



SOS
KINDERDORPEN

Nederlandse samenvatting van het rapport *A CHILD'S ROAD TO RESILIENCE*

STERKE RELATIES MAKEN VEERKRACHT MOGELIJK

DE BELANGRIJKSTE INZICHTEN

DE BELANGRIJKSTE INZICHTEN UIT A CHILD'S ROAD TO RESILIENCE

Wat helpt kinderen om zich gezond te ontwikkelen, met tegenslag om te gaan en te herstellen na ingrijpende ervaringen?

A Child's Road to Resilience brengt wetenschappelijke inzichten uit verschillende vakgebieden samen. De belangrijkste conclusie: kinderen hebben meer nodig dan bescherming, onderwijs en goede zorg. Ze hebben mensen nodig die er voor hen zijn. Stabiele, zorgzame relaties geven kinderen veiligheid en vertrouwen. Ze vormen een belangrijke basis voor hun ontwikkeling, herstel en veerkracht

Kinderen groeien en ontwikkelen zich in contact met anderen

De hersenen van een kind ontwikkelen zich in contact met de mensen om hen heen. Vooral in de eerste levensjaren ontstaan veel nieuwe verbindingen. Ervaringen en contact met anderen spelen daarbij een belangrijke rol.

Een kind ontwikkelt zich het best wanneer het zich gezien, gehoord en gesteund voelt. Een kind geeft een signaal en een volwassene reageert daarop. Die dagelijkse wisselwerking helpt kinderen bij leren, taalontwikkeling, het omgaan met emoties en het opbouwen van vertrouwen.

Een vertrouwde volwassene geeft veiligheid

Een stabiele en betrokken volwassene geeft een kind een veilige basis. Vanuit die veiligheid durven kinderen de wereld te ontdekken, nieuwe dingen te leren en vertrouwen te ontwikkelen in zichzelf en anderen.

Wanneer een kind langere tijd geen beroep kan doen op een volwassene voor veiligheid, steun en troost, kan aanhoudende stress juist schadelijk zijn voor de ontwikkeling

Veerkracht kan groeien

Veerkracht is niet iets wat een kind wel of niet heeft. Het kan groeien. Positieve ervaringen, belangrijke vaardigheden, een veilige omgeving en steun van anderen helpen kinderen om met stress en tegenslag om te gaan.

Voor kinderen die ingrijpende ervaringen hebben meegemaakt, kan één stabiele, zorgzame volwassene een belangrijke bron van bescherming en steun zijn. Onderzoek laat zien dat juist die relatie een verschil kan maken in hoe een kind met moeilijke ervaringen omgaat.

Herstel blijft mogelijk

Verwaarlozing, geweld, verlies of andere ingrijpende ervaringen kunnen grote gevolgen hebben. Vroege ondersteuning is daarom belangrijk. Maar wat een kind in de eerste levensjaren meemaakt, bepaalt niet automatisch de rest van het leven.

De hersenen blijven zich ontwikkelen en aanpassen. Daardoor kunnen veilige relaties, positieve ervaringen en goede ondersteuning ook later bijdragen aan herstel en welzijn.

Onderzoek naar kinderen die ernstige verwaarlozing hadden meegemaakt laat bijvoorbeeld zien dat een stabiele, zorgzame omgeving kan samengaan met vooruitgang in hechting, ontwikkeling en welzijn.

Wie ouders ondersteunt, ondersteunt ook kinderen

Ook het welzijn van ouders en andere belangrijke volwassenen is van invloed op kinderen. Stress, trauma of mentale problemen kunnen het moeilijker maken om er goed voor een kind te zijn.

Als ouders en andere volwassenen rondom een kind steun krijgen, kan dat ook kinderen helpen. Zeker in crisissituaties maakt het verschil als een volwassene rust, veiligheid en vertrouwen kan bieden.

Belangrijke relaties zijn er ook buiten de familie

Familie vormt een belangrijke basis, maar ook andere mensen kunnen veel voor een kind betekenen. Denk aan een grootouder, ander familielid, leraar, mentor of sociaal werker.

Ook zulke vertrouwde relaties kunnen bescherming en steun bieden wanneer een kind tegenslag meemaakt.

Voor kinderen die niet bij hun eigen familie kunnen wonen, zijn stabiele relaties extra belangrijk. Waar dat veilig en in het belang van het kind is, kan ook contact met de eigen familie belangrijk blijven.

Trauma kan doorwerken, maar patronen liggen niet vast

Traumatische ervaringen kunnen invloed hebben op volgende generaties, bijvoorbeeld via opvoeding, relaties en manieren waarop mensen met stress omgaan.

Er zijn ook aanwijzingen dat trauma kan doorwerken via biologische processen. Onderzoekers doen daar nog veel onderzoek naar. Over de precieze rol daarvan is nog niet alles bekend.

Dat betekent niet dat patronen vastliggen. Met steun, veilige relaties en passende hulp kunnen mensen nieuwe manieren ontwikkelen om met stress, emoties en relaties om te gaan.

De kern

Stabiele, zorgzame relaties zijn geen extra ondersteuning. Ze vormen de basis voor ontwikkeling, herstel en veerkracht van kinderen. Daarom kijken we niet alleen naar wat een kind nodig heeft, maar ook naar de volwassenen om het kind heen. Want veilig opgroeien doe je in een familie die er voor je is.

Over het onderzoek

A Child's Road to Resilience brengt bestaand wetenschappelijk onderzoek uit verschillende vakgebieden samen, met extra aandacht voor neurowetenschappen. Het rapport kijkt naar drie vragen:

- Waarom zijn zorgzame relaties belangrijk voor de ontwikkeling van kinderen?
- Welke rol spelen relaties bij veerkracht en herstel na ingrijpende ervaringen?
- Kan trauma doorwerken van generatie op generatie?

Het rapport is een samenvatting en analyse van bestaand onderzoek en geen systematische review. Een groot deel van de onderzochte studies komt uit Noord-Amerika en Europa. Meer onderzoek vanuit andere landen, culturen en sociaaleconomische omstandigheden is daarom belangrijk.

Bron

Tyko Granberger & Mary Brezovich, *A Child's Road to Resilience: The science behind the importance of nurturing relationships in child and youth development*, tweede editie, SOS Children's Villages International, 2026

[**Lees hier het volledige rapport →**](#)