

1001 Kritieke Dagen

Lichamelijke, sociale en emotionele gezondheid in ontwikkeling



In het kort

Relaties

Een gezonde ontwikkeling op allerlei gebieden hangt grotendeels af van de kwaliteit en de beschikbaarheid van relaties die jonge kinderen hebben met belangrijke mensen in hun leven, zowel binnen als buiten het gezin. Ook de ontwikkeling van het brein wordt beïnvloed door deze relaties (Berens & Nelson, 2019).

De kwaliteit en stabiliteit van relaties in de eerste jaren leggen de basis voor de latere ontwikkeling op allerlei gebieden. Zo blijkt het vormen van goede en vertrouwde relaties op jonge leeftijd samen te hangen met het zelfvertrouwen van kinderen en het vermogen om agressieve impulsen te controleren en conflicten op een goede manier op te lossen. Goed afgestemde ouder-kind relaties worden ook geassocieerd met betere cognitieve vaardigheden bij jonge kinderen en verbeterde sociale vaardigheden en werkvaardigheden later op school, wat het verband illustreert tussen sociale/emotionele ontwikkeling en intellectuele groei. Eenvoudig gezegd zijn relaties de "actieve ingrediënten" voor een gezonde ontwikkeling.

Gezonde relaties zijn gebaseerd op het voortdurend geven en nemen ("serve and return") van het kind in interactie met anderen. Dit soort interacties tussen ouder en baby - waarbij jonge kinderen op een natuurlijke wijze het initiatief nemen in een interactie door middel van gebabbel, gezichtsuitdrukkingen en gebaren zorgt ervoor dat volwassenen reageren met dezelfde soort vocalisaties en gebaren. Kinderen die een gezonde relatie hebben met hun primaire verzorgers hebben meer kans om inzichten te ontwikkelen in de gevoelens, behoeften en gedachten van andere mensen.

Bevindingen

- Warmte en ondersteuning van de verzorger zijn al van belang vanaf en zelfs voor de geboorte.
- “Serve and return” interacties versterken de ontwikkeling van het brein.
- Jonge kinderen leren ook veel van relaties met elkaar. Ze leren hoe ze moeten delen, hoe ze met elkaar moeten omgaan (bijvoorbeeld beurtenemen, geven en ontvangen), hoe ze rekening kunnen houden met de behoeften en verlangens van anderen en hoe ze hun eigen impulsen kunnen beheersen.
- Warmte en ondersteuning van een andere verzorger (bijvoorbeeld in de omgeving van de kinderopvang) heeft ook invloed op de ontwikkeling van jonge kinderen.
- Relaties zijn belangrijk voor het goed kunnen functioneren op school.
- Veilige en stabiele relaties met zorgzame volwassenen zorgen ervoor dat jonge kinderen voldoende worden ‘gevoed’ op allerlei gebieden (voeding, cognitief en sociaal/emotioneel)
- Jonge kinderen zijn zeer kwetsbaar als relaties met volwassenen worden verstoord door psychische problemen van ouders en huiselijke geweld.
- Dierstudies hebben aangetoond dat de kwaliteit van de moeder-kind relatie invloed kan hebben op de genexpressie in gebieden van de hersenen die de sociale en emotionele functie reguleren en zelfs kan leiden tot veranderingen in de hersenstructuur.
- Onderzoek heeft aangetoond dat de kwaliteit van vroege ouder-kind relaties kan worden versterkt, maar succesvolle interventies zijn moeilijker te realiseren wanneer de relaties ernstig verstoord zijn.
- De invloed van relaties op de ontwikkeling gaat een leven lang door
- Onderzoek toont aan dat jonge kinderen aanzienlijk kunnen profiteren van veilige relaties met meerdere verzorgers (binnen of buiten het gezin), terwijl hun gehechtheid aan hun ouders primair en centraal blijft staan.
- Hoewel jonge kinderen zeker gezonde relaties kunnen aangaan met meer dan één of twee volwassenen, kunnen voortdurend verbroken relaties (bijvoorbeeld door uithuisplaatsingen) leiden tot blijvende problemen.

Implicaties voor beleid en praktijk

- Naast het bevorderen van lichamelijke gezondheid van jonge kinderen en de cognitieve ontwikkeling is het van belang aandacht te blijven hebben voor de sociale en emotionele ontwikkeling van kinderen. Ze moeten (indien nodig) worden ondersteund met het vormen van positieve relaties met ouders/verzorgers, pedagogisch medewerkers, leerkrachten, kinderen en andere volwassenen om hen heen.
- Er moet aandacht zijn voor zwangerschaps-, bevallings- en ouderschapsverlof dat aansluit bij de behoeften van ouders/verzorgers.
- De richtlijn ‘problematische gehechtheid’ gaat niet alleen in op verstoorde ouder-kind relaties maar biedt ook aanknopingspunten voor ondersteuning van gezonde ouder-kind relaties.