

# Pandemie, Klimakrise, Krieg – was macht das (kindliche) Gehirn mit so viel Stress und was braucht es in unsicheren Zeiten?

Dr. rer. nat. Nicole Strüber  
27.04.2022



Netzwerktreffen „Frühe Hilfen in Lippstadt“

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

1

## HINWEISE ZUM MANUSKRIFT:

- Ich musste einige Abbildungen aus urheberrechtlichen Gründen entfernen.
- Das Manuskript darf dennoch nicht weitergegeben, veröffentlicht oder ins Netz gestellt werden. Danke!
- Ich blende in meinem Vortrag einige Informationen und Objekte ein und wieder aus – im Manuskript liegen deshalb einige Elemente übereinander.

2 04.05.2022

 **AKADEMIE**  
OTTENSTEIN

2

## Wie gehen wir an die Frage heran?

- Welche Auswirkungen wird die Pandemie auf unsere Kinder haben?
- Was müssen wir jetzt tun, um unsere Kinder vor den Folgen der Pandemie zu schützen?

3

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

3

## Wie gehen wir an die Frage heran?

### Wie gehen wir an die Frage heran?

Auf Studien warten?

Auf Langzeitfolgen warten?

Auf Mittelwerte verlassen?

... wir wissen, was Kinder brauchen!



4

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

4

Wie gehen wir an die Frage heran?

Was brauchen Kinder?

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

5

## GLIEDERUNG

- Das Gehirn verstehen
- Was brauchen Babys und Kleinkinder?
- Was brauchen Kita- und Grundschul Kinder?
- Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?
- Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit



6

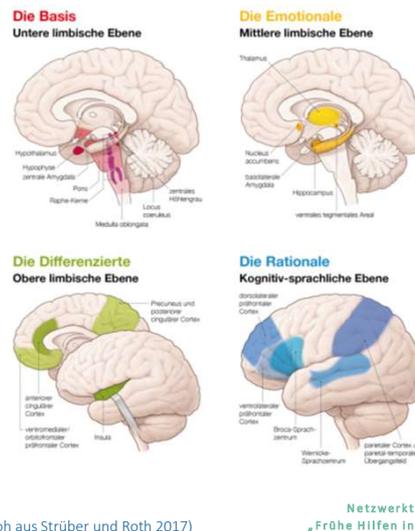
04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

6

## Das Gehirn verstehen

Unser fühlendes  
und denkendes Gehirn!



7

04.05.2022

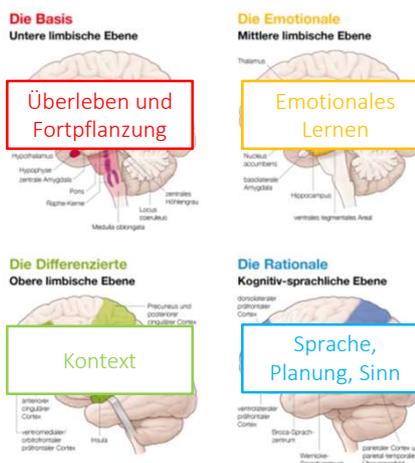
(Abb.: Youson Koh aus Strüber und Roth 2017)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen In Lippstadt“.

7

## Das Gehirn verstehen

Unser fühlendes  
und denkendes Gehirn!



AMYGDALA:  
Erkennen von  
Bedrohungen

8

04.05.2022

(Abb.: Youson Koh aus Strüber und Roth 2017;  
LSDb, Wikimedia Commons)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen In Lippstadt“.

8

## Das Gehirn verstehen

**Die Differenzierte Obere limbische Ebene**

Überleben und Fortpflanzung

Kontext

anteriorer cingulärer Cortex  
ventromedialer/ orbitofrontaler präfrontaler Cortex  
Insula

9 04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

9

## Das Gehirn verstehen

Was passiert dann?

Ist in der Umwelt oder im eigenen Körper etwas wichtig, dann werden neuromodulatorische Stoffe ausgeschüttet. Sie bewirken, dass wir uns schnell an die Situation anpassen.

10 04.05.2022 (Abb.: Youson Koh aus Strüber und Roth 2017)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

10

### Das Gehirn verstehen

Stoffe-  
modulatorische  
Stoffe

↓

Aktivität der  
Nervenzellen

↓ ↓ ↓

↓

Verhalten

**Die Basis**  
Untere limbische Ebene

Hypothalamus  
Hypophysis  
zentrale Amygdala  
Putamen  
Nucleus accumbens  
Striatum  
Hypothalamus  
Hypophysis  
zentrale Amygdala  
Putamen  
Nucleus accumbens  
Striatum

**Die Emotionale**  
Mittlere limbische Ebene

Thalamus  
Nucleus accumbens  
basale Ganglien  
Amygdala  
Hippocampus  
vermis  
vermis graue  
vermis nigrostriatae  
vermis nigrostriatae  
vermis nigrostriatae

11 04.05.2022 (Abb. Fuchs: K. Thoß) Netzwerktreffen „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

11

### Das Gehirn verstehen

NCC(O)Cc1ccc(O)c(O)c1  

↓ ↓ ↓

**Norepinephlin**

Gly Leu Pro Cys Tyr Ile Gln Asn

**Die Basis**  
Untere limbische Ebene

**Die Emotionale**  
Mittlere limbische Ebene

12 04.05.2022 Netzwerktreffen „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

12

### Das Gehirn verstehen

Stresssituation



13 04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

13

### Das Gehirn verstehen

Noradrenalin/  
Cortisol



- + Wachsamkeit, Angst
- + Leistungsbereitschaft
- + Konzentration
- + Energieversorgung

14 04.05.2022 (LSDB: „Amygdala.gif“, Wikimedia Commons)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

14

## Das Gehirn verstehen



15

04.05.2022

(z. B. Joels and Baram 2009; Hermans et al. 2011; Abb.:  
Fotolia\_43934147\_Monkey Business)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

15

## Das Gehirn verstehen



Noradrenalin/  
Cortisol



- + Wachsamkeit, Angst
- + Leistungsbereitschaft
- + Konzentration
- + Energieversorgung

16

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

16

### Das Gehirn verstehen

'habitual' 'cognitive'

Gewohnheit Lernen

Noradrenalin/  
Cortisol

+ Gewohnheit  
- Flexibilität / Lernen

17 04.05.2022 (Seehagen et al. 2015; Vogel und Schwabe 2016) Netzwerktreffen „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

17

### Das Gehirn verstehen

E I

A B S

18 04.05.2022 (Seehagen et al. 2015; s.,a. Vogel und Schwabe 2016) Netzwerktreffen „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

18

## Das Gehirn verstehen

### Learning under stress impairs memory formation

Lars Schwabe\*, Oliver T. Wolf

Department of Cognitive Psychology, Ruhr-University Bochum, Universitaetsstrasse 150, 44780 Bochum, Germany

#### ARTICLE INFO

*Article history:*  
Received 3 August 2009  
Revised 10 September 2009  
Accepted 22 September 2009  
Available online 29 September 2009

*Keywords:*  
Stress  
Cortisol  
Learning  
Memory  
Encoding

#### ABSTRACT

Converging lines of evidence indicate that stress either before or after learning influences memory. Surprisingly little is known about how memory is affected when people learn while they are stressed. Here, we examined the impact of learning under stress in 48 healthy young men and women. Participants were exposed to stress (socially evaluated cold pressor test) or a control condition while they learned emotional words and neutral words that were either conceptually associated with or unrelated to the stressor. Memory was assessed in free recall and recognition tests 24 h after learning. Learning under stress reduced both free recall and recognition performance, irrespective of the emotionality and the stress context relatedness of the words. While the effect of stress was comparable in men and women, women outperformed men in the free recall test. These findings show a memory impairing effect of learning under stress in humans and challenge some assumptions of current theories about the impact of stress around the time of learning on memory formation.

© 2009 Elsevier Inc. All rights reserved.

Das Lernen unter Stress kann die Bildung von neuen Erinnerungen beeinträchtigen (Schwabe und Wolf 2010).

19

04.05.2022

(Schwabe und Wolf 2010; s. a. Zerbe et al. 2020)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

19

## Das Gehirn verstehen

### Wichtig:



- Stresshormone fördern gewohnheitsmäßiges Verhalten und beeinträchtigen die Bildung neuer Erinnerungen.
- Kinder sollten sich in einem entspannten Zustand befinden, wenn sie ihre Umwelt erkunden und hierbei über sich und ihre Umwelt lernen.

20

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

20

## Das Gehirn verstehen

Bindungssituation

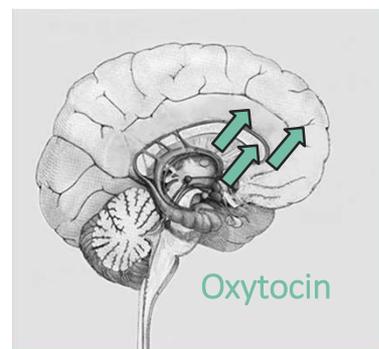


21 04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

21

## Das Gehirn verstehen



22 04.05.2022

(Scheele et al. 2017; für Übersichten s. Kumsta und Heinrichs 2013; Uvnäs-Moberg et al. 2015; Feldman und Bakermans-Kranenburg 2017)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

22

## Das Gehirn verstehen

Annahmen über die Wirkung von Oxytocin:

- Oxytocin hemmt die Stressreaktion

23

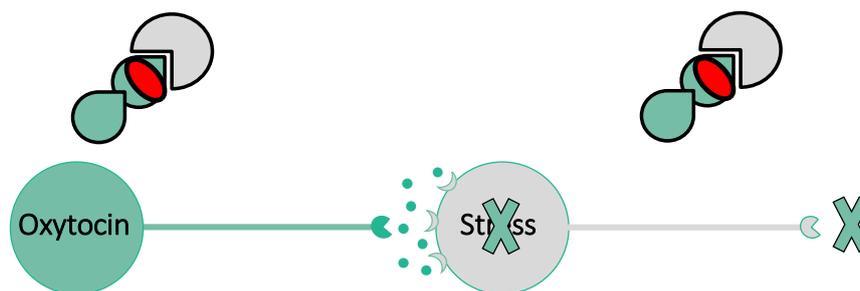
04.05.2022

(Neumann et al. 2000; für eine Übersicht s. z. B. Ma et al. 2016)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

23

## Das Gehirn verstehen



24

04.05.2022

(Seltzer et al. 2010; Dabrowska et al. 2011; Smith und Wang 2014;  
Burkett et al. 2016)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

24

## Das Gehirn verstehen

Annahmen über die Wirkung von Oxytocin:

- Oxytocin hemmt die Stressreaktion
- Oxytocin fördert die soziale Motivation

25

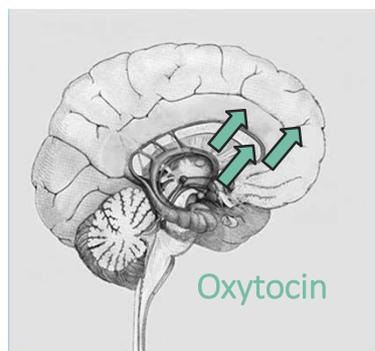
04.05.2022

(für eine Übersicht s. z. B. Ma et al. 2016)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

25

## Das Gehirn verstehen



26

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

26

## Das Gehirn verstehen

Annahmen über die Wirkung von Oxytocin:

- Oxytocin hemmt die Stressreaktion
- Oxytocin fördert die soziale Motivation
- Oxytocin verbessert die Wahrnehmung sozialer Reize
- Oxytocin fördert flexibles Denken, Lernen und Veränderung

27

04.05.2022

(für Übersichten s. z. B. Ma et al. 2016; Quintana und Guastella 2020)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

27

## Das Gehirn verstehen

Das im Miteinander mit anderen ausgeschüttete Oxytocin fördert flexibles Denken, das Lernen im sozialen Kontext und Veränderung.

28

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

28

## Das Gehirn verstehen

29

04.05.2022

(De Dreu et al. 2015)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

29

## Das Gehirn verstehen

Annahmen über die Wirkung von Oxytocin:

- Oxytocin hemmt die Stressreaktion
- Oxytocin fördert die soziale Motivation
- Oxytocin verbessert die Wahrnehmung sozialer Reize
- Oxytocin fördert flexibles Denken, Lernen und Veränderung
- Oxytocin fördert Vertrauen



30

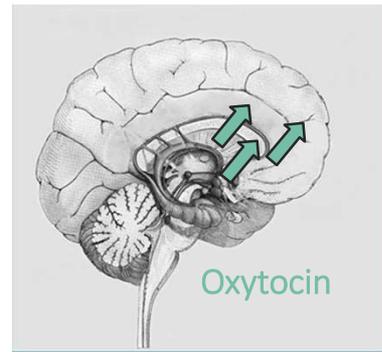
04.05.2022

(für Übersichten s. z. B. Ma et al. 2016; Quintana und Guastella 2020)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

30

## Das Gehirn verstehen



Ruhe, Flexibilität, Vertrauen

31

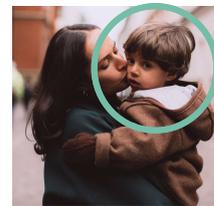
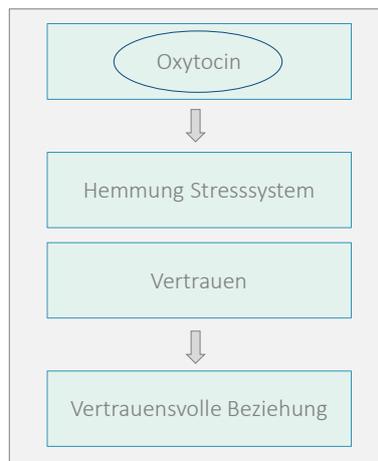
04.05.2022

(Scheele et al. 2017; für Übersichten s. Kumsta und Heinrichs 2013; Uvnäs-Moberg et al. 2015; Feldman und Bakermans-Kranenburg 2017)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

31

## Das Gehirn verstehen



32

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

32

## Das Gehirn verstehen

### Wichtig:



- Nähe, Berührungen und liebevolles Miteinander sind nicht nur sinnvoll, weil sich all dies gut anfühlt.
- Im Miteinander wird Oxytocin ausgeschüttet, dies entspannt, fördert die mentale Flexibilität und das Vertrauen in Bindungspersonen.

33

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

33

## GLIEDERUNG

- Das Gehirn verstehen
- Was brauchen Babys und Kleinkinder?
- Was brauchen Kita- und Grundschul Kinder?
- Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?
- Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit



34

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

34

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

### Was brauchen Kinder?

- Was brauchen Babys und Kleinkinder?



04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

35

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

### Was brauchen Kinder?

- \* Bindung



- \* Exploration



04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

36

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

### Was brauchen Kinder?

- \* Bindung
- \* Exploration

Kinder brauchen die Gelegenheit, ihre Umwelt zu erkunden, von ihrer Umwelt zu lernen, sie brauchen die Exploration.

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

37

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

### Was brauchen Kinder?

- \* Bindung
- \* Exploration



04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

38

Was brauchen Babys und Kleinkinder?

Erfahrungen



39

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

39

Was brauchen Babys und Kleinkinder?

Erfahrungen



40

04.05.2022

(Abb. MSOffice)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

40

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

- Kinder müssen explorieren!
- Sie müssen ihre emotionale, soziale, physische und physikalische Welt erkunden, damit sich im Gehirn die Verschaltungen entwickeln, die diese Zusammenhänge abbilden!



41

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

41

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

### Was brauchen Kinder?

- \* Bindung
- \* Exploration

Sie brauchen sichere Beziehungen zu Menschen, die sich für sie verantwortlich fühlen, sie brauchen die Sicherheit, den Schutz, sie brauchen die Bindung zu ihnen.

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

42

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

### Was brauchen Kinder?

Sichere Basis

- \* Bindung
- \* Exploration

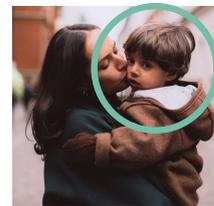
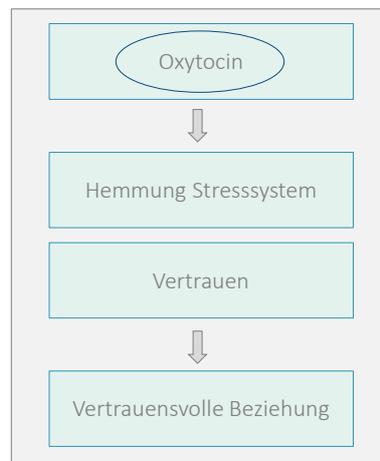


04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

43

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?



44

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

44

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

- In einer sicheren Bindung ist die Bindungsperson für das Kind ein sicherer Hafen, in dem es Schutz und Geborgenheit erfährt, wenn es belastet ist.
- Gleichzeitig ist sie eine sichere Basis, von der aus es ohne Ängste oder Stress seine Umwelt erkunden kann.

Sichere Basis



Das Miteinander in der sicheren Bindungsbeziehung fördert einen Zustand der Ruhe und der Entspannung, in dem das Kind gut explorieren und lernen kann.

Sicherer Hafen



45

04.05.2022

(Ainsworth und Wittig (1969/2003); Grossmann und Grossmann 2008; Suess 2011)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

45

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?



**Frühe Kindheit:**  
Sichere Bindung



**Spätere Kindheit und Jugendalter:**  
Fähigkeit zur Emotionsregulation, positiver Affekt, hohes Selbstbewusstsein, kompetente soziale Interaktionen, Hohe Lernfähigkeit



**Adoleszenz:**  
Hohe emotionale, soziale, motorische und kognitive Kompetenz

46

04.05.2022

(Izard et al. 2001; McClelland et al. 2008; Checa et al. 2008; Denham et al. 2013; Heckman et al. 2014; Jones et al. 2015)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

46

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

### Wichtig:



- Wenn Eltern ihr Kind trösten, wenn es belastet ist und ihm Rückhalt geben, wenn es seine Umwelt erkundet, dann wird über eine Oxytocinausschüttung das kindliche Stresssystem gehemmt.
- Das Kind kann sich in Belastungssituationen schnell beruhigen, und entspannt sich selbst und seine Umwelt erkunden.

47

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

47

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

Ein Blick auf die Eltern!



Oxytocin



Fürsorgliches elterliches  
Verhalten

48

04.05.2022

(Papousek 2014; Cierpka 2014)  
Abb.: Ucar/pixelio.de

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

48

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

Annahmen über die Wirkung von Oxytocin:

- Oxytocin hemmt die Stressreaktion
- Oxytocin fördert die soziale Motivation
- Oxytocin verbessert die Wahrnehmung sozialer Reize
- Oxytocin fördert flexibles Denken, Lernen und Veränderung
- Oxytocin fördert Vertrauen

49

04.05.2022

(für Übersichten s. z. B. Ma et al. 2016; Quintana und Guastella 2020)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

49

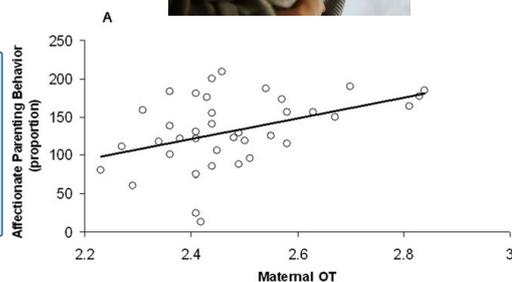
## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

### Oxytocin and the Development of Parenting in Humans

Ilanit Gordon, Orna Zagoory-Sharon, James F. Leckman, and Ruth Feldman



Je höher die Oxytocinfreisetzung von Müttern im ersten Lebensjahr ihres Kindes, desto mehr neigen sie dazu, mit ihren Kindern in Ammensprache zu sprechen, positiven Affekt zu zeigen und ihre Kinder zärtlich zu berühren (Gordon et al. 2010)



50

04.05.2022

(Gordon et al. 2010)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

50

### Was brauchen Babys und Kleinkinder?

Infolge der intuitiven Eltern-Kind-Interaktion werden die Nervenzellen, die für emotionale und soziale Fähigkeiten der Kinder verantwortlich sind, stabil miteinander verdrahtet



51 04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

51

### Was brauchen Babys und Kleinkinder?

Erfahrungen



z. B. Beim Sprechen über Gefühle, über die eigenen, über diejenigen anderer

52 04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

52

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

Erfahrungen



53

04.05.2022

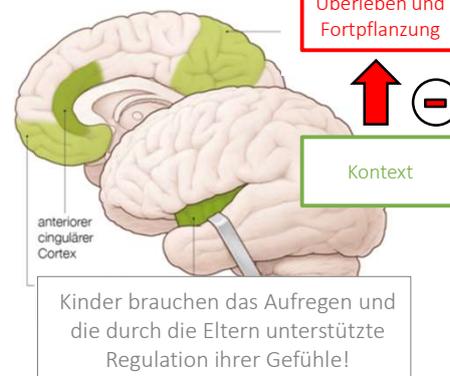
(Abb. MSOffice)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

53

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

### Die Differenzierte Obere limbische Ebene



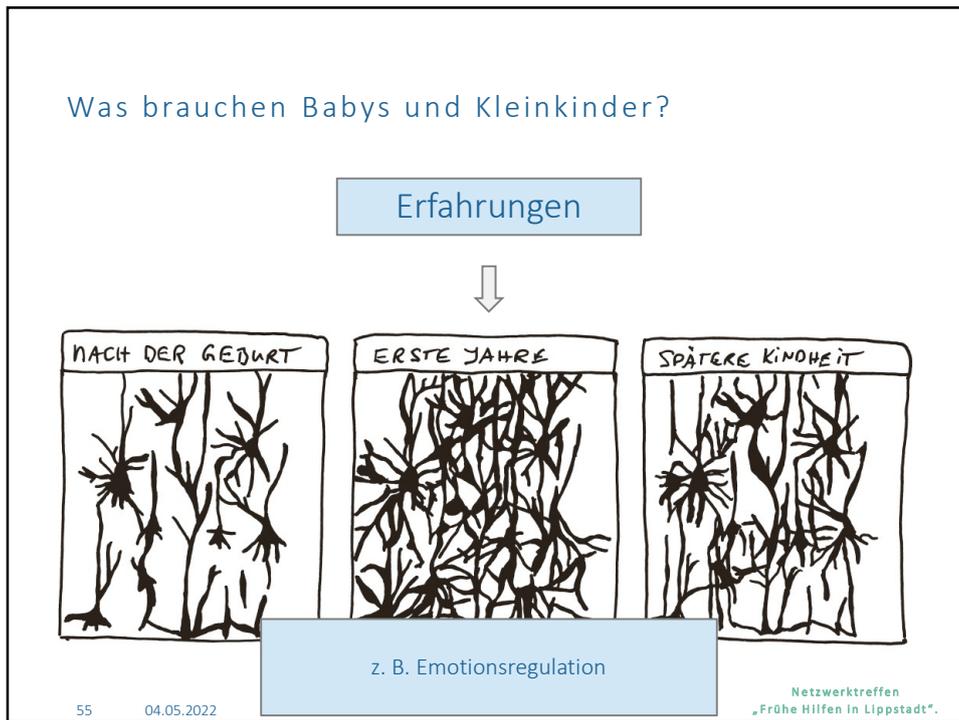
Dann, wenn Kinder belastet sind und sich aufregen, und wenn die Eltern die kindlichen Gefühle aufgreifen, und dem Kind immer wieder bei der Regulation helfen, wird diese Verbindung zur Regulation von Emotionen immer wieder aktiviert. Sie wird stabilisiert und bildet die Grundlage dafür, dass Kinder selbst gute Fähigkeiten in der Emotionsregulation erwerben.

54

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

54



55



56

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

### Wichtig:



- Wenn Eltern intuitiv und zugewandt auf ihr Kind eingehen, wenn sie spiegeln, über Gefühle reden, trösten und dem Kind bei der Regulation helfen, dann werden im kindlichen Gehirn die Netzwerke stabilisiert, die für die Erkennung und Regulation von Gefühlen und das Hineinversetzen in andere verantwortlich sind.

57

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

57

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

In der Beziehung entstehen Muster positiver Gegenseitigkeit:

- Die Eltern antworten prompt und angemessen auf die kindlichen Signale und das Kind erlebt, dass es mit seinen Signalen etwas bewirken kann
- Die Reaktionen des Kindes (Blickzuwendung, Lächeln) wirken wiederum belohnend und stärken das Vertrauen der Eltern in ihre intuitiven Kompetenzen
  - Engelskreise positiver Gegenseitigkeit

58

04.05.2022

(Papousek 2014; Cierpka 2014)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

58

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

Voraussetzungen für Engelskreise positiver Gegenseitigkeit:

- Anwesenheit bzw. Verfügbarkeit
- Wenig Stress

59

04.05.2022

(Papousek 2014; Cierpka 2014)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

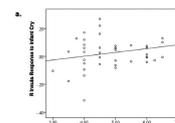
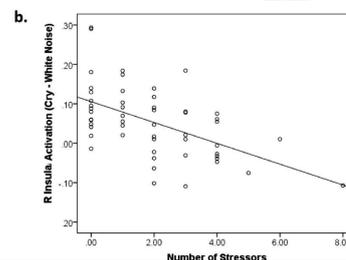
59

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

Stress der Eltern → geringe Feinfühligkeit

**Table 2**  
Stress exposure variables.

Socioeconomic stress
Income-to-needs ratio
Financial stress
Food insecurity
Environmental stress
Substandard housing quality
Noise (Leq, dBA)
Crowding (ratio of occupants to number of rooms)
Psychosocial stress
Marital dissatisfaction (lower score reflects dissatisfaction)
Violence in the community
Troubles with authority
<b>Total score of stress exposure</b>



Sind Mütter Stress ausgesetzt (z. B. sozioökonomischer oder psychosozialer Stress), dann ist dies mit einer verminderten Antwort bestimmter Hirnbereiche auf kindliche Schreigeräusche assoziiert. Diese Hirnbereiche, zu denen z. B. die rechte Insula gehört, sind wichtig für die Verarbeitung emotionaler und sozialer Informationen. Eine reduzierte Aktivierung dieser Bereiche steht wiederum mit einer geringeren mütterlichen Feinfühligkeit in der Mutter-Kind-Interaktion in Verbindung (Kim et al. 2020)

60

04.05.2022

(Kim et al. 2020)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

60

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

Voraussetzungen für Engelskreise positiver Gegenseitigkeit:

- Anwesenheit bzw. Verfügbarkeit
- Wenig Stress
- Vertrauen in die eigenen Kompetenzen
- Ressourcen

61

04.05.2022

(Papousek 2014; Cierpka 2014)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

61

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

Wichtig:



- Eltern sollten sich bemühen, nicht allzu gestresst zu sein (auch wenn das schwierig ist!!). Stress bringt das Gehirn in den Stressmodus, und erschwert den Eltern, sich in das Kind hineinzufühlen.
- Gelingt es ihnen, können im Miteinander mit dem Kind Engelskreise einer positiven Gegenseitigkeit entstehen.

62

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

62

## Was brauchen Babys und Kleinkinder?

### BABYS und KLEINKINDER benötigen:

- Eltern, die ihnen Ruhe und Sicherheit vermitteln, damit sie entspannt von der Umwelt lernen können.
- Entspannte Eltern, denen es gelingt, sich in die Kinder einzufühlen, deren Gefühle zu spiegeln, sie aufzufangen und in der Gefühlsregulation zu unterstützen



63

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

63

## GLIEDERUNG

- Das Gehirn verstehen
- Was brauchen Babys und Kleinkinder?
- Was brauchen Kita- und Grundschul Kinder?
- Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?
- Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit



64

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

64

## Was brauchen Kita- und Grundschul Kinder?

### Was brauchen Kinder?

- Was brauchen Kita- und Grundschul Kinder?



04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

65

## Was brauchen Kita- und Grundschul Kinder?

### **BABYS und KLEINKINDER benötigen:**

- Eltern, die ihnen Ruhe und Sicherheit vermitteln, damit sie entspannt von der Umwelt lernen können.
- Entspannte Eltern, denen es gelingt, sich in die Kinder einzufühlen, deren Gefühle zu spiegeln, sie aufzufangen und in der Gefühlsregulation zu unterstützen



66 04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

66

## Was brauchen Kita- und Grundschul Kinder?

### Selbstbestimmtes Spiel

Kinder explorieren im Spiel, spielerisch erforschen sie die physikalische Welt, die emotionale Welt, die soziale Welt – und das Gehirn kann sich an seine jeweilige Umwelt anpassen - im Gehirn entwickeln sich die Verschaltungen, die diese Zusammenhänge abbilden.

67

04.05.2022

(für eine Übersicht s. Wang und Aamodt 2012)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

67

## Was brauchen Kita- und Grundschul Kinder?

### KINDER LERNEN...

- ... ihre eigenen Gefühle kennen und zu benennen
- ... die soziale Welt kennen, sich in andere hineinzusetzen, ihre Perspektive zu übernehmen, mit ihnen zu kooperieren, Kompromisse zu schließen
- ... ihren Körper kennen, ihn zu kontrollieren, Risiken einzuschätzen
- ... die physikalische Welt kennen, Naturgesetze erkennen, Muster, Kategorien der Dinge
- ... ihre Gefühle zu regulieren

68

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

68

## Was brauchen Kita- und Grundschul Kinder?

### Emotionsregulationstheorie des Spiels:

- Kinder üben im Spiel, Angst, Wut, Frustrationen auszuhalten.
- Sie üben dies immer wieder, und zwar in einem Kontext, der ihnen eigentlich Spaß bereitet, z. B. im Rollenspiel.
- Vermutlich ist hier insbesondere auch das risikoreiche Spiel förderlich

69

04.05.2022

(Sandseter et al. 2011; Gray 2011; Wang und Aamodt 2012)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

69

## Was brauchen Kita- und Grundschul Kinder?

### Emotionsregulationstheorie des Spiels:

70

04.05.2022

(Sandseter et al. 2011; Gray 2011; Wang und Aamodt 2012)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

70

## Was brauchen Kita- und Grundschul Kinder?

### Emotionsregulationstheorie des Spiels:

- Kinder üben im Spiel, Angst, Wut, Frustrationen auszuhalten.
- Sie üben dies immer wieder, und zwar in einem Kontext, der ihnen eigentlich Spaß bereitet, z. B. im Rollenspiel.
- Vermutlich ist hier insbesondere auch das risikoreiche Spiel förderlich
  - Im risikoreichen Spiel lernen junge Säugetiere, ihre Angst auszuhalten und zu überwinden und ihre Wut zu kontrollieren, so dass sie Gefahren in der realen Welt begegnen können ohne sich in negativen Gefühlen zu verlieren.

71

04.05.2022

(Sandseter et al. 2011; Gray 2011; Wang und Aamodt 2012,  
La Freniere et al. 2011)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

71

## Was brauchen Kita- und Grundschul Kinder?

### Wichtig:

- Eltern sollten sicherstellen, dass ein Kind ausreichend Gelegenheit hat, selbstbestimmt und moderat risikoreich mit Gleichaltrigen zu spielen.



72

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

72

## Was brauchen Kita- und Grundschul Kinder?

### Kita- und Grundschul Kinder benötigen:

- All das, was Babys und Kleinkinder benötigen
- Darüber hinaus das freie und selbstbestimmte Spiel mit Gleichaltrigen.
- Gelegenheiten zum (moderat) risikoreichen Spiel, damit sie die Emotionsregulation üben können.
- Eine Förderung der Entwicklung von Soft Skills anstelle einer einseitigen Fokussierung auf Bildungsinhalte.



73

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

73

## GLIEDERUNG

- Das Gehirn verstehen
- Was brauchen Babys und Kleinkinder?
- Was brauchen Kita- und Grundschul Kinder?
- Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?
- Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit



74

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

74

## Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?

### Was brauchen Kinder?

- Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?



04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

75

## Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?

### Kita- und Grundschul Kinder benötigen:

- All das, was Babys und Kleinkinder benötigen
- Darüber hinaus das freie und selbstbestimmte Spiel mit Gleichaltrigen.
- Gelegenheiten zum (moderat) risikoreichen Spiel, damit sie die Emotionsregulation üben können.
- Eine Förderung der Entwicklung von Soft Skills anstelle einer einseitigen Fokussierung auf Bildungsinhalte.



76

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

76

## Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?



77

04.05.2022

(Abb.: Database Center for Life Science(DBCLS))

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

77

## Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?

Einige Hirnbereiche, etwa Teile des präfrontalen und orbitofrontalen Cortex, reifen erst spät. Hier ist die „Aufräumaktion“ erst in der späten Jugend, teilweise erst im jungen Erwachsenenalter abgeschlossen.



78

04.05.2022

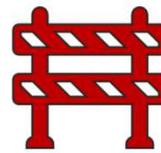
Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

78

## Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?



Under  
construction



79

04.05.2022

(Abb.: Database Center for Life Science(DBCLS))

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

79

## Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?

Die Entwicklung der Bereiche der Hirnrinde, die für Emotionsregulation, Handlungsplanung und Risikoabwägung zuständig sind, ist während der Jugend noch lange nicht abgeschlossen.



➤ Alle Aktivitäten von Kindern und Jugendlichen haben einen großen Einfluss auf die Verschaltungen des Gehirns.

➤ Einige Fähigkeiten sind bei Kindern und Jugendlichen aufgrund der verzögerten Stirnhirnreifung noch nicht voll entwickelt.

80

04.05.2022

(Walhovd et al. 2017)

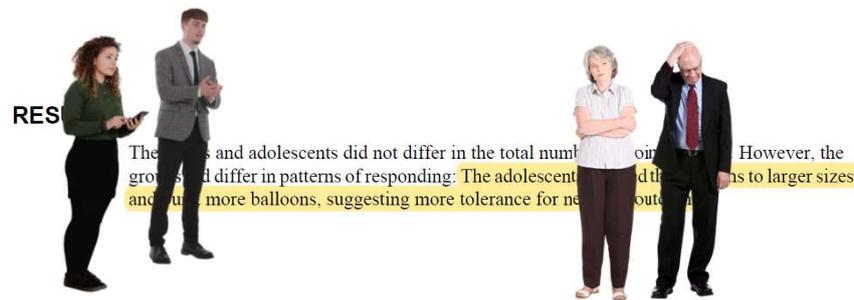
Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

80

## Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?

### Mechanisms underlying heightened risk taking in adolescents as compared with adults

Suzanne H. Mitchell, Christiane Schoel, and Alexander A. Stevens  
Oregon Health & Science University, Portland, Oregon



RES

The adolescents and adults did not differ in the total number of balloons popped. However, the adolescents and adults did differ in patterns of responding: The adolescents popped more balloons, suggesting more tolerance for risk. However, the adolescents did not pop more balloons than the adults. However, the adolescents did pop more balloons than the adults.

81

04.05.2022

(Mitchell et al. 2008; s. a. Braams et al. 2015)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

81

## Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?

- Das Gehirn scheint Jugendliche weniger zu motivieren, auf mögliche negative Folgen von Handlungen zu achten.
- Das Gehirn scheint Jugendliche hingegen verstärkt zu motivieren, auf die Erwartung von Belohnungen zu reagieren.
- Das „Ich will“ ist schon früh reif, das „Ich muss“ oder „Ich sollte nicht“ braucht länger und ist erst im Erwachsenenalter einigermaßen ausgereift.
- Jüngere Menschen sind häufig risikobereiter als ältere Menschen.



82

04.05.2022

(Mitchell et al. 2008; s. a. Braams et al. 2015; Sturman et al. 2012)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

82

## Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?

### Wichtig:



→ Eltern sollten Verständnis für bisweilen irrationales und risikoreiches Verhalten ihrer fast schon erwachsen wirkenden (Schuhgröße, digitale Fähigkeiten, Geschichtswissen, Trinkfestigkeit) älteren Kinder und Jugendlichen haben und sie behutsam über Risiken aufklären (aber nicht immer Einsicht erwarten ;-)).

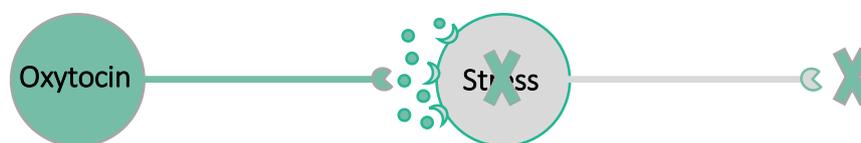
83

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

83

## Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?



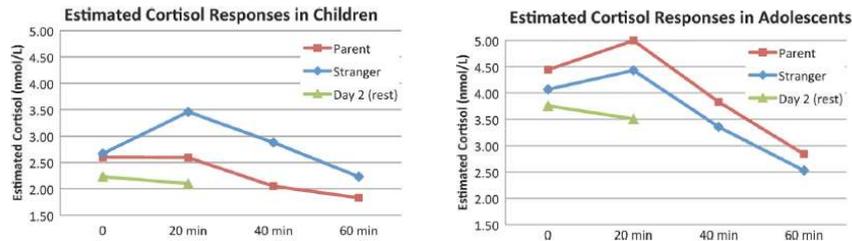
84

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

84

## Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?



**Figure 1** Estimated cortisol samples based on HLM results by age group and condition (Stranger Support or Parent Support). The TSST lasted 10 minutes and ended at the 0 minute mark on this graph. Analyses were conducted with log-transformed cortisol and estimated values were exponentiated to present nmol/L concentrations. Day 2 samples were estimated in a separate linear model controlling for the same covariates.

85

04.05.2022

(Hostinar et al. 2015)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

85

## Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?

Jugendliche lösen sich von ihren Eltern ab.

- Sie finden Halt eher in Beziehungen zu Gleichaltrigen.
- Sie bilden eigene Hypothesen über die Welt, eigene Überzeugungen, und lassen sich nicht mehr so leicht von den Eltern beeinflussen.
- Sie überprüfen diese Überzeugungen im Miteinander mit den Gleichaltrigen.



86

04.05.2022

(Mitchell et al. 2008; s. a. Braams et al. 2015; Sturman et al. 2012)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

86

## Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?

### Wichtig:



- Eltern sollten Verständnis haben, wenn Jugendliche sich zurückziehen, ihre eigenen Überzeugungen ausbilden, und dennoch die enge Beziehung aufrechterhalten.
- Sie sollten deren Miteinander mit Gleichaltrigen unterstützen, damit die Jugendlichen dort Halt finden und ihre Persönlichkeit festigen können.

87

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

87

## Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?

### ÄLTERE KINDER UND JUGENDLICHE benötigen:

- Sie brauchen Eltern, die Verständnis zeigen, auch für schlecht nachvollziehbares Verhalten, und die dranbleiben, auch dann, wenn die älteren Kinder und Jugendlichen sich zurückziehen.
- Sie benötigen Gleichaltrige, um in diesen Beziehungen Halt zu finden.
- Sie benötigen Gleichaltrige, um ihre Überzeugungen auf Haltbarkeit zu überprüfen.



88

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

88

## GLIEDERUNG

- Das Gehirn verstehen
- Was brauchen Babys und Kleinkinder?
- Was brauchen Kita- und Grundschul Kinder? 
- Was brauchen ältere Kinder und Jugendliche?
- Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

89

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

89

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

### LEBENSWELT PANDEMIE

Wie haben Kinder die Pandemie erlebt?

Konnten sie die Erfahrungen, die sie brauchen, während der Pandemie machen?

Und was müssen wir nun tun, wenn wir feststellen, dass dem nicht so ist?



90

04.05.2022

(Mitchell et al. 2008; s. a. Braams et al. 2015; Sturman et al. 2012)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

90

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

### Was brauchen Kinder?

- \* Bindung
- \* Exploration



04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

91

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

### Wie haben Kinder die Pandemie erlebt?

- \* Gestresste Eltern
- \* Sofa



04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

92

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Potentiell problematische Merkmale der Pandemie-Situation:

- Die Kinder hatten gestresste Eltern

Eltern waren gestresst, weil

- sie sich sorgten, zu erkranken
- sie existenzielle Sorgen hatten
- sie mit dem Kind auf dem Schoß im Homeoffice arbeiten mussten
- auch das Homeschooling mit in den Tag wollte

93

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

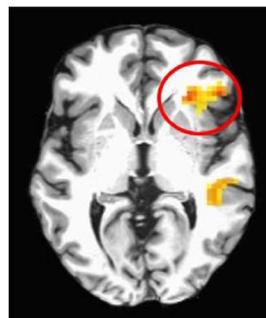
93

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Stress der Eltern → geringe Feinfühligkeit

**Table 2**  
Stress exposure variables.

Socioeconomic stress
Income-to-needs ratio
Financial stress
Food insecurity
Environmental stress
Substandard housing quality
Noise (Leq, dBA)
Crowding (ratio of occupants to number of room)
Psychosocial stress
Marital dissatisfaction (lower score reflects dissat)
Violence in the community
Troubles with authority
<b>Total score of stress exposure</b>



94

04.05.2022

(Kim et al. 2020)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

94

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Original Article

### The Perfect Storm: Hidden Risk of Child Maltreatment During the Covid-19 Pandemic

Christina M. Rodriguez<sup>1</sup>, Shawna and Doris F. Pu<sup>1</sup>

#### Stress, Loneliness and Pandemic Perceived Parenting Changes

Logistic regression results appear in Table 1. Overall, financial concerns, loneliness, and worries were related to increased odds of parents reporting perceived changes in parenting. For example, financial concerns doubled the odds of verbal aggression; loneliness was associated with a 176% increase in the odds of neglecting their children; worries were associated with a 178% increase in the odds of more conflict and a 148% increase in the odds of hitting their children more often.

Child Maltreatment  
2021, Vol. 26(2) 139-151  
© The Author(s) 2020  
Article reuse guidelines:  
sagepub.com/journals-permissions  
DOI: 10.1177/1077559520963066  
journals.sagepub.com/home/cmj  
SAGE

95

04.05.2022

(Rodriguez et al. 2021)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

95

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Wie haben Kinder die Pandemie erlebt?

\* Gestresste Eltern

\* Sofa



04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

96

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Weitere potentiell problematische Merkmale der Pandemie-Situation:

- Die Kinder hatten gestresste Eltern
- Die Kinder haben kaum mit Gleichaltrigen gespielt



97

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

97

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Weitere potentiell problematische Merkmale der Pandemie-Situation:

- Die Kinder hatten gestresste Eltern
- Die Kinder haben kaum mit Gleichaltrigen gespielt
- Die Kinder haben weniger Nähe erlebt
- Die Kinder sahen die Menschen maskiert



98

04.05.2022

(Abb.: MS Office)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

98

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

BABYS und KLEINKINDER benötigen Unterstützung, wenn...

- ... ihre Eltern übermäßig gestresst sind
- ... ihre Eltern psychisch hochbelastet sind und deren individuelle Funktionsweise des Stress- und Bindungssystems kein feinfühliges und angemessenes Eingehen auf ihre Kinder ermöglicht
- ... ihre Eltern ihnen nur wenig Nähe haben geben können
- ... sie in ihrem Alltag, etwa in Krippen, ständig Masken gesehen haben

99

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

99

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

KITA- und GRUNDSCHULKINDER benötigen Unterstützung, wenn...

- ... s. o.
- ... sie über einen längeren Zeitraum keine Möglichkeit hatten, mit Gleichaltrigen selbstbestimmt zu spielen
- ... Alltagsstress oder die Nichtverwirklichung grundlegender Bedürfnisse die Kinder am Lernen hindern

100

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

100

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

ÄLTERE KINDER UND JUGENDLICHE benötigen Unterstützung, wenn...

- ... s. o.
- ... ihre Eltern ihnen kein Verständnis für ihre charakteristischen Neigungen und Verhaltensweisen entgegenbringen
- ... sie isoliert sind, keinen Halt im Miteinander mit Gleichaltrigen finden und auch ihre Überzeugungen dort nicht überprüfen können
- ... sie sich völlig in die Welt der sozialen Medien zurückziehen

101

04.05.2022

(Sandseter et al. 2011; Gray 2011; Wang und Aamodt 2012)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

101

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Weitere potentiell problematische Merkmale der Pandemie-Situation:

- Die Kinder hatten gestresste Eltern
- Die Kinder haben kaum mit Gleichaltrigen gespielt
- Die Kinder haben weniger Nähe erlebt
- Die Kinder sahen die Menschen maskiert
- Die Kinder waren selbst



102

04.05.2022

(Abb.: MS Office)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

102

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Potentiell problematische Merkmale der Pandemie-Situation:

- Die Kinder waren **selbst** gestresst

Kinder waren gestresst, weil...

- ihre Eltern gestresst waren
- sie ständig Konflikte hatten
- sie sich sorgten, zu erkranken
- gewohnte Abläufe und vertraute Bezugspersonen nicht immer vorhanden waren
- sie ihren Stress nicht draußen, im Spiel, im Miteinander mit anderen abbauen konnten
- ...

103

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

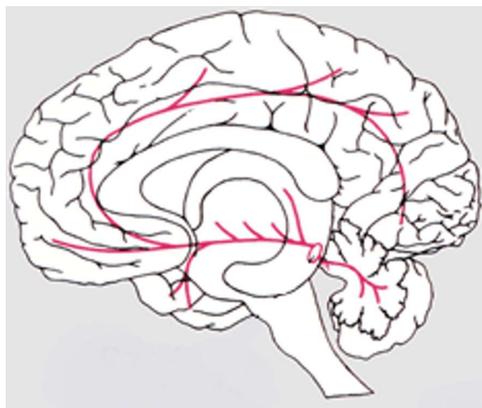
103

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Was macht Stress mit Kindern?



Stoffe



104

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

104

### Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

	Stressbewältigung	Cortisol, Noradrenalin
	Selbstberuhigung	Serotonin
	Belohnungen	Dopamin, Opioide
	Impulshemmung	Serotonin
	Bindungen	Oxytocin
	Risikobewertung	Acetylcholin, Cortisol

105

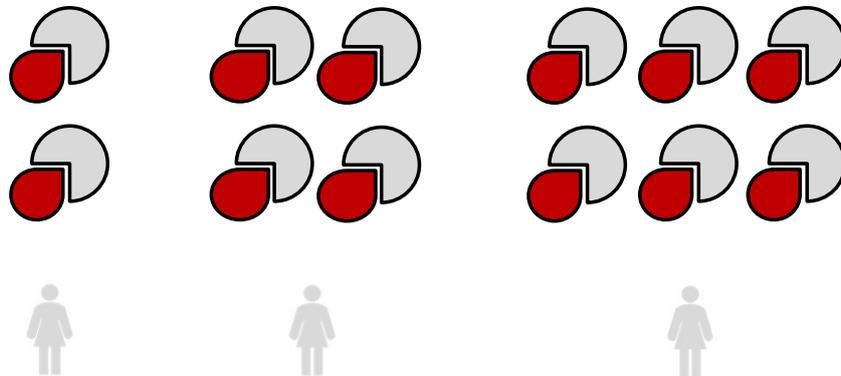
04.05.2022

(Roth und Strüber 2018; Strüber 2019)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

105

### Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit



106

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

106

### Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

	Stressbewältigung	Cortisol, Noradrenalin
	Selbstberuhigung	Serotonin
	Belohnungen	Dopamin, Opioide
	Impulshemmung	Serotonin
	Bindungen	Oxytocin

Wir unterscheiden uns darin, wie wir ....

107    04.05.2022    (Roth und Strüber 2018; Strüber 2019)    Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

107

### Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Einfluss auf die neuromodulatorischen Stoffe:		Cortisol, Noradrenalin
		Serotonin
		Dopamin, Opioide
		Serotonin
		Oxytocin
		Acetylcholin, Cortisol



Gene

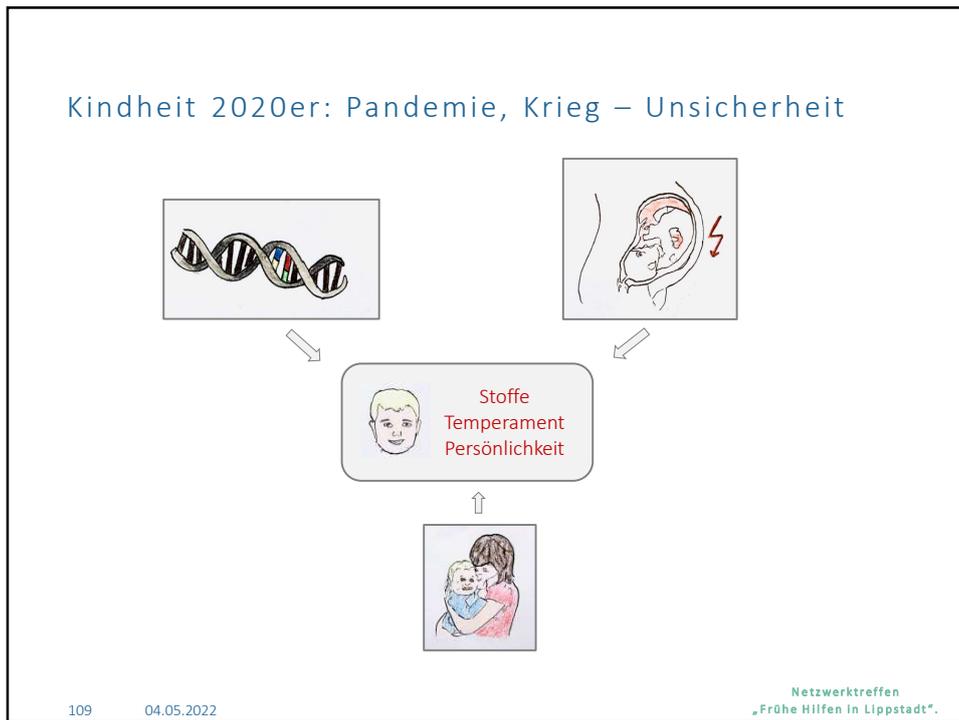
&



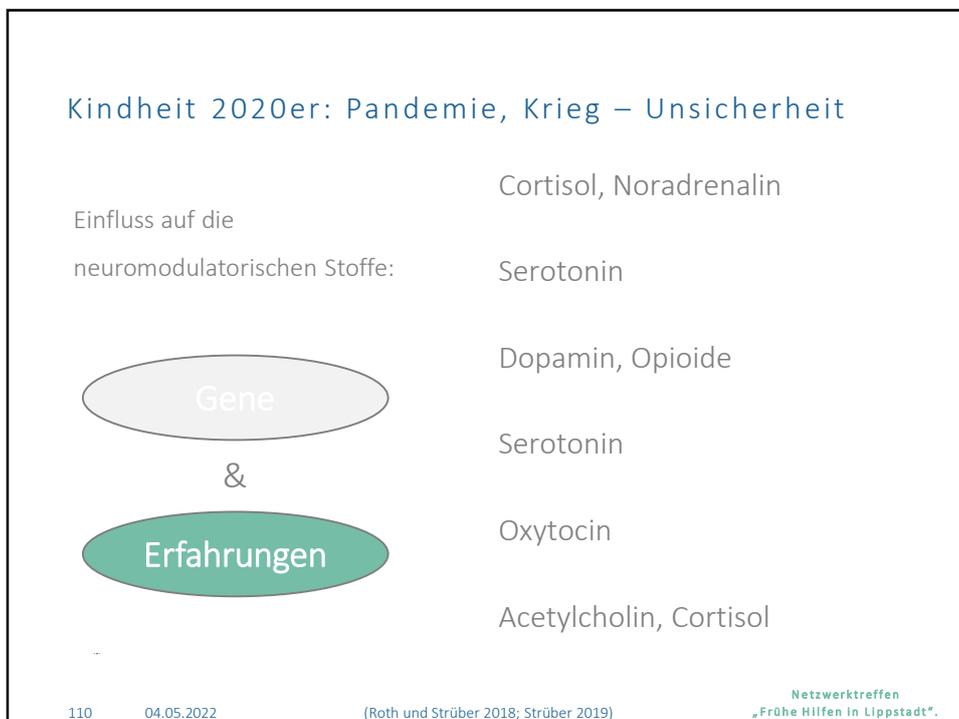
Erfahrungen

108    04.05.2022    (Roth und Strüber 2018; Strüber 2019)    Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

108



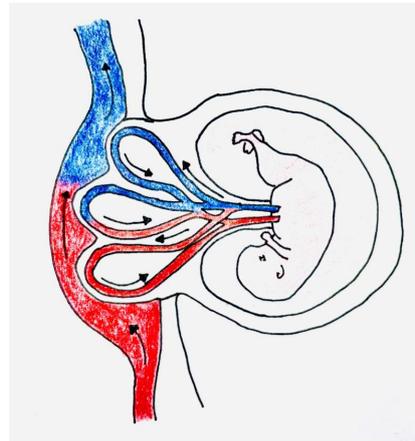
109



110

### Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Vorgeburtlicher Stress



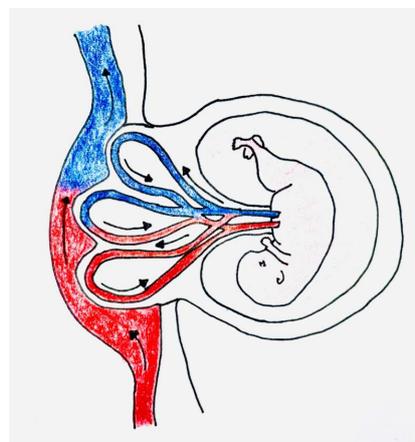
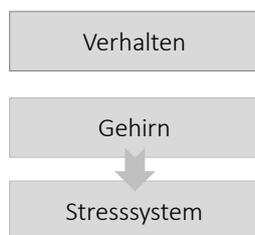
111 04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

111

### Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Vorgeburtlicher Stress



112 04.05.2022 (z. B. Weinstock 2008; Glover et al. 2010; Pluess et al. 2011; Velders et al. 2012; Beijers et al. 2014, O'Donnell und Meaney 2020; s. a. Uno et al 1994) Netzwerktreffen „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

112

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit



Vorgeburtliche  
Stresshormone



Stresshormone /  
Stressreaktion  
in der Kindheit

113

04.05.2022

(z. B. Davis et al. 2005, 2011; Gutteling et al. 2005; Huizink et al. 2002;  
O'Connor et al. 2012; Tollenaar et al. 2011; Krontira et al. 2020)

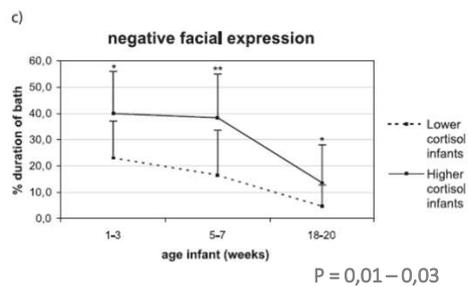
Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen In Lippstadt“.

113

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Vorgeburtlicher Stress

→ Stressreaktivität / Temperament



Kinder verschiedener Altersstufen, deren Mütter in der Schwangerschaft eine hohe Cortisolfreisetzung aufwiesen, reagieren auf ein Bad zu einem größeren Teil der Badezeit mit einem negativen Gesichtsausdruck und weinen und quengeln mehr als Kinder ungestresster Mütter (de Weerth et al. 2003)

114

04.05.2022

(de Weerth et al. 2003; Abb. MS Office)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen In Lippstadt“.

114

### Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

The diagram illustrates a causal link between prenatal stress and childhood stress. On the left, a medical illustration of a fetus in the womb is shown with a blue and red circulatory system. Below it, the text reads 'Vorgeburtliche Stresshormone'. A blue arrow points to the right, where a red stick figure of a baby is shown. Below the baby, the text reads 'Stresshormone / Stressreaktion in der Kindheit'.

115 04.05.2022 (z. B. Davis et al. 2005, 2011; Gutteling et al. 2005; Huizink et al. 2002; O'Connor et al. 2012; Tollenaar et al. 2011; Krontira et al. 2020) Netzwerktreffen „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

115

### Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

The diagram illustrates the relationship between stress management, hormones, and temperament. At the top left, a small cartoon child icon is next to the text 'Stressbewältigung'. To its right, the text 'Cortisol, Noradrenalin' is displayed. Below this, a seesaw is shown with a medical illustration of a fetus on the left pan and a red drum on the right pan. The seesaw is tilted towards the right. Below the seesaw, three smiley faces are shown in a row: a green-bordered happy face, a neutral face, and a red-bordered sad face. Below the faces, the text 'Schwieriges Temperament' is written in red.

116 04.05.2022 (Z. B. de Weerth et al. 2003; Wurmser et al. 2006; Zhang et al. 2017; für eine systematische Übersicht s. Korja et al. 2017) Netzwerktreffen „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

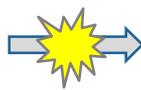
116

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit



Vorgeburtliche  
Stresshormone

Epigenetik



Gene des Stresssystems  
werden langfristig an- oder  
abgeschaltet  
(Fötale Programmierung)



Spätere  
Stresshormone /  
Stressreaktion

117

04.05.2022

(z. B. Entringer et al. 2009; für Übersichten s. a. Provencal und Binder 2015;  
Krontira et al. 2020)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

117

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Wichtig:



- Haben Kinder ein schwieriges Temperament, sind sie also reizbar und können sich schlecht regulieren, dann kann dies an ihren Genen liegen oder daran, dass sie vorgeburtlich Stress erlebt haben – etwa pandemiebedingt.
- Wir dürfen nicht vergessen, dass die betroffenen Kinder nichts für ihr schwieriges Temperament können.

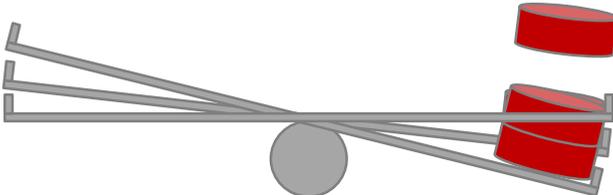
118

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

118

Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

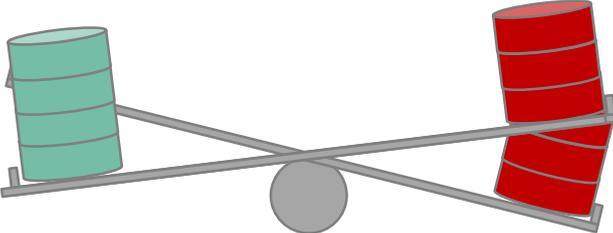


Schwieriges Temperament

119 04.05.2022 (Boyce und Ellis 2005; Bakermans-Kranenburg und van IJzendoorn 2007; Belsky et al. 2007; Bradley und Corwyn 2008; Pluess und Belsky 2011) Netzwerktreffen „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

119

Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit



Bindung

120 04.05.2022 (Boyce und Ellis 2005; Bakermans-Kranenburg und van IJzendoorn 2007; Belsky et al. 2007; Bradley und Corwyn 2008; Pluess und Belsky 2011) Netzwerktreffen „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

120

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Teufelskreis!

121

04.05.2022

(Papousek et al. 2004; Ghera et al. 2006)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

121

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Frühkindliche

Regulationsstörungen

### Die Symptomtrias frühkindlicher Regulationsstörungen

1. Schwierigkeit(en) des Kindes in einem oder mehreren Bereich(en) der frühkindlichen Anpassungs- und Entwicklungsaufgaben,
2. Überforderungssyndrom der Mutter/des Vaters/beider Eltern im Sinne einer Anpassungsstörung im Übergang zur Elternschaft oder im Umgang mit einem »schwierigen« Säugling,
3. dysfunktionale Interaktionsmuster im direkten Umgang mit den Verhaltensauffälligkeiten des Kindes, die zu deren Aufrechterhaltung oder Verstärkung beitragen und zu einer Eskalation führen können.

122

04.05.2022

(Benz und Scholtes 2012 S. 167 )

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

122

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

### Wichtig:



→ Haben Kinder aufgrund des Erlebens vorgeburtlichen Stresses ein schwieriges Temperament, dann kommt es mitunter zu Teufelskreisen der Interaktion. Hier ist wichtig, dass die Eltern schnell Unterstützung erhalten und in ihrer Fähigkeit, mit dem belasteten Kind umzugehen, gestärkt werden (Schreiambulanz, Elternkurse, Mentalisierung).

123

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

123

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

124

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

124

Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Cortisol, Noradrenalin

Serotonin

Dopamin, Opioide

Serotonin

Oxytocin

Acetylcholin, Cortisol

125 04.05.2022 (Roth und Strüber 2018; Strüber 2019) Netzwerktreffen „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

125

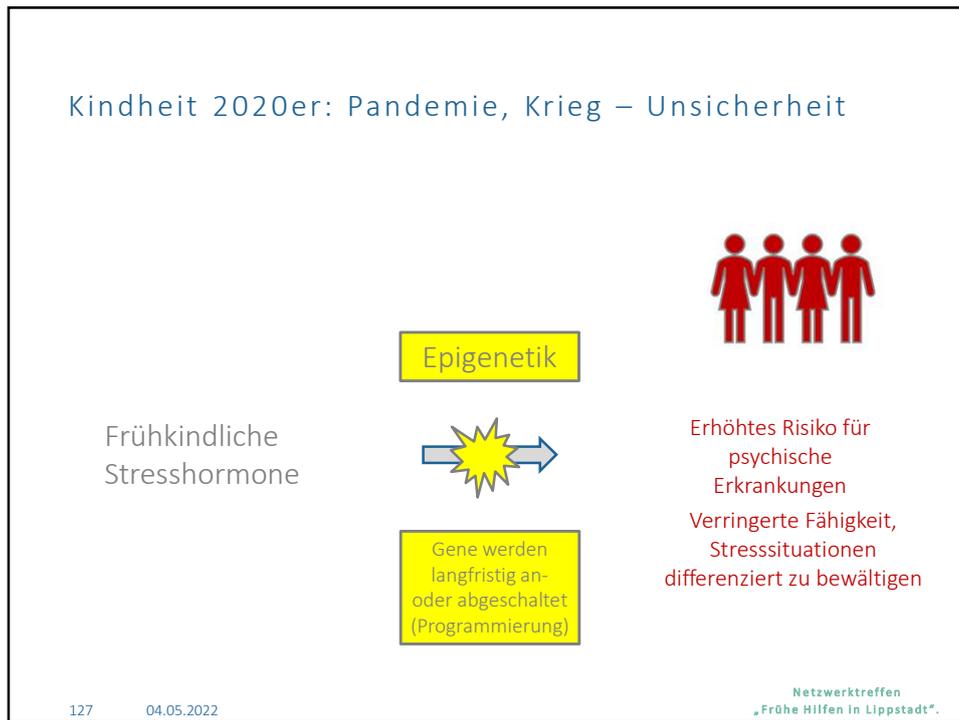
Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit



Frühkindliche Stresshormone → Spätere Stresshormone / Stressreaktion

126 04.05.2022 (z.B. Heim et al. 2000; McGowan et al. 2009; für Übersichten s. z. B. van IJzendoorn et al. 2011; Koss und Gunnar 2018; Strüber 2019) Netzwerktreffen „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

126



127

Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Wichtig:

- Frühe Erfahrungen können sich auf die Funktion von Stoffsystemen im Gehirn des Kindes auswirken und hierüber auf dessen Gefühle und dessen Verhalten.
- Erleben Kinder in der frühen Kindheit infolge der Pandemie sehr viel Stress, dann kann dies ihr Risiko, später psychische Erkrankungen zu entwickeln, erhöhen.

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“

128 04.05.2022

128

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

### Der Pandemiestress ist doch vorbei!

Familien sind tendenziell weiterhin gestresst...

- zum einen, weil nun auch die Sorgen aufgrund des Ukraine-Krieges hinzugekommen sind,
- zum anderen, weil in vielen Familien Teufelskreise einer sich aufrechterhaltenden problematischen Interaktion aufgetreten sind.



04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

129

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Potentiell problematische Merkmale gegenwärtigen Zeit:

- Die Kinder sind selbst gestresst

Kinder sind gestresst, weil

- sie mitbekommen, dass wir in unsicheren Zeiten leben, nicht nur Pandemie, sondern auch Krieg und Klimawandel sind immerzu im Gespräch und in den Medien und verunsichern Kinder wie Erwachsene.

130 04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

130

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Was müssen wir nun tun?

- \* Stress reduzieren



04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

131

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

STRESS REDUZIEREN! ---- RUHEINSELN SCHAFFEN! ---- GEMEINSAM!

- ✦ Prioritätenlisten neu sortieren, Verschiebbares verschieben
- ✦ Uns Bewegung verschaffen, evtl. mit Meditation Stresssystem unterstützen
- ✦ Uns vor Augen halten, dass diese Pandemie eine besondere Situation ist, in der eben nicht alle, weder wir selbst noch unsere Kinder so funktionieren wie immer
- ✦ Nähe zum Stressabbau!



132

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

132

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Was müssen wir nun tun?

- \* Stress reduzieren
- \* Nachholen: Rausgehen, Spielen, Berühren 😊

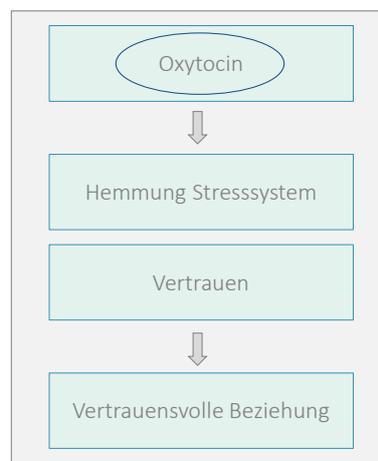
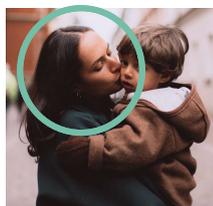


04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

133

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit



134

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

134

### Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Stresshormone während der Kindheit

Oxytocin während der Kindheit

Epigenetik

Gene des Stresssystems werden langfristig an- oder abgeschaltet

Angemessene Stressreaktion



135 04.05.2022 (z. B. Davis et al. 2005, 2011; Gutteling et al. 2005; Huizink et al. 2002; O'Connor et al. 2012; Tollenaar et al. 2011; Krontira et al. 2020) Netzwerktreffen „Frühe Hilfen In Lippstadt“.

135

### Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Oxytocin während der Kindheit

Epigenetik

Gene des Stresssystems werden langfristig an- oder abgeschaltet

Angemessene Oxytocinfunktion



136 04.05.2022 (z. B. Davis et al. 2005, 2011; Gutteling et al. 2005; Huizink et al. 2002; O'Connor et al. 2012; Tollenaar et al. 2011; Krontira et al. 2020) Netzwerktreffen „Frühe Hilfen In Lippstadt“.

136

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit



### Resilienz

Schutz davor, infolge späterer Konfrontation mit hohen Belastungen negative Auswirkungen wie psychische Erkrankungen zu entwickeln



Ressourcen

137

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

137

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

### Wichtig:



- Im Miteinander von Eltern und Kind wird Oxytocin ausgeschüttet. Dies fördert einen Zustand der Entspannung
- Wenn Eltern ihr Kind regelmäßig trösten und für es da sind, kann dies aber auch langfristig – und auch im Anschluss an Zeiten des Stresses - die Fähigkeit des Kindes, mit Stress und hohen Anforderungen umzugehen, fördern.

138

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

138

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Das ist aber nicht einfach... mein Kind  
macht mich wahnsinnig!

Haltung wichtig!



139

04.05.2022

(z. B. Sroufe et al. 2005; für eine Übersicht s. a. Grossmann und Grossmann 2008; Brisch 2010)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

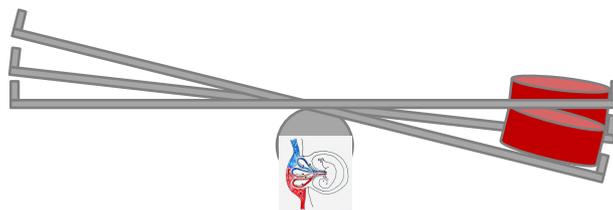
139

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit



Stressbewältigung

Cortisol, Noradrenalin



Wenn uns die Hirnforschung zeigt, dass Kinder nicht selbst aussuchen, ob  
sie reizbar sind, leicht wütend, frustrationsintolerant....

140

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

140

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit



Stressbewältigung

Cortisol, Noradrenalin

... und dies stattdessen durch Gene und Erfahrungen, etwa vorgeburtliche und frühkindliche Stresserfahrungen, beeinflusst wird, dann müssen wir ihr Verhalten als verstehbar annehmen und versuchen, auch in der Konfrontation mit starken und schwer nachvollziehbaren Gefühlen das intuitive elterliche Verhalten aufrechtzuerhalten.

141

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

141

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

- Übermäßige Wut, Frustration und Angst haben ihren Ursprung im Gehirn, Kinder suchen sich ihre Gefühle nicht aus.
- Die Gefühle gehören zum Kind dazu - statt sie pädagogisch „abzutrainieren“, müssen wir auch kindliche Wut und nicht nachvollziehbare Angst annehmen, benennen, spiegeln und dem Kind behutsam bei der Regulation helfen.
- Nur wenn Kinder erleben, dass sie mit all ihren starken Gefühlen bedingungslos angenommen werden, können sie sich als verstehbarer Mensch erleben und ein Urvertrauen entwickeln, d. h. ein Vertrauen darin, verstanden und aufgefangen zu werden.
- Sie werden sich zutrauen, selbstständig zu handeln, Konflikte zu lösen und Spannungen auszuhalten.



142

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

142

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

### Wichtig:



- Eltern sollten anerkennen, dass die kindlichen Gefühle ihren Ursprung im unbewusst arbeitenden Gehirn haben.
- Auch wenn die Gefühle mal unangenehm und laut sind, haben sie ihre Berechtigung und sollten ernstgenommen, aufgegriffen, gespiegelt und reguliert werden.

143

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

143

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

### LEBENSWELT KRIEG

- Kinder in Deutschland, die aus der Ferne auf die bedrohlichen Ereignisse in der Ukraine schauen.



(Abb.: Mvs.gov.ua;  
([https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ukrainian\\_refugees\\_from\\_2022\\_crossing\\_into\\_Poland.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ukrainian_refugees_from_2022_crossing_into_Poland.jpg)), <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode>; Abb. picture-alliance, Wolfgang Schwan) Lizenz: [cc-by-nc-sa/3.0/de](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/de/))

144

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

144

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

### LEBENSWELT KRIEG

- Kinder in Deutschland, die aus der Ferne auf die bedrohlichen Ereignisse in der Ukraine schauen.
- Kinder, die in der Ukraine lebten, der Kriegsgefahr unmittelbar ausgesetzt waren und anschließend Flucht und das Ankommen in einer fremden Kultur bewältigen mussten.



145 04.05.2022 (Abb.: Mvs.gov.ua; [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ukrainian\\_refugees\\_from\\_2022\\_crossing\\_into\\_Poland.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ukrainian_refugees_from_2022_crossing_into_Poland.jpg)), <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode> Netzwerktreffen „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

145

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Frühkindliche  
Stresshormone

Epigenetik



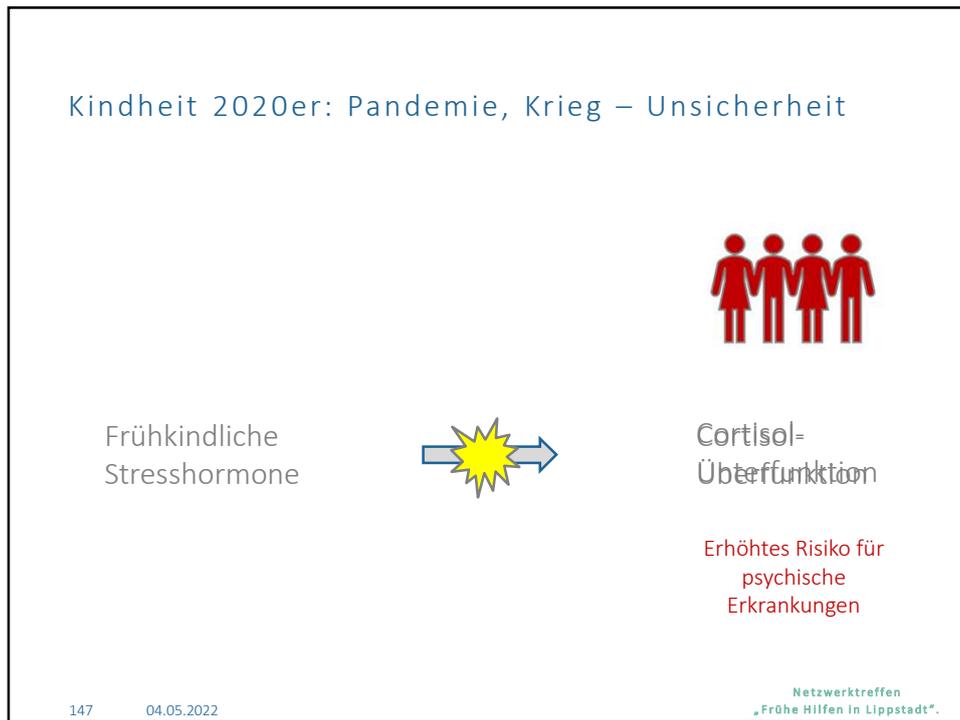
Gene werden  
langfristig an-  
oder abgeschaltet  
(Programmierung)



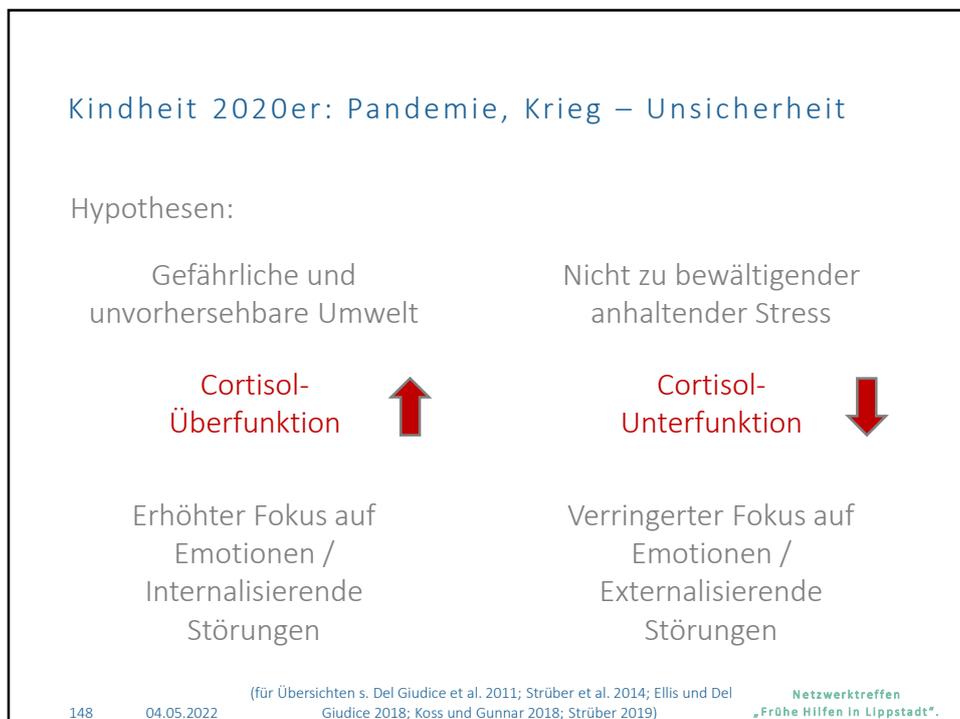
Spätere  
Stresshormone /  
Stressreaktion

146 04.05.2022 (z.B. Heim et al. 2000; McGowan et al. 2009; für Übersichten s. z. B. van Ijzendoorn et al. 2011; Koss und Gunnar 2018; Strüber 2019) Netzwerktreffen „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

146



147



148

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

### LEBENSWELT KRIEG

- Kinder in Deutschland, die aus der Ferne auf die bedrohlichen Ereignisse in der Ukraine schauen.
- Kinder, die in der Ukraine lebten, der Kriegsgefahr unmittelbar ausgesetzt waren und anschließend Flucht und das Ankommen in einer fremden Kultur bewältigen mussten.



149

04.05.2022

(Feldman et al. 2013)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

149

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

### LEBENSWELT KRIEG

*Development and Psychopathology* 25 (2013), 943–955  
© Cambridge University Press 2013  
doi:10.1017/S0954579413000291

#### Stress reactivity in war-exposed young children with and without posttraumatic stress disorder: Relations to maternal stress hormones, parenting, and child emotionality and regulation

RUTH FELDMAN, ADVA VENGROBER, MORANNE EIDELMAN-RORNA ZAGOORY-SHARON  
*Bar-Ilan University*

One hundred and forty-eight families comprised the war-exposed group. These included children living in the same neighborhoods in the town of Sderot, Israel, which is located 10 kilometers from the Gaza border (see Figure 1 for map). Citizens of Sderot were exposed repeatedly to rocket attacks from Gaza over a period of several years, had only 15 s to enter protected spaces after hearing the alert sirens, and were exposed to frequent mortar shelling to which no alert signals were provided. Testing was conducted during a period of repeated rockets and missiles attacks (January 2006–October 2008). During this period, rocket attacks on Sderot occurred unpredictably and continuously several times a month, and

150

04.05.2022

(Feldman et al. 2013)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

150

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

### LEBENSWELT KRIEG

*Development and Psychopathology* 25 (2013), 943–955  
 © Cambridge University Press 2013  
 doi:10.1017/S0954579413000291

#### Stress reactivity in war-exposed young children with and without posttraumatic stress disorder: Relations to maternal stress hormones, parenting, and child emotionality and regulation

##### Abstract

The current study examined biomarkers of stress in war-exposed young children and addressed maternal and child factors that may correlate with children's stress response. Participants were 232 Israeli children aged 1.5–5 years, including 148 children exposed to continuous war. Similarly, 56 were diagnosed with posttraumatic stress disorder (PTSD) and 92 were defined as exposed-no-PTSD. Child cortisol (CT) and salivary alpha amylase (sAA), biomarkers of the hypothalamic–pituitary–adrenal and sympathetic–adrenal–medullary arms of the stress response, were measured at baseline, following challenge, and at recovery. Maternal CT and sAA, PTSD symptoms, and reciprocal parenting, and child negative emotionality and regulatory strategies were assessed. Differences between war-exposed children and controls emerged, but these were related to child PTSD status. Children with PTSD exhibited consistently low CT and sAA, exposed-no-PTSD displayed consistently high CT and sAA, and controls showed increase in CT following challenge and decrease at recovery and low sAA. Exposed children showed higher negative emotionality; however, whereas exposed-no-PTSD children employed comfort-seeking strategies, children with PTSD used withdrawal. Predictors of child CT included maternal CT, PTSD symptoms, low reciprocity, and negative emotionality. Findings suggest that high physiological arousal combined with approach strategies may be associated with greater resilience in the context of early trauma.

151

04.05.2022

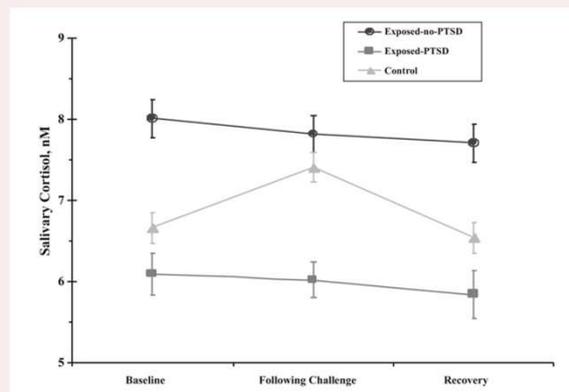
(Feldman et al. 2013)

Netzwerktreffen  
 „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

151

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

### LEBENSWELT KRIEG



152

04.05.2022

(Feldman et al. 2013)

Netzwerktreffen  
 „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

152

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

LEBENSWELT KRIEG

*Development and Psychopathology* 25 (2013), 943–955  
© Cambridge University Press 2013  
doi:10.1017/S0954579413000291

Stress reactivity in war-exposed young children with and without posttraumatic stress disorder: Relations to maternal stress hormones, parenting, and child emotionality and regulation

**Abstract**  
The current study examined biomarkers of stress in war-exposed young children and addressed maternal and child factors that may correlate with children's stress response. Participants were 232 Israeli children aged 1.5–5 years, including 148 children exposed to continuous war. Similarly, 56 were diagnosed with posttraumatic stress disorder (PTSD) and 92 were defined as exposed-no-PTSD. Child cortisol (CT) and salivary alpha amylase (sAA), biomarkers of the hypothalamic–pituitary–adrenal and sympathetic–adrenal–medullary arms of the stress response, were measured at baseline, following challenge, and at recovery. Maternal CT and sAA, PTSD symptoms, and reciprocal parenting, and child negative emotionality and regulatory strategies were assessed. Differences between war-exposed children and controls emerged, but these were related to child PTSD status. Children with PTSD exhibited consistently low CT and sAA, exposed-no-PTSD displayed consistently high CT and sAA, and controls showed increase in CT following challenge and decrease at recovery and low sAA. Exposed children showed higher negative emotionality, however, whereas exposed-no-PTSD children employed comfort-seeking strategies, children with PTSD used withdrawal. Predictors of child CT included maternal CT, PTSD symptoms, low reciprocity, and negative emotionality. Findings suggest that high physiological arousal combined with approach strategies may be associated with greater resilience in the context of early trauma.

vocalizations. **Comfort seeking** was the sum frequencies of the child gazes to mother when seeing the scary object, child seeks maternal comfort, and proximity seeking. **Withdrawal** was the sum frequencies of gaze avert, child no talk, and child self-soothing behavior.

153 04.05.2022 (Feldman et al. 2013) Netzwerktreffen „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

153

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

LEBENSWELT KRIEG

Hair cortisol concentrations in war-affected adolescents: A prospective intervention trial

Rana Dajani<sup>a,b</sup>, Kristin Hadfield<sup>c</sup>, Stan van Uum<sup>d,e</sup>, Michael Greff<sup>f,g</sup>, Catherine Panter-Brick<sup>h,i,\*</sup>

**ABSTRACT**

Temporal examinations of the biological signature of stress or trauma in war-affected populations are seldom undertaken. Moreover, few studies have examined whether stress biomarkers track biological sensitivity to brief interventions targeting the improvement of psychosocial wellbeing. Our study is the first to prospectively examine, in war-affected adolescents, the associations between hair cortisol concentrations (HCC) and self-reports of stress, insecurity, posttraumatic reactions, and lifetime trauma. We implemented the Human Insecurity (HI) scale, developed and validated in the West Bank with Palestinian populations to capture feelings akin to fear, rather than mere strain, in conflict-affected areas (Ziadni et al., 2011; Hamayel et al., 2014). It covers issues such as worries regarding inability to obtain daily life necessities, losing a source of income, fears about the future, and family safety over the past two weeks (10 items, 5-point Likert scale, with scores expressed on a scale of 0–100). We also used the Perceived Stress Scale (PSS, 14 items, 5-point Likert scale) to assess past-month feelings of being upset, nervous, angered, lacking control, or being unable to cope. While developed in Western contexts

test the impact of an 8-week intervention based on profound stress in a balanced sample of 733 Syrian refugee (n = 411) and Jordanian (n = 322) adolescents, at three time-points. We used growth mixture models to classify adolescents into three groups based on their response to the intervention: low, medium, and high secretion. We observed a significant increase in levels of insecurity, adolescents were 0.02 times more likely to show hyposcretion (95% CI: 1.00, 1.03, p = 0.01). For each additional symptom of posttraumatic stress disorder (PTSD), adolescents were 0.02 times more likely to show hyposcretion (95% CI: 0.89, 0.98, p = 0.001).

id Street, London, Ontario,  
avenor St, London, Ontario,

154 04.05.2022 (Dajani et al. 2018) Netzwerktreffen „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

154

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

### LEBENSWELT KRIEG

#### ABSTRACT

Temporal examinations of the biological signature of stress or trauma in war-affected populations are seldom undertaken. Moreover, few studies have examined whether stress biomarkers track biological sensitivity to brief interventions targeting the improvement of psychosocial wellbeing. Our study is the first to prospectively examine, in war-affected adolescents, the associations between hair cortisol concentrations (HCC) and self-reports of stress, insecurity, posttraumatic reactions, and lifetime trauma. We conducted a randomized controlled trial to test the impact of an 8-week intervention based on profound stress attunement. We collected data for a gender-balanced sample of 733 Syrian refugee ( $n = 411$ ) and Jordanian non-refugee ( $n = 322$ ) adolescents (12–18 years), at three time-points. We used growth mixture models to classify cortisol trajectories, and growth models to evaluate intervention impact on stress physiology. We observed three trajectories of HCC: hypersecretion, medium secretion, and hyosecretion (9.6%, 87.5% and 2.9% of the cohort, respectively). For every one percent increase in levels of insecurity, adolescents were 0.02 times more likely to have a trajectory of hypersecretion (95% CI: 1.00, 1.03,  $p = 0.01$ ). For each additional symptom of posttraumatic stress reported, they were 0.07 times less likely to show hyosecretion (95% CI: 0.89, 0.98,  $p = 0.01$ ). Indeed, stronger posttraumatic stress reactions were associated with a pattern of within-individual cortisol dysregulation and medium secretion. Overall, HCC decreased by a third in response to the intervention (95% CI:  $-0.19, -0.03, p = 0.01$ ). While the intervention decreased HCC for youth with hypersecretion and medium secretion, it increased HCC for youth with hyosecretion (95% CI: 0.22, 1.16,  $p = 0.004$ ), relative to controls. This suggests a beneficial regularization of cortisol levels, corroborating self-reports of improved psychosocial wellbeing. We did not find evidence to suggest that gender, resilience, or posttraumatic stress disorder influenced the strength or direction of responses to the intervention. This robust impact evaluation exemplifies the utility of biomarkers for tracking physiological changes in response to interventions over time. It enhances the understanding of trajectories of endocrine response in adverse environments and patterns of stress responsiveness to ecological improvement.

155

04.05.2022

(Dajani et al. 2018)

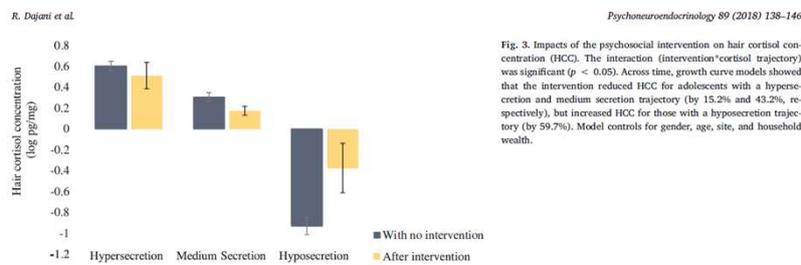
Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen In Lippstadt“.

155

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

### LEBENSWELT KRIEG

Jordan, Lebanon, Iraq, Syria, and Turkey (Mercy Corps, 2014). The intervention explicitly teaches youth about the impacts of stress on the brain and seeks to enhance safety and psychosocial support while imparting life skills for groups of vulnerable 11–18 year-olds: the eight-week programme of group-based activities focuses on promoting a person's capacities for the mediation of extreme and prolonged stress (Mercy Corps, 2016; Macphail et al., 2017). Sessions are structured to teach stress attunement and skill acquisition, and involve a close mentorship with adult coaches, who are trained from the local community (Mercy Corps, 2014). Syrian refugees and Jordanian youth are



156

04.05.2022

(Dajani et al. 2018)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen In Lippstadt“.

156

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

Was müssen wir nun tun?

- \* Stress reduzieren

- \* Nachholen: Rausgehen, Spielen, Berühren 😊



04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

157

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

- \* Jede Krise, die bewältigt wird, macht stärker. Gelingt es uns nun, unsere Kinder so zu unterstützen, dass sie gegebenenfalls verpasste Erfahrungen nachholen können und nicht durch erhöhten Bildungsdruck noch mehr emotionale und soziale Erfahrungen verpassen, dann werden sie die Pandemie psychisch unbeschadet überstehen. Und dies mit dem Wissen, dass Krisen überwindbar sind. Dieses Gefühl wird sie auch dann begleiten, wenn sie später auf eigenen Füßen stehend Krisen überwinden müssen. Sie sind gerüstet für Herausforderungen, stark, resilient.

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

158

## Kindheit 2020er: Pandemie, Krieg – Unsicherheit

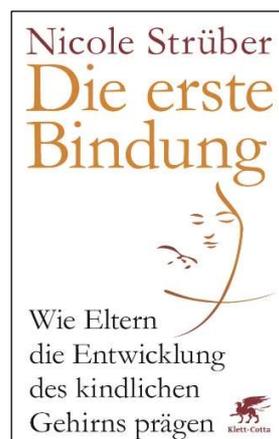
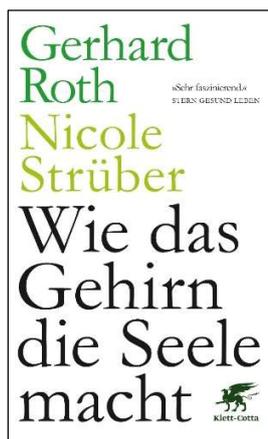


04.05.2022

(z. B. Rasfeld 2021)

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

159



160

04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

160



Nicole Strüber

# CORONA KIDS

Was wir jetzt tun müssen,  
um unsere Kinder vor  
den seelischen Folgen der  
Pandemie zu schützen

**BELIZ**

161 04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

161

Ende!

162 04.05.2022

Netzwerktreffen  
„Frühe Hilfen in Lippstadt“.

162

**Abbildungen:**

Gehirnebenen: Youson Koh aus: Strüber N, Roth G (2017) reift das Ich. Gehirn & Geist 7:12–19 Infografik. So  
 Amygdala Gif: Life Science Databases(LSDB) „Amygdala“,  
 (https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Amygdala.gif),  
 https://creativecommons.org/licenses/by-sa/1.0/legalcode  
 Mutter mit Kleinkind auf Wiese: Simone Hainz/Pixelio.de  
 Mädchen an der Tafel: Monkey Business/fotolia.com  
 Präriewülmäuse: Zack Johnson, Science Daily  
 Chinesische Mutter mit Kind: jedimaster/fotolia.com  
 Smileys: Do Ra/Fotolia.com  
 Blutversorgung Fötus: Doethion/Fotolia.com  
 Gereiztes Baby: candy1812/Fotolia  
 Baby auf Arm: Jenko Ataman/Fotolia.com  
 Mutter in Teufelskreis: highwaystanz/fotolia.com  
 Mutter mit Baby auf Schulter: Jedimaster/Fotolia.com  
 Zwei traurige Mädchen: Studio Grand Ouest/fotolia.com  
 Redende Männer: bunyarit/fotolia.com  
 Krippenkinder: santypan/fotolia.com  
 Mutter mit Handy: Iryna/adobe stock  
 Mutter mit Säugling in der Luft: Abb.: Ucar/pixelio.de  
 Kind mit Handy: superingo/adobe stock  
 Kind in orangem Pullover: uncleraf/fotolia.com  
 Nina Måsvær in Balci 2018: https://partner.sciencenorway.no/forskning/oslomet/researcher-concerned-are-parents-too-focused-on-their-smartphones/1453876, zuletzt abgerufen am 01.10.2020  
 Hippocampus: Life Science Databases(LSDB):  
 (https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Hippocampus.gif), „Hippocampus“,  
 https://creativecommons.org/licenses/by-sa/1.0/legalcode  
 PFC: Polygon data were generated by Database Center for Life Science  
 (https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Prefrontal\_cortex\_(left)\_animation),  
 „Prefrontal cortex (left) animation“, https://creativecommons.org/licenses/by-sa/1.0/legalcode

**VIELEN DANK FÜR  
 IHRE  
 AUFMERKSAMKEIT!**

Netzwerktreffen  
 „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

163

Für Vorträge und Fortbildungen:  
[nicole.strueber@gmail.com](mailto:nicole.strueber@gmail.com)  
[www.nicolest rueber.de](http://www.nicolest rueber.de)

Netzwerktreffen  
 „Frühe Hilfen in Lippstadt“.

164