



Isabell Weiß

Early Life Stress

Wie frühkindlicher Stress das Gehirn beeinflusst



Alle Rechte vorbehalten © APOLLON University Press, Bremen

1. Auflage 2021

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverarbeitungen sowie Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die in diesem Band verwendeten Personenbezeichnungen schließen ausdrücklich alle Geschlechtsidentitäten mit ein.

Projektmanagement und Lektorat: Elisabeth Drimmel, Bremen

Umschlaggestaltung, Layout, Satz: Ilka Lange, Hückelhoven

Coverfotos: © Susanne und Jonas Rübesam; © AdobeStock/ag visuell

Printed in Germany

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutschen Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind abrufbar unter:

<http://dnb.d-nb.de>

ISBN: 978-3-943001-57-0

www.apollon-hochschulverlag.de

Inhalt

Vorwort	7
Einleitung	9
1 Psychische Auffälligkeiten bei Kindern	14
1.1 Prävalenz der Zielgruppe: KiGGS-Survey Deutschland	15
1.2 Relevanz von Präventionsmaßnahmen	17
1.3 Schlüsselfaktor psychischer Auffälligkeiten	18
2 Was bedeutet Stress?	20
2.1 Stress und Gesundheit	21
2.1.1 Eustress und Distress	21
2.1.2 Akuter und chronischer Stress	22
2.1.3 Stressoren: Individuelle Stressverursacher	23
2.2 Stresstheorien und -modelle	24
2.3 Frühzeitige Stresserfahrungen: Early Life Stress	30
2.3.1 Begriffsklärung Early Life Stress	30
2.3.2 Zielgruppenspezifische Eingrenzung I	31
2.4 Komorbidität bei psychischen Auffälligkeiten: Lernstörungen	32
3 Neurobiologische Mechanismen des Lernens	34
3.1 Lernen	34
3.1.1 Anatomie des Lernens	35
3.1.2 Aufgabe und Funktion des Nervensystems	36
3.2 Neuroplastizität des Gehirns	38
3.2.1 Strukturelle Plastizität	39
3.2.2 Funktionelle Plastizität	40
3.2.3 Störung der Neuroplastizität	41
3.2.4 Exkurs: Hormonsystem	42

3.3	Neuroplastizität des kindlichen Gehirns	43
3.3.1	Zielgruppenspezifische Eingrenzung II	44
3.3.2	Bedeutung und Folgen für die Gehirnentwicklung	45
3.4	Zusammenfassung und Ableitung der Fragestellung	48
4	Methodik und Ergebnisse: Welche Wirkung können Early-Life-Stress-Erfahrungen auf neuroplastische Prozesse im kindlichen Gehirn haben?	50
4.1	Methodisches Vorgehen	50
4.2	Ergebnisdarstellung und -interpretation: Was zeigen die Studien?	51
4.2.1	Studien zu pränatalen ELS-Erfahrungen	51
4.2.2	Studien zu perinatalen ELS-Erfahrungen	54
4.2.3	Studien zu postnatalen ELS-Erfahrungen bis zum dritten Lebensjahr	56
4.2.4	Studien gegensätzlicher Wirkungsrichtung	62
4.3	Zusammenfassung: Wie Early Life Stress das Gehirn beeinflusst	66
4.4	Handlungsempfehlung: Entwicklungsprogramm F O R M B A R	69
4.4.1	Ausgangspunkte Entwicklungsprogramm	69
4.4.2	Umsetzungsvorschlag Entwicklungsprogramm	72
5	Diskussion: Begrenzungen der Untersuchung	84
6	Ausblick und Fazit	87
	Anhang A	92
	Anhang B	107
	Über die Autorin	111