

BOEKEN & WETENSCHAP

zaterdag 13 februari 2021

de Volkskrant



Foto Hilde Harshagen

BESCHOUWING

Psycholoog Douwe Draaisma over vrouwen met liefdeswaan

BOEKEN 7

RECENSIE

Jesse Frederik laat zien dat er niet één boosdoener is in de toelagenaffaire

BOEKEN 10

INTERVIEW

Helen Macdonald geeft een hoofdrol aan vogels

BOEKEN 12

PSYCHOLOGIE

Er komen meer enig kinderen. Maakt dat iets uit voor hun ontwikkeling en geluk (en dat van hun ouders)?

TEN EERSTE 4

GENEESKUNDE

Sporten helpt, ook voor wie al ziek is

WETENSCHAP 21

COLUMN

Ionica Smeets krijgt een wetenschappelijk artikel terug: te soepel leesbaar

WETENSCHAP 23

FYSICA

De energie-technologie van de toekomst

WETENSCHAP 24

● **Psychologie** Enig kinderen

Zo'n enig kind, dat is toch zielig

Steeds meer gezinnen houden het bij één kind. Hoe pakt dat uit voor het kind? En voor de ouders? Traditioneel staan enig kinderen er nogal slecht op ('kleine keizertjes'). Wetenschapsredacteur **Maartje Bakker** – één kind, twijfelt over een tweede – ging op onderzoek uit.

Foto **Hilde Harshagen**

Ik heb één kind. En nu hij bijna 2 jaar is, komt onvermijdelijk de gedachte op: wordt het niet tijd voor een tweede? Nee, ik zeg het verkeerd. Het is niet een gedachte, het zijn de nieuwsgierige vragen van vriendinnen, de hoopvolle blikken van familieleden, de nauwelijks verholde verwijzingen die ineens overal lijken te zijn. Zoals toen we laatst verhuisden, en mijn moeder verbaasd was dat mijn vriend en ik niet zelf in de grootste kamer gingen slapen. 'Want als er nog een kleintje komt, stel dat hè, dan kan die daar mooi bij.'

Zelf was ze al lang en breed zwanger van de tweede, toen ik – haar oudste kind – dezelfde leeftijd had als mijn zoontje nu. Ook vriendinnen houden zich bijna zonder uitzondering aan die ongeschreven wet. Na anderhalf, twee jaar komt als vanzelf het blijde nieuws. De tweede is in aantocht!

Leuk toch? Twee kinderen die niet te veel van elkaar verschillen, qua leeftijd, dan hebben ze tenminste iets aan elkaar. Kunnen ze een jeugd lang samen spelen. Hebben de ouders misschien wat vaker rust. En is er later altijd iemand op wie ze kunnen terugvallen.

Maar de vraag is: wil ik wel nog een kind? En wat als het antwoord nee is? Ontzeg ik mijn kind dan iets? Zijn enig kinderen zielig?

Zelf moet ik er niet aan denken dat ik was opgegroeid zonder mijn zusje. Maar ja, zeggen ze dan, $n=1$.

Ik praat erover met een collega die enig kind is. 'Ik vond het altijd prima om enig kind te zijn, kreeg ik alle aandacht van mijn ouders', zegt hij, 'maar nu mijn ouders wat ouder worden, denk ik weleens: straks sta ik er alleen voor.'

Ik werp de vraag ook op bij een vriendin die geen broers of zussen heeft. 'Ik heb als kind nooit iets gemist', zegt ze. 'Het scheelt dat ik leuke ouders heb. Natuurlijk zie ik er tegenop om als enige van ons gezin over te blijven, maar gelukkig heb ik een goede band met mijn neef en nicht, met hen zal ik altijd herinneringen aan vroeger kunnen ophalen.'

Ja. Maar ook dit zijn maar enkele ervaringen, $n=2$.

En zo ontstaat het idee voor dit artikel. Want misschien zeggen

de ervaringen van die schaarse enig kinderen in mijn omgeving niet zo veel. Misschien kan ik beter op zoek gaan naar harde feiten.



Voor wetenschappers blijken de vooroordelen die bestaan over enig kinderen vaak de reden om op onderzoek uit te gaan.

'Enig kinderen staan bekend als *little egg-heads*', schreef Ruut Veenhoven, de geluksprofessor van de Erasmus Universiteit Rotterdam, al in 1989. In Nederlandse vertaling komt 'studiebol' nog het dichtst in de buurt.

'In China spreken ze van kleine keizertjes', weet Judith Dubas, hoogleraar ontwikkelingspsychologie aan de Universiteit Utrecht, die nog in 2019 over het onderwerp publiceerde.

De vooroordelen over enig kinderen zijn door wetenschappers zelf de wereld in geholpen, aan het einde van de 19de eeuw. Vooral de Amerikaanse psycholoog G. Stanley Hall maakte zich onsterfelijk door te zeggen dat enig kinderen '*a disease in itself*' – een ziekte op zichzelf – waren.

Het lijkt erop dat hij zich heeft laten inspireren door zijn tijdgenoot Eugene W. Bohannon. De psycholoog liet volwassenen (meestal psychologiestudenten) beschrijvingen maken van kinderen die ze afwijkend vonden.

Er zitten veel enig kinderen tussen, en voor Bohannon is dat reden om in 1898 een artikel speciaal aan hen te wijden. Zijn oordeel is vernietigend: enig kinderen zijn minder gezond, hebben vaker mentale of fysieke

problemen, gaan minder naar school, doen minder vaak mee met spelletjes van andere kinderen, zijn minder sociaal vaardig, maken vaker ruzie en zijn verwend, waardoor ze altijd hun zin willen hebben.

Ze zijn ook liefdevol en eerlijk, voegt hij toe. Maar wat blijft hangen, is het beeld van kleine monstertjes.

In de jaren dertig klinkt de eerste kritiek op dit eenzijdige beeld, maar een echte tegenbeweging ontstaat pas in de jaren zeventig. 'De vraag werd toen relevanter', zegt Ruut Veenhoven, indertijd al actief als sociaal wetenschapper. 'Vrouwen hadden vaker een baan buitenshuis en ze begonnen zich af te vragen: willen we wel meer dan één kind? Ook hadden echtparen het aantal kinderen beter onder controle dan voorheen, door anticonceptie en abortus.'

Een van de grote namen in het onderzoek naar enig kinderen is Toni Falbo, een Amerikaanse sociaal-psycholoog. Zij helpt meteen al een misverstand de wereld uit: enig kinderen zijn niet ontevredener over hun leven dan kinderen die opgroeien met broertjes en zusjes.

Ruut Veenhoven, die later zal worden benoemd tot hoogleraar sociale condities voor menselijk geluk in Rotterdam, komt voor Nederlandse kinderen tot dezelfde conclusie. In 1989 ondervraagt hij 2.511 scholieren. De enig kinderen blijken niet ongelukkiger te zijn dan de anderen.

Als ik Veenhoven nu opbel, loodst hij me op afstand door de World Database of Happiness, die hij gedurende zijn carrière heeft opgezet. Het duurt niet lang of vijf studies springen tevoorschijn, 



STEEDS MEER ENIG KINDEREN

Steeds meer kinderen groeien op als enig kind. Volgens cijfers van het CBS zal 18,8 procent van de vrouwen die in 1985 zijn geboren 1 kind krijgen in haar leven. Dat was voor een generatie eerder, de vrouwen die geboren werden rond 1955, nog 15,2 procent. En in 1935, het jaar waarin het CBS deze gegevens begon bij te houden, 10 procent.

Toch zijn enig kinderen nog altijd tamelijk zeldzaam. Van de vrouwen uit 1985 krijgt 41,4 procent 2 kinderen. En 22 procent krijgt 3 of meer kinderen. Alleen kinderloze vrouwen komen nog minder vaak voor dan degenen die het bij één nakomeling houden.

➔ allemaal naar enig kinderen en hun levensgeluk, gemeten van Denemarken tot de Verenigde Staten. In deze vijf studies zijn enig kinderen één keer in het voordeel, één keer in het nadeel, drie keer is er geen verschil.

Van tijd tot tijd worden deze resultaten opnieuw bevestigd. In 2010 baart een studie naar 40 duizend gezinnen in Groot-Brittannië opzien. 'Broers en zussen maken ongelukkig', koppen de kranten. Nader bestudering leert dat dit alleen geldt bij jongere broertjes of zusjes – hoe meer, hoe slechter het met de oudere kinderen in het gezin gaat.

In elk geval zijn enig kinderen dus niet ongelukkiger, dat is alvast een opluchting.



Hoe zit het dan met de rare trekjes in hun persoonlijkheid? Ook dat zocht de Amerikaanse psycholoog Toni Falbo uit. In een overzichtsartikel, dat ze in 1987 met Denise Polit publiceert, zet ze vijftien karaktertrekken op een rij. Er blijken weinig verschillen te zijn tussen enig kinderen en andere kinderen. De eenlingen zijn iets gemotiveerder om hun doelen te bereiken. Ze hebben ook een net iets groter gevoel voor eigenwaarde.

Verder zijn ze even dominant, even volwassen, even coöperatief, even flexibel en even extravert als andere kinderen.

En zelfs met die ambitie en dat zelfvertrouwen blijkt het in latere studies nogal mee te vallen. De Nederlandse enig kinderen die Veenhoven ondervraagt onderscheiden zich alleen doordat ze naar eigen zeggen minder goed zijn in sport dan anderen. In sociaal opzicht lijkt hen dat niet te hinderen, want de enig kinderen zijn even populair onder leeftijdsgenoten.

Alweer een mythe doorgeprikt? Vaak wordt gedacht dat enig kinderen moeite hebben vrienden te maken, omdat ze thuis geen ervaring kunnen opdoen in de omgang met andere kinderen.

Ook andere studies vinden daarvoor weinig aanwijzingen. Zo is er een veel-besproken onderzoek uit 2002 van de Amerikaanse psycholoog Katherine Kitmann. Daaruit blijkt dat enig kinderen op de basisschool evenveel goede vrienden hebben en ook vriendschappen van een even hoge kwaliteit. Wel liggen ze minder goed in de groep als geheel.

En hoe zit het met de band met de ouders? Is die extra hecht? Je bent geneigd te denken van wel. Enig kinderen hebben thuis immers niemand anders om op terug te vallen. Ik herinner me hoe mijn zusje en ik er plezier in hadden allerlei semi-grappige bijnamen voor onze ouders te verzinnen. Zoiets is in je eentje natuurlijk een stuk minder lollijg.

Dit blijkt te kloppen. De Duitse demograaf Sven Stadtmüller weet dankzij zijn enorme database van 10 duizend kinderen dat eenlingen beter met hun ouders over belangrijke dingen kunnen praten dan andere kinderen. Hij volgt de kinderen tijdens hun tijd op de middelbare school, als ze tussen de 11 en 16 jaar zijn.

Ook kinderen die de oudste in een gezin zijn kunnen trouwens goed met hun ouders opschieten. Wat dat betreft, kan er dus best een tweede bij; de band met de eerste wordt er niet minder door.



Maar wat als in het een land wemelt van de enig kinderen? Heeft dat gevolgen voor de manier waarop mensen met elkaar omgaan?

China, het land van de eenkindpolitiek, is een prachtige wetenschappelijke proeftuin voor wie die vraag wil beantwoorden.

Ook Judith Dubas, hoogleraar ontwikkelingspsychologie aan de Universiteit Utrecht, begaf zich in die tuin. Zij publiceerde een onderzoek naar de mate waarin mensen geneigd zijn zich te bemoeien met anderen als ze iets oneerlijks zien gebeuren. Ze gebruikte daarvoor het volgende experiment – het heet 'straf voor derden'.

Speler A en speler B krijgen samen 40 euro. Het is aan speler A om te bepalen hoe het geld wordt verdeeld. Geeft hij B ook iets, of houdt hij alles zelf?

De proefpersoon in kwestie is speler C, en die krijgt te horen dat A zichzelf 35 euro heeft toebedeeld en 5 euro aan B heeft gegeven. Niet bepaald een evenwichtige verdeling. Dan krijgt hij zelf ook 40 euro. Hij kan kiezen. Houdt hij alles zelf? Straft hij A – door 1 euro te betalen kan hij diens beloning met 3 euro verminderen? Of geeft hij B wat extra's, tegen dezelfde wisselkoers: 1 euro betalen, 3 euro erbij?



Vaak wordt gedacht dat enig kinderen moeite hebben vrienden te maken, omdat ze thuis niet leren omgaan met andere kinderen

Geloof het of niet, maar enig kinderen zijn minder dan kinderen met broers en zussen geneigd zich te bemoeien met de verdeling tussen A en B. Ze straffen A minder vaak en ze schoten B ook minder vaak te hulp.

En dat is geen onschuldig verschil, oordeelt Dubas. 'Deze resultaten steunen de 'tweekindpolitiek' die recentelijk werd gelanceerd door de Chinese regering', schrijft ze, samen met enkele Chinese collega's, in het *Journal of Adolescence*. 'Deze politiek [...] zou de sociale problemen kunnen verminderen die zijn ontstaan bij de generatie van enig kinderen.'

'De verschillen tussen de twee groepen kinderen zijn klein', benadrukt Dubas in een videogesprek. Maar ook weer niet betekenisloos, lijkt het. Na afloop van het gesprek mailt Dubas me een ander artikel. De eerste auteur is Lisa Cameron, een econoom uit Australië. Zij deed een aantal experimenten met 421 mensen uit Beijing die nét voor of nét na de introductie van de eenkindpolitiek in 1979 zijn geboren. De resultaten zijn gepubliceerd in het gerenommeerde tijdschrift *Science* en ze liegen er niet om.

'We laten zien dat de Chinese eenkindpolitiek, een van de radicaalste manieren om bevolkingsgroei te remmen, individuen heeft geproduceerd die minder vertrouwen hebben, minder betrouwbaar zijn, meer risicomijdend, minder competitief, pessimistischer en minder gewetensvol', schrijft Cameron met nog een paar Australische wetenschappers.

Oei.

Van de andere kant: er zijn ook studies die minder vernietigend zijn dan die van Cameron. Zo toont Helmut Warmenhoven, die eind vorig jaar promoveerde aan de Radboud Universiteit, aan dat Chinese kinderen niet individualistischer zijn ingesteld dan kinderen die een broer of zus hebben.

Warmenhoven, die werkt als universitair docent aan het United International College in Zhuhai (China), legde zeventienhonderd eerstejaarsstudenten een lange lijst met stellingen voor. Zoals: winnen is alles. Of: wat ik bereik, is mijn eigen verdienste. 'De antwoorden van enig kinderen zijn niet significant anders', zegt hij.

Ook Warmenhoven vond dat enig kinderen niet ongelukkiger zijn dan kinderen met een broer of zus, maar hij vroeg zich wel af: hoe zit dat wanneer ze niet meer 20 zijn, maar 40, of 60? Allemaal zeggen ze immers dat ze opzien tegen de oude dag van hun ouders.

De sociaal wetenschapper besloot zich erin te verdiepen en momenteel analyseert hij de gegevens van enig kinderen tussen de 40 en 80 jaar, uit twintig landen. Een definitieve conclusie durft hij nog niet te trekken, het onderzoek is nog in volle gang. 'Maar het lijkt erop dat kinderen zonder broer of zus op latere leeftijd inderdaad minder gelukkig zijn', vertelt hij.

Toch interessant. Al moet je ook daar, net als bij al die andere studies over enig kinderen, bedenken dat gemiddelden nooit zaligmakend zijn. Nooit zal het zo zijn dat alle enig kinderen ongelukkiger dan alle kinderen met broers en zussen. Een mensenleven is, gelukkig, veel complexer dan dat.



Er is nog één vraag die open ligt.

Want hoe zit het met mijn vriend en mij? Hebben wij met een groter gezin meer kans op levensgeluk?

'Nee', zegt Judith Dubas, die niet alleen onderzoek deed naar enig kinderen in China, maar ook naar het effect van de komst van de tweede op Nederlandse ouders. 'De kwaliteit van de relatie gaat onmiskenbaar achteruit bij een tweede kind. Het wordt gewoon moeilijker wanneer er meer kinderen komen. Er is zoveel stress, zoveel werk dat je als ouders moet doen.'

Hetzelfde blijkt uit een meta-analyse die Amerikaanse wetenschappers in 2003 publiceerden: met elk kind worden ouders een beetje minder tevreden over hun relatie. Dat geldt voor hoogopgeleiden meer dan voor laagopgeleiden en voor vrouwen meer dan voor mannen.

Ook in het algemeen geldt: hoe meer kinderen, hoe minder gelukkig. In een Amerikaans onderzoek uit 2011 worden ouders uit 86 landen ondervraagd. Het gemiddelde geluksniveau daalt naarmate er meer kinderen komen. Bij het eerste kind ervaren ouders nog een kortstondige gelukspiek, ontdekte het Centraal Bureau voor de Statistiek. Dat effect blijft bij de tweede of derde uit.

En dat is uitstekend nieuws, vindt geluksprofessor Ruut Veenhoven. 'Vaak wordt nog gedacht: hoe meer kinderen, hoe beter. Het is goed om dat misverstand de wereld uit te helpen. Immers, het is niet goed voor moeder aarde om veel kinderen te krijgen. En ook niet voor de vrouwenemancipatie.'

Eén kind? De zegen van de wetenschap heb ik. Nu nog van de mensen om me heen. ●

