EREV FORUM 2021 | 23.11.2021

Bindung und Bindungsstörungen – der Einfluss psychischer Grundbedürfnisse auf die Entwicklung

Charlotte Hanisch – Professorin für Psychologie und Psychotherapie in Heilpädagogik und Rehabilitation, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin

Gliederung

1. Problemverhalten im pädagogischen Alltag
2. Bindungsstörung
3. Early Life Stress
4. Bindungstheorie und Feinfühligkeit
5. Psychische Grundbedürfnisse
6. Das ADOPT Online Elterntraining & der Grundbedürfnis‘hocker‘

Universität zu Köln

Bindungen / Bindungsstörungen - Welches Verhalten beobachten Sie? (1)

- Sucht von sich aus selten Trost, wenn er/ sie bedrückt ist
- Bittet nicht um Hilfe
- Reagiert kaum auf Trost, reagiert kaum auf andere
- Zeigt kaum Gefühle im Kontakt mit anderen
- Zeigt kaum positive Gefühle, reagiert abwertend auf Lob
- Ist häufig gereizt oder traurig im Kontakt mit anderen, ohne dass man es sich erklären kann
- Verhält sich übermäßig vertraut wenig bekannten Erwachsenen gegenüber

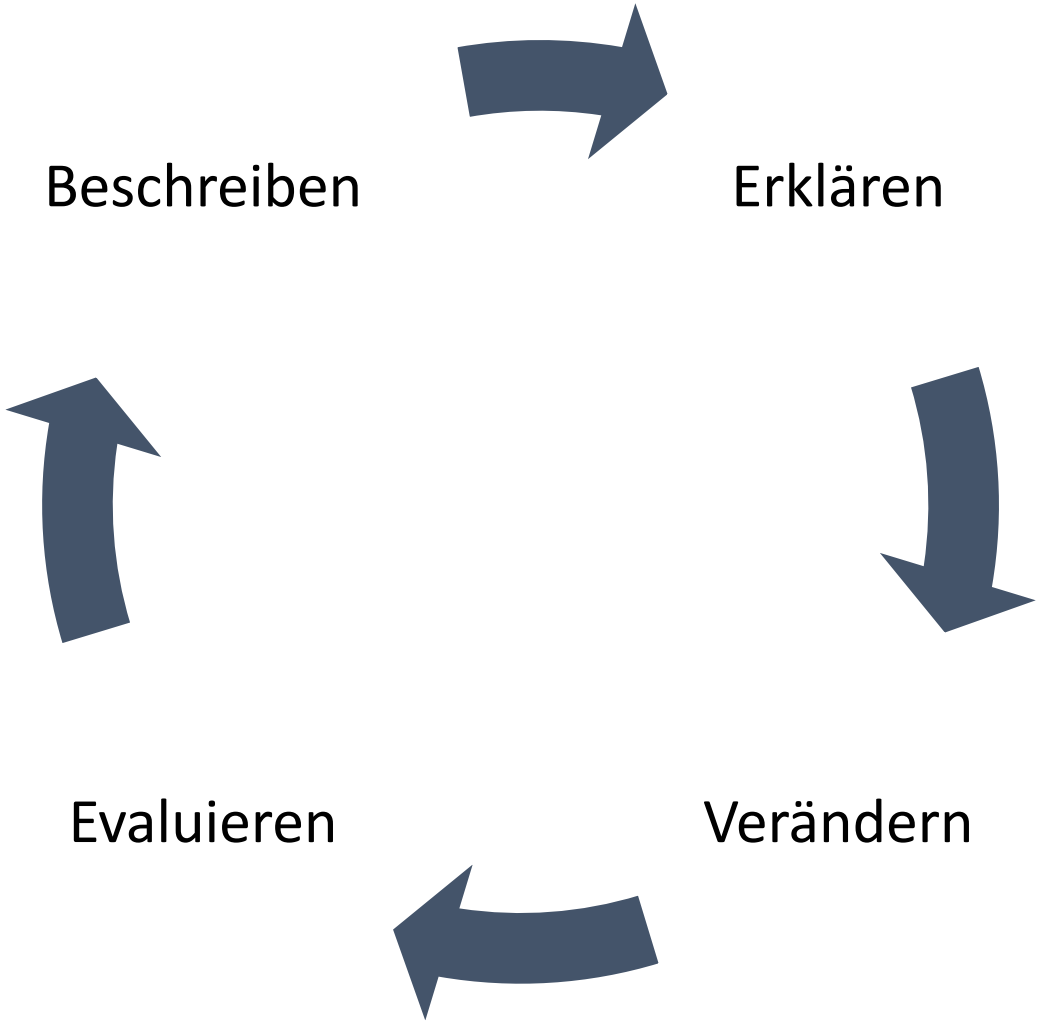
Bindungen / Bindungsstörungen - Welches Verhalten beobachten Sie? (2)

- Trennt sich in allen Situationen ohne Zögern
- Verhält sich sehr wechselhaft, mal anklammernd, mal abweisend
- Verhält sich abwertend und gemein engen Bezugspersonen gegenüber
- Hat massive ‚Ausraster' aus nichtigen Anlässen
- Ist oft schlecht gelaunt und gereizt
- Reagiert schnell frustriert, gibt schnell auf
- Hat starke Wutausbrüche

Ausgangspunkt 2017: Wahrnehmung der Schulen, dass sich das Klientel an Förderschulen verändert hat

Am 16. Februar 2019 gewinnt der Film „Systemsprenger“ den Silbernen Bären auf der Berlinale. Der Film zeigt ein Mädchen, Benni, mit extrem aggressivem, grenzverletzendem Verhalten, eine stark belastete und überforderte Mutter und ein System an seinen Grenzen. Benni hat wiederholt Beziehungsabbrüche und Systemwechsel erlebt, eine ausgeprägte Bindungsstörung und gestörte Eltern-Kind-Beziehung, eine unbehandelte Traumafolgestörung und anhaltend traumatisierende Behandlungserfahrungen. Neben der überaus positiven Presse, die der Film erfährt, finden sich im Netz auch kontroverse Diskussionen und harsche Kritik, die sich z. T. durch ein krasses Unverständnis v. a. gegenüber dem Kind auszeichnen.

Christiansen & Barke, 2021, *Kindheit und Entwicklung*


Beschreiben
Erklären
Verändern
Evaluieren

Bindungsstörung

Klassifikation

- Beginn vor Alter von 5 Jahren, Dauer mind. 12 Monate
- Kein (oder wahlloses) Bindungsverhalten in bindungsrelevanten Situationen
- Keine Reaktion auf Trost
- Geringe soziale oder emotionale Ansprechbarkeit
- Eingeschränkter positiver Affekt
- Episoden unerklärlicher Irritierbarkeit, Traurigkeit oder Furcht
- Erfahrung extrem unzureichender Fürsorge
- Achtung: Abgrenzung unsicheres Bindungsmuster

Ursache

- Pathologisches Fürsorgeverhalten

Universität zu Köln

Bindungsstörung

Klassifikation

- Beginn vor Alter von 5 Jahren, Dauer mind. 12 Monate
- Kein (oder wahlloses) Bindungsverhalten in bindungsrelevanten Situationen
- Keine R
- Geringe
- Eingesc
- Episode
- Erfahru
- Achtung: Abgrenzung unsicheres Bindungsmuster

Definition von Bindungsstörung in der Klinischen Psychologie sehr viel schmaler als in der Alltagssprache oder der Pädagogik

- Bezugsperson wird *nicht* zur Herstellung von Sicherheit und Emotionsregulation genutzt
- Voraussetzung ist Pathologisches Fürsorgeverhalten in der Vorgeschichte

Ursache

- Pathologisches Fürsorgeverhalten

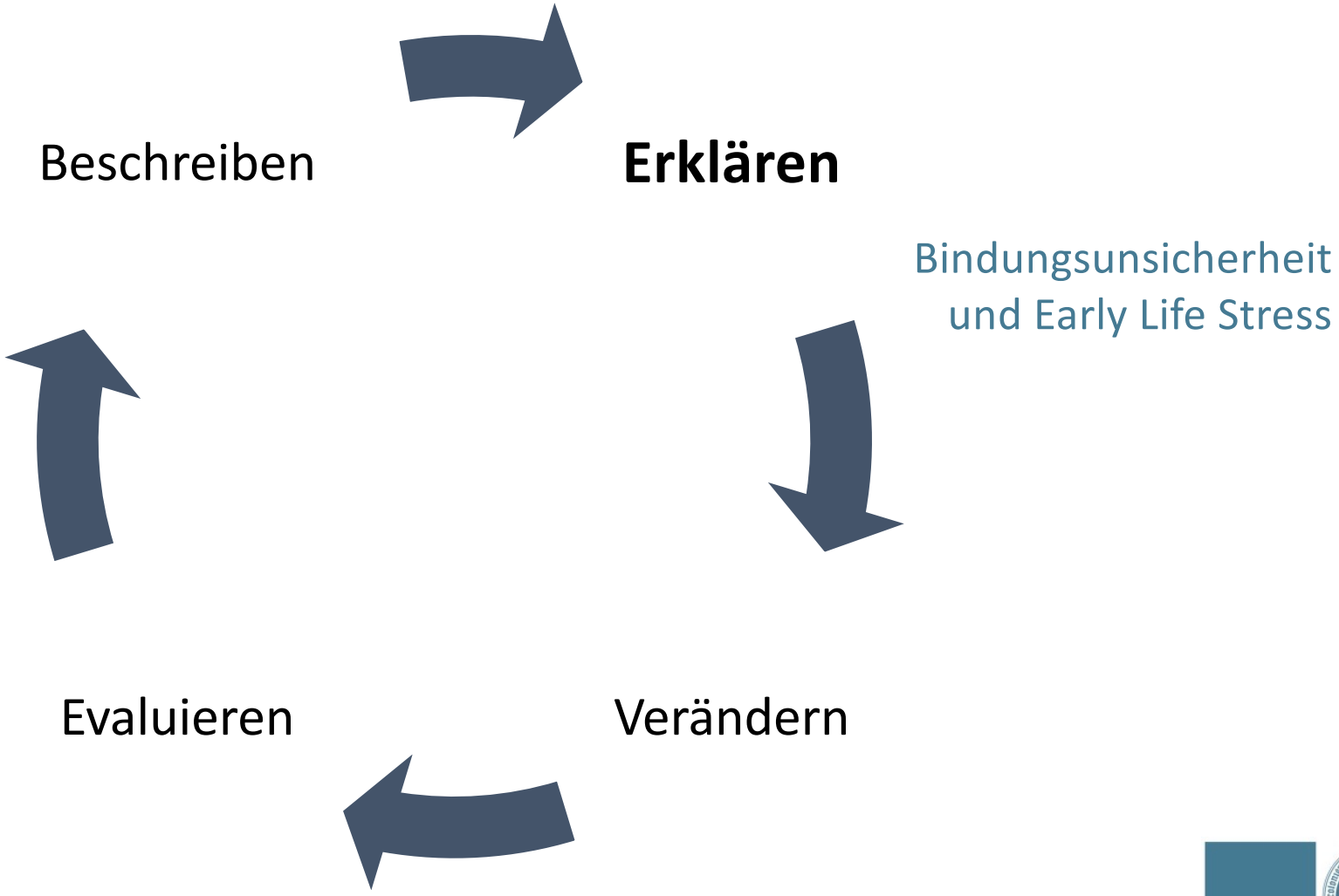
Universität zu Köln

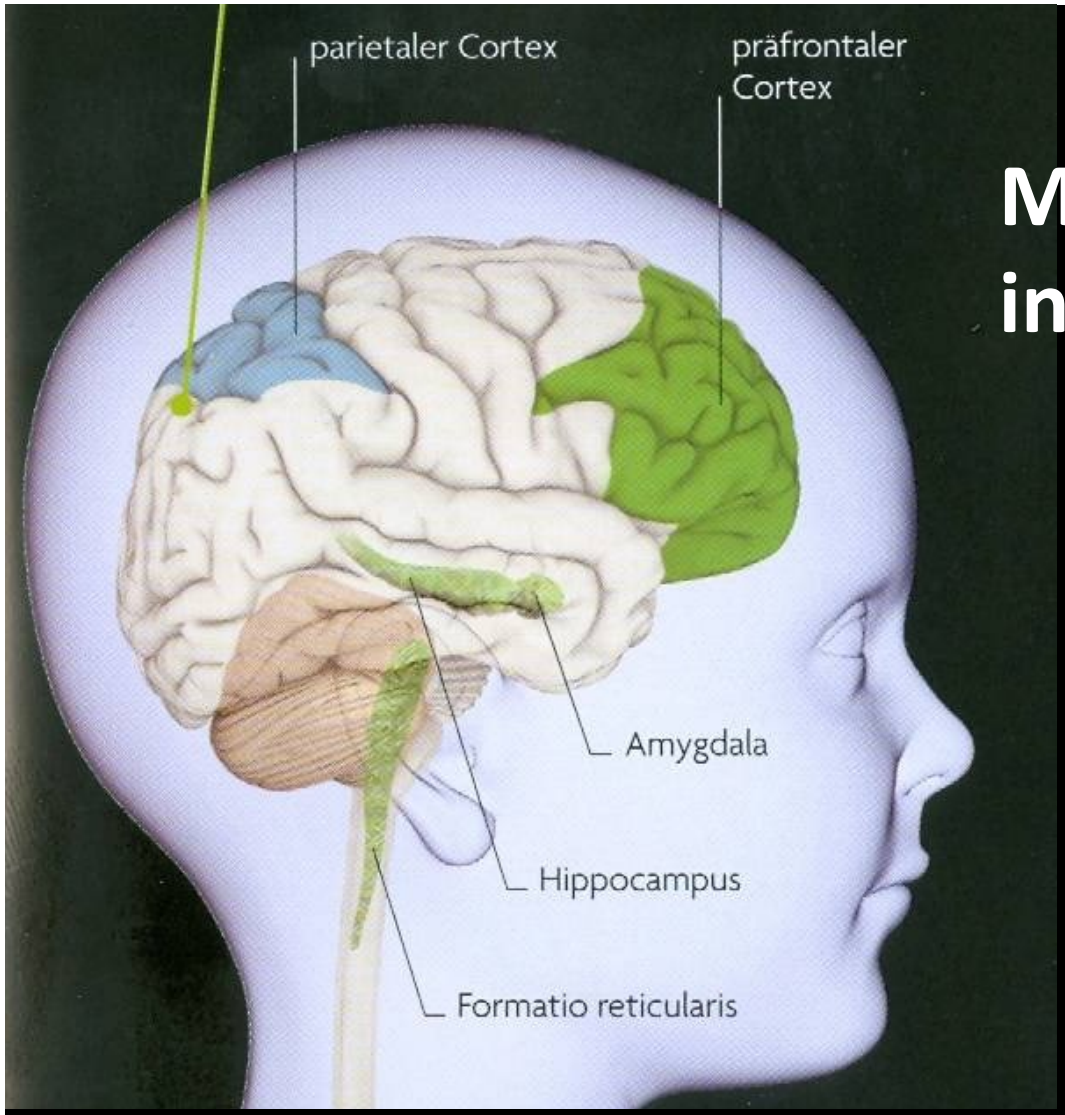
Bindungsstörung – Intervention

Bindungssicherheit herstellen

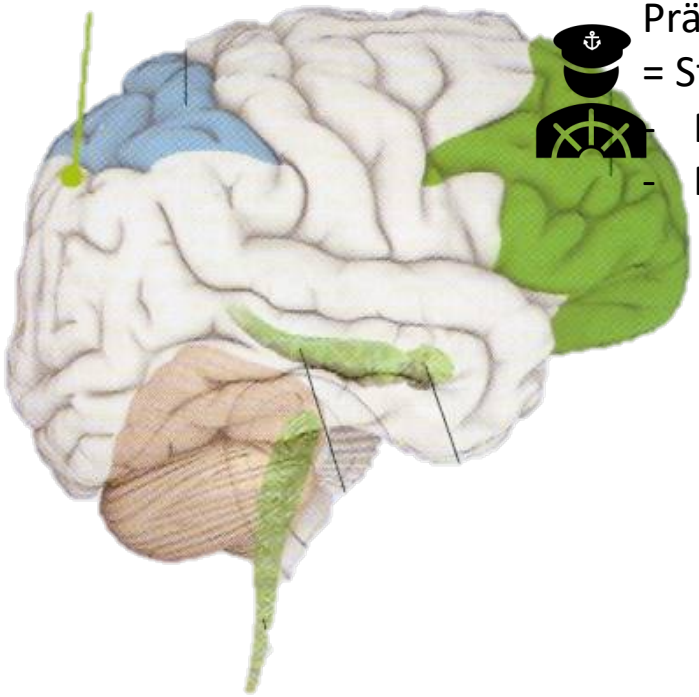
- Reaktive Bindungsstörung durch verbesserte Fürsorge rückläufig
- Enthemmtes Bindungsverhalten ungünstigere Prognose

- Sicherheit
- Gelegenheit schaffen (Mindestmaß an Zeit)
- Verlässlichkeit in Routinen und Abläufen
- Feinfühliges Pädagog:innenverhalten (Struktur dafür bereitstellen)
- Dosierte, verlässliche Beziehungsangebote
- Verstärken von Ansätzen von Bindungsverhalten

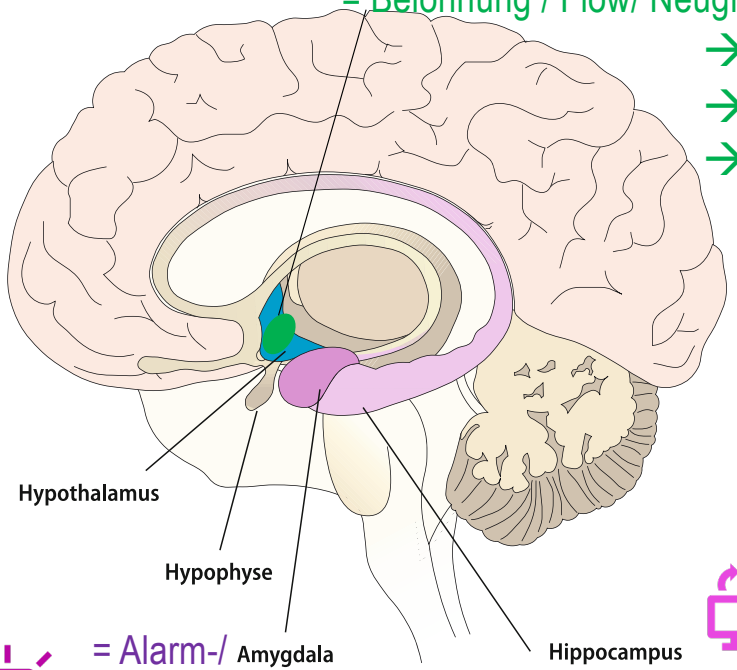

Beschreiben
Erklären
Bindungsunsicherheit
und Early Life Stress
Verändern
Evaluieren



Machen wir einen Ausflug ins kindliche Gehirn



Präfrontaler Kortex
= Steuerzentrale
- Planvolles Handeln
- Problemlösen



Nucleus Accumbens
= Belohnung / Flow/ Neugier
→ Dopamin
→ Oxytocin
→ PFK ↑

= Alarm-/ Stresssystem
→ Adrenalin
→ Cortisol
→ PFK ↓

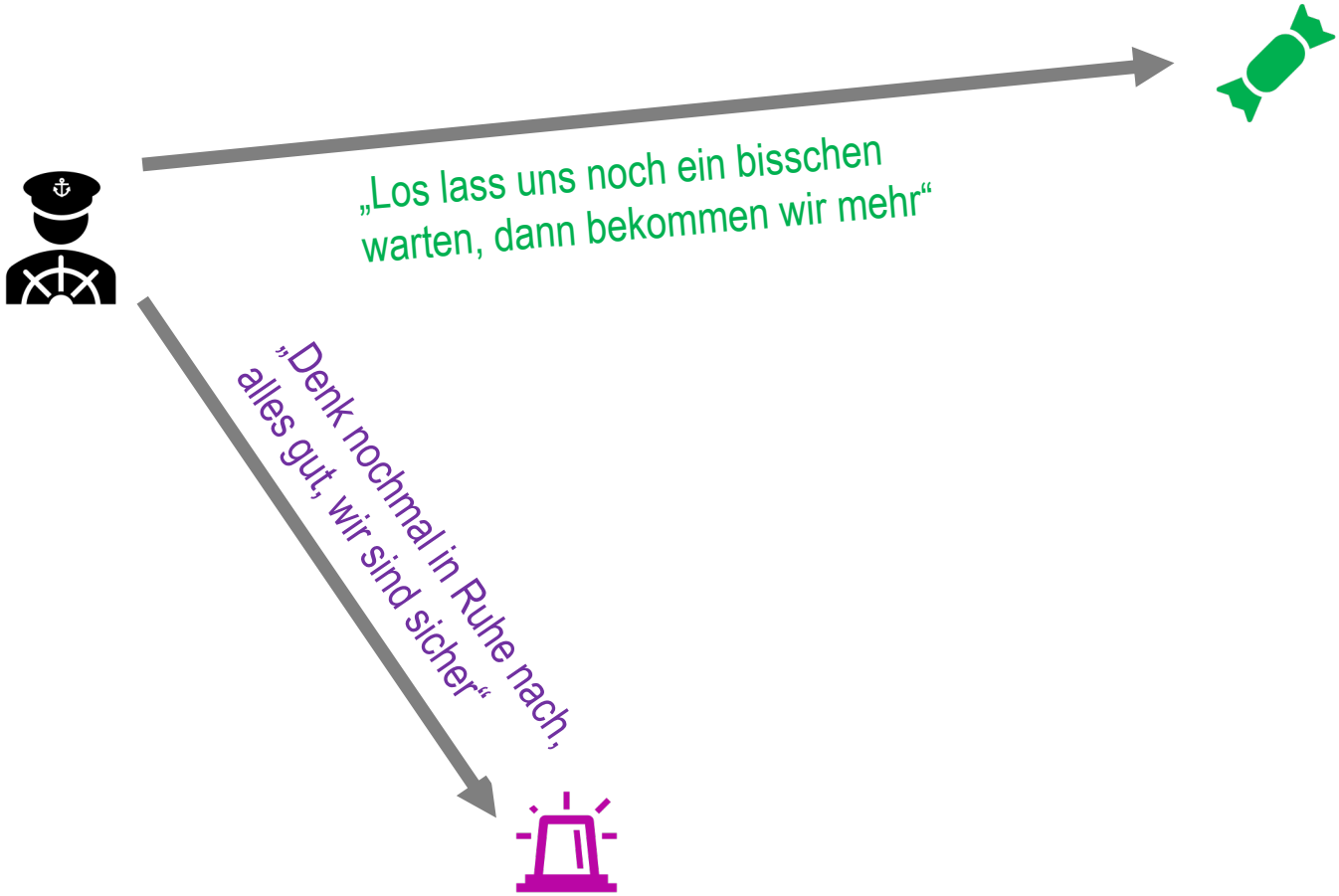
= Abspeicherntaste

Zusammenspiel zwischen

Steuerzentrale

Alarmsystem

Belohnungssystem



Early Life Stress

- Meist untersucht: Armut, Misshandlung, frühe Wechsel in primären Bezugspersonen (z.B. Heimeinrichtungen)
- Gemeinsamkeit: Furcht und Angst

- Für kindliche biopsychosoziale Entwicklung Zusammenauftreten vieler Risikofaktoren entscheidend
- Dauer, Entwicklungszeitpunkt und Dosis relevant

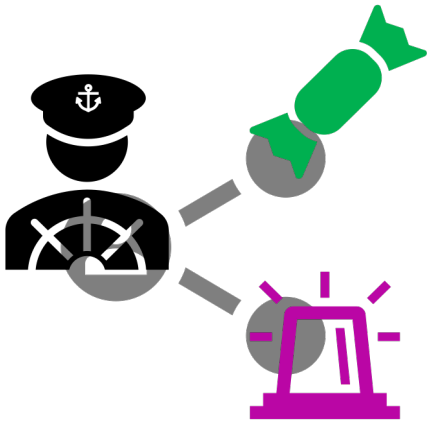
- Wegfall von Responsivität und Anregung = Bedrohung physischer und emotionaler Bedürfnisse und Deprivation
- Entwicklungstraumatisierung?

Early Life Stress und die Entwicklung von Steuerzentrale, Alarm- und Belohnungssystem

- Verändert Struktur und Arbeitsweise von Strukturen, die für Emotions- und Belohnungsverarbeitung wichtig sind

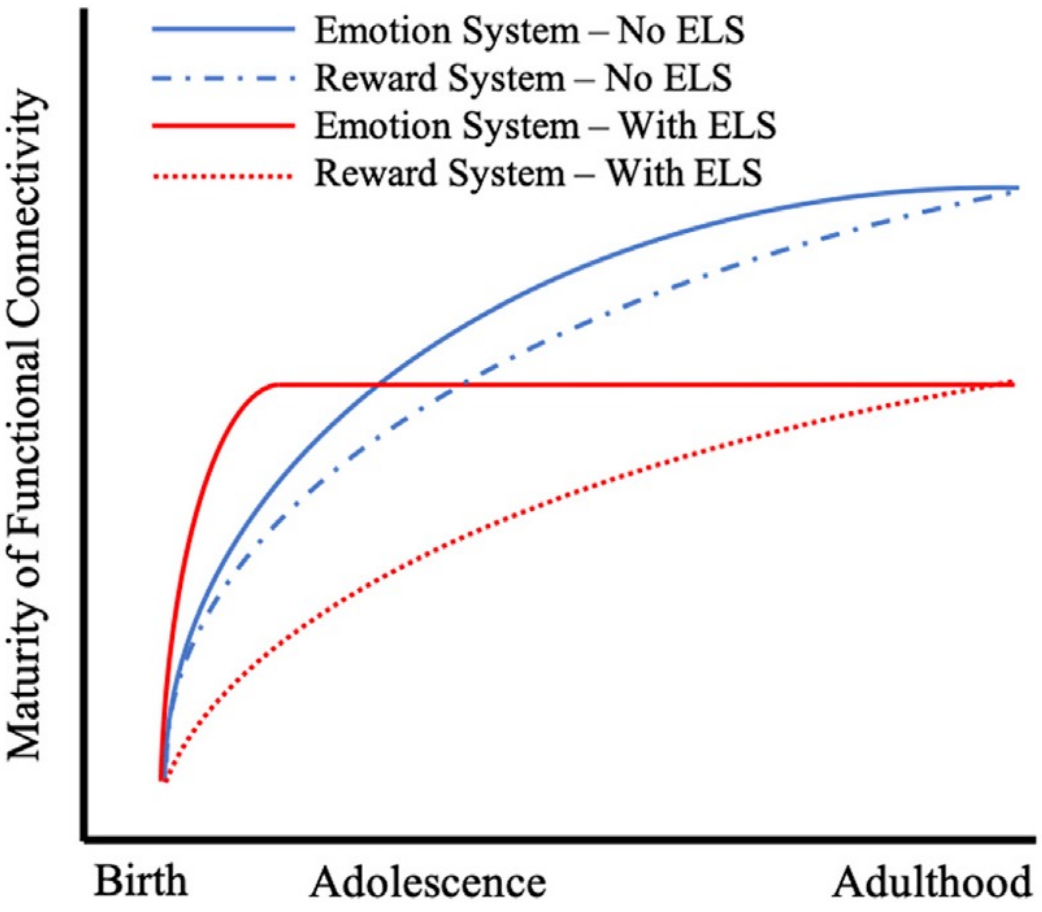
- Zusammenspiel zwischen PFK → Amygdala und PFK → Nucl. accumbens wichtig

- Amygdala überaktiv → frühe Reifung
- Belohnungsnetzwerk unteraktiv → verzögerte Reifung



Herzberg & Gunnar, 2020

Herzberg & Gunnar, 2020 NeuroImage 209 (2020) 116493



Hypothese auf der Basis der Literatur

1. Frühe Reifung Emotionssystem
2. Späte Reifung Belohnungssystem
3. Lebenslange Unterschiede

Bedeutung für die Praxis

1. Erst: besonders viel Blickkontakt, später übervorsichtig, über‘empfindlich‘ gegenüber Gefahrenreizen
2. lieber sofort Belohnung, weniger gutes Lernen durch Belohnung
3. Lebenslange Verletzlichkeit (?)

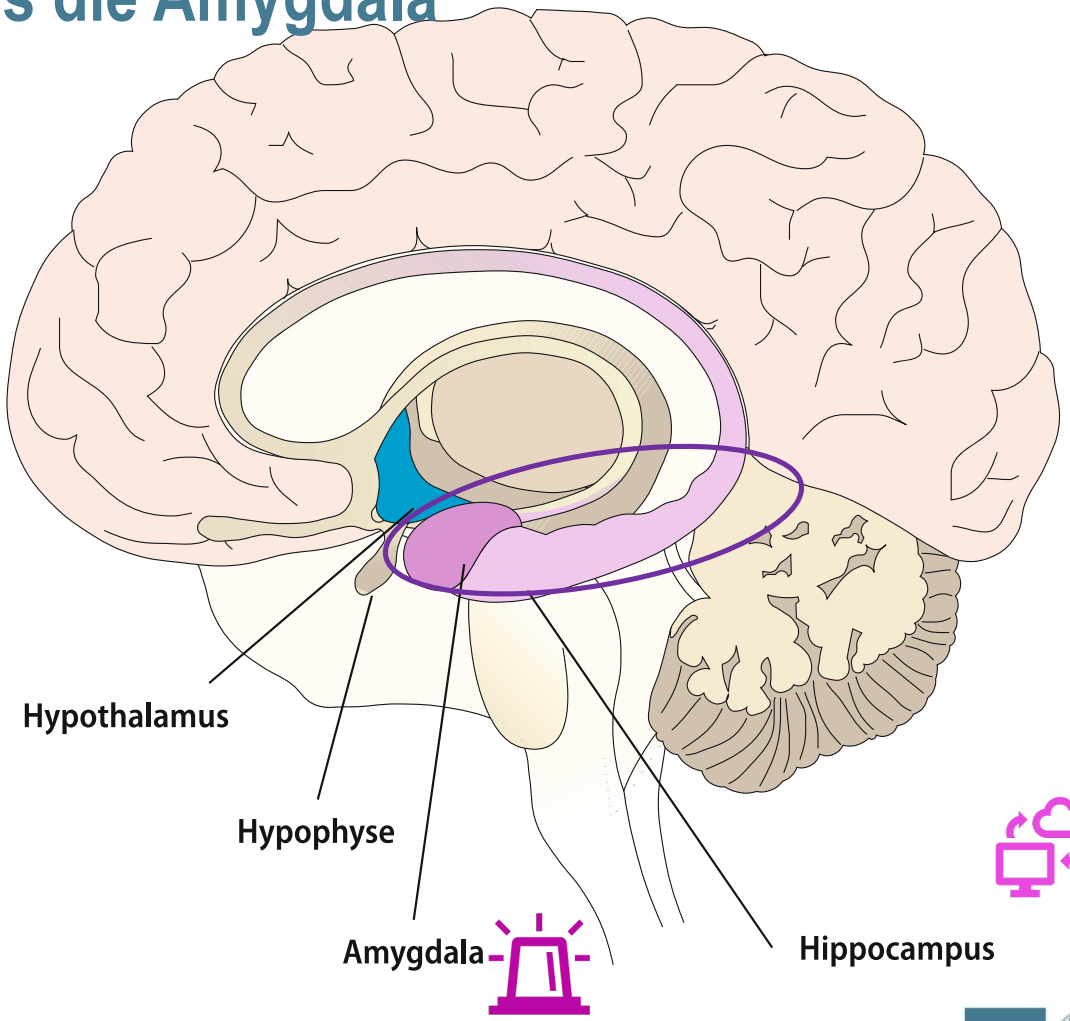
Das emotionale Gehirn ist mehr als die Amygdala

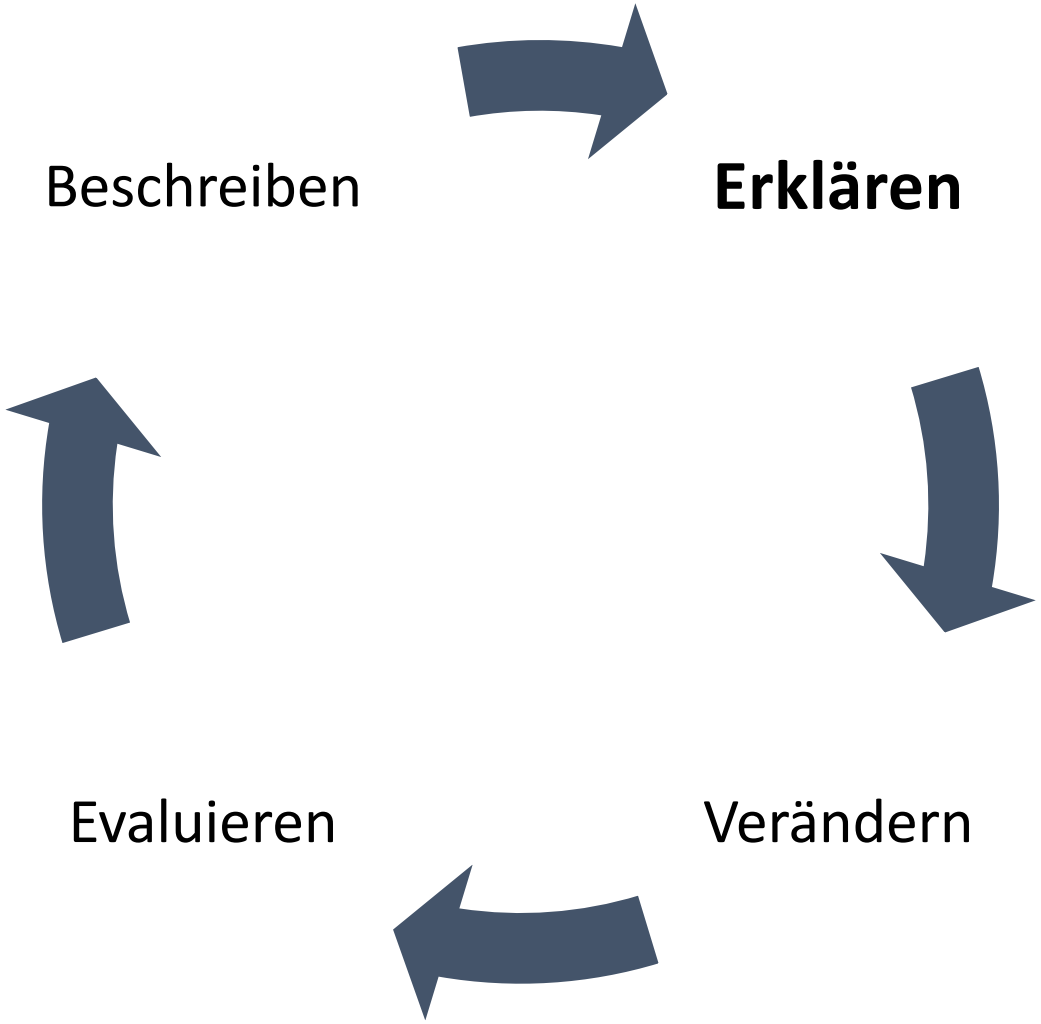
In großer Angst lernen wir nicht ‚gut' – sondern den Lernstoff zusammen mit dem Gefühl

frühe (gravierende) Stresserfahrungen verändern Struktur und Arbeitsweise von Amygdala & Hippocampus

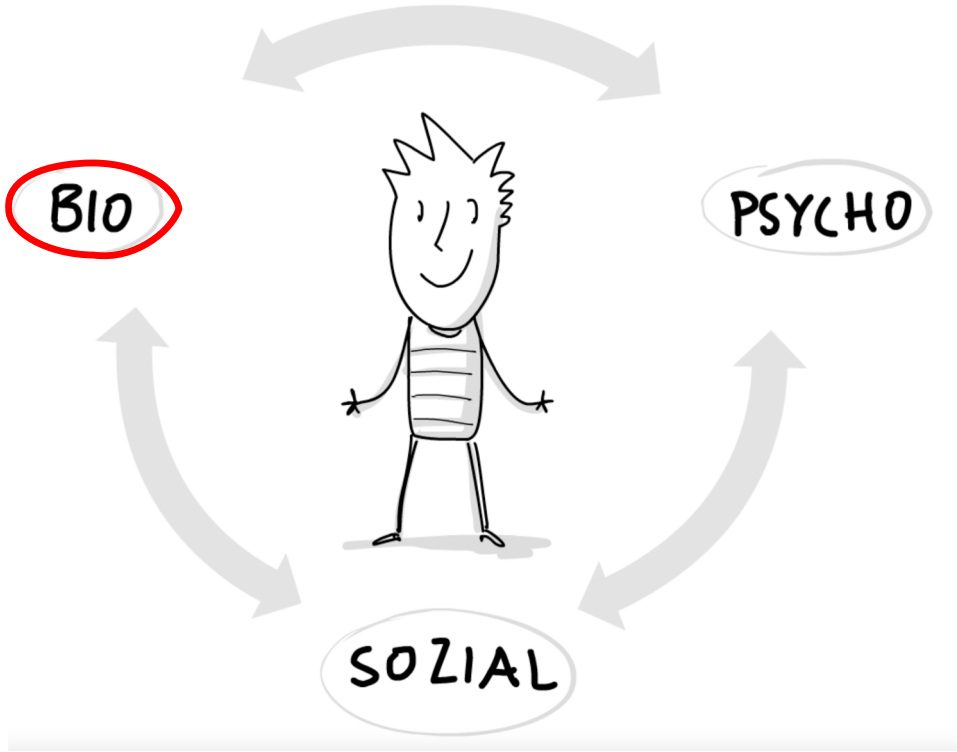
Biologische Grundlage von Emotions-verarbeitung und Gedächtnis ‚ungünstig'

Stark aktivierte Amygdala hemmt Präfrontalen Kortex
(= Kontrolle des limbischen Systems ‚über' Steuerzentrale)

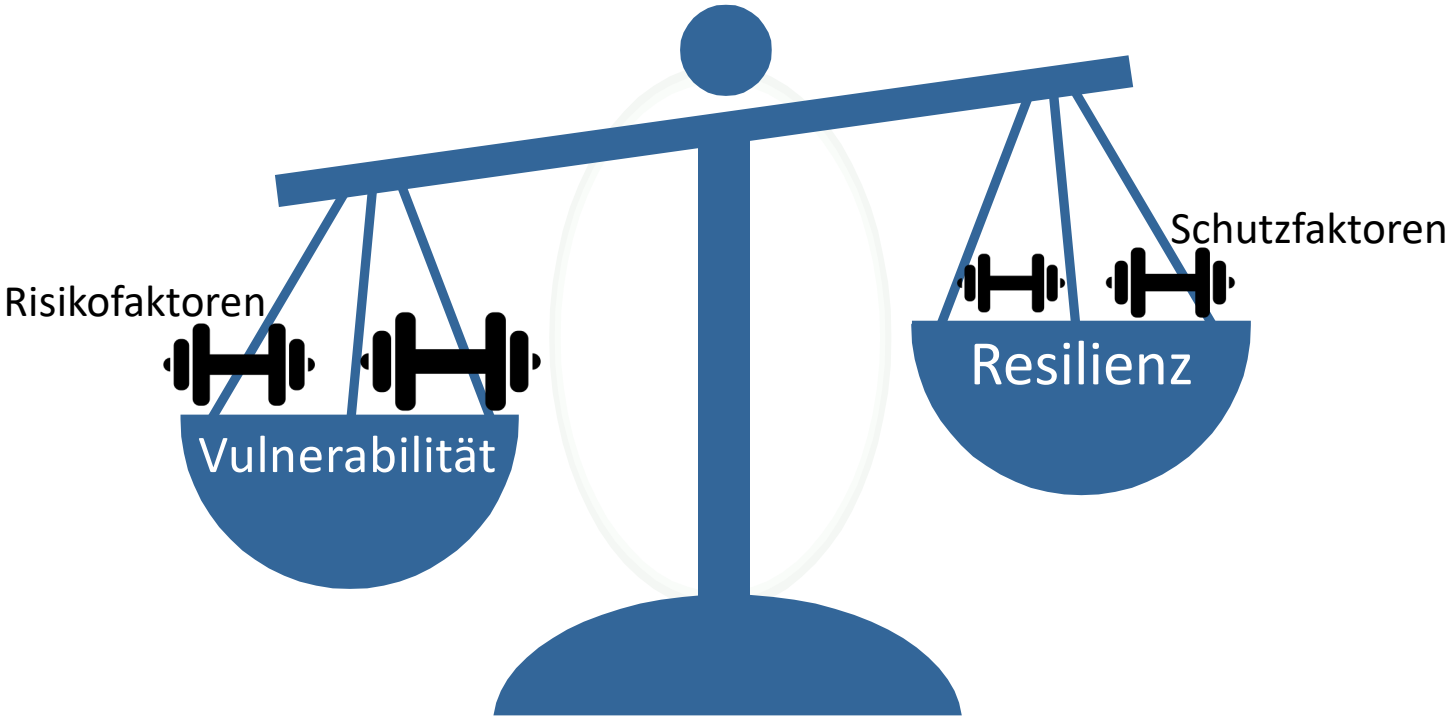



Beschreiben
Erklären
Verändern
Evaluieren

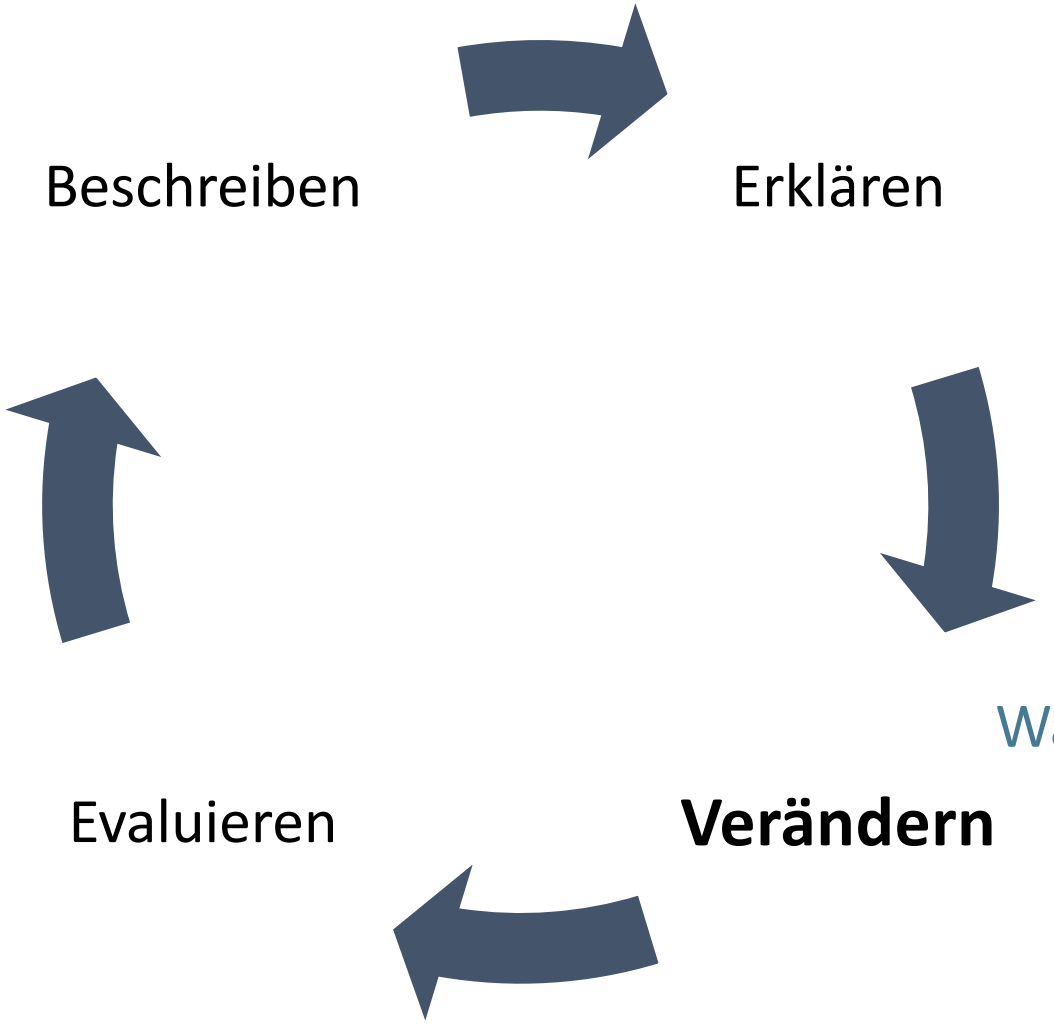
Vulnerabilität + Stressor



Entwicklungsprobleme entstehen, wenn Vulnerabilitäten „schwerer sind“ als Resilienz



Unsere Aufgabe: **eine passende Umwelt** bereit stellen

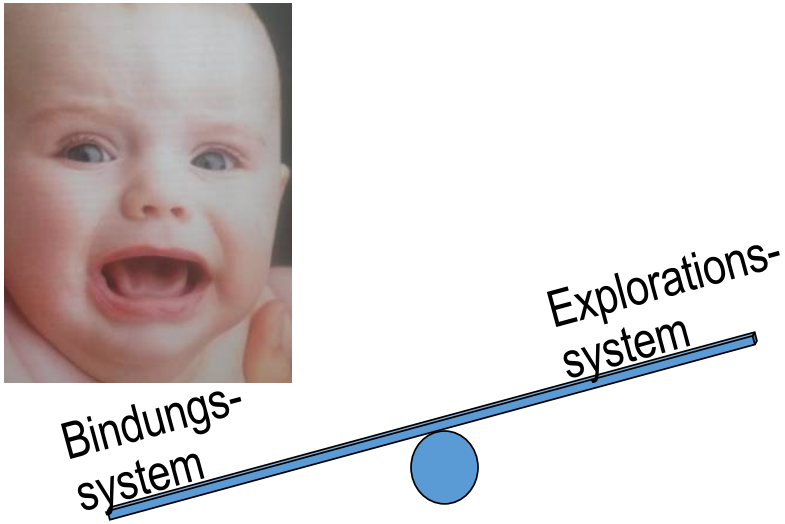


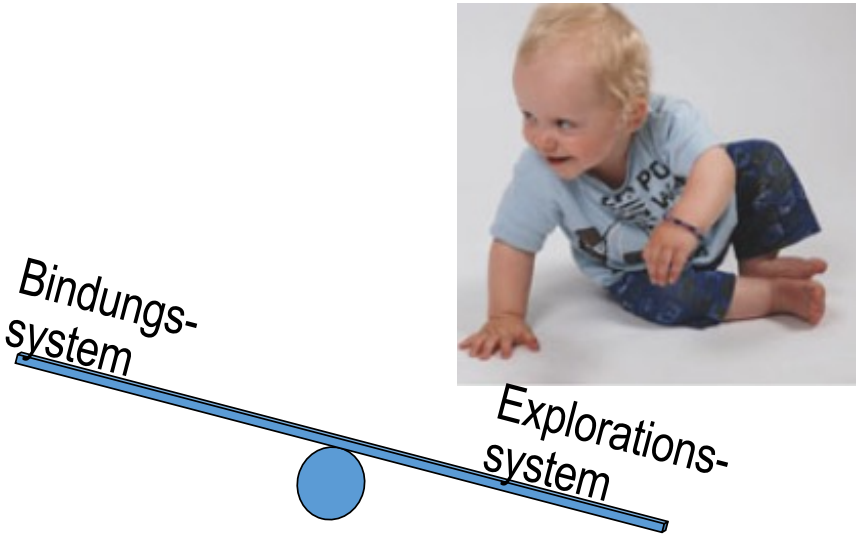
Was tun ? – zurück zur Bindung

Empfehlenswerter wikipedia Eintrag

Bindungstheorie (John Bowlby, 1969)

- Bei Angst, Traurigkeit, Ärger, Krankheit (= emotionaler Verletzlichkeit) setzt das Kind Bindungsverhalten zur Emotionsregulation ein
- Fühlt sich das Kind sicher, erkundet es die Welt (= kann lernen, Neues ausprobieren)

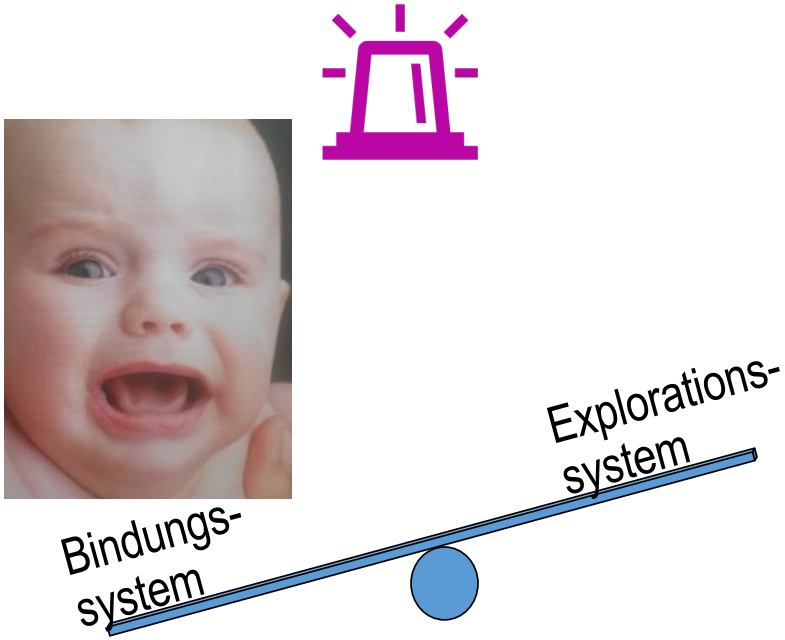


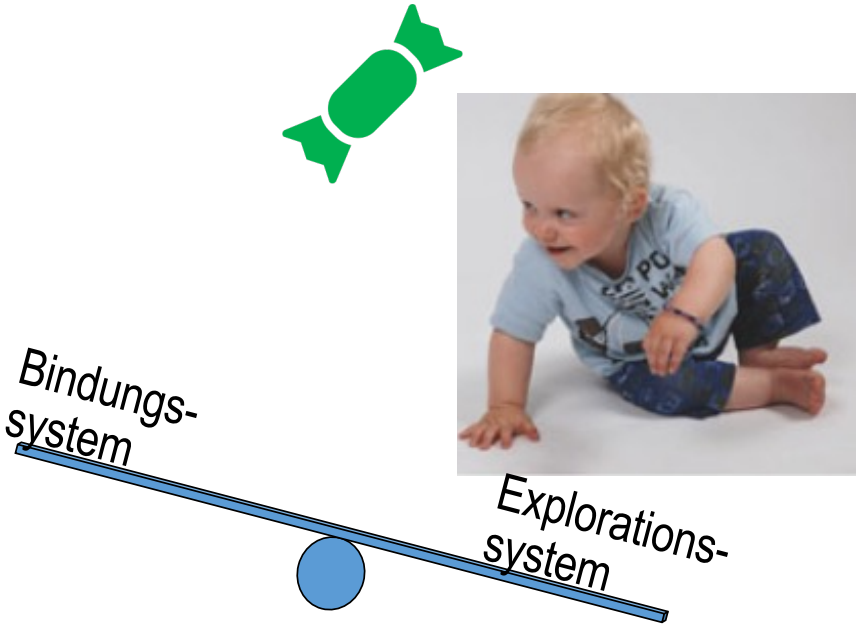


Empfehlenswerter wikipedia Eintrag

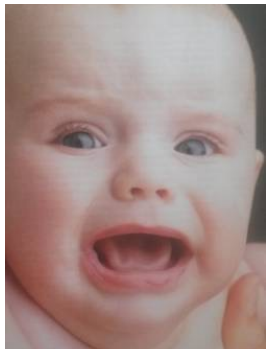
Bindungstheorie (John Bowlby, 1969)

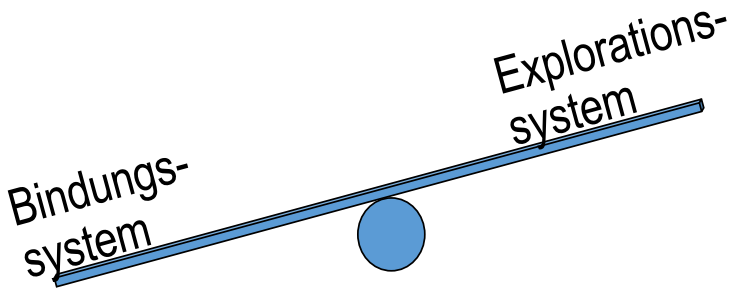
Bowlby kannte keine neurowissenschaftlichen Methoden – die Systeme sind die gleichen





Bindungssystem aktiv





Aus Reaktionen der primären Bezugsperson(en) werden Regeln zu Verfügbarkeit und Verlässlichkeit abgeleitet

<u>Sicher gebunden:</u> Nähe und Trost suchen (Bezugsperson wird als zuverlässig wahrgenommen)

<u>Unsicher-vermeidend:</u> kein/ wenig trostsuchendes Verhalten (Bezugsperson wird als unzuverlässig wahrgenommen)

<u>Unsicher-ambivalent:</u> ‚dramatisches', wechselhaftes Bindungsverhalten (Bezugsperson wird mal als verlässlich und mal als unzuverlässig wahrgenommen)

Bindungssicherheit entsteht durch **Feinfühligkeit** der Bindungsperson

– was *genau* ist Feinfühligkeit?

Eine **feinfühlige Person**…

- Nimmt die Signale des Kindes wahr
- Interpretiert sie richtig
- Reagiert prompt und angemessen

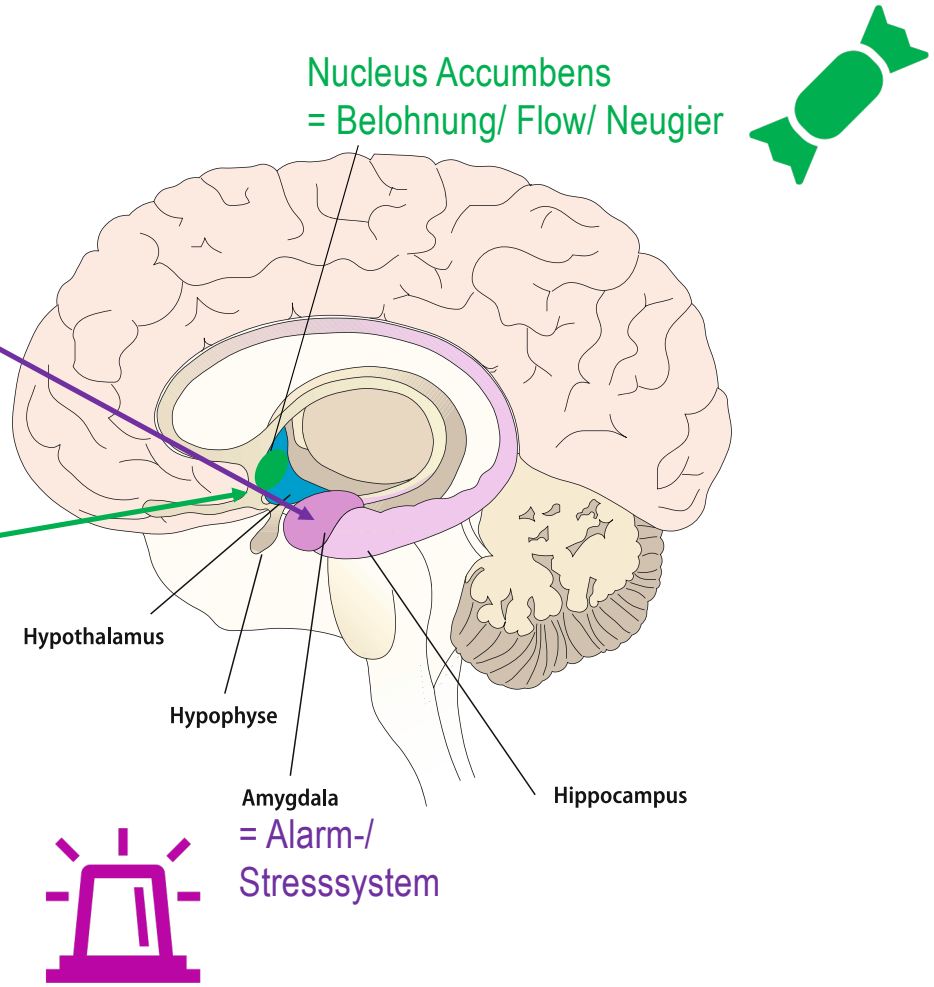
Bindung & Zugehörigkeit

Orientierung & Kontrolle

Lustgewinn & Unlustver-meidung

Selbstwerter-höhung & -schutz

emotionales Grundbedürfnis



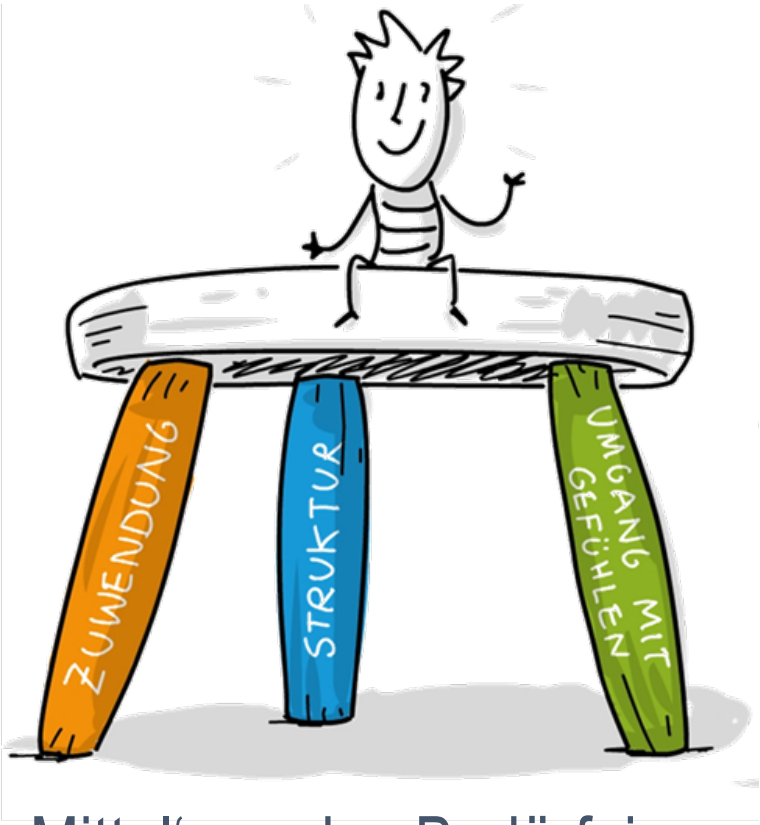
Bindung & Zugehörigkeit

Orientierung & Kontrolle

Lustgewinn & Unlustver-meidung

Selbstwerter-höhung & -schutz

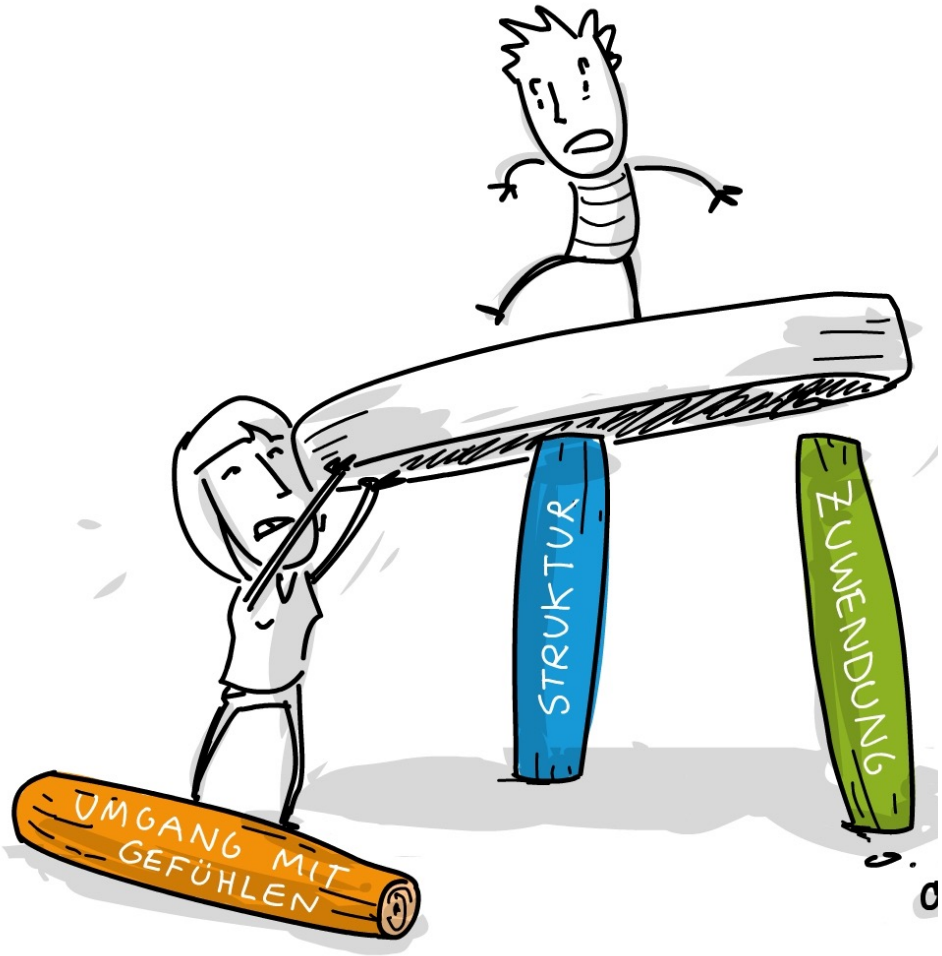
emotionales Grundbedürfnis



‚Mittel' um das Bedürfnis zu befriedigen

Universität zu Köln

Den individuellen Hocker stabilisieren und Balance herstellen



Kognitiv – behaviorale Elterntrainings

1. Kindliches Verhalten erklären
2. Beziehung stärken
3. Prosoziales Verhalten positiv verstärken

- Sehr gut untersucht: gelten als effektivste Intervention zur Reduktion **externalisierender Verhaltensprobleme** (Coates et al., 2015; Furlong et al., 2012; Mulqueen et al., 2015; Görtz-Dorten, Hanisch et al., 2020; Shaw & Taraban, 2017)
- Einzel / Gruppe, Face-to-face / Online
- Übertragung der Inhalte auf pädagogische Fachkräfte (Plück et al., 2006; Hanisch et al., 2018)
- Trainings zur Förderung elterlicher Feinfühligkeit

Kognitiv – behaviorale Elterntrainings

1. Kindliches Verhalten erklären
2. Beziehung stärken
3. Prosoziales Verhalten positiv verstärken
4. Elterliche Emotionsregulation

GEFÖRDERT VOM

adopt

Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

Ritschel et al., 2021

adopt online

adopt-studie@uni-koeln.de

Start | Ihr Kind stärken | Sich selbst stärken | Gefühle: Wissenswertes

Ihr ADOPT-Online-Elterntraining

Hier erfahren Sie, wie Sie Ihr Kind im Umgang mit schwierigen Gefühlen unterstützen können und wie Sie selbst einen hilfreichen Umgang mit unangenehmen Gefühlen finden.

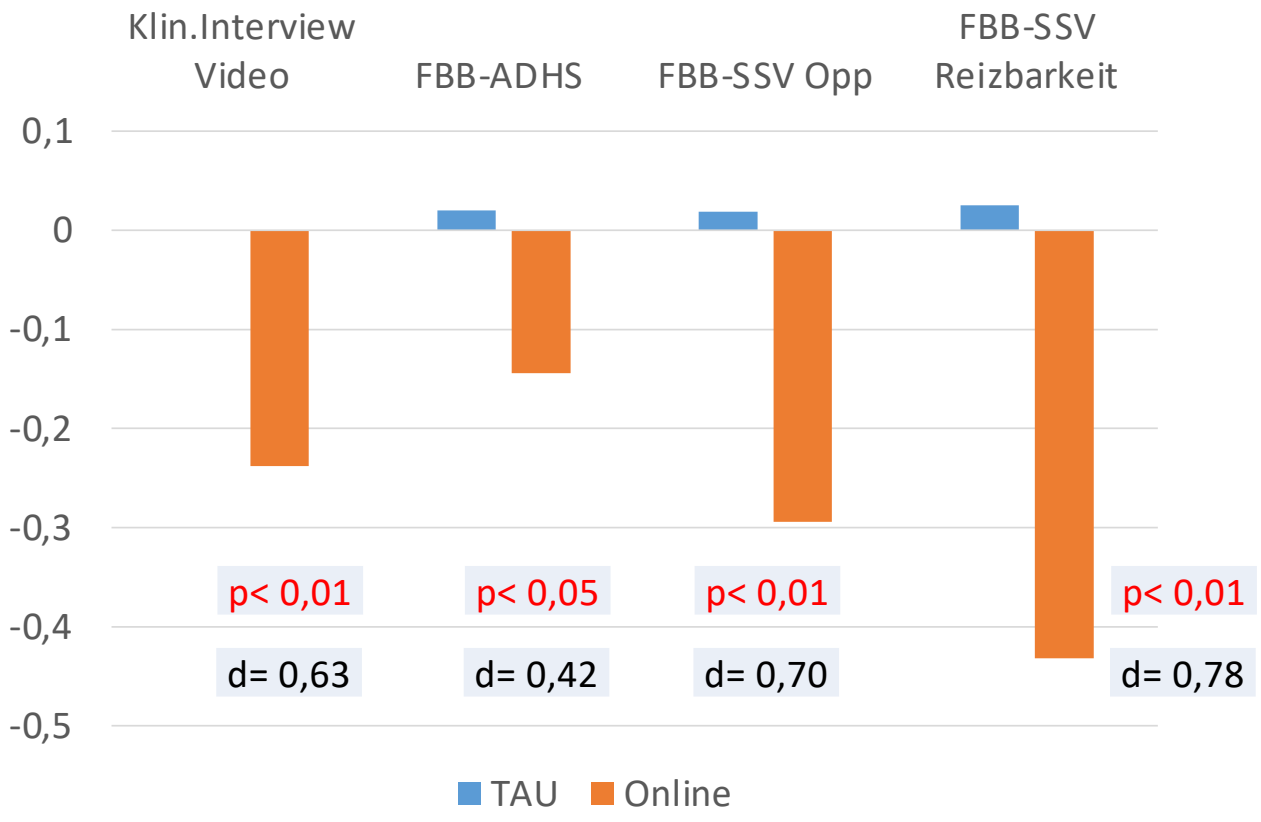
Es gibt insgesamt 3 Trainingsbereiche. Beginnen Sie einfach mit dem Bereich, der Sie am meisten interessiert und im Moment am wichtigsten für Sie ist.

Drei Trainingsbereiche: Kind, Eltern, Edukation

Ihr Kind stärken

Sich selbst stärken

Gefühle: Wissenswertes

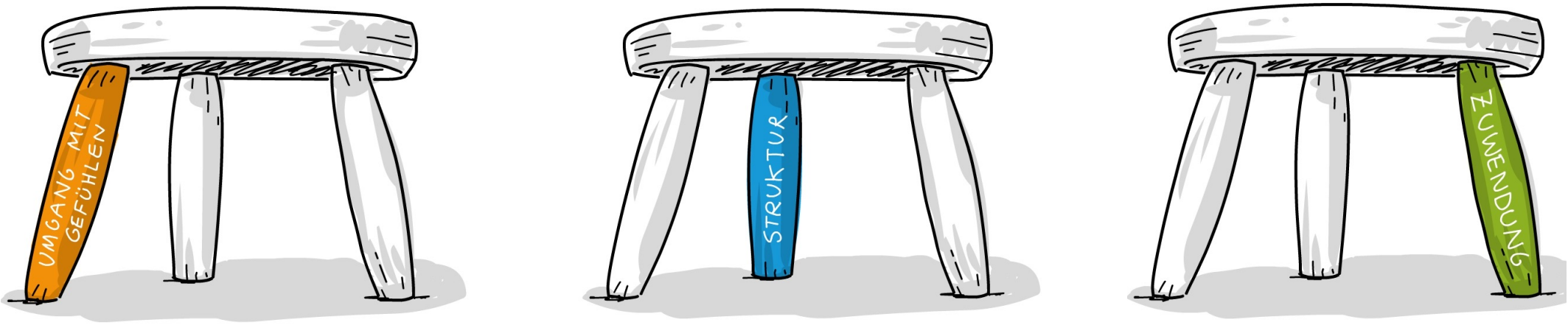


- Edukation zu Emotionen und zu Strategien
- Eigene Emotionsregulation

- Eltern berichten von Problemreduktion
- Sehr vorläufige Daten

Drei Hockerbeine für eine gesunde Entwicklung

1. Unterstützung im **Umgang mit Gefühlen**, damit das Kind gut im Leben zurechtkommt
2. **Struktur** durch klare Regeln und Lob, damit das Kind Orientierung in der Welt findet
3. **Zuneigung**, damit das Kind sich geliebt fühlt



Umgang mit Gefühlen

Helfen Ihrem Kind mit dem 5-Schritte-Plan mit seinen schwierigen Gefühlen umzugehen.

Struktur

Lernen Sie Regeln so aufzustellen, dass sich Ihr Kind daran hält und strukturieren Sie Ihren Alltag klar.

Zuneigung

Vermitteln Sie Ihrem Kind die Zuneigung, die es braucht.

Alle 3 Beine zusammen

Sehen Sie sich anhand von Spielfilmen an, wie man Umgang mit Gefühlen, Struktur und Zuneigung verbinden kann.

Ritschel et al., 2021

Umgang mit Gefühlen

Umgang mit Gefühlen

Helfen Ihrem Kind mit dem 5-Schritte-Plan mit seinen schwierigen Gefühlen umzugehen.

5-Schritte-Plan

Schritt 1: **Stopp!**

Schritt 2: **Was fühle ich?**

Schritt 3: **Ich gehe liebevoll mit mir um.**

Schritt 4: **Ich denke etwas Hilfreiches.**

Schritt 5: **Ich tue etwas Hilfreiches.**

Struktur

- Probleme verstehen
- Wenige, aber glasklare Regeln
- Loben Sie!
- Natürliche Konsequenzen
- Belohnungspläne
- Klare Tagesabläufe
- Selbstverantwortung fördern

Struktur

Lernen Sie Regeln so aufzustellen, dass sich Ihr Kind daran hält und strukturieren Sie Ihren Alltag klar.

Überblick
Probleme verstehen
Wenige, aber glasklare Regeln
Nur wichtige Aufforderungen
Loben Sie!
Natürliche Konsequenzen
Belohnungspläne
Klare Tagesabläufe
Selbstverantwortung fördern

Struktur

Selbstverantwortung fördern

Wenn Ihr Kind spürt, dass seine Meinung ernst genommen wird, fühlt es sich wertvoll. Wenn es die Erfahrung macht, dass es selbst gute Entscheidungen treffen kann, traut es sich mehr zu. Beides sind Eigenschaften von unschätzbarem Wert.

Versuchen Sie ein gutes Gleichgewicht zwischen eigenen Entscheidungen und festen Regeln zu finden.

Was probieren Sie in der nächsten Woche aus?

- [ ] Sie formulieren Bitten, die Ihr Kind mit einem „Nein“ ausschlagen kann.
- [ ] Sie ermutigen Ihr Kind, Neues auszuprobieren.
- [ ] Sie loben Ihr Kind nicht nur für Erfolge, sondern auch für seinen Mut, sein Interesse oder seine Hobbies.
- [ ] Ihr Kind darf entscheiden, was es zum Mittagessen gibt.
- [ ] Ihr Kind darf entscheiden, wohin der Wochenendausflug gehen soll.

Zuneigung

- In den Schuhen des Kindes laufen
- Mit dem Kind Gefühle entdecken
- Respektvoller Umgang
- Liebe zeigen
- Zusammen Spaß haben
- Mit anderen Kindern Spaß haben

Zuneigung

Vermitteln Sie Ihrem Kind die Zuneigung, die es braucht.

In den Schuhen des Kindes laufen

Kennen Sie das? Sie meckern Ihr Kind an, haben aber eigentlich ganz vergessen, vorher die Situation zu erklären? Was es darf, was nicht oder wie es sich verhalten soll?

Es ist wichtig, immer wieder in die Schuhe des Kindes zu schlüpfen und sich daran zu erinnern, dass Ihr Kind nicht all das weiß, was Sie wissen: Was steht an? Was gilt es zu beachten? Warum? Teilen Sie sich mit, so viel es geht. Kinder verstehen viel.

Üben Sie das am besten gleich einmal:

Wann waren Sie selbst gestresst und sind – ohne es zu wollen – sehr hart mit Ihrem Kind umgegangen?

Hier eintragen

Universität zu Köln

Schlüpfen Sie nun in die Schuhe Ihres Kindes: Wie hat Ihr Kind die Situation wahrgenommen und was hat es dabei wohl gefühlt?

Hier eintragen

Stellen Sie sich vor, Sie kommen erneut in diese Situation. Wie verhalten Sie sich jetzt?

Hier eintragen

Universität zu Köln

Der positive Blick

Um Ihrem Kind Liebe zu schenken, ist es hilfreich, wenn Sie sich auf die positiven Seiten Ihres Kindes konzentrieren. Denn manchmal überwiegt vielleicht der (ungewollte) Gedanke, dass Ihr Kind nur noch Probleme bereitet.

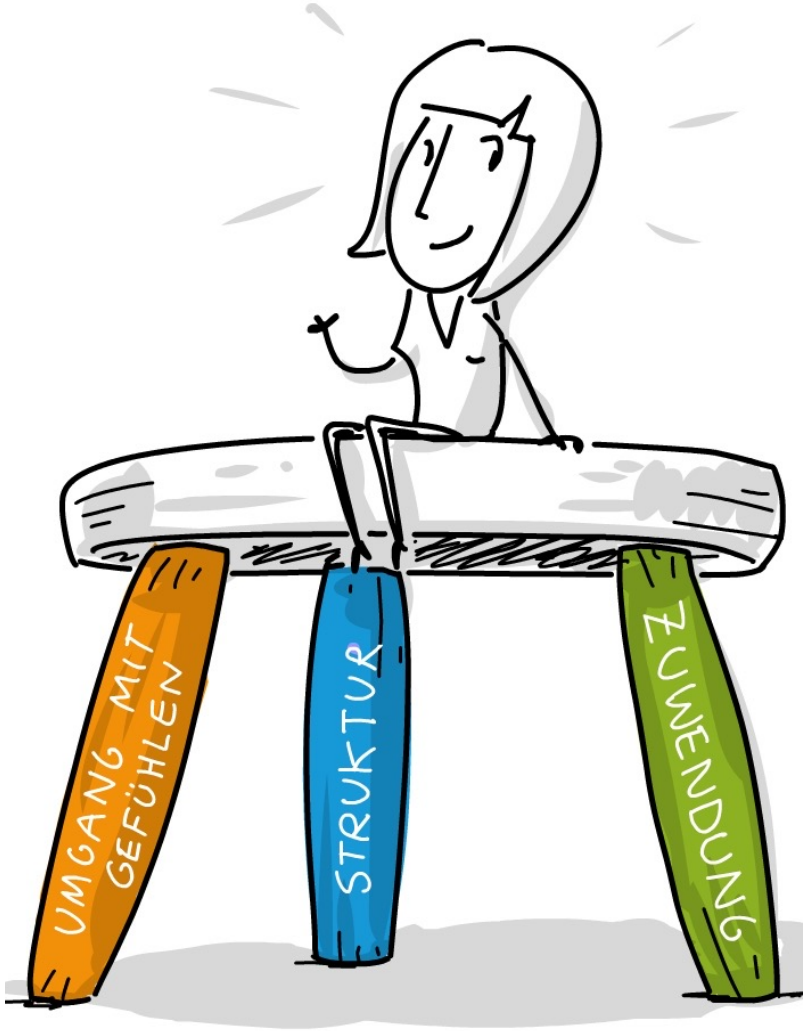
Fangen Sie also gleich an und schreiben Sie alle positiven Eigenschaften Ihres Kindes auf. Wann freuen Sie sich über Ihr Kind? Was kann Ihr Kind gut? Wann sind Sie auf Ihr Kind stolz? Beachten Sie auch Kleinigkeiten: Was läuft im Alltag gut? Was mögen Sie, auch wenn es Ihnen selbstverständlich erscheint?

Was mögen Sie an Ihrem Kind?

1 Hier eintragen

2 Hier eintragen

Universität zu Köln



Erziehung ist so komplex

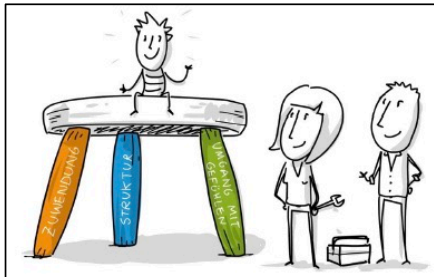
z.B. Selbstmitgefühl (Meditation)

Wann ist welche Seite aktiv?

Überlegen Sie jetzt: Gibt es Auslöser, die die jeweilige Seite aktivieren? Kann auch Ihr Kind eine bestimmte Seite in Ihnen aktivieren (z. B. weil es einen wunden Punkt von Ihnen erwischt)?

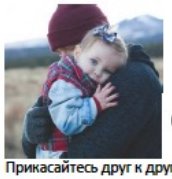
In welchen Situationen kommt bei Ihnen welche Seite zum Vorschein?

	Meine Seiten	Auslöser
1	Hier eintragen	Hier eintragen
2	Hier eintragen	Hier eintragen



Позитивное воспитание по модели «табурета»

внимание/любовь



Прикасайтесь друг к другу (объятия, ласковые прикосновения)

Покажите любовь и внимание разными способами

Предложите свою помощь (например, при решении новых задач)

Дарите подарки и оказывайте знаки внимания (записочки в ланчбоксах)

Проводите время вместе (совместные игры или чтение вслух).

Выражайте любовь словами (например, можно просто сказать "Я люблю тебя")

Совет: показывайте ребенку свою любовь самыми разными способами. Подумайте, как вы делаете это чаще всего, и на следующей неделе попробуйте способ, которым пользуетесь редко.

Düzen ve Uyum

Çocuğunuzun düzen ve uyumunu şu yollarla sağlayın:

Günlük rutinler, örn.:

- ✓ Sabah belirli bir program
- ✓ Ödevler için belirli saatler
- ✓ Belirli akşam ritüelleri (örn. hikaye okumak)

İpucu: Çocuğunuzla günlük programını gösteren bir poster hazırlayın. Böylece çocuğunuz bir sonraki adımın ne olduğunu bilir ve boş zamanlarının ne zaman olduğunu bilip buna sevinir.

Net ve öngörülebilen davranışlar:

- ✓ Aile içerisinde kurallar koyun
- ✓ Görev dağılımı yapın
- ✓ Çocuğunuzu küçük başarıları için de övün

İpucu: Çocuğunuzla birlikte kuralların neden önemli olduğunu ve aile üyeleri bunlara uymadığında neler olacağını düşünün.

Günlük aile yaşamında sabit günlük rutinlere rağmen tekrar tekrar aynı çatışmalar yaşanır. Bu videoda çatışmalarda sıklıkla neler olduğu açıklanıyor: https://www.hf.uni-koeln.de/41541

- 4 Förderschulen ESE
- *inklusiv:* 1 Grundschule, 1 Gesamtschule

4 Fortbildungen, 4 Coachings, (4 Peer-Coachings)

- Funktionale Verhaltensanalyse
- Emotionale Kompetenzen von Lehrkräften
- Classroom-Management (inkl. Verstärker- und Rückmeldesysteme)
- Lehrer:innen-Schüler:innen-Beziehung
- Verhaltensspezifisches Lob
- Selbstmanagementstrategien (Lern- & Arbeitsverhalten & sozial-emotionale Kompetenzen)

Establish (Herstellen)	Maintain (Pflegen)	Restore (Wiederherstellen)
Banking Time	regelmäßige Reflexion des Beziehungsstatus und Zeigen von Interesse über den Klassenraum hinaus	„Letting go conversation“ – Versicherung an den/die Schüler*in, dass ein Konfliktthema nun erledigt ist/nicht mehr angesprochen wird
2 by 10 (an 10 aufeinanderfolgenden Tagen bewusst je 2 Minuten Zeit mit dem/der Schüler*in verbringen)	5 to 1 (einer negativen Interaktion fünf positive Interaktionen folgen lassen)	Empathie für die Perspektive des Kindes zeigen
Interessen des/der Schüler*in ermitteln und aktiv darauf eingehen	Möglichkeiten finden, positives Feedback anzubringen	Trennung von Tat und Täter*in
Kommunizieren von Zutrauen in und Erwartungen an die Fähigkeiten	einfühlsames Reagieren auf Problemverhalten (proportional zum Problem)	Mitverantwortung für einen Konflikt ausdrücken, z.B. nach missglückter Interaktion
Überraschende Akte der Freundlichkeit	Spaß!	Beteiligung des/der Schüler*in an Lösungsfindung (Ziel: Win – Win)
Spaßaktivitäten, -ausflüge	von einer „unangenehmen“ Aufgabe entlasten (Hausaufgaben…)	Vermittlung bei Dritten suchen (Kolleg*in, Schulstation, Schulsozialarbeit…)
Hausbesuche	Belohnungen für angemessenes (Arbeits-) Verhalten (Aktivitäten, …)	
bewusstes Begrüßen und Verabschieden		
Komplimente überbringen lassen		(Cook et al., 2020, S. 4ff.).

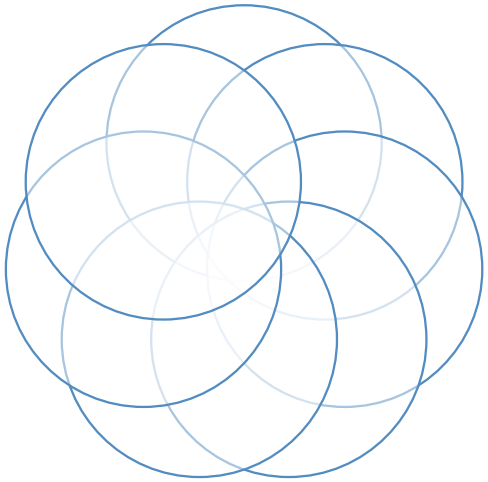
"Dieses Foto" von Unbekannter Autor ist lizenziert gemäß CC BY-NC-ND

Spotlight 1: Positivtagebuch

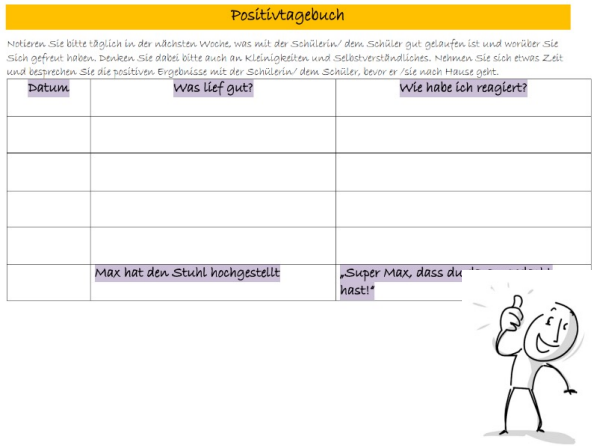
im Positivtagebuch notieren, was am Tag gut gelaufen ist

die Aufmerksamkeit auf positive Erfahrungen lenken

der Schülerin/dem Schüler zeigen, wenn Sie etwas gut finden



auch Kleinigkeiten und „Selbstverständlichkeiten “ beachten



Positivtagebuch

Notieren Sie bitte täglich in der nächsten Woche, was mit der Schülerin/ dem Schüler gut gelaufen ist und worüber Sie Sich gefreut haben. Denken Sie dabei bitte auch an Kleinigkeiten und Selbstverständliches. Nehmen Sie sich etwas Zeit und besprechen Sie die positiven Ergebnisse mit der Schülerin/ dem Schüler, bevor er /sie nach Hause geht.

Datum	Was lief gut?	Wie habe ich reagiert?
	Max hat den Stuhl hochgestellt	„Super Max, dass du hast!“

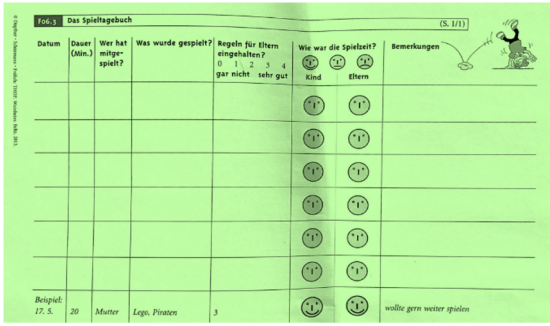
auf kleine Veränderungsschritte und Erfolgserlebnisse achten

auf Bemühungen der Schülerin/des Schülers achten

Universität zu Köln

"Dieses Foto" von Unbekannter Autor ist lizenziert gemäß CC BY-NC-ND

Spotlight 2: Banking Time/Spiel- & Spaßzeit



Fo6.3 Das Spieltagebuch (S. 1/1)

Datum	Dauer (Min.)	Wer hat mitgespielt?	Was wurde gespielt?	Regeln für Eltern eingehalten? 0 1 2 3 4 gar nicht – sehr gut	Wie war die Spielzeit? Kind	Eltern	Bemerkungen
Beispiel: 17. 5.	*20*	*Mutter*	*Lego, Piraten*	*3*			*wollte gern weiter spielen*

schwierige und angespannte Situationen

angenehme und schöne Situationen

sagen Sie gelegentlich etwas Schönes, ohne zu bewerten „Es ist schön, dich so fröhlich zu sehen“

exklusive Zeit mit Ihrer Schülerin/Ihrem Schüler

stellen Sie keine Fragen und geben Sie nicht vor, was zutun ist

Ihre Schülerin/Ihr Schüler bestimmt, was und wie gespielt wird

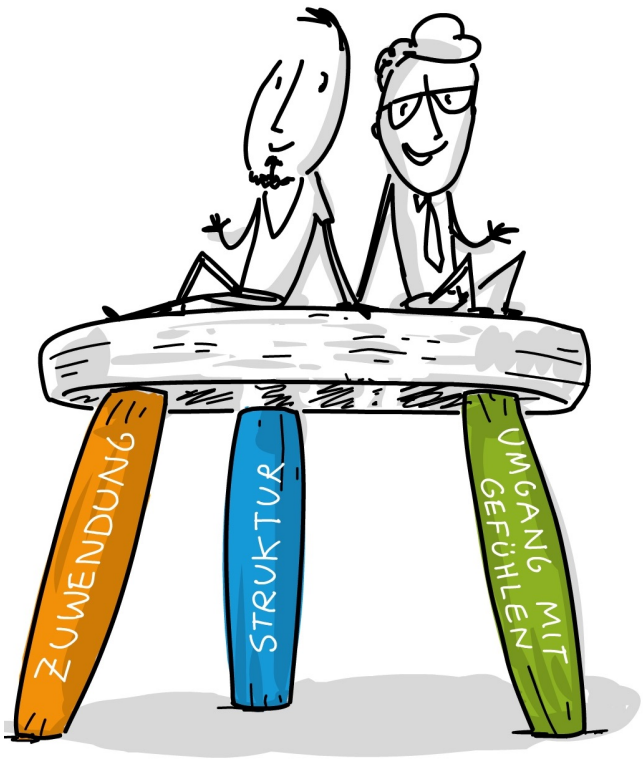
beschreiben Sie laut und wertfrei, was Sie beobachten

entspannen Sie sich und beobachten Sie wertfrei, was Ihre Schülerin/Ihr Schüler macht

Universität zu Köln

Zusammenfassung

- Early Life Stress geht mit Vulnerabilitäten im Bereich Emotions- und Belohnungsverarbeitung einher
- Kinder mit Bindungsunsicherheiten haben häufiger schwierige Gefühle auszuhalten bzw. brauchen Unterstützung bei deren Regulation
- Bindung ist die Voraussetzung, davon ausgehend kein Inwattepacken, Schwierigkeiten aus dem Weg räumen, Zueinfachmachen, weil es Stolz, Selbstwirksamkeitserleben, Entwicklung von Selbstbewusstsein verhindert
- Gerade bei Problemverhalten sind wir Erwachsene gut beraten, ‚unsere eigenen Hocker zu pflegen': Kinder & Jugendliche (beim Aushalten schwieriger Gefühle) zu begleiten, ist anstrengend!



Universität zu Köln

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

charlotte.hanisch@uni-koeln.de