

-HERAUSFORDERNDE VERHALTENSWEISEN-

Lösungsorientierter Umgang



vk

Verena Krampe

— Coaching & Consulting —



02

Seepferdchen
& Co.



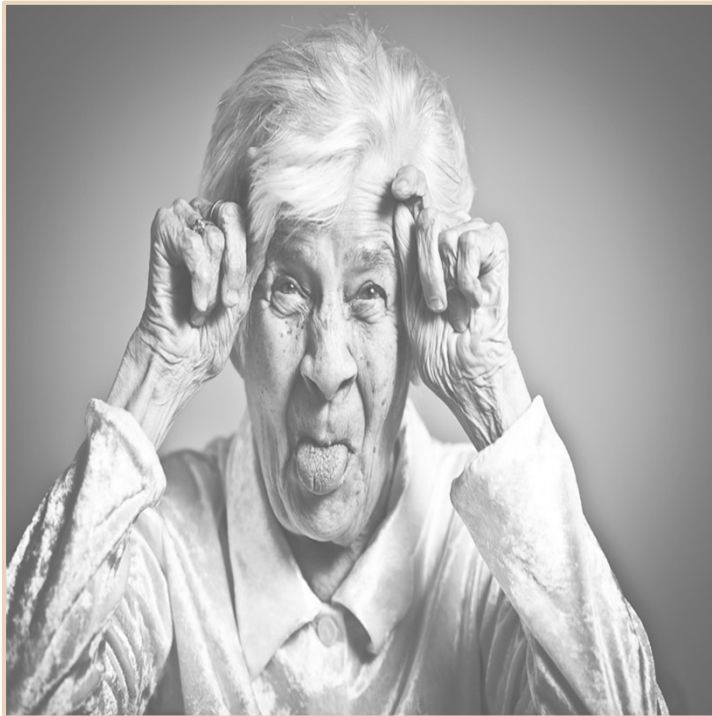
01

Herausforderndes
Verhalten



03

Was können wir
tun?



01

Herausforderndes
Verhalten in der
KiTa

Was bedeutet „Herausforderndes Verhalten“ für Sie?



Verwahrlosung

Verhaltesgestört

Entwicklungsgestört

Verhaltensauffällig

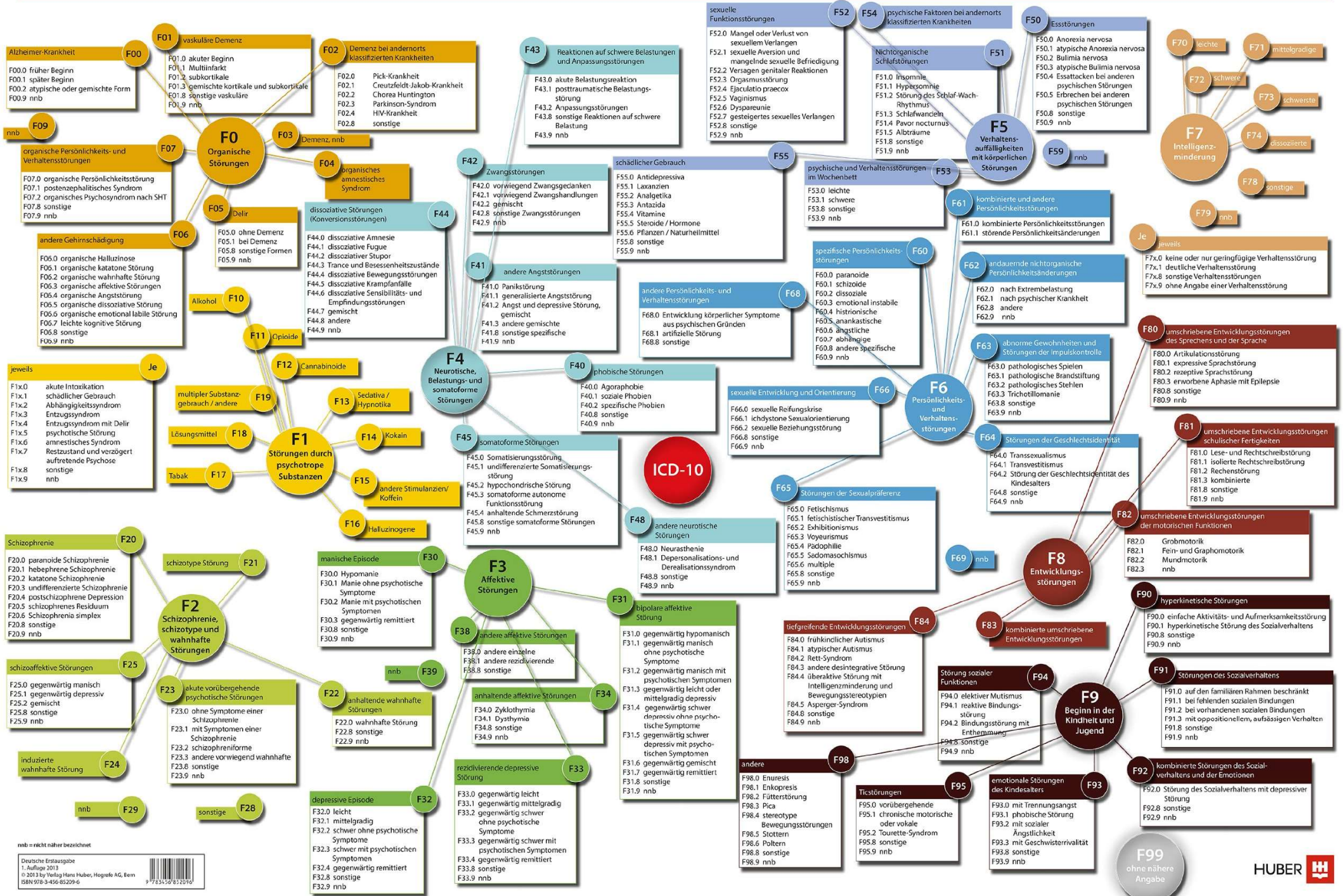
Schwererziehbar

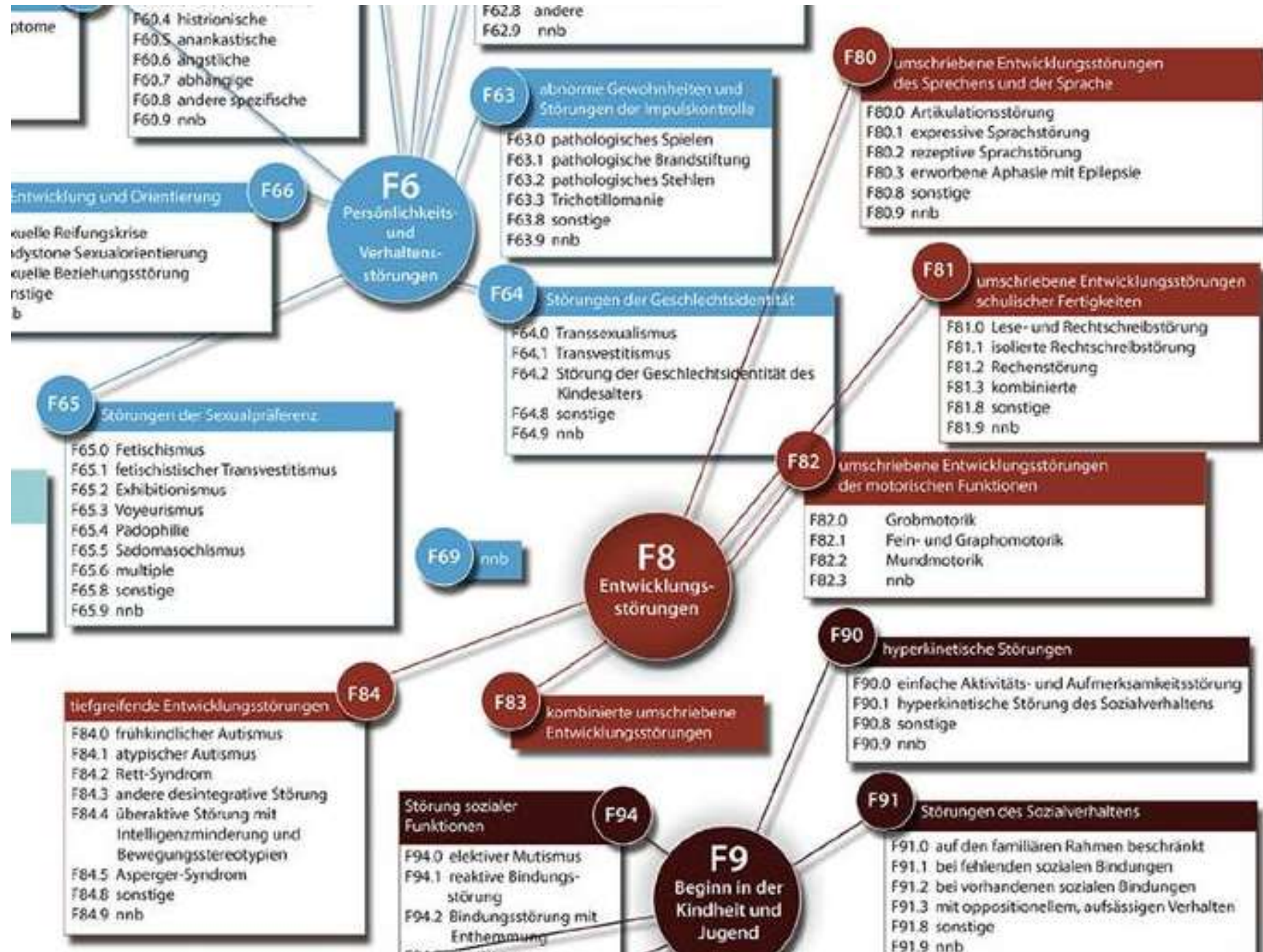
Behindert

Entwicklungsverzögert

Normabweichendes Verhalten

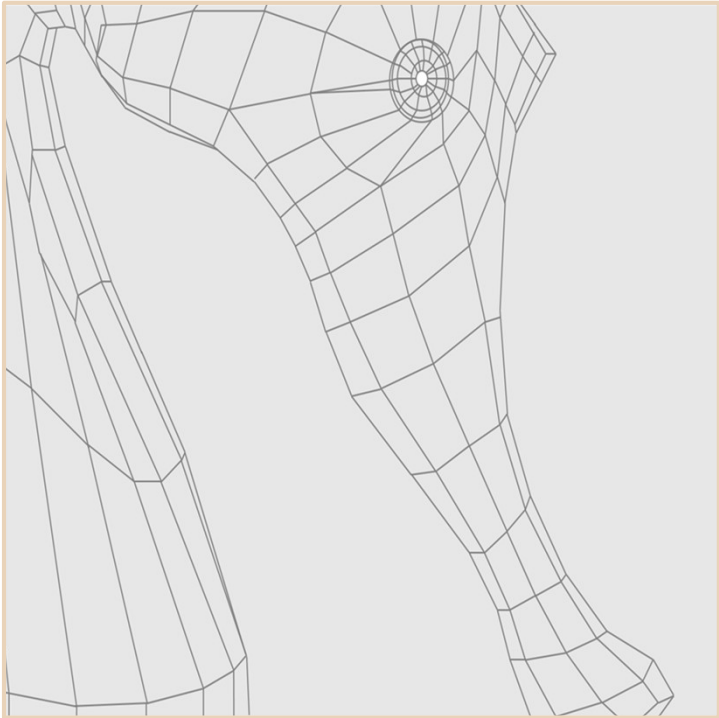
Übersicht über die Klassifikation psychischer und Verhaltensstörungen nach ICD-10 Kap. V (F)







**Warum ticken manche
Menschen so-
und manche anders?**



02

Seepferdchen
& Co.

SEEPFERDCHEN & Co

DER HIPPOCAMPUS- UNSER SEEPFERDCHEN IM KOPF



Der Hippocampus/ Seepferdchen

- Die Gedächtnisorganisation
- Übermittlung Kurzzeit/
Langzeitgedächtnis
- Beeinflusst den Hormonhaushalt,
die Emotionen und die
Darmfunktionen

Situationen aus dem Kita- Alltag



Statt zu sagen:

Sitz nicht einfach nur da -
tu irgendetwas,

sollten wir das Gegenteil fordern:

Tu nicht einfach irgendetwas -
sitz nur da.



Thích Nhất Hạnh ist ein vietnamesischer buddhistischer Mönch

Schlafplatz und Rückzugsmöglichkeiten



Körbchen zum ruhen!

Snoezelräume



Snoezelen kommt aus dem niederländischen.

Bedeutet: snuffelen (schnüffeln) und aus doezelen (dösen)

Duden: „gedankenlos dasitzen“





Lärmschutz für Kinder und Fachpersonal

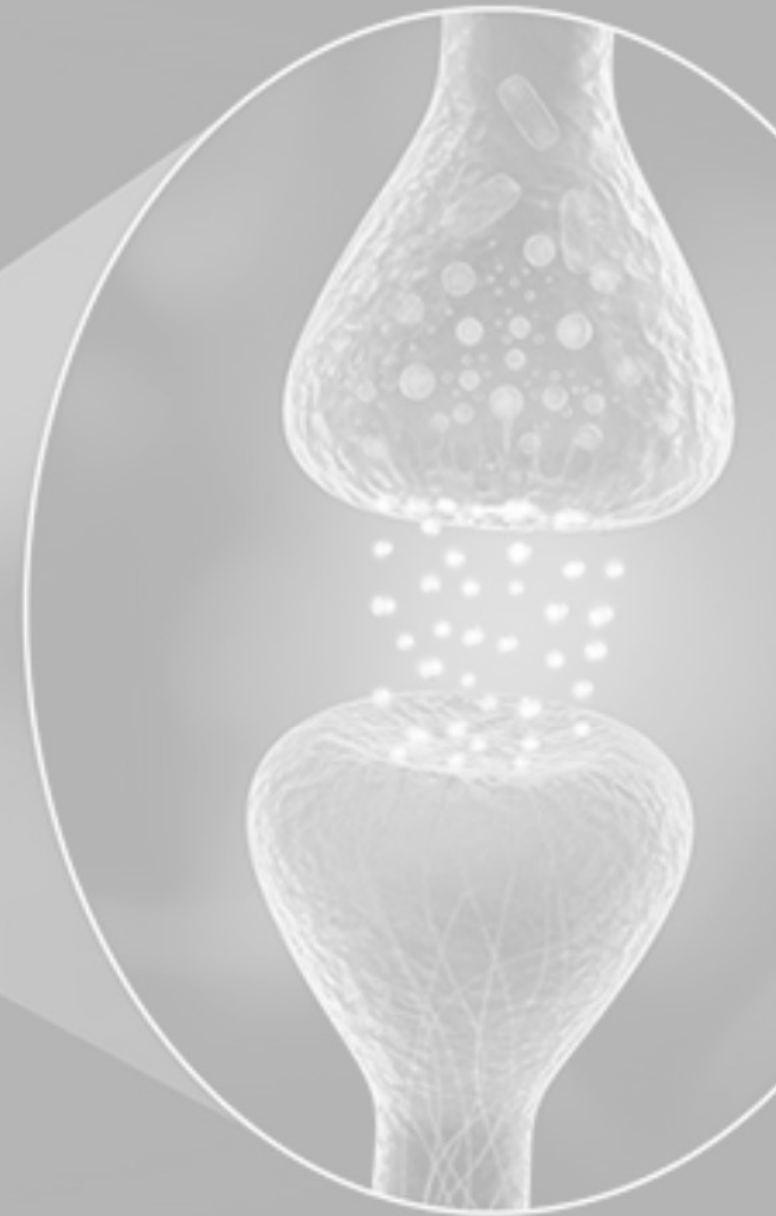


**Individuell
angepasster
Gehörschutz!**

**§ 20a SGB V
Leistungen zur
Gesundheitsförderung und
Prävention in Lebenswelten**

SEEPFERDCHEN & Co

DER HIPPOCAMPUS- UNSER SEEPFERDCHEN IM KOPF



Das Gehirn besteht aus ca. **100 Milliarden Nervenzellen (Neuronen)**, welche bei einem Erwachsenen Menschen, über **100 Billionen Synapsen (Kontaktstellen)** mit anderen Neuronen kommunizieren.

A photograph of children climbing ropes on a playground structure. The image is oriented vertically, with the children's heads at the bottom. The text 'DOPAMIN' is overlaid in large white letters across the center. Below it, the text 'Antrieb . Motivation & motorische Aktivitäten' is written in smaller white letters. The background shows a wooden playground structure with various ropes and beams, and a building with windows in the distance.

DOPAMIN

Antrieb . Motivation & motorische Aktivitäten

A close-up photograph of a baby's face, showing wide, blue eyes and an open mouth in a surprised or excited expression. The baby is looking directly at the camera. The background is a soft, out-of-focus light blue. The text is overlaid on the image.

NORADRENALIN

Stressanpassung . Aufmerksamkeit . Wachheit



SEROTONIN

„Glücks- oder Gute Laune Stoff!“
(Ausgeglichenheit und Ruhe, Impulsivität, Appetit,
Schlaf-Wach-Rhythmus, Sexualverhalten)

NEUROTRANSMITTER SIND ÜBERWIEGEND ESSENTIELL!

Das bedeutet, dass sie *nicht*
selbst vom Körper
hergestellt werden können!

Wir müssen sie daher
über unsere Nahrung aufnehmen!



„Ernährung ist nicht, was in den Mund
rein geht und später rauskommt.
Ernährung ist, was vom Körper
aufgenommen wird!“

(Detlev Ganten, Molekularmediziner- Berliner Charité)

ERNÄHRUNG UND MENTALES WOHLBEFINDEN

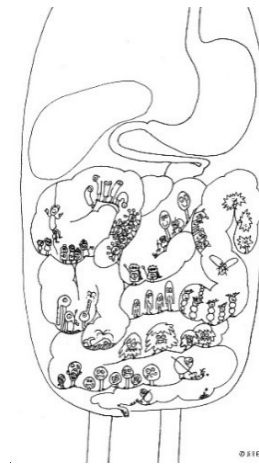
GESUNDER DARM = GESUNDE PSYCHE

Viele Menschen ernähren sich gesund und sind dennoch krank.

Der Darm

entzieht Nährstoffe aus der Nahrung und befördert sie ins Blut.

Über die Blutbahn werden die Nährstoffe dann im ganzen Körper verteilt.



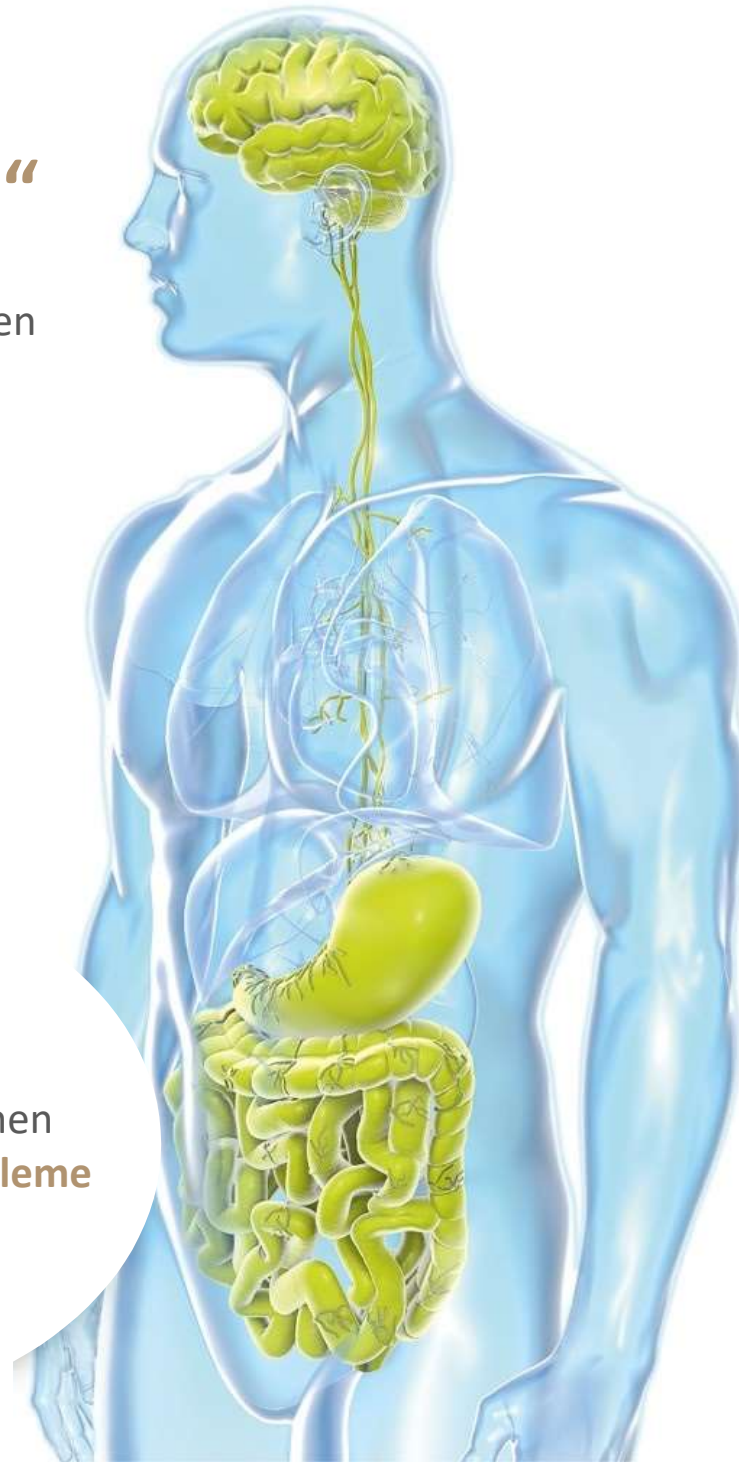
Nur ein Mensch mit einem gesunden Darm ist ein gesunder Mensch!

„Bauch- Gehirn“

100.000.000 Nervenzellen
Das sind mehr als im gesamten
Rückenmark!

85 %

Der gestressten Menschen
haben **Verdauungsprobleme**
und **Sodbrennen**



10 %

Der Kommunikation
läuft vom
Gehirn zum Darm

90 %

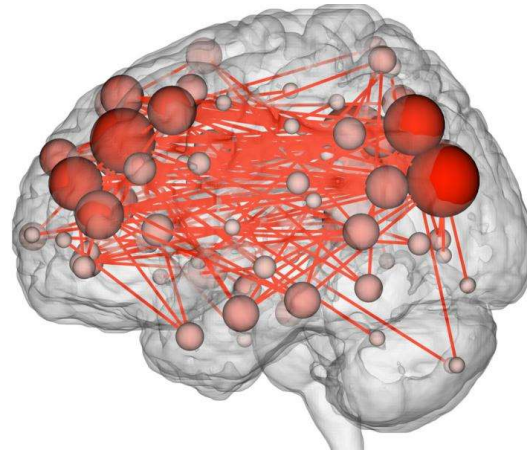
Der Kommunikation
läuft vom
Darm zum Gehirn



Quelle: <http://www.huffingtonpost.de/2016/12/13/kinder-stehen-unter-stress>

**Kinder leiden mehr denn je unter Stress-
und das hat dramatischen Folgen!**

Forschung zum Thema *Stress bei Kindern*



Cortisol



Quelle: <http://www.deviantart.com>

Körperliche und psychische Folgen von Stress

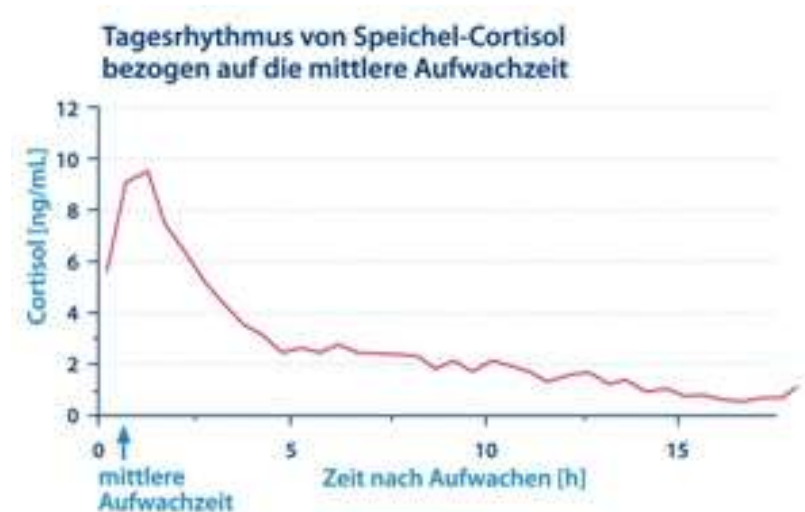
Cortisol

Cortisol ist ein körpereigenes Hormon (Nebennierenrinde), das an vielen Stoffwechselfvorgängen beteiligt ist und bei Stress vermehrt freigesetzt wird!

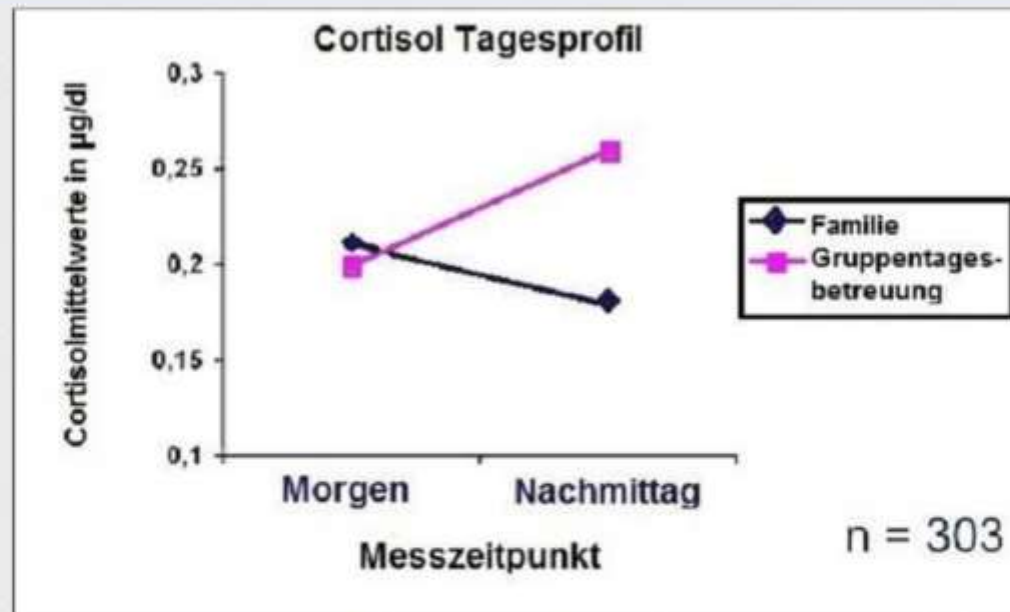
Zu den wichtigsten Funktionen des Cortisols gehört die hormonelle Regulation des **Salz- und Wasserhaushaltes in der Niere.**

Es wirkt entzündungshemmend und erhöht den Blutzucker-Spiegel im Blut.

Bei **anhaltendem Stress ist die nächtliche Cortisol- Produktion deutlich gesteigert** und nach dem Aufstehen eine erhöhte Cortisol- Konzentration nachweisbar.



Cortisol-Tagesprofile bei Kindern (Alter 2 – 63 Monate) in Gruppentagesbetreuung und zuhause*



- Effekt der GTB auf Cortisolprofile besonders ausgeprägt für Kinder < 36 Monate ($r = .25$), > 36 Monate n.s. ($r = .08$)

*Vermeer & van Ijzendoorn (2006), Review;
Zusammenfassung von 9/4 Studien, hohe Betreuungsqualität

2 Möglichkeiten
Wie sich Stress bei Kindern zeigt:



Wie zeigt sich Stress bei Kindern

Möglichkeit 1



Explodieren

- Körperlich/ nach aussen
- Geschrei
- Aggressives Verhalten

Möglichkeit 2



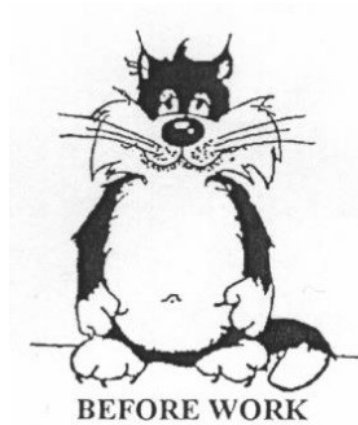
Implodieren

- Zurück/ nach innen ziehen
- Häufiges Krank werden
- Psychosomatisch

Häufige Symptome und Erkrankungen:



*„Der Körper ist der Übersetzer der Seele ins Sichtbare“
(Christian Morgenstern)*





03

Was können wir
tun?

WAS KÖNNEN WIR TUN?

DER LÖSUNGSORIENTIERTE ANSATZ

Die Lösungsorientierte Kurzzeittherapie geht von dem Standpunkt aus, dass es hilfreicher ist, sich auf

- **Wünsche**
- **Ziele**
- **Ressourcen**
- **Ausnahmen vom Problem** zu konzentrieren anstatt auf Probleme und deren Entstehung.



Steve de Shazer en Insoo Kim Berg

WAS KÖNNEN WIR TUN?

DER LÖSUNGSORIENTIERTE ANSATZ

In einer Kurztherapie werden die vorgetragenen **Probleme, Konflikte, Störungen** usw. nicht vertieft, sondern die beim Klienten vorhandenen Kompetenzen und Ressourcen in den Fokus genommen.

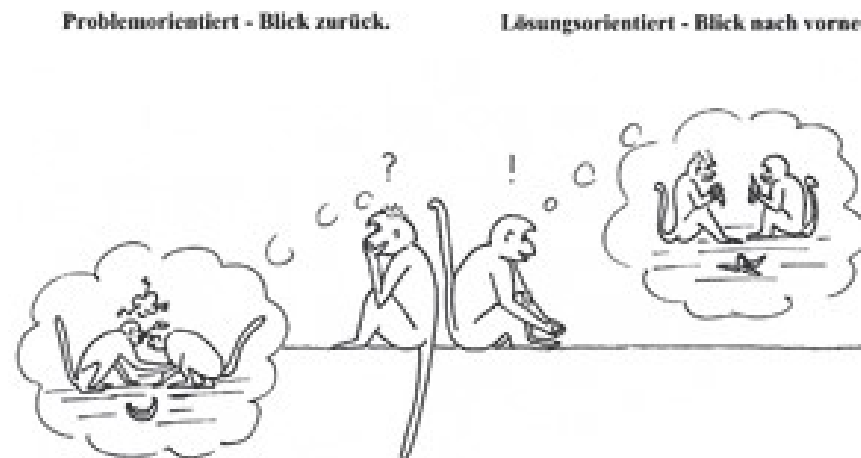


WAS KÖNNEN WIR TUN?

DER LÖSUNGSORIENTIERTE ANSATZ

Die drei Grundprinzipien der Lösungsfokussierung

1. Repariere nicht, was nicht kaputt ist!
2. Finde heraus, was gut funktioniert und passt - und tu mehr davon!
3. Wenn etwas trotz vieler Anstrengungen nicht gut genug funktioniert und passt - dann höre damit auf und versuche etwas anderes!



WAS KÖNNEN WIR TUN?

POSITIVE PSYCHOLOGIE





Ein indianisches Sprichwort lautet:

„Urteile nie über einen anderen,
bevor Du nicht einen Mond lang
in seinen Mokassins gegangen bist.“



THANK

YOU!