

Markus Peter Kretschmer

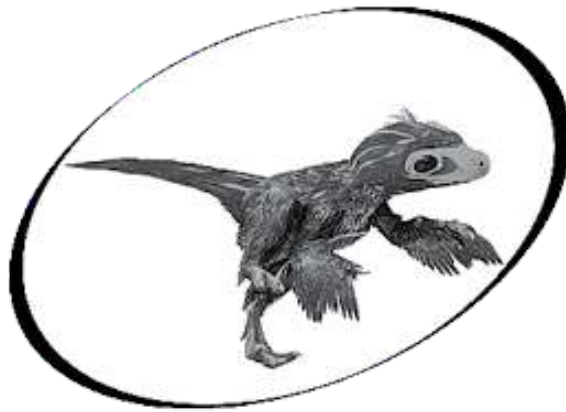
# Mein traumhaftes Dinosaurier Buch

Urzeitliche Gute  
Nacht Geschichten:  
Fantasiereisen  
für Kinder ab  
3 Jahre



Markus Peter Kretschmer

**Mein traumhaftes  
Dinosaurier Buch -  
Urzeitliche Gute Nacht  
Geschichten:**



Fantasiereisen für Kinder ab 3 Jahre

Eine Publikation der größten deutschsprachigen  
Urzeit-Community

Die weißen Steine  
Entdeckungsreise in die Welt der Urzeit

Für Eva.



# Inhalt

## **Einleitung**

Was ist eine Traumreise?

Wieso eine Traumreise in die Welt der Urzeit?

Wie funktioniert eine Traumreise?

## **Angelausflug mit Razor**

Hell Creek Formation (Montana vor 66 Ma; späte Kreidezeit)

## **Patsch und der Schneesturm**

Prince Creek Formation (Alaska, vor 69 Ma, späte Kreidezeit)

## **Olivia und ihr Nest**

Djadochta Formation (Mongolei, vor 74 Ma, späte Kreidezeit)

## **Segelflug mit Pedro**

Niobrara Chalk Formation (Kansas vor 85 Ma; späte Kreidezeit)

## **Spikey und die Lagune**

Bahariya Formation (Ägypten vor 100 Ma; späte Kreidezeit)

## **Versteckspiel mit Becky**

Yixian Formation (China vor 123 Ma; frühe Kreidezeit)

## **Archie, der einsame Urvogel**

Altmühltal Formation (Deutschland vor 155 Ma, später Jura)

## **Stella und ihr Unterwasserreich**

Posidonienschiefer Formation (Deutschland vor 182 Ma, früher Jura)

## **Paul lernt laufen**

Trossingen Formation (Deutschland vor 210 Ma, späte Trias)

## **Stein, Schere, Papier mit Cem, Cam und Com**

Chinle Formation (Arizona vor 220 Ma, späte Trias)

## **Die Zeit der Dinosaurier**

Was ist ein Dinosaurier?

Woher wissen wir überhaupt etwas über die Dinosaurier?

## **Die Schauplätze unserer Traumreisen**

Die Hell Creek Formation

Die Prince Creek Formation

Die Djadochta Formation

Die Niobrara Chalk Formation

Die Bahariya Formation

Die Yixian Formation

Die Altmühltal Formation

Der Posidonienschiefer

Die Trossingen Formation

Die Chinle Formation

## **Danksagung**

## **Über Markus Peter Kretschmer**

## **Über Die weißen Steine**

## **Impressum**

# Einleitung

Die Welt im 21. Jahrhundert: Hektisch. Laut. Voller Anspannung und Stress. Im Bestreben, unser Leben einfacher, bequemer und entspannter zu machen, hat der Mensch das genaue Gegenteil erreicht. Neun und mehr Stunden pro Tag verbringen die meisten von uns abseits von zu Hause, wo sie für jemanden anders arbeiten, während der Durchschnitt für die, tatsächlich frei verfügbare, Freizeit pro Tag oft unter drei Stunden liegt.

Wussten Sie, dass es bei den Menschen, die in der Steinzeit lebten, einmal genau umgekehrt war? Nur drei bis vier Stunden wurde am Tag gejagt, gesammelt, instandgesetzt und neu gebaut. Die meiste Zeit verbrachte man mit Reisen und mit der Familie. Zwar wurden die Menschen damals selten älter als vierzig Jahre und mussten sich in einer harten Umwelt zurechtfinden, doch sie lebten im Einklang mit der Natur und dem, was sie liebten. Und sie bekamen viel von der Welt zu Gesicht, einer Welt, die damals noch so viel spektakulärer und lebendiger war.

Viele unserer Kinder wachsen heute sehr weit entfernt von diesem Einklang, wahrhaftiger Harmonie und der Natur auf. Der Wald, das Meer, die Berge – sie sind zu unerreichbaren, fernen Orten geworden. Fast schon so unerreichbar wie die Urzeit. Die Kinder werden schon früh auf die moderne Welt getrimmt, auf die Konsumgesellschaft und das virtuelle Leben vorbereitet. Der Erwartungs- und Leistungsdruck steigt, sodass selbst Kinder heute oft unter massivem Stress stehen.

Umso wichtiger ist es, dass Kinder und ihre Eltern eine gemeinsame Oase besitzen, an die sie sich zurückziehen und zur Ruhe kommen. An der sie den Alltagsstress ausblenden, sich von ihm lösen und ihn auf diese Weise verarbeiten können.

*Willkommen in eurer Oase der Entspannung und Achtsamkeit. Willkommen auf eurer Traumreise in die Urzeit.*

## **Was ist eine Traumreise?**

Traumreisen sind das ideale Mittel zur Stressbewältigung: In der Jugendliteratur finden Meditationsübungen für Kinder immer mehr Beachtung. Eltern, Lehrerinnen und Lehrer und auch Erzieherinnen und Erzieher in Vorschulen und Kindergärten sind davon begeistert, besonders aber natürlich die Kinder: Für sie wird die allabendliche Traumreise, oder die Meditation vor dem Mittagsschlaf, zu einem wichtigen Ritual.

Traumreisen sind kurze, etwa zehn- bis fünfzehnminütige Entspannungsübungen. Sie dienen dem Herunterkommen nach einem stressigen Tag, der Beruhigung, der Verarbeitung von Erlebnissen und der Anregung der Fantasie. Auch als Einschlafhilfe sind sie zu einem probaten Medium geworden. Eltern und Erziehungsbeauftragte können dadurch Vertrauen und eine wichtige Verbindung zu ihrem Kind herstellen. Das gemeinsame Erleben einer Traumreise in vertrauter, harmonischer und entspannter Umgebung führt Kinder und Erwachsene gleichsam in eine ganz natürliche Ruhe.

Diese Ruhe ist zwar kein Allheilmittel, doch sie kann ein Anker sein und Motivation und Kraft geben, um den schnell leergesaugten „Akku“ wieder aufzuladen. Zudem bereiten Traumreisen auch einfach Spaß und Freude. Halte Sie Ihr Kind dazu an mitzumachen, indem es an den vorgegebenen Pausen reinreden, Fragen stellen oder auch mal ein herzhaftes Lachen rauslassen darf. Geben Sie sich und ihrem Kind Zeit, gern auch mehr als die veranschlagten fünfzehn Minuten, um die Traumreise zu verarbeiten.

## **Wieso eine Traumreise in die Welt der Urzeit?**

Die meisten Traumreisen spielen im Hier und Jetzt. Viele nehmen Bezug zu unserer Natur, zu bekannten, heimischen Tieren, oder alltäglichen Situationen. Mit unserem Buch wagen wir aber etwas ganz Neues: eine Traumreise in die Welt der Dinosaurier.

Dinosaurier sind längst zu einem festen Bestandteil der Populärkultur geworden. Viele von Ihnen dürften selbst mit der Begeisterung für diese spektakulären Tiere aufgewachsen sein. Besonders Kinder gewinnen zu diesen Wesen schnell einen Bezug: Dinosaurier verkörpern das Urgewaltige, das Geheimnisvolle, Kraft und Unbesiegbarkeit. Wir Menschen fühlen uns neben ihnen wie unbedeutende Zwerge. Und so ist es kein Wunder, dass Dinosaurier gerade für Kinder so interessant sind: Die Tatsache, dass sie selbst ja noch klein sind und um jede bisschen Aufmerksamkeit kämpfen müssen, wird neben einem Dinosaurier zu einer Nebensache. Denn auch die Erwachsenen sind ja so viel kleiner und werden dadurch auf die gleiche Ebene wie ein Kind gestellt. Ein Kind, das in seiner Fantasie einen Dinosaurier zum Freund gewinnt, wird dadurch selbst unbesiegbar. Ein großartiges Gefühl, dass dem Kind dabei hilft, Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl zu entwickeln.

Kinder, die mit einem Interesse für Dinosaurier aufwachsen, sind neuesten Studien zufolge sogar intelligenter! Dieses Interesse schult schon im Kindergartenalter viele Kompetenzen. Die komplizierten Namen und ihre Bedeutung zu lernen, hilft ihnen später beim Erlernen von Fremdsprachen. Außerdem bietet das Interesse für die Urzeit einen exzellenten Zugang zu analytischem Denken und einen ersten Einblick in die Naturwissenschaften. Viele Kinder haben keine Schwierigkeiten sich komplexe Daten, Zahlen und Fakten einzuprägen, wenn sie dafür eine Begeisterung entwickelt haben. Und das hilft ihnen auch später beim Lernen von

Informationen, die vielleicht etwas weniger begeisternd, aber dennoch notwendig sind – nämlich dem Schulstoff.

Wieso sollte eine Traumreise also nicht auch einmal in die Urzeit führen? Der Fantasie sind im Medium „Traumreise“ ja keine Grenzen gesetzt. Und selbstredend bietet auch die Urzeit allein schon wegen ihrer Faszination, die sie auf die Kinder ausübt, eine Kulisse für Entspannung.

Uns war es sehr wichtig, hier allerdings kein actiongeladenes Effektspektakel á la Jurassic Park zu inszenieren. Aufregung, Angst und die Panik, gefressen zu werden, wird Ihr Kind hier natürlich nicht erleben. Stattdessen soll ein realistisches, friedvolles Bild von den Dinosauriern gezeichnet werden. Die Traumreisen sind sorgfältig nach dem neuesten Stand der Forschung recherchiert und bieten damit auch einen Zugang zu fachkorrekten Informationen. Sie führen Sie und Ihr Kind an Orte und Gegenden, die es wirklich einmal gegeben hat. Die Dinosaurier dort haben tatsächlich gleichzeitig gelebt und konnten miteinander interagieren.

Hier sollen außerdem nicht nur die „Superstars“ aus fernen Ländern einen Auftritt bekommen. Berühmtheiten wie *Tyrannosaurus*, *Triceratops*, *Velociraptor*, *Brachiosaurus* und *Stegosaurus* kommen hier gar nicht direkt vor, sondern wir erforschen die Lebensräume von eher unbekannten, aber nicht weniger faszinierenden, Geschöpfen aus der Urzeit, und zwar zu Lande, zu Wasser und in der Luft. Dabei besuchen wir auch einige Orte, die sich zwar in weit vergangener Zeit, aber dennoch buchstäblich vor unserer Haustür befinden. Viele Schauplätze liegen hier bei uns in Deutschland, und Sie können mit Ihrem Kind dann gern einmal eine echte Reise dorthin machen. Und seien Sie versichert: so ein Ausflug lohnt sich!

Im Anhang können Sie mit ihrem Kind auch weiterstöbern. Dort wird die Geschichte hinter der Geschichte noch weiter erläutert; und sie finden dort auch

die Adressen von Museen, die zum „echten“ Nacherleben unserer Geschichten ein tolles Ausflugsziel darstellen.



### **Wie funktioniert eine Traumreise?**

Zur Vorbereitung einer Traumreise ist es zuerst einmal wichtig, dass Sie für sich und Ihr Kind eine entspannte und harmonische Umgebung bereitstellen. Sorgen Sie dafür, dass Sie ungestört sind: schalten Sie das Handy und andere elektronische Ablenkungen aus, schließen Sie die Zimmertür, dimmen Sie das Licht, sodass Sie selbst noch gut lesen können, aber trotzdem eine behagliche Atmosphäre herrscht. Wichtig ist, dass Sie sich vor dem Vorlesen zuerst selbst entspannen. Schließen Sie für mindestens zehn Sekunden die Augen und achten Sie auf ihren Atem, um zur Ruhe zu kommen.

Ihr Kind kann derweil das Gleiche tun: es sich im Bett oder auf dem Sofa bequem machen, das Lieblingskuscheltier an sich drücken, oder auch unter einer Kuscheldecke Platz nehmen. Überlassen Sie es dem Kind, wie es für sich selbst eine entspannte Position findet. Fragen Sie das Kind, ob es für die Traumreise bereit ist, und beginnen sie dann mit dem Vorlesen.

Nach unseren Erfahrungen mit dem Thema „Traumreise“ ist eine einzige Reise für eine Entspannungsübung absolut ausreichend, ja sogar obligatorisch. Machen Sie ihrem Kind

also bitte klar, dass es nur eine einzige Geschichte bekommt, am besten schon vorher, und dass es sich für die nächste immer noch etwas gedulden muss. So schaffen Sie ein festes, auch zeitlich limitiertes, Ritual mit klaren Regeln und geben Ihrem Kind die Gelegenheit, jede Geschichte als eigene Einheit zu genießen.

Im Text sind sehr oft Stellen mit \* markiert, an denen Sie beim Lesen bitte eine Pause einlegen. Lassen Sie das soeben Vorgelesene auf ihr Kind wirken und atmen Sie selbst einmal durch. Es ist auch sehr gut möglich und absolut erwünscht, dass das Kind hier aus der Stille herauskommen darf. Fragen, das Schildern eigener Eindrücke und auch ein bisschen Albernheit, Lachen und Späße sind keine Tabus, sondern sogar ausdrücklich erwünscht. Die Bedürfnisse des Kindes stehen hier im Vordergrund. Wir wollen es schließlich nicht in Trance versetzen oder einschläfern, sondern es entspannen. Und Entspannung funktioniert am besten, wenn man dabei ganz locker ist. Die Pausen-Interaktion zwischen „Reiseleiter“ und Kind kann sogar zum großen Highlight der Traumreise werden!

In den Geschichten wird die Du-Form verwendet, wenn es um Ihr Kind geht. Zusätzlich sind einige Passagen mit dem Hinweis \_\_\_\_\_ versehen, in denen sie den Namen Ihres Kindes einsetzen und es direkt ansprechen können. Der persönliche Bezug in der Geschichte ist immens wichtig für das Gelingen der Traumreise.

Wenn der Text für mehrere Kinder vorgelesen wird, verzichten Sie auf diese Passagen, beziehungsweise passen Sie sie zuvor an Ihr Publikum an, sonst kommt es zu Verwirrung! Bei wenigen Kindern könnten sie zum Beispiel die Namen abwechselnd einsetzen und jedes Kind in die Geschichte mit einbeziehen. Bei größeren Gruppen, wie zum Beispiel im Kindergarten, klappt das natürlich nicht, bitte überlegen Sie sich dann selbst eine Alternative.

Die meisten der in der Geschichte auftretenden Tiere werden im Text selbst mit einem kindgerechten Trivialnamen (in Klammern), aber auch mit dem offiziellen latinisierten Gattungsnamen benannt. Der offizielle Gattungsname ist *fett-kursiv* gedruckt, damit Sie nicht darüber hinweglesen. Überlassen Sie es Ihrem Kind, welche Version es schöner findet, und verwenden Sie diese dann konsequent in den Traumreise-Geschichten. Und keine Angst: selbst wirklich kompliziert erscheinende Namen bereiten vielen Kindern oft gar keine so großen Schwierigkeiten – den Eltern manchmal dafür umso mehr. ☺

Zu Beginn jedes Kapitels wird die Traumreise eingeleitet, indem das Kind aufgefordert wird, seine Augen zu schließen und auf den eigenen Atem zu achten. Hier beginnt die Zeitreise, und für Ihr Kind ist dies auch das Signal, dass es an dieser Stelle richtig losgeht. Geben Sie Ihrem Kind die nötige Zeit, in der Geschichte anzukommen. Nach den Pausen, in denen Sie Ihrem Kind auch die Bilder zeigen sollten, können Sie selbst einen ähnlichen Einstieg vornehmen und mit der Atem-Beachtung neu in den Text finden. Ihr Kind wird dadurch lernen, wie gut ihm ein entspanntes Durchatmen tut, besonders nach einer aktiven Phase.

Am Ende der Geschichte angekommen, sagen Sie bitte nicht einfach „Gute Nacht!“ und machen das Licht aus. Lassen Sie Ihrem Kind die nötige Zeit, aus der Geschichte herauszufinden. Sprechen Sie gern mit dem Kind über das gerade Erlebte und nehmen Sie sich einige Minuten Zeit dafür. Ihr Kind wird sicher das Bedürfnis haben, Ihnen noch etwas zu erzählen. In einer großen Gruppe können Sie für die Nachbesprechung sogar noch einmal die gleiche Zeit (ca. 10 Minuten) anberaumen, wie die Traumreise selbst gedauert hat. Geben Sie zum Beispiel einen Stab, einen Stein, oder auch sehr gerne ein echtes Fossil oder einen Spielzeug-Dino herum. Nur das Kind, das diesen

Gegenstand hat, darf sprechen. Beim Weitergeben bekommt so jedes Kind die Gelegenheit, seine Eindrücke kundzutun.

Das Themenfeld „Dinosaurier und Urzeit“ ist auch über viele andere Medien verfügbar, und Sie sollten sorgfältig auswählen, welche davon Sie Ihrem Kind zugänglich machen. Besonders interessant sind sicherlich Filmdokumentationen, aber auch Ausflüge in Museen, oder das Sammeln eigener Fossilien in Steinbrüchen, Erddeponien und Kiesgruben, können eine hervorragende Ergänzung sein. Eine echte Reise darf sehr gerne die Konsequenz aus jeder Traumreise sein! Halten Sie Ihr Kind gerne auch an, die erlebten Eindrücke und seine Fantasien aufzumalen oder nachzuspielen. Kinder drücken sich sehr gerne kreativ aus, fördern Sie das! Und auch wir freuen uns sehr, wenn Sie uns diese schönen Kunstwerke zukommen lassen: Kontaktieren Sie uns dazu gerne auf Facebook, Instagram oder unserer Website:

[www.facebook.com/dieweissensteine](http://www.facebook.com/dieweissensteine)

[www.instagram.com/mpkretschmer](http://www.instagram.com/mpkretschmer)

[www.dieweissensteine.de](http://www.dieweissensteine.de)

Schauen Sie mit Ihrem Kind unbedingt auch am Ende dieses Buchs in unsere Sachkapitel über die spannende Welt der Dinosaurier.