

Lorianne van Gelder



# De essentiële duizend dagen

**W**eet u nog hoe het voelde om geboren te worden?

Kunt u zich uw eerste stapjes herinneren? Of de eerste keer dat u poepte op een potje?

Hoogstwaarschijnlijk niet, en als dat wel zo is, moet u onmiddellijk met een van de wetenschappers gaan praten die zich bezighouden met de hersenontwikkeling van kleine kinderen. Ze zijn naarstig op zoek naar nieuwe inzichten.

Omdat die eerste drie jaar, vier eigenlijk, zo ongeveer uit je geheugen worden gewist, heb ik mezelf weleens betrappt op nonchalance. Waarom zou ik enorm mijn best doen voor mijn eenjarige zoon als hij al deze inspanningen zich straks toch niet meer kan herinneren?

ECD is het antwoord. Een term die ik tot voor kort niet kende. Natuurlijk kan elk weldenkend mens concluderen dat baby's beter af zijn in een liefdevol gezin, maar sinds een paar jaar is de term *early childhood development* (ECD) in zwang: het komt erop neer dat alles wat je door empathisch en logisch naden-

ken kunt bedenken over zorg, leren en bescherming, inmiddels stevig wordt ondersteund met feiten uit de neurowetenschap.

Ik schrijf dit terwijl ik in New York ben, aan Columbia University, waar ik met 45 journalisten uit de hele wereld, van Nigeria tot Nepal en van Brazilië tot India, leer over de ontwikkelingen in dit veld. Topwetenschappers houden praatjes, Unicef moedigt ons aan dit onderwerp boven aan de agenda te zetten.

Maar waarom? Ik deel graag een paar feiten. Een econoom berekende dat elke dollar die wordt geïnvesteerd in begeleiding van moeders en voorscho- len zeven dollar oplevert. Ik begriep dat soort cijfers nooit zo goed, maar het komt erop neer dat investeren in een goede start, kinderen oplevert die later minder snel de criminaliteit ingaan, hogere salarissen hebben en minder gewelddadig zijn. Ook leren we dat misbruik en huiselijk geweld een heftiger effect op kinderen kunnen hebben dan oorlog (mits ze met hun familie zijn.) En dat giftige stress – langdurig stress ervaren – funest kan zijn voor het brein.

Ook leren we hier dat die eerste

jaren zo belangrijk zijn omdat het brein de belangrijkste verbindingen legt, die zonder de juiste stimulans, juist uitgeschakeld kunnen worden. Kinderen zijn blijkbaar geen tabula rasa, het zit er allemaal in, maar je moet het er wel uit halen.

Allemaal mooie feiten, maar wat doen we ermee?

Juist die eerste duizend dagen van het leven van baby's en peuters, van de geboorte tot een jaar of drie, al die dagen die ze zich nooit zullen herinneren, zijn dus essentieel. Ik weet nog niet precies hoe ik al deze inzichten moet plaatsen, maar ik zal nooit meer nonchalant zijn.

[lorianne@parool.nl](mailto:lorianne@parool.nl)