



Alliantie
Kinderarmoede®
Nederland

Publieksacademie Kinderarmoede

Zoetermeer, 11 februari 2020

Nadja Jungman

Lector Schulden en Incasso Hogeschool Utrecht

Welke sporen kunnen geldstress en de daarmee samenhangende problemen te weeg brengen in het volwassen leven?



Opgroeien in armoede

socialforce[®]

Lezing



Nadja Jungmann

Kinderarmoede

- Zorgen over dagelijkse bestedingen
- Veel spanningen thuis
- Directieve opvoedstijlen
- Weinig stabiliteit en zekerheid
- Onveilige buurten waar weinig te doen is
- Weinig contact met steunende volwassenen
- Moeite om mee te komen op school



Rapportcijfer voor het leven

Geen armoede 7,5

Wel armoede 6,6

Wel armoede en problemen 5,5

Financiële problemen geven stress!

- Regio Haaglanden 24 procent inwoners hevige stress
- Relatie tussen laag inkomen en stress
Goed rondkomen: 13 procent stress
Grote moeite rondkomen: 56 procent
Biomarkers bevestigen de zelfrapportage
- Na werk en familie zijn financiën de derde stressbron



Ons brein en stress

Prefrontale Cortex

*Executieve functies
Doelgericht handelen*

Limbisch Systeem

Hoofdkwartier van onze emoties en de meldkamer voor signalen

Hypothalamus

*Soort commandocentrum
In actie brengen stress respons*

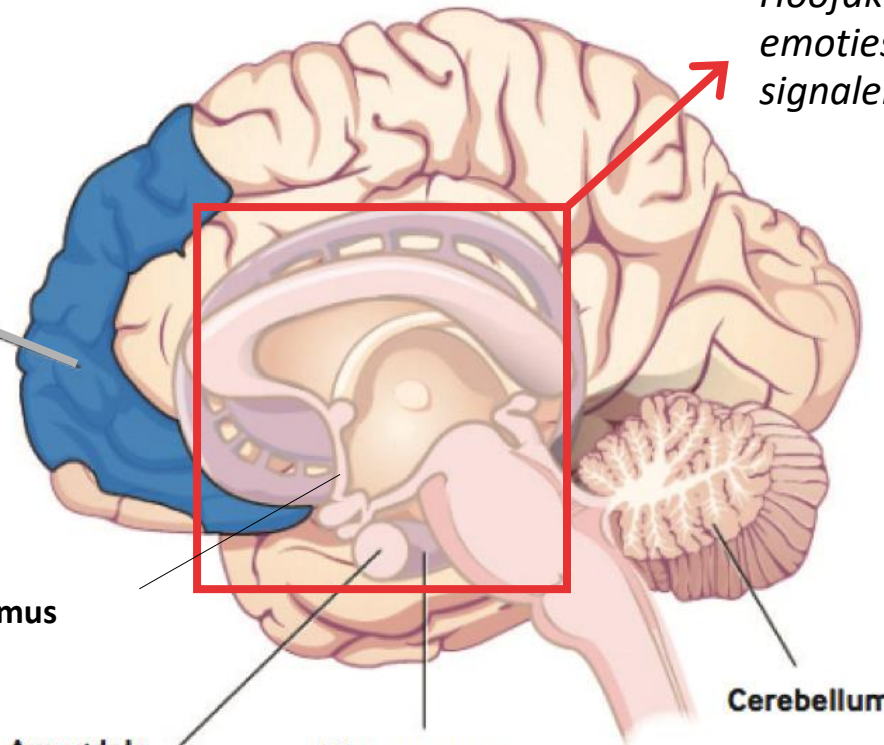
Amygdala

*Verwerking signalen
Scan veilig of niet veilig*

Hippocampus

Remt aanmaak stresshormonen

Cerebellum



Prefrontale cortex

Denkfuncties

- Plannen
- Organiseren
- Tijdmanagement
- Werkgeheugen
- Metacognitie

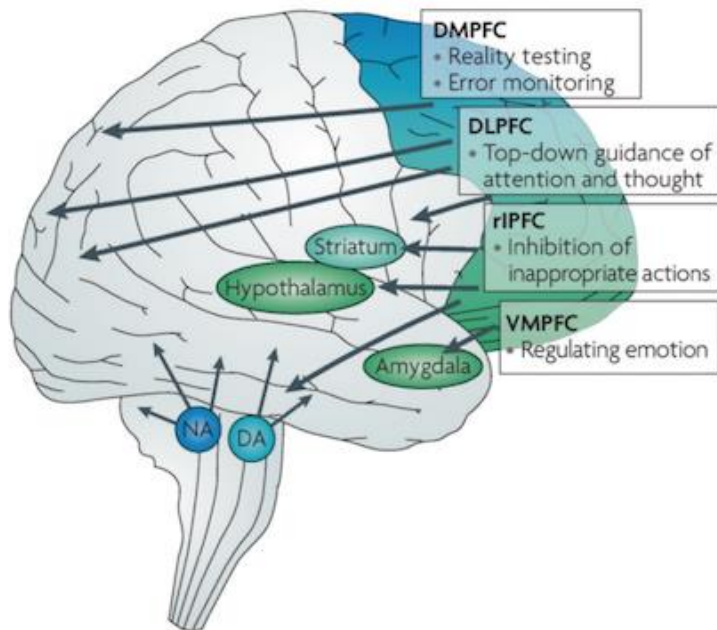
Regulatiefuncties

- Verleidingen weerstaan
- Emoties beheersen
- In actie komen
- Aandacht vasthouden
- Flexibel zijn
- Doorzettingsvermogen

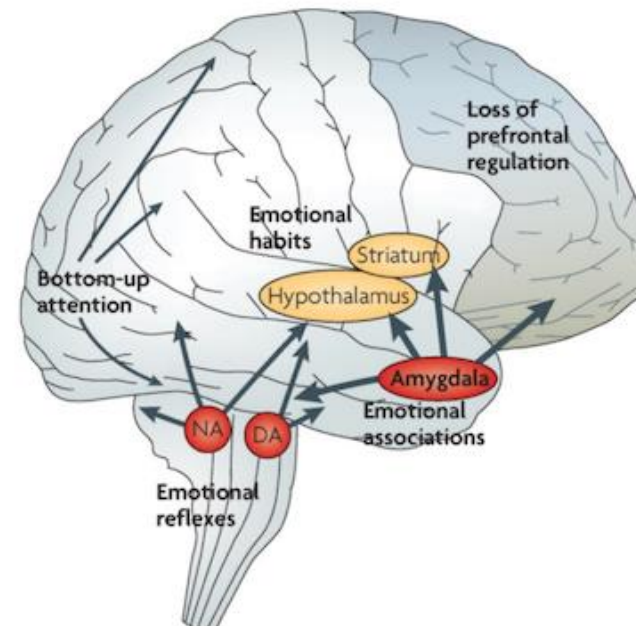
**Executieve functies zijn nodig voor
doelgericht gedrag**

Impact van stress

Geen stress:
prefrontale cortex heeft de leiding



Stress:
Amygdala neemt de aansturing over



Bron: Arnsten, A.F.T. (2009)
Stress signalling pathways
that impair prefrontal cortex
structure and function.
National Review Neuroscience
10(6): 410-422

Ontwikkeling executieve functies

socialforce[®]



Cognitieve impact

Doorwerking aanhoudende stress

- Gedreven door korte termijn belangen en directe beloningen
- Minder goed in staat om problemen te analyseren, opties te verkennen en prioriteiten te stellen
- Minder ontvankelijk voor advies en hulp (wantrouwender)
- Minder goed in staat om positieve intenties om te zetten in actie
- Meer moeite om zaken goed te organiseren en overzicht te houden
- Minder goed in leren en in zaken onthouden
- Ongenuanceerder (iemand is voor of tegen je/ voorstel is goed of slecht)
- Minder gevoelig voor feitelijke informatie
- Vooral aandacht voor eigen belang

Impact toxische stress

socialforce 

Three Core Concepts in Early Development

3 Toxic Stress Derails Healthy Development

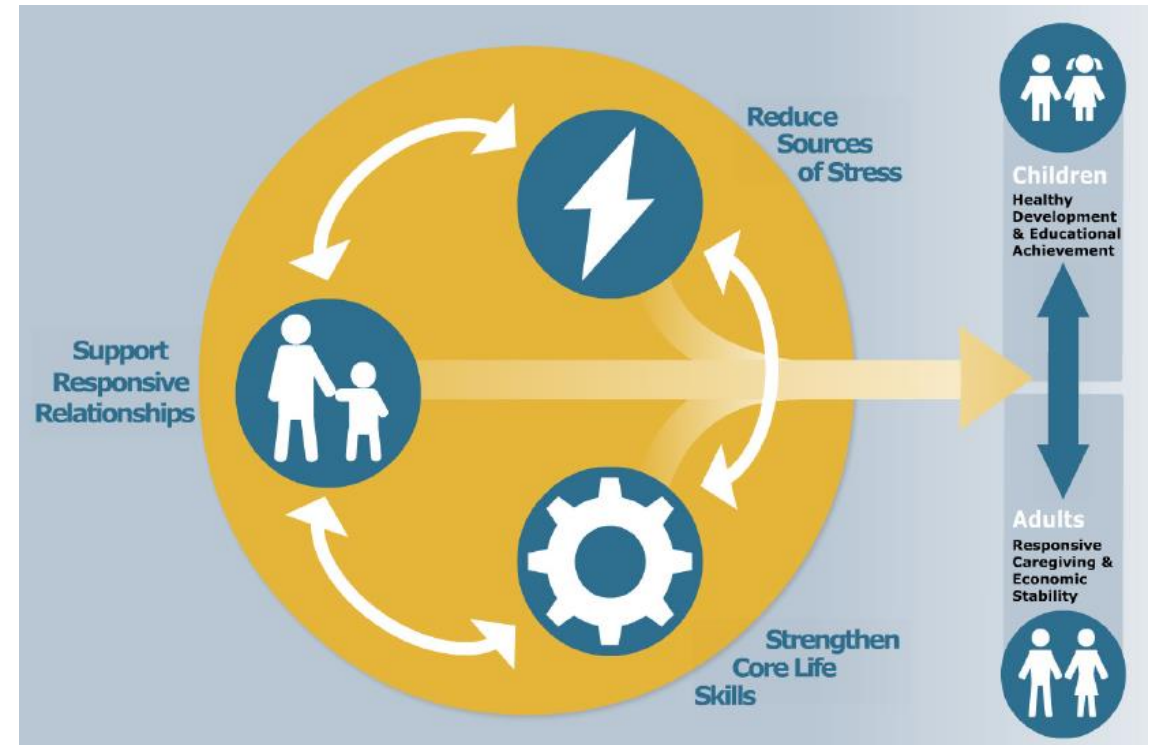
NATIONAL SCIENTIFIC COUNCIL ON THE DEVELOPING CHILD

Center on the Developing Child  HARVARD UNIVERSITY



Drie principes om de intergenerationele armoede te doorbreken

- Ondersteun positieve/hechte relatie ouder en kind
- Versterk levensvaardigheden (executieve functies)
- Verminder bronnen van stress in het leven van deze gezinnen



Stress-sensitieve aanpak

– Early Childhood Education and Assistance Program (ECEAP)

Washington: twee groepen gezinnen met opgroeiende kinderen en multi-problematiek

Aanpak gericht op stellen en bereiken eigen doelen:

- 1 Significante verbeteringen t.o.v. controlegroep op onder meer reductie schulden, inkomen, huisvesting en opvoeding
- 2 De betrokken gezinnen voelen zich aanmerkelijk minder gestigmatiseerd
- 3 De betrokken gezinnen rapporteren 26 procent vaker dat zij geloven dat ze niet zullen terugvallen

Nadere uitwerking



Boek stress-sensitief werken
Beschikbaar: maart 2020

Contact en informatie



Nadja Jungmann



www.socialforce.nl



Nadja.jungmann@socialforce.nl



06 29 22 99 77

Nadja Jungmann



- Adviseur en trainer Social Force
- Lector Schulden & Incasso Hogeschool Utrecht
- Bestuurslid stichting MESIS/METAS
- Lid raad van advies NVVK
- Lid erkenningscommissie Movisie maatschappelijke ondersteuning, participatie en veiligheid
- Lid commissie Pianoo (ondersteuning aanbestedingsproce
- Ambassadeur Quiet 500
- Zes (stief)kinderen, twee honden en een Tinker

