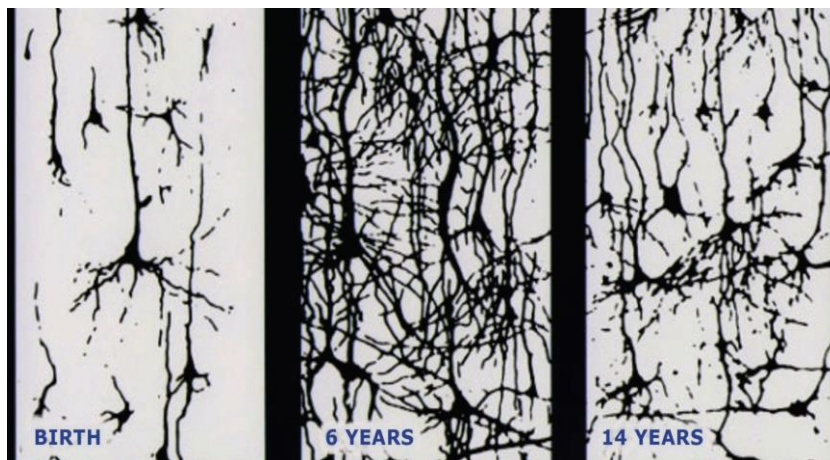


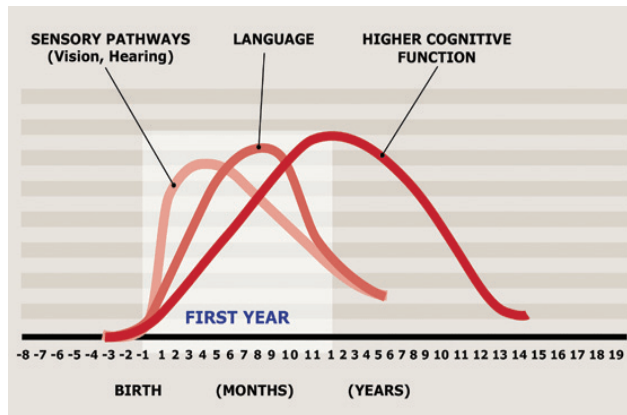


Stress- und Emotionsregulation bei Früh- und Risikogeborenen und behinderten Kindern. Welche Rolle spielen die frühen Eltern-Kind-Beziehungen?

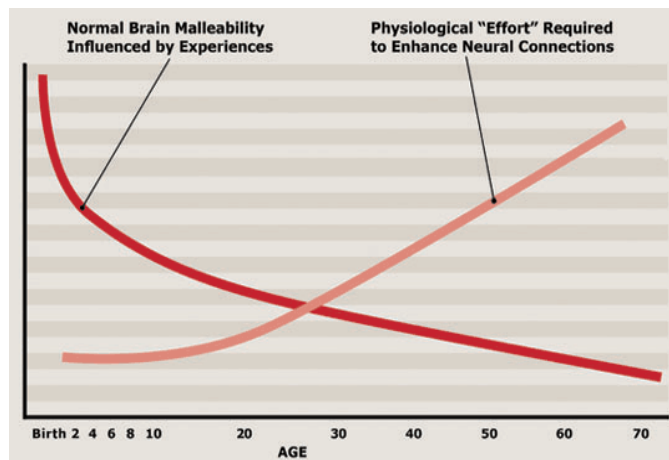
N. v. Hofacker



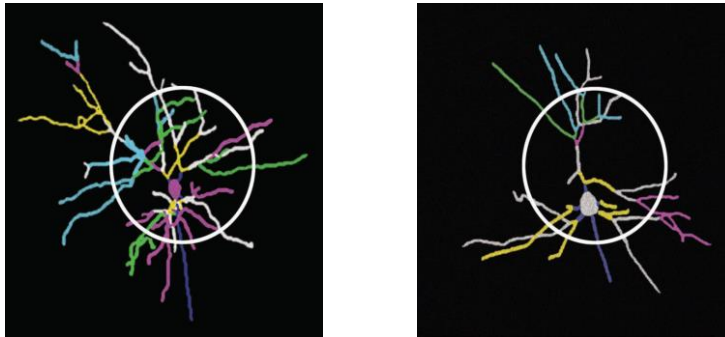
In den ersten Lebensjahren entwickeln sich 700 Synapsen pro Sekunde. Ausdünnung durch „Pruning“ zur Erhöhung der Effizienz. Frühe Erfahrung legen fest, welche Schaltkreise verstärkt, welche mangels Nutzung abgeschwächt/abgebaut werden – „Use it or loose it“



Das Gehirn ist hierarchisch organisiert – auf einfache neuronale Schaltkreise folgen in der Entwicklung komplexere. Das Timing ist genetisch determiniert, aber frühe Erfahrungen entscheiden darüber, welche Schaltkreise stark, welche schwach entwickelt sind. Neue Kompetenzen bauen auf bereits vorhandenen auf. Die Hirnarchitektur entwickelt sich wesentlich in Abhängigkeit von frühen Interaktionserfahrungen.



Wegen der Vielzahl an Synapsen ist die neuronale Plastizität in den ersten Lebensjahren wesentlich höher wie später. Damit ist der Aufwand, die Hirnarchitektur günstig zu beeinflussen deutlich geringer wie zu späteren Zeitpunkten, in denen bereits eine nutzungsabhängige Ausdünnung neuronaler Schaltkreise stattgefunden hat.



Chronischer, anhaltender Stress in der frühen Kindheit führt ohne elterliche Kompensation zu einer Daueraktivierung des kindlichen Stress-Systems. Damit kommt es in Zentren, die für das Lernen und die Verhaltens-regulation wichtig sind (Hippocampus, Präfrontalcortex), zu einer mangelnden Entwicklung neuronaler Synapsen und Schaltkreise.

Vom Makro- zum Mikrostress

- **Makrostress entsteht durch Makrofrustrationen:** sie überfordern die kindliche Selbstregulation und führen zu erlernter Hilflosigkeit → „toxischer“ Stress!
- 70% normaler Eltern-Kind-Interaktionen sind nicht optimal aufeinander abgestimmt (Tronick 1979) → „Mikrofrustrationen“
- **„Mikrofrustrationen“:** entscheidend ist der anschließende interaktive Repair, er führt zu erlernter Selbstwirksamkeit und Selbstregulation im Kontext elterlicher Koregulation

Die Rolle der frühkindlichen Eltern-Kind-Interaktionen in der kindlichen Stressregulation

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Kindliche Emotions- und Stressregulation und elterliche Coregulation

- Elterliche affektive Co-Regulation v. a. von negativen Affekten, Frustration, Stress etc. wichtig
- Affektspiegelung fördert die kindliche Emotionsregulation
- „bottom-up“ vs. „top-down“-Regulation
- Empathie schafft Verbindung von Hirn zu Hirn, unterstützt kindliche Emotionsregulation
- Förderung des Verständnisses mentaler Zustände
- Einschränkung der Emotionsregulation bei kognitiven und motorischen Entwicklungseinschränkungen

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Die schützende Wirkung positiver Eltern-Kind-Interaktionen

Positives elterliches Interaktionsverhalten (positiver Affekt, feinfühliges Eingehen auf kindliche Verhaltensmuster, Spiegeln kindlicher Affektzustände) ist assoziiert mit

- Verbesserter kindlicher Verhaltensregulation nach Stress (Martinez-Tortey et al., 2014, Feldman et al., 2009)
- Niedrigeren kindlichen Kortisolspiegeln nach Stress (Martinez-Tortey et al., 2014, Tu et al., 2007)
- Puffert die Weitergabe elterlicher traumatischer Erfahrungen und psychischer Störungen ab (Martinez-Tortey et al., 2014)

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Was ist anders bei Früh- und Risikogeborenen sowie behinderten Kindern ?

- Oft schon belastete Schwangerschaft → erhöhte kindliche Stressvulnerabilität (epigenetische Prozesse)
- Belastete Geburt als zusätzlicher Stressor von Mutter/Eltern und Kind
- Traumatisierende Erfahrungen i. R. intensiv-medizinischer Maßnahmen
- Körperlich-neurologische Folgen und ihr Einfluss auf die kognitive und sozial-emotionale Entwicklung
- Erhöhte Anforderung an elterliches Bewältigungs- und Erziehungsverhalten („Beziehungsstress“)

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Mögliche Folgen für die Emotions- und Stressregulation

- Beeinträchtigte Stressregulation durch mögliche epigenetische Veränderungen des Stresssystems
- Kognitive Einschränkungen → ↓ „top-down“-Regulation
- Sonstige hirnanorganische Veränderungen die die Emotionsregulation beeinträchtigen
- Veränderte Erregungsschwelle, beeinträchtigte Sinnesfunktionen
- Beeinträchtigte Integration komplexer Wahrnehmungen → Stress → ↓Emotionsregulation
- Motorische Probleme → ↓Emotionsregulation

Dr. med. Nikolaus von Hofacker a4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Wenn die elterliche Co-Regulation misslingt ...

Folgen dysfunktionaler Reaktionen der Bezugsperson auf kindlichen Stress

- Überaktivierung des elterlichen Stresssystems
- Verhindert funktionales coregulatives Verhalten
- Säugling wird nicht geschützt, eigenes Stresssystem bleibt/wird weiter massiv aktiviert
- epigenetische Folgen
- Kein Vertrauen in Funktionalität und Schutz von Beziehungen
- Säuglinge mit Distresserfahrungen reagieren v. a. in Wiedervereinigung d. Still-Face-Situation dysreguliert

Dr. med. Nikolaus von Hofacker a4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Sozial-emotionale Auffälligkeiten im frühen Kindesalter

Die Rolle von Temperament und sensorischer Wahrnehmung in der Emotionsregulation

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Temperamentsfaktoren

- Reaktion auf Neues
- Emotionale Grundstimmung
- Intensität der Reaktionen
- Anpassungsfähigkeit
- Frustrationsanfälligkeit
- Aktivität
- Gehemmtheit, Verhaltensblockade
- Aufmerksamkeit/Ausdauer
- Sensorische Empfindlichkeit
- Vorhersagbarkeit des Verhaltens, Regularität

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Temperamentsvarianten

- Inhibiertes Temperament
- Sozial offenes Temperament
- Hochsensitives/hochreaktives Temperament
- Gering reaktives Temperament
- Slow to warm up
- Schwieriges Temperament
- u. v. a. m.
- Manche Temperamentsvarianten erschweren eine gelingende Emotionsregulation

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



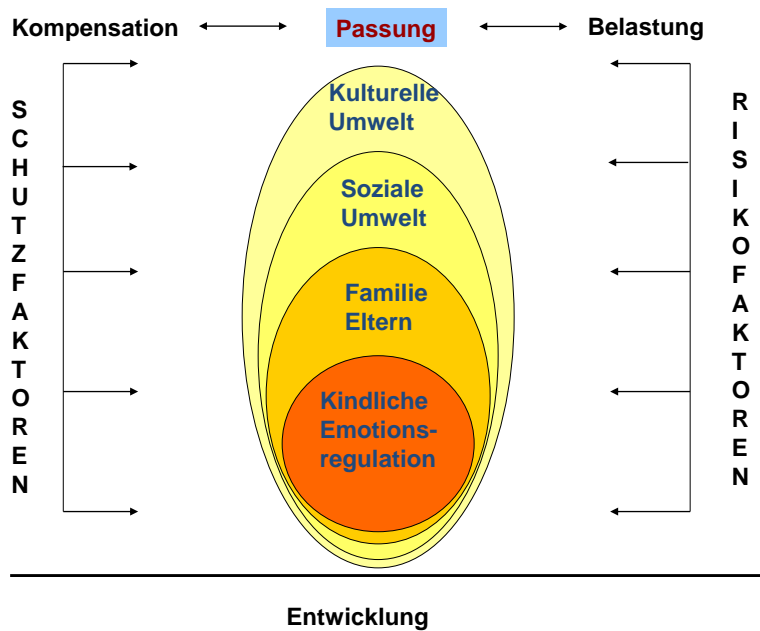
Frühkindliche Störungen der Emotionsregulation

Trias aus

- Kindlicher Schwierigkeit der Emotionsregulation
- Beziehungsbelastung
- Elterlich-familiäres psychosoziales Belastungssyndrom

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München





Erscheinungsformen beeinträchtigter Emotions- und Stressregulation im frühen Kindesalter

- Frühkindliche Regulationsstörung (Schrei-, Schlaf-, Fütterstörungen)
- Frühkindliche Ängste
- Störung mit unreguliertem Ärger (DC:0-5, 2016)
- Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen

Diagnostik bei frühkindlichen Störungen der Emotionsregulation

- Kindliche pädiatrische-neurologische-entwicklungspsychologische Untersuchung
- Temperamentserfassung (IKT)
- Sensorische Reizschwelle (ITSP, Dunn et al. 2012)
- Kindliche und elterliche posttraumatische Symptome
- Elterliche Belastungen (EBI, Abidin)
 - kindbezogen
 - Elternbezogen
 - Beziehungsbezogen
- Familiäre Belastungen
- Bewältigungsverhalten (coping)

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Sozial-emotionale Auffälligkeiten im frühen Kindesalter

Frühkindliche Ängste

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Angststörungen im frühen Kindesalter Störung mit Trennungsangst

Für Entwicklungsalter unangemessene, übermäßige Angst bei Trennung von Bezugspersonen (>3/7):

- Wiederholter, exzessiver Stress bei Trennung von Bezugsperson
- Anhaltende Sorge dass Ereignisse zu Trennung führen könnten
- Anhaltende Angst vor Fremdbetreuung
- Angst ohne Bezugsperson zu Hause zu bleiben
- Angst, ohne Gegenwart d. Bezugsperson einzuschlafen (> 1 Monat)
- Wiederholte Alpträume mit Thema Trennung
- Physische und physiologische Stresszeichen bei realer oder antizipierter Trennung

Dr. med. Nikolaus von Hofacker aa4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Angststörungen im frühen Kindesalter Störung mit Trennungsangst

Differentielle Bedingungsfaktoren

- elterliche Ängste, Trennungs- und Verlusterfahrungen
- Elterliche depressive Störungen
- kindliche traumatische Erfahrungen
- Kindliches Unsicherheits- und Angsterleben infolge der Einschränkungen durch die Behinderung
- Unsichere Bindungserfahrungen

Dr. med. Nikolaus von Hofacker aa4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Affektive Störungen
Störung mit unreguliertem Ärger und Aggression der
frühen Kindheit

Andauernd und übergreifend dysregulierte Stimmung und Verhalten, erkennbar in > 3 d. folgenden 4 Symptomgruppen

- Beträchtliche Wut/Ärger und dysregulierter Affekt
- Regelverletzungen
- Reaktive Aggression
- Proaktive Aggression

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Affektive Störungen
Störung mit unreguliertem Ärger und Aggression der
frühen Kindheit

- Symptome treten situations- und beziehungs-
übergreifend auf
- Symptome durch keine andere kindliche Störung
besser erklärbar
- Symptome bzw. deren Auswirkungen beeinträchtigen
signifikant Funktionsniveau des Kindes und der
Familie
- Alter > 2 Jahre, Dauer > 3 Monate

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Affektive Störungen Störung mit unreguliertem Ärger und Aggression der frühen Kindheit

Differentielle Bedingungsfaktoren

- Dysfunktionale Eltern-Kind-Interaktion, mangelnde elterliche Steuerung, elterliche Überforderung infolge erhöhter Erziehungsanforderungen
- Coercive Interaktionszyklen (Patterson)
- Elterliche Traumatisierungen, broken-home
- Mangelnde Konflikt-, Stressbewältigungs- und Problemlösungsstrategien
- Gewaltbereites familiäres Milieu, familiäre Modelle
- Multiple familiäre Belastungen
- genetische Aspekte

Dr. med. Nikolaus von Hofacker aa4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Sozial-emotionale Auffälligkeiten im frühen Kindesalter

Therapeutische Maßnahmen

Frühkindliche Ängste

- Berücksichtigung entwicklungstypischer Ängste
- Bearbeitung elterlicher Ängste
- Förderung elterlicher eigener Angstregulation
 - Kognitive Angstbewältigungstechniken
- Förderung des Kontaktes mit Spielgefährten
- Unterstützung in sozialen Situationen
- Kindzentrierte Unterstützung
 - Förderung der Verarbeitung und des Umgangs mit der Behinderung
 - Förderung von Sicherheit vermittelnden Kompensationsstrategien

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Frühkindliche Ängste

Direkte Interaktionsanleitung:

- Unterstützung der Eltern in der Vermittlung von Sicherheit und Schutz → Klarheit elterlicher Signale !
- Unterstützung der kindlichen Angstregulation
 - Kognitive Angstbewältigungstechniken
 - Angstbewältigung im Spiel/Rollenspiel
- Unterstützung der kindlichen Explorationsbereitschaft
- Einüben zunehmender Distanz, kurzer Trennungen
- Ausreichende Befriedigung kindlicher Nähe- und Bindungsbedürfnisse

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Störung mit dysreguliertem Ärger und Aggression

- Entwicklungsorientierte Beratung der Eltern
- Unbedingt Berücksichtigung der kognitiven und emotionalen Reife und Regulationsmöglichkeiten oder – einschränkungen des Kindes
- Klärung familiärer, unverzichtbarer Grenzsetzungen, Normen, Regeln („Inventur“ inflationärer Regeln)
- Unterscheidung gesteuerter vs. ungesteuerter Emotionsdurchbruch
- Bei behinderten Kindern: in erster Linie Sicherheit vermitteln, ggffls. durch Körperkontakt, körperliche Beruhigung. Eingeschränkte kognitive u/o Selbstregulationsmöglichkeiten bedenken

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Störung mit dysreguliertem Ärger und Aggression

- Anerkennung des Affektes
 - Verbinden durch kurzes Einfühlen. Motto: Verbinden und Umleiten statt Befehlen und Fordern
 - ... heißt nicht Billigung des Verhaltens!
- Durchsetzen heißt nicht
 - dass das Kind seinen Willen aufgeben muss
 - dass das Kind sich unterwerfen muss
 - blinder Gehorsam!
- Elterliche Stärke unterwirft nicht sondern schützt (das Kind und andere vor seinen Emotionsdurchbrüchen) und gibt Sicherheit

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Störung mit dysreguliertem Ärger und Aggression

- Klare, verstehbare Grenzen setzen
- “Top-down” wirkungslos, wenn das Kind “bottom-up” emotional überflutet ist
- Abstand schaffen, jeder reguliert sich selbst, Regulationshilfen zur Verfügung stellen
- Bewegen statt den Kopf verlieren
- Ausstieg aus dem Gefängnis des Zweikampfes → Umleiten in spielerischem Kampf
- Visualisierung der Wut (“Ärgermonster”, “Wutteufel”)

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Störung mit dysreguliertem Ärger und Aggression

- Kompromisse anbieten, Rückzug “ohne Gesichtsverlust” ermöglichen
- Bei Beruhigung Besprechung dessen, was vorgefallen ist (“interactive repair”)
- Versöhnungsgeste als “interactive repair”
- Den Freundefaktor in der Familie steigern

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



Störung mit dysreguliertem Ärger und Aggression

- Elterliche Bewertung - kognitive Umstrukturierung
 - Kind zeigt in Protest eigenen Willen, Durchsetzungsversuch (kann später „funktional“ sein)
 - Trotzanfall ist nicht persönlich gegen Eltern gerichtet sondern oft Ausdruck der Hilflosigkeit und Frustration
 - das Kind braucht Unterstützung
- Klärung der und Verständnis für die damit verbundenen elterlichen Affekte, Phantasien etc.
- Förderung der elterlichen eigenen Stressregulation

Dr. med. Nikolaus von Hofacker a04 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



„... das Ärgermonster ...“



Störung der Emotionsregulation Literatur (selektiv)

- Daniel J. Siegel & Tina Payne Bryson Achtsame Kommunikation mit Kindern. 12 revolutionäre Strategien aus der Hirnforschung für die gesunde Entwicklung Ihres Kindes. Arbor Verlag.
- Daniel J. Siegel & Tina Payne Bryson Achtsame Kommunikation mit Kindern. Praktische Übungen, Arbeitsblätter und Aktivitäten, die Ihren Kindern eine harmonische Entwicklung ermöglichen. Arbor Verlag, 2016
- Susan Kaiser Greenland. Wache Kinder. Wie wir unseren Kindern helfen, mit Stress umzugehen, und Glück, Freude und Mitgefühl zu erleben.

Dr. med. Nikolaus von Hofacker ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie August-Exter-Straße 4, 81245 München



VIELEN DANK!

Dr. med. Nikolaus von Hofacker

ae4 Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik
und Psychotherapie
August-Exter-Straße 4,
81245 München
089 1893 987 22
hofacker@ae-4.de

