

## **Unsere Kinder betreffend.....**

### **Was viele unterschätzen:**

Nicht nur extreme Ereignisse wie Krieg hinterlassen Spuren im Gehirn. Auch das, was innerhalb der eigenen vier Wände passiert, prägt ein Kind auf einer tiefen, biologischen Ebene.

Moderne Gehirnscans zeigen, dass anhaltender familiärer Streit, heftige Konflikte oder ein instabiles Zuhause neuronale Veränderungen auslösen können, die denen ähneln, die man bei Soldaten nach traumatisierenden Kriegserfahrungen beobachtet.

Das bedeutet nicht, dass jede Meinungsverschiedenheit einem Trauma gleichkommt.

Aber es zeigt deutlich: **Emotionale Sicherheit ist für ein Kind kein Luxus — sie ist ein Grundbedürfnis.**

Kinder können laut lachen, spielen und scheinbar „funktionieren“, während ihr Nervensystem im Hintergrund permanent Alarm schlägt.

Denn ein Kindergehirn ist wie ein empfindlicher Kompass:

Es richtet sich an dem aus, was es immer wieder erlebt.

Wiederkehrende Konflikte = Wiederkehrender Stress = Eine dauerhafte Veränderung im Stresssystem des Gehirns.

### **Die gute Nachricht:**

Das Gehirn ist formbar. Liebe, Stabilität, Verlässlichkeit, echte Entschuldigungen und respektvolle Kommunikation können heilsamer sein als viele denken.

Es ist nie zu spät, ein Umfeld zu schaffen, in dem ein Kind innerlich zur Ruhe kommen kann.

Vielleicht ist es eine der wichtigsten Fragen, die wir uns stellen sollten:

**„Welche Welt erschaffen wir im Kopf eines Kindes – durch die Art, wie wir miteinander umgehen?“**

