

# De eerste 1000 dagen van het leven

## Factoren

Psychische gezondheid van het kind: Het behalen van ontwikkelings- en emotionele mijlpalen, leren van algemene sociale vaardigheden en kunnen omgaan met problemen (CDC, 2021). Hieronder staan risicofactoren en beschermende factoren die uit de wetenschappelijke literatuur naar voren komen als geassocieerd met de psychische gezondheid van het kind.

## Interventies

Hieronder zijn de effectieve interventies weergegeven die op (een aantal van) de factoren inspelen.

## Aanbevelingen

Opgesteld vanuit wetenschappelijke literatuur, praktische literatuur, inzichten uit gesprekken en observaties in de praktijk

● = Risico factor  
 ⬡ = Beschermende factor



### Effectief volgens sterke aanwijzingen

● VIPP-SD (Video-feedback Intervention to Promote Positive Parenting and Sensitive Discipline): Gedragsinterventie voor ouders.

### Effectief volgens goede aanwijzingen

● Home-Start: Vrijwillige hulp voor ouders bij het versterken van hun opvoedvaardigheden en sociale netwerk.

● VoorZorg: Verpleegkundige ondersteuning voor moeders bij hun zwangerschap en daarna bij de verzorging en opvoeding tot hun kind.

### Effectief volgens eerste aanwijzingen

● Families First: Intensieve crishulp aan gezinnen door de competenties van gezinsleden te versterken.

● Mindful Ouderschap: Groepstraining met meditatieoefeningen.

● Ouder-baby interventie: Begeleiding voor depressieve moeders.

● Stevig Ouderschap: 'Steuntje in de rug' voor ouders bij hun opvoeding.

➔ Richt op meerdere factoren in plaats van één enkele factor

➔ Overweeg het betrekken van (aanstaande) vaders

➔ Wees bewust van het belang van het sociale netwerk van het (aanstaande) gezin

➔ Probeer depressie van (aanstaande) ouders zo vroeg mogelijk te identificeren en behandelen

➔ Laat begeleiding of ondersteuning van vóór de zwangerschap doorlopen tot in de latere kindertijd

➔ Gebruik een combinatie van zelfrapportage en andere meetinstrumenten

➔ Blijf zo door gaan met (het opstarten van) de wijknetwerken