

Transkript des Audimax Podcast mit Stefanie Höhl

Maiada Hadaia:

Herzlich willkommen. Das ist Audimax, der Wissenschaftspodcast der Universität Wien mit mir Maiada Hadaia. Stefanie Höhl, Sie sind Psychologin, ich freue mich sehr, dass ich heute bei Ihnen am Institut sein darf. Sie sind Leiterin des Arbeitsbereichs für Entwicklungs-psychologie, Dekanin und stellvertretende Institutsvorständin. Habe ich alles richtig genannt?

Stefanie Höhl: Genau das ist es.

Maiada Hadaia:

Vielen Dank, dass Sie Zeit haben für ein Gespräch. Die nächste Frage ist über menschliches Verhalten. Sie haben hier damit zu tun. Also ich bin sehr richtig hier bei Ihnen und vor allem auch mit einer ganz anderen Zielgruppe, als man vielleicht sonst zu tun hat, nämlich auch mit Kindern. Ich weiß nicht, wie sehr hier Familien beforscht werden, unter Anführungszeichen. Das erfahren wir alles von Ihnen. Einige Fragen vielleicht allgemeiner Art zu Ihrem Fokus. Darf ich Sie bitten? Einige Worte zu Ihrer Person?

Stefanie Höhl:

Ja, sehr gerne. Also, ich bin Entwicklungspsychologin und auch Neurowissenschaftlerin. Und ich interessiere mich besonders dafür, wie Babys und kleine Kinder andere Menschen wahrnehmen und von anderen Menschen lernen, und auch in Kommunikation treten mit anderen Menschen. Das heißt, das soziale Lernen ist bei uns im Fokus und wir untersuchen das auch aus einer Perspektive, in der wir auch das Kind und das Baby als aktive Interaktionspartner in diesen Interaktionen sehen. Das heißt, es geht nicht nur darum, was Babys sozusagen aufnehmen an Informationen aus der Umwelt, sondern auch, wie sie selbst einen Beitrag dazu leisten, wie die Interaktion mit beispielsweise Bezugspersonen ablaufen und genau welches Wissen und welche Kommunikation daraus entsteht.

Maiada Hadaia:

Sie haben hier auch die Wiener Kinderstudien, die Sie durchführen. Wie kann man sich eigentlich vorstellen, dass man mit und über Babys forscht, die müssen ja dann dabei sein, zum Beispiel. Wie läuft so was ab?

Stefanie Höhl:

Genau. Ja. Also, unsere Forschung ist ganz stark davon abhängig, dass wir sehr interessierte und

engagierte Familien dafür gewinnen können, an unseren Studien teilzunehmen. An unseren Kinder Studien. Die laden wir dann tatsächlich zu uns ein, in die Liebiggasse und an die Fakultät für Psychologie, wo wir ja ganz kindgerechte Räume haben, wo wir diese Studien tatsächlich vor Ort durchführen können. Und je nachdem, was in der spezifischen Studie genau gemacht wird, kommen dann die Familien mit ihren Kindern oder mit ihren Babys zu uns. Und wir führen dann Studien durch, die natürlich kindgerecht und spielerisch sind. Also für die Kinder ist immer das Wichtigste, dass es ihnen Spaß macht, dass sie interessiert sind und dabei sind. Denn auch die Babys sagen uns sehr deutlich, wenn sie etwas langweilig finden oder nicht mehr mitmachen wollen. Das heißt, das Wichtigste ist immer, dass sich alle wohlfühlen. Und da können wir durchaus sehr spannende Studien bei uns durchführen.

Maiada Hadaia:

Inwieweit sind dann die Eltern hier relevant, außer dass sie sie begleiten müssen und auch interagieren?

Stefanie Höhl:

Genau. Ja, das ist von Studie zu Studie etwas unterschiedlich. Also wir haben Studien, wo es ganz grundlegend darum geht, wie Babys ihre Aufmerksamkeit auf Dinge in der Umgebung richten, also seien es Filme oder Bilder oder auch akustische Reize. Und dann gibt es aber auch Studien, in denen wir uns ganz gezielt die soziale Interaktion mit der Bezugsperson anschauen. Also wir haben sowohl Studien, wo Babys und Kinder dann mit ihren Müttern interagieren, als auch mit ihren Vätern interagieren. Und die sehen je nach Altersgruppe, die wir da untersuchen, die wir beforschen, sehr unterschiedlich aus. Also wir haben Studien, in denen dann beispielsweise Kinder im Kindergartenalter mit ihren Eltern gemeinsame Puzzles lösen oder bestimmte Spiele spielen.

Und mit den Babys geht das natürlich nicht. Da schauen wir uns dann eher sowas an, wie hier die direkte Interaktion abläuft. Also beispielsweise spontane Berührungen zwischen Mutter und Kind sind dann interessante Aspekte, die wir uns anschauen, also die nonverbale Kommunikation und die Aspekte von Interaktion, noch bevor die Babys sprechen können.

Maiada Hadaia:

Inwieweit ist jetzt hier zum Beispiel, weil sie sagen, Sprache braucht man jetzt nicht unbedingt. Ist es relevant, wie die „kulturelle“ Herkunft ist?

Stefanie Höhl:

Ja, auch das ist total spannend, denn Studien auch von anderen Arbeitsgruppen haben gezeigt, dass sich gerade auch in der frühen Entwicklung die Interaktionsmuster kulturell unterscheiden,

also in westlichen Kulturen. Auch in Mitteleuropa findet ganz viel Interaktion mit Babys so face to face statt, dass sich beide gegenseitig ins Gesicht schauen. Und dann kommt es zu so interessanten Sachen wie Protokonversation, wirkt von außen wie eine Konversation. Das heißt, das Baby lokalisiert, gurr vielleicht oder brabbelt und die Bezugsperson reagiert darauf. Und dann ist wieder das Baby dran und es geht so hin und her wie bei einer verbalen Konversation, was total spannend ist und was wir jetzt auch festgestellt haben, dass das auch im Babyalter schon dazu führt, dass sich die Gehirnaktivitäten zwischen Baby und Bezugsperson aneinander angleichen.

Und dann gibt es andere Kulturen, in denen dieses von Angesicht zu Angesicht gar nicht so im Fokus steht, also zumindest nicht so viel Zeit damit verbracht wird, aber die Babys unheimlich viel Körperkontakt haben, den ganzen Tag getragen werden. Und auch das ist was, was wir eben in einer anderen Studie schon mal gezeigt haben, dass Körperkontakt auch dazu führen kann, also auch ein wichtiger Kommunikationskanal ist, dass sich die Gehirnaktivitäten von Baby und Bezugsperson aufeinander einstimmen.

Ganz konkret haben wir auch eine Studie aktuell, in der wir uns einen interkulturellen Vergleich anschauen. Und zwar haben wir da Babys bei uns getestet und eine gleich große Stichprobe von Babys und ihren Müttern in Kyoto in Japan.

Und was uns da interessiert hat, ist, ob die Mütter in Wien und in Japan, wenn wir den Eltern Kind Paaren, Bilder zeigen, ob die auf das Gleiche zeigen. Der Hintergrund ist, dass Personen in Westeuropa oder generell der westlichen Hemisphäre dazu tendieren, sich sehr auf das Objekt im Vordergrund eines Bildes oder einer Szene zu fokussieren und da ihre ganze Aufmerksamkeit drauf wenden und das dann auch besonders gut speichern, sich erinnern, darüber sprechen können. Während in östlichen Kulturen häufig relativ gesehen viel mehr Aufmerksamkeit auch auf den Hintergrund einer Szene oder den Kontext gelegt wird. Das heißt dann auch viel mehr daran erinnert wird als in westlichen Kulturen.

Das heißt, so was ganz Simple wie ein Bild anschauen ist schon kulturell sehr stark geprägt, sehr unterschiedlich, je nachdem, aus welchem kulturellen Kontext man kommt. Und das ist natürlich eine total spannende Frage, wie solche Unterschiede entstehen. Die sind ja sehr fundamental, ob ich ein Bild sehe und mich an das Auto auf der Straße erinnere oder auch noch an den Wald oder die Berge, die im Hintergrund sind. Das ist etwas sehr Grundlegendes. Und da haben wir festgestellt, dass tatsächlich die Mütter in Wien hauptsächlich auf die Objekte im Vordergrund auch gezeigt haben in der Interaktion. Und die Mütter in Japan, in Kyoto auch viel mehr auf den Hintergrund gezeigt haben, also die Aufmerksamkeit der Babys auch schon ganz unterschiedlich gelenkt haben. Und tatsächlich, das hat sich dann auch in den Gehirnaktivitäten der Babys widerspiegelt.

Also die Babys in Wien hatten dann viel stärkere Aktivierung für die Objekte im Vordergrund und bei den Babys in Japan war relativ gesehen eine stärkere Aktivierung auch für die Hintergrundinformationen zu sehen. Ganz spannende Unterschiede schon im ersten Lebensjahr. Also die Kinder waren so elf zwölf Monate alt, schon sehr, sehr früh. Und das Spannende ist,

dass wir uns mit unserer Forschung auch wirklich so an die Grundlagen oder die Wurzeln dieser Unterschiede herantasten können.

Maiada Hadaia:

Kann man dann in weiterer Folge daraus etwas ableiten, schließen, wie sich die Kinder weiterentwickeln? Ob sie, wenn sie Hintergründe besser sehen und erkennen, deshalb kreativer sind oder im Leben andere Wege finden, Probleme „besser“ lösen?

Stefanie Höhl:

Ja, da bin ich ein bisschen vorsichtig, denn diese kulturellen Unterschiede, die sind bei Erwachsenen sehr gut belegt. Aber die sind jetzt nicht per se irgendwie positiv oder förderlich oder negativ besetzt. Es ist einfach eine andere Art, die Welt wahrzunehmen oder mit der Welt in Interaktion zu treten. Das heißt nicht, dass das eine besser ist oder förderlicher für irgendwas als das andere. Ich würde das gar nicht werten. Es sind einfach Unterschiede und die zu verstehen ist wahnsinnig spannend. Und ich finde es schon auch wichtig zu verstehen, wie es zu diesen kulturellen Unterschieden kommt, um dann möglicherweise, die besser zu verstehen, und damit dann auch ja wiederum die Kommunikation oder Interaktion zwischen den Kulturen oder Angehörigen verschiedener Kulturen zu fördern.

Maiada Hadaia:

Welche anderen Zielgruppen zu den Babys schauen Sie sich noch an? Laden Sie zu sich oder gehen hin?

Stefanie Höhl:

Unsere Zielgruppe hauptsächlich in der Forschung sind tatsächlich Babys schon relativ kurz nach der Geburt bis Kinder im Alter von sechs sieben Jahren so ungefähr die Einschulung, das ist so der Altersbereich, wo sich einfach wahnsinnig viel tut in Hinblick auf die Gehirnentwicklung, in Bezug auf die Denkentwicklung und eben auch besonders in Bezug auf die soziale Entwicklung, die für uns wahnsinnig spannend ist.

Das heißt, das ist unsere Hauptzielgruppe und dazu laden wir eben wie gesagt ganz oft auch die Hauptbezugspersonen, meistens die Mütter oder auch die Väter dazu ein. Und in einigen Studien gehen wir tatsächlich auch in Kindergärten und schauen uns an, wie die Kinder auch miteinander mit den Gleichaltrigen interagieren und da natürlich auch voneinander lernen.

Maiada Hadaia:

Das heißt, möglicherweise haben Sie die Chance, wenn sie in Kindergärten gehen, dass da die Heterogenität der Kinder größer ist, die vor Ort sind?

Stefanie Höhl:

Ja, genau. Also die Familien, die zu uns kommen, die haben natürlich auch ein wahnsinnig großes Interesse daran, diese Forschung zu unterstützen, haben aber natürlich auch Zeit und Ressourcen dafür. Also selbstverständlich gibt es dann Aufwandsentschädigungen, auch die Fahrtkosten werden entschädigt, aber es gibt jetzt keine Bezahlung in dem Sinne. Also die Kinder arbeiten ja nicht bei uns, dass wir da irgendwie einen Stundenlohn auszahlen würden oder so was. Von daher muss die Motivation aufseiten der Familien groß sein. Und die ist es in der Regel, denn die Eltern interessieren sich natürlich für eigentlich nichts mehr, als was da im Kopf des Kindes vor sich geht, vor allem bei den Babys, die ja noch nicht sprechen können.

Trotzdem wäre es natürlich schön, noch mehr Eltern und mehr Familien zu erreichen, auch aus ganz unterschiedlichem Background. Das ist tatsächlich auch einer der Gründe, warum wir auch Studien in den Kindergärten durchführen, wo dann eben die Familien nicht extra zu uns kommen, sondern wir hingehen, wo die Kinder ohnehin schon sind. Zudem führen wir auch Studien durch, die rein online stattfinden, also wo die Familien auch von zu Hause aus mit Computer, Laptop oder Handy teilnehmen können. Tatsächlich haben wir uns da aber auch schon mal angeschaut, ob dann die Stichproben heterogener, vielfältiger sind. Und das ist nicht unbedingt der Fall. Also auch da gibt es dann gewisse Hürden, dass dann eine schnelle Internetverbindung da sein muss. Es gibt Labore, Kolleginnen und Kollegen, die das noch gezielter angehen, also die zum Beispiel mobile Labore haben, mit denen sie dann tatsächlich hinfahren können, auch zu den Familien. So ausgestattet sind wir im Moment noch nicht, aber das ist auf jeden Fall was, was uns am Herzen liegt, dass wir da möglichst viele verschiedene Kinder und Familien in unsere Studien auch einbeziehen können.

Maiada Hadaia:

Gut, eine Frage noch zu den Studien. Das klingt alles nach sehr viel Aufwand, viel Geduld. Welche Zeit haben Sie als Forscherin, als Wissenschaftlerin, eine Studie vorzubereiten, also die gesamte Zeit von der Vorbereitung zur Durchführung? Wie geht es dann tatsächlich vor Ort? Sitzen Sie da und beobachten ausschließlich oder dürfen sie auch interagieren? Ich kann mir vorstellen, dass auch das ein Organisationsprozess ist, dass man das überhaupt darf. Da muss man wahrscheinlich sehr viele Menschen auch um Erlaubnis fragen.

Stefanie Höhl:

Ja, selbstverständlich. Also alle unsere Studien, bevor wir hier Studien durchführen, sind von der Ethikkommission der Universität Wien abgesegnet. Die sind auch, wie gesagt so gestaltet, dass

sie vollkommen bedenkenlos durchgeführt werden können. Also wir haben keinerlei Belastung oder Stressoren, die wir da den Kindern oder den Eltern zumuten, sondern im Gegenteil, wir gestalten alle Studien so, dass sich wirklich alle Beteiligten wohlfühlen und die auch mit keinerlei Gefahren irgendeiner Art verbunden sind. Ja, trotzdem, für jede einzelne Studie holen wir das Ethikvotum ein, um da eben auf allen Ebenen auch Datensicherheit und so weiter, ganz auf der sicheren Seite zu sein.

Das nehmen wir alles sehr, sehr ernst. Das ist ja, kann ich auch tatsächlich bestätigen, alles sehr, sehr aufwendig. Also es geht schon los damit, dass wir diese Studien eben entsprechend planen müssen und gestalten müssen nach der jeweiligen Altersgruppe. Dann müssen wir mit den Familien in Kontakt kommen und die überhaupt einladen zu uns. Und die Studien sind dann eben sehr unterschiedlich aufwendig. Also es gibt Studien, wo die Familien nur eine halbe Stunde bei uns sind, wo die Kinder vielleicht nur einen Film anschauen. Andere Studien sind aufwendiger, wo wir dann verschiedenstes bei der Gehirnaktivität messen beim Kind, vielleicht auch bei der Bezugsperson gleichzeitig, dann dauert es etwas länger, dann kann es schon sein, dass die Familie zwei Stunden bei uns ist.

Natürlich machen wir das auch so, dass es für die Familien möglichst angenehm ist, also dass wir Zeiten finden, wo das Kind gerade gut ausgeschlafen ist, gefüttert ist. Es gibt bei uns einen Wickeltisch und einen Raum, wo man auch ruhig stillen oder füttern kann. Also wir versuchen das alles so angenehm wie möglich zu machen für die Familien. Ja, und dann? Je nach Studie ist es dann auch sehr unterschiedlich, wie viele Kinder in der Altersgruppe teilnehmen müssen. Das kann sein, so alles zwischen 40 und 100 Kindern ist im Rahmen. Es kommt immer darauf an, welche Fragestellung man da adressiert und dann kann das durchaus ein halbes Jahr bis Jahr dauern, bis die Daten erhoben sind.

Die Datenauswertung ist auch sehr unterschiedlich, je nachdem, ob man eben auch Daten der Gehirnaktivität mit erhebt oder nur Verhaltensdaten. Das dauert noch mal, bis man es dann aufgeschrieben hat. Also, das ist schon alles mit einem erheblichen Aufwand verbunden. Aber zum Glück sind alle, die hier bei mir im Team mitarbeiten, die Doktorand*innen und auch Postdocs, sehr, sehr engagiert und sehr, sehr fit und auch methodisch sehr versiert und machen das einfach gerne. Und letztendlich muss ich auch sagen, die Arbeit mit den Babys und Kindern macht auch einfach wahnsinnig viel Spaß. Es ist eines der faszinierendsten und auch wirklich schönsten Forschungsfelder, was man sich vorstellen kann.

Maiada Hadaia:

Und was passiert dann mit diesen Studien, wenn sie abgeschlossen?

Stefanie Höhl:

Ja. Also was für uns natürlich als Wissenschaftler*innen ganz wichtig ist, ist, dass wir die Studien dann auch in der Wissenschaftscommunity kommunizieren. Das heißt, die Ergebnisse werden in

der Regel dann erst mal auf Fachtagungen international vorgestellt, dann aber auch verschriftlicht, sodass sie in Fachzeitschriften erscheinen, international. Zudem ist es uns aber auch immer ein Anliegen, die Ergebnisse auch wirklich einer breiten Öffentlichkeit zu kommunizieren. Das heißt, wir stecken sehr viel Energie und Arbeit auch zum Beispiel an unsere Homepage oder auch in unseren Social-Media-Kanälen, wo wir auch immer ganz aktuell unsere Studienergebnisse veröffentlichen in der Form, die eben einfacher verständlich ist und die wirklich so die allgemeine Öffentlichkeit adressiert.

Und wenn wir was ganz besonders Spannendes haben, dann arbeiten wir auch mit der Öffentlichkeitsarbeit zusammen, geben vielleicht eine Pressemitteilung raus, um das einfach auch noch mal ein bisschen breiter kommunizieren zu können. Also das ist, denke ich, das Wichtige, dass wir, dass wir die Forschungsergebnisse kommunizieren. Und dann, ja, kommt es natürlich immer auf die Studie an, ob man darauf aufbauend weiterarbeitet oder auch irgendwas ableitet für die Praxis.

Maiada Hadaia:

Gehen wir noch einmal ins Thema hinein zu den Ergebnissen, die hier vielleicht auch vergleichend in der Vergangenheit zurückliegen. Ein wichtiges und großes Thema für Eltern oder auch Gesellschaft ist Technologie und Technik. Wie damit umgehen?

Wir wissen, dass auch schon kleinere Kinder, jüngere Kinder Handys in der Hand haben und sich Dinge ansehen. Auch hier wird die Diskussionen sehr unterschiedlich geführt, also von zum Beispiel oh, das ist ja ganz schlimm und das fördert sicher nicht die Kreativität oder auch keine gute Sprache. Oder man ist besorgt, dass den Kindern gar keine Aufmerksamkeit geschenkt wird, dass die Eltern hier auch schlechte Vorbilder sind.

Ich glaube, das ist also auch diese Erziehung, mit Medien, die uns zur Verfügung stehen, ein wichtiges Thema. Was konnten Sie dahingehend beobachten?

Stefanie Höhl:

Ja, das ist, denke ich, eine ganz wichtige Frage. Und die Sorge ist natürlich auch gut nachvollziehbar. Ganz einfach, weil Bildschirmmedien in den letzten zehn, fünfzehn Jahren einfach so eine Verbreitung gefunden haben, dass sie jetzt im Prinzip ja allgegenwärtig sind. Also fast jeder hat ein Smartphone oder Tablet und Laptop usw. Es gibt einfach wahnsinnig viele Geräte, die zum Teil eben auch mobil sind und ständig verfügbar. Es ist auch ganz richtig, dass die eine gewisse Faszination für Kinder ausüben und natürlich auch ganz viele Spiele und Apps für Kinder zu Verfügung stehen. Und eine ganz berechtigte Frage ist Wie sinnvoll ist es denn? Ganz grundsätzlich ist das Thema oder die Problematik aber auch nicht ganz neu, denn die Debatten gibt es eigentlich schon, seit es auch Fernsehen gibt. Und die Quintessenz ist auch ganz ähnlich, dass dieser Medienkonsum nicht per se schädlich ist oder schlecht ist für die

Kinder. Also so lange natürlich kindgerechte Medien konsumiert werden und nichts, was irgendwie Gewalt oder andere Themen enthält, die nicht angemessen sind.

Aber eine Gefahr besteht, dass die Zeit für Dinge, die eigentlich noch förderlicher wären für die Entwicklung, dadurch einfach knapper wird. Also was ganz wichtig ist, ist für kleine Kinder, dass sie viel Bewegung haben, viel an der frischen Luft sind, das ist wichtig für die Motorik Entwicklung. Dann ist es aber auch wichtig, dass Kinder viel Zeit haben, mit anderen Menschen eben zu interagieren, sowohl mit Gleichaltrigen als auch mit den Bezugspersonen. Das ist ja genau das, was wir auch untersuchen, auch warum das so wichtig ist und welche Prozesse und Mechanismen da dahinterstecken. Und ein Kind, das sehr viel Zeit mit Bildschirm verbringt, wird einfach de facto weniger Zeit mit diesen anderen Dingen verbringen, die vielleicht sinnvoller oder nützlicher sind. Das heißt, eine Frage ist, wie viel Zeit wird damit tatsächlich verbracht? Und dann auch wie wird die Zeit verbracht?

Denn auch mit Bildschirm Medien kann man sich ja wirklich ganz wunderbar eigentlich auch gemeinsam mit den Kindern beschäftigen. Also ob ich jetzt ein Bilderbuch aus Papier anschau oder ein wirklich schön kindgerecht gestaltetes Bilderbuch auf dem Handy oder Tablet anschau, aber eben gemeinsam mit dem Kind in Interaktion darüber spreche, dann hat das Tablet oder das Handy nicht unbedingt ein Nachteil. Sofern die Kinder allerdings sehr passiv nur was konsumieren, wie es eben beim Fernsehen auch war und dadurch Zeit verloren geht, die die Kinder eigentlich sinnvoller nutzen könnten oder wo die Kinder einfach mehr Zeit draußen oder in Interaktion verbringen könnten, da sehe ich dann Probleme und das ist kritisch.

Und genau wie Sie auch schon angedeutet haben, also umgekehrt. Auf Seiten der Eltern gibt es mittlerweile recht viel Forschung dazu, wie die Aufmerksamkeit der Eltern abgelenkt werden kann durch diese Bildschirme, sei es jetzt beim gemeinsamen Abendessen oder so. Es gibt da auch den Begriff der „**Technoference**“, also eine Mischung aus Technologie und Interferenz, also einer Störung, wo also auch durchaus darauf aufmerksam gemacht wird, dass auch Eltern darauf achten sollten, natürlichen Vorbild zu sein. Sie können ihren Bildschirm Medienkonsum auch nicht auf null setzen, aber verantwortungsvoll damit umzugehen und auch Zeiten und Zeitfenster zu haben, wo man auch tatsächlich ohne diese Unterbrechung sich voll konzentriert auf das familiäre Miteinander.

Maiada Hadaia:

Haben Sie beobachtet, dass durch diesen unterschiedlichen Medienkonsum auch die Konzentration weniger wird? Ist es eine allgemeine Gefahr auch für alle, also nicht nur für Kinder? Vielleicht für die kleineren insbesondere?

Stefanie Höhl:

Ja, dazu gibt es mittlerweile schon Forschung. Aber es ist jetzt nicht so, dass man sagen kann, dass grundsätzlich der Medienkonsum negativen Einfluss hat auf die Konzentration,

Aufmerksamkeit und auf Denkprozesse. Es zeichnet sich eher ab, dass ebenso exzessiver Gebrauch von Bildschirmmedien durchaus dann nicht förderlich ist, vermutlich aber wie gesagt nicht, weil die Bildschirme an sich per se schlecht sind oder giftig für das Gehirn, sondern vielmehr, dass eben weniger Zeit mit tatsächlich förderlichen Aktivitäten oder Dingen verbracht wird.

Maiada Hadaia:

Geben Sie dann weitere Empfehlungen auch an Kindergärten, Schulen, Erziehungspersonen oder alle jene, die mit Kindern zu tun haben? Eltern auch?

Stefanie Höhl:

Ja, tatsächlich. Also ein Kommunikationsmedium was wir da gebrauchen, ist, dass wir auf unserer Homepage Eltern Tipps aus der Forschung in den Alltag herausgeben und dort publizieren. Das kann man sich da auch einfach als PDF herunterladen und auch gerne natürlich weitergeben. Einfach zu gezielten Themen, zu denen, wie entweder selbst Forschung machen oder, die einfach gerade akut viele Menschen beschäftigen. Also auch zum Beispiel zu dem Gebrauch von Bildschirmmedien haben wir ein PDF erstellt mit konkreten Tipps und Hinweisen, die eben auf dem neuesten Forschungsstand basieren.

Maiada Hadaia:

Sprechen wir ein wenig über besondere Zeiten, wie eben eine Pandemie oder auch eine Krise. Konnten Sie was anderes in der Entwicklung beobachten in den vergangenen zwei Jahren, also jetzt speziell in der Corona-Pandemie? Wir haben jetzt auch andere Krisen. Wir haben unmittelbaren Krieg nah an uns. Ich weiß es nicht, inwiefern das so kleine Menschen schon betrifft, berührt oder etwas mit ihnen macht. Außer jene, die aus diesen Krisenregionen kommen?

Stefanie Höhl:

Ja, ja, na sicher. Also zur Pandemie vielleicht oder generell zu Krisen ist zu sagen, dass die Kinder, auch kleine Kinder, dadurch mitunter schon indirekt betroffen sein können, weil das natürlich was ist, was ihre Bezugspersonen auch belastet und was auch generell in der Familie zu einer Stresssituation oder Belastungssituation führen kann. Also wichtig ist dazu, sich vor Augen zu führen, dass die kleinen Kinder noch nicht in der Lage sind, ihre eigenen Emotionen und auch negative Emotionen und Stress selbst zu regulieren, sondern sie sind da extrem abhängig von ihren Bezugspersonen. Man spricht auch von so einer Co-Regulation. Ja, und was die Bezugspersonen da leisten müssen, ist natürlich enorm. Denn wenn sie selbst gestresst sind, müssen Sie ja irgendwie mit Ihrer eigenen Situation, mit Ihrem eigenen Inneren aufgewühlt sein, klarkommen und aber gleichzeitig auch für die Kinder da sein, die eben ganz arg darauf

angewiesen sind von dieser Regulation. Das heißt ja, um sicherzustellen, dass es Kindern auch Kleinkindern gut geht, ist eigentlich eine wichtige Voraussetzung, dass auch die Bezugspersonen tatsächlich die emotionalen und auch kognitiven Ressourcen haben, um den Kindern das zu bieten, was sie eigentlich brauchen. Denn sie sind immer sehr, sehr abhängig. Und das ist natürlich etwas, was mir auch in den letzten Jahren immer wieder Sorgen bereitet hat, dass Eltern einfach unter enormer Belastung waren.

Dadurch auch, dass die Kinderbetreuungssituationen sehr instabil wurden, ausgefallen sind und aber trotzdem auch berufliche Anforderungen weiterhin sehr hoch waren. Und genau das ist es definitiv was mir Sorgen bereitet und wo Kolleginnen und Kollegen aus dem Bereich der klinischen Kinder- und Jugendpsychologie auch zuweilen auch Alarm geschlagen haben und gesagt haben, dass sie mehr Familien sehen, die Probleme haben und auch Schwierigkeiten haben, mit dieser insgesamt schwierigen Belastungssituation umzugehen.

Maiada Hadaia:

Welche Tipps würden Sie denn da zum Beispiel Familien, Eltern, Alleinerziehenden geben?

Stefanie Höhl:

Es ist ganz schwer, da auf einer individuellen Ebene Tipps zu geben, wenn die Probleme oder Belastungen oder Stressoren ja tatsächlich eher auf einer systemischen Ebene liegen. Also natürlich kann ich sagen, ist es wichtig, dass man selbst emotional so stabil ist, dass man den Kindern auch diese Regulationsmöglichkeiten bieten kann. Aber ich möchte ja um Gottes Willen nicht noch einen zusätzlichen Stressor den Eltern dann aufdrücken, zu sagen ja, ihr seid gestresst, aber trotzdem schaut mal, dass ihr da seid für eure Kinder. Also finde ich ganz, ganz schwierig. Und das einzige Sinnvolle, was mir da einfällt, ist vielleicht auf sich selbst zu achten, auch sensibel zu sein, auch gerade im Hinblick auf die Kinder, weil das ist so was, was glaube ich, Eltern oft machen, dass sie dann ihr eigenes Burnout sozusagen übergehen, weil sie denken, sie müssen ja einfach für die Kinder da sein und können das dann aber dadurch nicht so effektiv, weil sie tatsächlich Burnout haben. Und da hilft dann letztendlich nichts, als Hilfe zu suchen, das soziale Umfeld so zu aktivieren und einfach zu signalisieren geht jetzt nicht mehr. Und das ist aber wie gesagt ganz wichtig, auch im Sinne des Kindes dann die Zähne zusammenbeißen und durchpowern, auch wenn man eigentlich schon am Ende ist, ist langfristig für die Kinder auch nicht eine gute Lösung. Was sie brauchen die Eltern ja lange und nicht nur in der kurzen Phase, wo man das dann vielleicht schafft, irgendwie noch sich da durchzukämpfen.

Maiada Hadaia:

Die Pandemie hat vielleicht noch einmal ganz besonders gezeigt, welche starke Belastung auf Frauen liegt und hier, wie erleben Sie diesen Diskurs? Es gibt Studien dazu, aber ich habe den Eindruck, dass die Erwartungen an die Frau, an die Mutter hoch sind. Gesellschaftlich, politisch

sieht man hier auch einen starken Rückgang in Bezug auf Feminismus oder auch reaktionäre Entwicklungen wie der Erstarkung einer perfekten Mutter und Rolle der Frau. Kann es umgekehrt sein, dass das auch ein massiver Stress ist, irgendwie so perfekt sein zu müssen?

Stefanie Höhl:

Ja, also bekannt ist mir dazu tatsächlich soziologische Forschung, auch zum Teil in Deutschland, aber auch in Österreich, die sogenannten „Retraditionalisierungseffekte“ durchaus auch jetzt gerade in den letzten Jahren der Pandemie, die wohl festgestellt hat. Das ist nicht meine Expertise, das heißt, es ist auch nur Forschung, die ich als Laie rezipierte, wo durchaus bekannt ist, dass solche Tendenzen wohl in den letzten Jahren stärker wurden, dass einfach sehr stark darauf gesetzt wurde zu sagen na ja, die Familien sind ja eh da, also wenn die Schulen ausfallen und die Kinderbetreuung ausfällt, die Familie und in erster Linie tatsächlich die Mütter werden das dann schon das irgendwie wuppen.

Sei es jetzt, dass sie auf Kosten der eigenen Gesundheit durcharbeiten oder auch auf Kosten der eigenen beruflichen Karriere. Ja, aber das ist, wie gesagt, für das Thema bin ich jetzt nicht die Expertin. Aber grundsätzlich ist es meine Botschaft schon, dass es Eltern und Bezugspersonen gut gehen muss, um auch wirklich in der Weise, adäquat für die Kinder da zu sein, auch sensibel sein zu können für die Kinder, in welcher Form das auch immer ist. Ja, also es gibt ja sicher auch Familien, wo die Arbeitsteilung so ist, dass entweder die Mutter oder Vater oder Mutter, je nachdem wie die Familienkonstellation ist, einfach hauptsächlich da ist für die Kinderbetreuung und Haushalt.

Und das ist ja auch okay. Aber schwierig ist es natürlich, wie Sie sagen, wenn eine Rolle einer Person in dieser Familienkonstellation aufgedrückt ist, mit der die Person dann vielleicht gar nicht so glücklich ist. Und das kann ich mir schon vorstellen, dass das dann auch langfristig zu Frustration führt und zu Unzufriedenheit.

Maiada Hadaia:

Beziehungsweise wenn es politisches so aussieht, dass zu wenig getan wird, zu wenig Unterstützung?

Stefanie Höhl:

Zu wenig Unterstützung. Genau das meinte ich mit systemischen Problemen, die es immer schwierig machen individuelle Tipps zu geben, wie man damit besser umgehen kann, weil damit die Verantwortung natürlich dann wieder bei der Einzelperson liegt, die ja sich in dem System irgendwie bewegen muss.

Maiada Hadaia:

Möchten Sie noch etwas anmerken oder anbringen aus Ihrer Forschung vielleicht, wo Sie gerade aktuell stehen oder was gerade passiert? Neurowissenschaft, das ist ja auch so ein riesiges Feld, oder? Sie haben schon gesagt, es sind auch Ihre Untersuchungen, manchmal, ich weiß nicht, wie man das genau nennt, neuronale, da kriegen Kinder und auch Eltern Stöpsel an den Kopf.

Stefanie Höhl:

Genau. Genau. Genau das finde ich auch, ist eigentlich gerade unsere spannendste Forschung. Vielleicht würde ich einfach dazu noch ein bisschen was sagen. Also ein aktuelles Thema in unserer Forschung ist, welche Prozesse sich auch im Gehirn abspielen, wenn Kinder und ihre Bezugspersonen miteinander interagieren oder miteinander spielen. Das Spannende, was wir da feststellen können, ist nämlich, dass wenn die Interaktion oder Kommunikation sehr positiv ist und sehr, sehr kooperativ und beide engagiert aufeinander eingehen, dass sich dann auch die rhythmischen Gehirnaktivitäten der beiden aufeinander einschwingen. Und das wissen wir aus der Forschung mit Erwachsenen, dass das durchaus Vorteile hat.

Man sagt auch, man ist mit einer anderen Person auf einer Wellenlänge, man versteht sich gut. Tatsächlich ist es so, dass, wenn man sich beispielsweise auch im Gespräch aufeinander einschwingt mit der rhythmischen Gehirnaktivität man dadurch solche rhythmischen kommunikativen Signale des Gegenübers auch neuronal verstärken kann. Also beispielsweise die Sprachrhythmen. Das ist was, was wir uns in unserer Forschung auch anschauen. Also selbst wenn die Kinder noch nicht selbst sprechen können, nehmen sie ja doch schon die Spracherhythmen ihrer Bezugspersonen wahr. Und da haben wir beispielsweise in einer aktuellen Studie gefunden, dass, wenn Eltern, Mütter in dem Fall, ganz spontan intuitiv mit ihren Babys sprechen, sie eine sogenannte Ansprache oder man sagt auch Baby Talk häufig verwenden, der im Gehirn des Kindes besonders gut verarbeitet werden kann, das konnten wir eben, indem wir eine akustische Analyse dieser Signale vorgenommen haben und beim Baby dann die Hirnaktivität mit Elektroden aufgezeichnet haben, können wir uns anschauen, welche Charakteristika dieses, dieses Sprachsignals beim Baby dazu führt, dass es besonders gut verarbeitet werden konnte. Und das war diese Sprachmelodie, eine besonders melodische Sprache, die Eltern ganz intuitiv mit ihren Babys einsetzen, die wir jetzt nicht im Gespräch mit Erwachsenen üblicherweise einsetzen. Und das hat dazu geführt, dass die Kinder diese Sprachsignale gut verarbeiten konnten, also mit ihrer Gehirnaktivität sich sozusagen einschwingen konnten auf die Rhythmen in der Sprache der Eltern.

Und das ist etwas, was wir uns anschauen, auch auf ganz anderen Ebenen, auch schon in der ganz frühen Entwicklung beispielsweise, wie auch Berührung oder Körperkontakt ganz ähnliche Effekte haben. Auch Berührung ist was Rhythmisches, also auch eine liebevolle Berührung, ein Streicheln, hat ja eine gewisse Rhythmik, die dann Einfluss nehmen kann. Aber auch in der aktuell neu anlaufenden Studie, wenn wir uns anschauen, wie das gemeinsame Lachen sich darauf auswirkt, ob sich zwischen Kind und Bezugsperson oder auch zwischen zwei verschiedenen gleichaltrigen Kindern dann die Gehirnaktivität angleicht, was dann wiederum

förderlich ist für die Kommunikation, für den Informationstransfer und natürlich für das soziale Lernen voneinander.

Maiada Hadaia:

Also das heißt, dass was Sie schon genannt haben, das Liebevolle, das Empathische, das Interessierte kann man einfach sagen, dass das wunderbar für eine kindliche oder menschliche Entwicklung so ganz allgemein ist? Eine Frage in Bezug auf Berührungen, das ist kulturell bestimmt auch sehr unterschiedlich. Konnten Sie hier etwas beobachten, gab es da auch vergleichende Kooperationen mit anderen Ländern? Ist es auch eine Frage des Geschlechts, dass man sagt, man berührt und umarmt und küsst Mädchen mehr beziehungsweise anders als Jungs?

Stefanie Höhl:

Ja, also es gibt tatsächlich Unterschiede darin, wie auch schon im Babyalter vor dem ersten Geburtstag, wie Kinder hochgenommen werden. Also interessant, wie früh eigentlich schon so Geschlechterstereotype einwirken auf die Kinder, ohne dass es den Eltern da irgendwie bewusst ist. Aber Jungs werden grundsätzlich dann schon ein bisschen gröber angefasst und werden halt so hochgenommen und mehr aktiviert im Spiel und bei Mädchen sind die meisten doch irgendwie vorsichtiger und das funktioniert sogar in Studien. Wenn man den erwachsenen Versuchsteilnehmer*innen nur einfach sagt, das gleiche Baby ist jetzt ein Mädchen oder ein Junge, dann wirkt sich das schon auf das Verhalten aus.

Also das gibt es tatsächlich, solche Forschung, zumindest in westlichen Kulturkreisen. Generell gibt es auch vergleichende Forschung zur generellen Interaktion von Eltern mit ihren Kindern. Und da lässt sich feststellen, dass es je nach Kulturkreis Unterschiede gibt in der Zeit, die das Kind in direktem Körperkontakt verbringt. Also das ist eher unüblich, wie bei uns in Europa oder auch Amerika, wo Kinder sehr lange einfach auch liegen, sei es jetzt auf dem Teppich oder im Bett oder so. In anderen Kulturen sind die Kinder eigentlich die ganze Zeit im direkten Körperkontakt, aber auch nicht unbedingt nur mit einer Bezugsperson, sondern da gibt es ja dann solche Netzwerke von Bezugspersonen, wo das Kind dann aber den ganzen Tag irgendwie herumgetragen wird, also auch von Großmüttern, Tanten und so weiter. Ja, das gibt schon.

Aber auch da muss man sagen, dass nicht das eine oder andere sich irgendwie günstiger auswirkt oder grundsätzlich besser ist, sondern einfach Unterschiede, wie mit den Kindern umgegangen wird. Und das wirkt sich aber dann durchaus darauf aus, wie man vielleicht aus der eigenen kulturellen Perspektive die Interaktion von anderen Menschen mit ihren Kindern bewertet. Also da muss man, glaube ich, vorsichtig sein. Es gibt so aus dem westlichen Kulturkreis sehr prominent die Bindungstheorie und einfach sehr fixe Vorstellungen davon hat, wie eine sichere Bindung zwischen Kind und Bezugsperson aussieht. Und das lässt sich aber, zeigt die Forschung nicht immer eins zu eins auf andere Kulturkreise übertragen.

Das heißt, wenn man dann auch zu tun hat mit Kindern und Eltern aus anderen Kulturkreisen, lässt sich nicht immer so diese Schablone aus der westlichen Forschung eins zu eins umsetzen. Das wäre so eine, so eine wichtige Message aus dieser Forschung.

Maiada Hadaia:

Eine abschließende Frage noch an Sie etwas Persönliches, was fasziniert Sie an Ihrer Forschung? Sie haben schon anklingen lassen, dass es sehr schön ist, mit Babys und mit Kindern zu arbeiten.

Stefanie Höhl:

Ja, ja, was mich wirklich fasziniert, ist, wie schnell die Kinder sich entwickeln und wie viel sie lernen in einer wahnsinnig kurzen Zeit. Also wir haben nie wieder in der menschlichen Entwicklung eine Phase, wo so viel in so kurzer Zeit passiert. Und das ist für mich einfach wirklich faszinierend zu sehen, dass die Kinder auch in dieser ganz frühen Entwicklung tatsächlich schon aktiv teilhaben, daran. Also, dass sie auch nicht nur im Prinzip mit großen Augen alles wahrnehmen in der Welt, sondern dass sie auch schon aktiv Interaktion mit anderen Menschen fordern und auch schon ihr eigenes Lernen dadurch aktiv mitgestalten. Das sind also wirklich ganz faszinierende kleine Versuchsperson, mit denen wir da zu tun haben, von denen wir, denke ich, ganz, ganz viele noch lernen.

Maiada Hadaia:

Dann bedanke ich mich an dieser Stelle, dass Sie uns Einblick gewährt haben in so interessante Bereiche. Und wünsche alles Gute für die Arbeit.

Stefanie Höhl:

Ganz herzlichen Dank. Dankeschön.