

# Waarom verdwijnen de herinneringen van je peutertijd?

Probeer je eerste herinnering eens voor de geest te halen. Best lastig toch? Hoe komt dat? Waar zijn de herinneringen van onze peutertijd gebleven?

door ELINE BAKKER

02/10/2019



Shutterstock

Mijn eerste herinnering is niet leuk. Het was 's nachts en ik was mijn moeder kwijt. Ik was in ons huis van de trap af naar beneden geslopen en had overal gezocht, maar ze was nergens te zien. Mijn zoektocht eindigde huilend op de garagevloer. Voor mijn gevoel duurde het eeuwen voordat de buurvrouw mij hoorde en me kwam halen.

## Je bent gemiddeld 3,5 jaar in je eerste herinnering

Later hoorde ik van mijn moeder wat er was gebeurd: ze moest plotseling naar het ziekenhuis, want mijn oma lag op sterven. In haar haast was ze vergeten het hekje bij de trap dicht te doen. De babyfoon stond boven in mijn kamer, waardoor de buurvrouw mij beneden niet hoorde huilen. Dit was een week voordat ik drie werd. Voor de rest weet ik niets meer van mijn eerste drie levensjaren.

De meesten herinneren zich vrijwel niets van hun eerste levensjaren

En ik ben niet de enige. In het boekje *De eerste herinnering* somt Nico Scheepmaker zo'n 350 eerste herinneringen op. Gemiddeld zijn de mensen die Scheepmaker beschrijft 3,5 jaar oud op het moment van hun eerste herinnering.

Er zitten natuurlijk mensen boven en onder het gemiddelde, maar de meesten herinneren zich vrijwel niets van hun eerste levensjaren. En wat ze nog wel weten, zijn vaak losse flarden of beelden, die worden gevolgd door grote gaten in het geheugen.

Waarom slaan we niks op van onze prilste jaren?

# Nieuwe herinneringen maken is moeilijk voor peuters

Jonge kinderen hebben moeite met het aanmaken van nieuwe herinneringen. Hun brein is namelijk nog volop in aanbouw. 'De hersenen moeten eerst rijpen, voordat je überhaupt dingen kunt onthouden', vertelt Ineke Wessel, universitair hoofddocent experimentele psychopathologie aan de Rijksuniversiteit Groningen.

Zo slecht is een peutergeheugen niet. 'Kinderen van 3 kunnen van je winnen met Memory.'

Zeker in het eerste levensjaar groeien de hersenen razendsnel. In deze periode wordt er ook aardig gesleuteld aan de hippocampus, het deel van de hersenen dat zorgt voor het aanmaken van herinneringen.

## Peuters hebben geen besef van 'ik'

Het is dus niet zo gek dat jonge kinderen nog weinig kunnen onthouden. Maar dat is niet het enige, zegt Wessel. 'Een besef van 'ik', dat je iets anders bent dan je omgeving, dat hebben heel jonge kinderen nog niet.' En zonder een 'ik' is er niets waar je de losse herinneringen aan kunt koppelen.

Wessel: 'Je hebt ook het besef van tijd nodig, het idee dat iets in het verleden is gebeurd.' Want als je niet weet dat er een verleden is, kun je ook niet weten wat herinneren is.

Verhalen blijven beter hangen dan losse beelden

Naast de rijping van de hersenen en enig zelf- en tijdsbesef, is ook de ontwikkeling van taal van belang. 'Niet voor niets gaan kinderen zich pas echt dingen herinneren als ze een taal leren', zegt Douwe Draaisma, hoogleraar psychologie aan de Rijksuniversiteit Groningen. Dit komt doordat veel herinneringen 'talig' zijn. Het terughalen van herinneringen gaat vanaf deze periode via verhalen. En deze verhalen blijven beter hangen dan losse beelden.

## Jonge kinderen kunnen zich wel dingen herinneren

Maar het is niet zo dat kinderen vóór de ontwikkeling van taal geen geheugen hebben. Als je een kind vertelt dat het volgende week naar de dierentuin gaat, zal het zich dat de week erop echt nog wel herinneren. Draaisma: 'Sommige peuters van drie kunnen zelfs van je winnen met Memory.' Dus met hun geheugen is niks mis. Waarom kunnen volwassenen zich dan toch zo weinig herinneren van die tijd?

'Iets onthouden is een, maar er later nog bij kunnen is iets anders', zegt Draaisma. Het systeem waarmee kinderen herinneringen opslaan, verandert wanneer ze taal gaan beheersen. Voor die tijd slaan kinderen herinneringen op als een beeld. Door de verandering in het brein worden de oude herinneringen minder toegankelijk.

## Van floppydisk naar harddisk

'Het lijkt een beetje alsof je overschakelt van floppydisks naar harddisks. De oude floppy's passen niet meer in systeem en worden daardoor niet meer geraadpleegd.' Kinderen leren erg veel. Er gaan dus veel deuren open, maar er gaan ook deuren dicht. De oude herinneringen worden als het ware gesloten bestanden, waar ze niet meer bij kunnen. Draaisma: 'Na een tijdje verdwijnen ze zelfs uit het geheugen.'

## Nare herinneringen van vroeger blijven hangen

In de loop van de kinderjaren verdwijnen de vroege herinneringen dus. En na het zevende levensjaar lijken veel kinderen de meeste echt kwijt te zijn. Toch onthoud je vaak nog wel iets van wat je overkomen is. Zo weet ik nog wat er een week voor mijn derde verjaardag gebeurde. Waarom is die gebeurtenis wel blijven hangen en andere voorvallen niet?



Als peuter verdwalen op het vliegtuig kun je je later waarschijnlijk nog herinneren.

Shutterstock

Als je kijkt naar de 350 eerste herinneringen in *De eerste herinnering*, dan zie je een patroon. Ongeveer tweederde van de herinneringen zijn niet aangenaam: een kind is verdwaald, valt of komt een kamer niet meer uit.

‘Dat is logisch, want dat zijn precies de dingen die je geheugen goed moet vasthouden, zodat het je niet nog een keer overkomt’, zegt Draaisma. Het is dus niet zo gek dat in het gat van mijn kindergeheugen, juist de paniekerige zoektocht naar mijn moeder nog steeds te vinden is.