Unter der Anleitung der Gruppenleitung wurden Körperteile abgeklopft und dadurch geweckt. Gleichzeitig wurde bei der Gelegenheit auch Deutsch gelernt: Die Gruppenleiterin fragte z.B. nach den Namen der Körperteile. Am Ende wurde geklatscht, und die Kinder und Einhörner (kleine Plüschtiere) waren wach! Dieses Morgenritual war bei den Kindern sehr beliebt.

Die Einhörner haben heute Freunde mitgebracht:

„Zusätzlich zu den Stoffeinhörnern habe ich Handpuppen mitgebracht, die mir mit viel Begeisterung fast aus den Händen gerissen werden. Reihum darf nun jedes Mädchen sich ein Stofftier aussuchen, und wir gehen mit den Tieren und über die Tiere in Kontakt. Ich frage die Mädchen, welche Tiere ich mitgebracht habe (Vögel, Marienkäfer und Biene), und wir überlegen uns gemeinsam Namen für die Tiere.

Ein Mädchen, das eng neben mir sitzt, meint, der Marienkäfer sei traurig. Auf meine Nachfrage erklärt sie, weil dessen Bruder nicht mehr da sei. Ich frage, wo der Bruder denn jetzt ist, und sie erklärt weiter mit knappen, leisen Worten: „In einem anderen Haus...“

Ich bin sehr gerührt über diesen Vertrauensbeweis, und die Wichtigkeit dieser direkten Information, die mit wenigen Worten viel aussagt. Ich spüre aber auch, dass weitere Fragen nicht angemessen sind, und dass die Traurigkeit und Betroffenheit über die Umstände, die dahinter stecken, ein Ventil brauchen. Wir überlegen gemeinsam, was dem Marienkäfer gut tun, Spaß machen und helfen würde, dass er nicht mehr so traurig ist.

Singen und tanzen sind die Vorschläge, was wir auch umgehend tun. Wir singen das Einhornlied, das ich vom CD-Player abspiele, und tanzen ausgelassen mit den Tieren dazu, die zwischendurch gewechselt werden. Ich freue mich über die Ausgelassenheit der Mädchen und dass sie so begeistert den ermutigenden Text mitsingen. Es kommt mir vor, als saugen sie die fröhliche und motivierende Stimmung in sich auf. Auch ich fühle mich gleich energievoller und habe Hoffnung und Vertrauen, dass die Mädchen ihre schwierigen Lebensumstände meistern werden.“

Sandra Wessels, Kreative Leibtherapeutin i.A. im Projekt „Wir Einhörner“





Weitere Themen:

- Stärkesteine der Einhörner
- Wie sich Einhörner bewegen, auf der Flucht, im Angriff
- Wie Einhörner zusammenarbeiten
- Was jedes Einhorn am besten kann
- Wir Einhörner machen Musik
- Wie sich Einhörner gesund ernähren

Die acht Wege in der Begleitung hochbelasteter Kinder

1. Den verborgenen Sinn verstehen

Jedes Verhalten dieser Kinder und Jugendlichen hat für sie ursprünglich einen Sinn, ist eine Notlösung für eine unerträgliche Situation gewesen. Die Geschichte dieser Kinder und damit ihr Verhalten, ihre Belastungen, ihre Not zu verstehen, ist der erste Schritt der Hilfe. Nicht, um zu entschuldigen, sondern um Zugang zu finden. Dazu gehören u.a. die „vier Monster der Entwürdigung“, Modelle der akkumulierten Belastungen und der Traumatisierungen.

2. Rahmung

Rahmung ist ein Prozess und mehr als „Grenzen“. Sie schließt Regeln ein, umfasst Sicherheit und Verlässlichkeit und ist vor allem eine Haltung, die den Kindern und Jugendlichen entgegengebracht wird.

3. Neue Beziehungserfahrungen

Das Leid und die Not, die diese Kinder und Jugendlichen erfahren haben, sind aus Beziehungserfahrungen entstanden. Sie haben Gewalt, Leere und andere Verletzungen, destruktive Beziehungen erlebt. Sie brauchen andere Beziehungserfahrungen, vor allem Geduld, Wohlwollen und Klarheit. Sie brauchen Gegenüber mit „Ich-Sätzen“ wie „Ich will das nicht“, statt mit allgemeinen Sätzen wie: „Das darf man nicht.“

Dieser Weg der Hilfe ist schwierig, denn es gilt, Kindern, die meist beziehungsunfähig sind, Beziehungserfahrungen zu ermöglichen.

4. Tridentität, v.a. Spiegelungen

Das Tridentitätskonzept umfasst drei (tri) Aspekte der Identitätsentwicklung. Menschen brauchen andere, die nähren, die spiegeln, die ihnen Gegenüber sind, um sich respektvoll mit ihnen zu reiben. Die Kinder, die nicht verloren gehen dürfen, brauchen alle drei. Am meisten brauchen sie es, wahrhaftig gespiegelt zu werden. Sie haben meist nur Zerrspiegel erfahren, sie kennen oft nur das Bild, dass sie falsch sind. Sie brauchen ehrliche Spiegelungen, um ihre Identität zu entwickeln.

5. Ich-Aufbau

Das Ich dieser Kinder und Jugendlichen ist gestört, erschüttert oder zerstört. Alles, was die Entscheidungsfähigkeit, das Selbstwertgefühl und ein verankertes, nicht bloß aufgesetztes Selbstbewusstsein stärkt, ist sinnvoll. Dafür gibt es mehrere Beispiele und Methoden. Zum Ich-Aufbau gehört auch, das zu ermöglichen, was diesen Kindern und Jugendlichen meist verwehrt geblieben ist: lustvoll und ausgelassen zu spielen. Auch hier bedarf es besonderer Settings und Methoden.

6. Konstruktive Wirksamkeitserfahrungen

Die Kinder haben meist erfahren, dass sie ins Leere gegangen sind mit ihren Wünschen und Bedürfnissen. Ihr Nein wurde genauso wenig gehört wie ihr Ja. Sie waren unwirksam. Die Folge sind meist destruktive Versuche, wirksam zu werden, durch „Stören“, Aggressivität usw. Sie brauchen konstruktive Wirksamkeitserfahrungen, durch Handwerken und kreatives Gestalten, durch Musik und Sport... Und vor allem dadurch, dass sie Erfahrungen der Beziehungswirksamkeit machen dürfen

7. Das große UND

Diese Kinder und Jugendlichen brauchen Erfahrungen mit dem großen UND: „Das war großer Mist, was du getan hast, UND du darfst wiederkommen.“

„Ich dulde das nicht, UND ich mag dich!“ Widersprüche auszuhalten ist für alle Beteiligten schwierig – und hilft.

8. Selbstfürsorge der Begleiter/innen

Wer mit der Aggressivität dieser Kinder konfrontiert wird, spürt alle eigenen Aggressivitätserfahrungen. Wer ihrer ungelebten Sehnsucht begegnet, bei dem klopft auch die eigene Sehnsucht an. Mit diesen Kindern und Jugendlichen zu arbeiten, schafft Resonanzen und „Zwischenleiblichkeit“. Wird diese bewusst, kann dies nicht nur vor Burnout schützen, sondern sogar zu einer Kraft der Begegnung werden. Diese Kinder brauchen keine Checklisten und Manuale, sie brauchen lebendigen Kontakt und wahrhaftige Begegnungen. Und dafür brauchen die Begleiter/innen Selbstwahrnehmung und Selbstfürsorge.

„Wir Einhörner“ als Gesundheitsförderung:

Gesundheitsförderung ist weit mehr als gesunde Ernährung oder Sport. „Wir Einhörner“ fördert die Gesundheit der Kinder durch spielerische Bewegungsangebote, gezielte Angebote der psychosozialen Stärkung, der Förderung des Selbstwertgefühls und der Resilienz. Dadurch wird die Lern- und Konzentrationsfähigkeit erhöht und die Kompetenz gestärkt, mit anderen Kindern und den Erzieher/innen zu kommunizieren und gemeinsam zu spielen.

Dr. Udo Baer, wissenschaftlicher Berater des Institut für soziale Innovationen

Stimmen

Was die Kinder sagen:

„Ich bin Einhorn!“
Shabnam, 4 Jahre

„In der Einhorngruppe kann ich ein Dinosaurier sein...“
Lamar, 5 Jahre

„Ich liebe die Einhorngruppe!“
Saloun, 5 Jahre

Was die Erzieher*innen sagen:

„Die Kinder freuen sich, wenn Sie kommen, sie haben richtig Spaß und Freude in der Gruppe.“

„Das Mädchen wirkt offener, nicht so verschlossen wie sonst.“

„Der Junge ist nicht mehr so schnell aus der Fassung zu bringen, er wirkt ausgeglichener und entspannter.“

„Gerade die Kinder, die sehr scheu und ängstlich waren, sind nun präsenter.“

„Die Mädchen trauen sich mehr zu.“



Kontakt

Institut für soziale Innovationen e.V.
Blumenstraße 54a, 47057 Duisburg-Neudorf
Tel.: 0203-36352683
E-Mail: v.werner@soziale-innovationen.de
www.soziale-innovationen.de



Viola Werner
Kreative Leibtherapeutin(zkw-tk)
Fachleiterin Kinder und Jugendliche ISI (e.V.)



Sandra Wessels
Kreative Leibtherapeutin i.A.,
leiborientierte Kinder- und
Jugendlichentherapeutin (zkw-tk),
Mitarbeiterin des Projekts
„Wir Einhörner“



Michaela Gerritzen
Leiborientierte Tanz- und
Bewegungstherapeutin (zkw-tk),
Fachtherapeutin für
kreative Traumatherapie i.A.,
Mitarbeiterin des Projekts
„Wir Einhörner“

Wir Einhörner

Ein Projekt des Instituts für soziale Innovationen e.V.



Gefördert durch die Stiftung „Unsere Kinder - unsere Zukunft“
der Sparkasse Duisburg

