

**Samenvatting bij de presentatie over Adverse Childhood Experiences en ontwikkeling Veerkracht**

ACE study (Adverse Childhood Experience): Nadelige jeugdervaringen leiden tot trauma en ‘toxic stress’. Toxic stress verhindert een optimale hersenontwikkeling en heeft nadelige invloed op de ontwikkeling van het hormoonsysteem en immuunsysteem, waardoor er in het latere leven een grotere kans op chronische ziekten kan ontstaan.

[https://www.ted.com/talks/nadine\\_burke\\_harris\\_how\\_childhood\\_trauma\\_affects\\_health\\_across\\_a\\_lifetime](https://www.ted.com/talks/nadine_burke_harris_how_childhood_trauma_affects_health_across_a_lifetime). (TED talk over ACE study, dr Nadine Burke Harris)

ACE study in Nederland (TNO) door Kuiper, Dusseldorp & Vogels ref: KvL/GB2010.073

[https://www.youtube.com/watch?v=EciqGb0re6Y&feature=youtu.be&list=PL7GnWnXHh\\_73KOKuMNGNs3gviUk6ndWsm](https://www.youtube.com/watch?v=EciqGb0re6Y&feature=youtu.be&list=PL7GnWnXHh_73KOKuMNGNs3gviUk6ndWsm) e-college ACE study dr Felitti

[\*Relationship of Childhood Abuse and Household Dysfunction to Many of the Leading Causes of Death in Adults\*](#),” Vincent J Felitti et al. American Journal of Preventive Medicine in 1998, Vol 14, pag 245–258.

In Utero. (Docufilm van Kathleen Man Gyllenhaal over hoe al in de baarmoeder negatieve ervaringen op volgende generaties worden doorgegeven, 2016) <http://inutero.info/>

De invloed van ACE's op de hersenontwikkeling en de verstrekende gevolgen voor de rest van het leven, benadrukken het belang van een liefdevolle verzorger. De baby zoekt actief contact en heeft intensieve, intieme interactie nodig met een gehechtheidsfiguur (een volwassene). De kwaliteit en de kwantiteit van de interactie in de eerste 1000 dagen in het leven van een baby zijn voor de hersenontwikkeling cruciaal, en in de kinderjaren daarna, steeds van groot belang.

<https://www.youtube.com/watch?v=apzXGEbZht0> ‘Still face’ experiment.

<http://developingchild.harvard.edu/science/key-concepts/>

<http://acestoohigh.com/aces-101/>

Bijna iedereen heeft ACE's, niemand heeft een jeugd zonder enige tegenslag, en niemand heeft perfecte ouders. Maar niet iedereen blijft achter met een trauma. Elk kind dat zijn jeugd overleeft, ontwikkelt een overlevingsstrategie (coping strategy) die bij zijn situatie past. De mate waarin het stress-respons systeem van het lichaam belast wordt en er sprake is van toxic stress, is afhankelijk van de aan-/afwezigheid van liefdevolle ondersteuning die het kind helpt bij het verwerken van tegenslag. Onderzoek wijst uit dat zelfs onder stressvolle condities, een ondersteunende, liefdevolle relatie met een volwassene, de schadelijke effecten van de toxic stress respons kan voorkomen of tenietdoen. (De wetenschap van de veerkracht) Eén persoon die liefdevolle aandacht geeft, kan het verschil maken tussen het ontwikkelen van veerkracht of het blijven functioneren volgens de overlevingsstrategie.

<https://www.youtube.com/watch?v=Ptuvg8mnUic> (University California, Dr Mininni, resilience)

<http://developingchild.harvard.edu/science/key-concepts/resilience/>

Pleidooi van De Optimist over veerkracht <radio-eenvandaag/de-optimist-annette-van-der-knaap>

Oprah W. <https://www.cbsnews.com/news/the-life-changing-story-oprah-reports-this-week/>

De economische gevolgen van jeugdtrauma's

De maatschappelijke kosten (o.a. ziekteverzuim) van de gevolgen van jeugdtrauma bedragen volgens een voorzichtige berekening ruim € 4 miljard per jaar. *Speetjens, P., Thielen, F., Have, M. ten, Graaf, R. de, & Smit, F. (2016). Tijdschrift voor psychiatrie, 58, 706-711.*