

Szellem és Tudomány

a Miskolci Egyetem Alkalmazott
Társadalomtudományok Intézetének folyóirata

2026/1-2. szám.

Miskolc-Egyetemváros

Szerkesztőség

Fekete Sándor (főszerkesztő)

Kiss Daniel (felelős szerkesztő)

Graholy Éva (a szerkesztőbizottság titkára)

Szerkesztőbizottság

Szabó-Tóth Kinga (Miskolci Egyetem)

Horváth Zita (Miskolci Egyetem)

Kotics József (Miskolci Egyetem)

Nyíró Miklós (Miskolci Egyetem)

Czibere Ibolya (Debreceni Egyetem)

Loncsák Noémi (Debreceni Egyetem)

Glied Viktor (Pécsi Tudományegyetem)

Ewelina Kancik-Kołtun (Uniwersytet
Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie)

Tomáš Dvorský (Univerzita Pavla Jozefa
Šafárika v Košiciach)

Lukáš Jakobovič (Univerzita Pavla Jozefa
Šafárika v Košiciach)

Peter Dubóczy (Univerzita Pavla Jozefa
Šafárika v Košiciach)

Kiadó

Miskolci Egyetem

Bölcsészettudományi Kar

Alkalmazott Társadalomtudományok

Intézete

A szerkesztőség címe:

Miskolci Egyetem BTK

Alkalmazott Társadalomtudományok
Intézete

3515 Miskolc-Egyetemváros

Telefon: (46) – 565111/21-84

E-mail: btk.atti@uni-miskolc.hu



ISSN 2062-204X

A lap megrendelhető a szerkesztőség címén, vagy a megadott email címen.

Tartalom

Elmélkedő

- Fazekas Csaba:** Prohászka Ottokár, mint public intellectual, avagy tekinthetünk-e közszereplőnek egy történelmi személyiséget? 4
- Hegedűsné Veréb Anita:** „Ezért az óráért jöttem” A szent három nap kenotikus mélysége a balthasari teológiában 17
- Krabák Attila Adrián:** A közösségi coach, mint újszerű szereplő a társadalmi felzárkózás elősegítésében? 31
- Szabó-Tóth Kinga:** Az élet első ezer napja és a korai intervenció programok jelentősége biopszichoszociális keretrendszerben 61

Kitekintő

- Fodor Tamás Albert:** A tanácsdemokrácia elmélete Anton Pannekoek gondolkodásában – Kritika, alternatíva és gyakorlati koncepció 71
- Rabócz Vivien – Fonó Szabolcs:** A 20. század történelmének hatása a kelet-közép-európai kereszténydemokrácia sajátosságaira 89
- Takács Máté János:** Az Amerikai Egyesült Államok és Izrael Iránnal vívott háborújának előzményei a perzsa stratégiai örökség tükrében 115
- Udvarvölgyi Zsolt András:** A tanzániai választások margójára 129

Overview

- Ermidi Argiro Maria:** Water Security in a Changing World: A Case Study of Central and Eastern Europe 140
- Kenaan Arij:** The Role of International Bodies in Solving Conflicts in the Middle East 166
- Sergej Sinicyn – Mária Denciová – Gabriel Eštok:** An informational narrative on Slovakia's energy dependence on Russian gas 189

Recenzió

- Kiss Daniel:** Napjaink diktatúráinak logikájáról Anne Applebaum: Autokrácia Rt. 208

Szabó-Tóth Kinga

Az élet első ezer napja és a korai intervenció programok jelentősége biopszichoszociális keretrendszerben

<https://doi.org/10.32966/szellem.2026.004>

Absztrakt

Az első ezer nap – a fogantatástól a második életév végéig tartó időszak – a fejlődés egyik legkritikusabb és legérzékenyebb periódusa, amelyben a biológiai, pszichológiai és társadalmi folyamatok egymásba ágyazott módon strukturálják az életpályát. Az írás integrált bio-pszichoszociális keretben vizsgálja e szakasz jelentőségét, összekapcsolva a neuroplaszticitás kutatásait, a Developmental Origins of Health and Disease (DOHaD) paradigmát, a biológiai beágyazódás elméletét, a kötődés- és stresszszabályozás mechanizmusait, valamint a társadalmi reprodukció szociológiai modelljeit. A tanulmány mellett érvel, hogy a társadalmi egyenlőtlenségek már az első életevekben biológiai lenyomatot hagynak, így a strukturális hátrány szó szerint „testet ölt” a fejlődő szervezetben. A korai intervenció programok nem csupán egyéni fejlődési kimeneteket javítanak, hanem jelentős társadalmi megtérüléssel is járnak, csökkentve a bűnözést, az egészségügyi kiadásokat és az intergenerációs szegénység újratermelődését. Az első ezer nap támogatása ezért nem pusztán gyermekvédelmi kérdés, hanem stratégiai társadalompolitikai befektetés.

Kulcsszavak: első ezer nap, biológiai beágyazódás, kötődés, toxikus stressz, társadalmi reprodukció, korai intervenció

I. Bevezetés: A kritikus periódus jelentősége

Az „első ezer nap” fogalma a fogantatástól a második életév végéig tartó időszakot jelöli. E periódus kiemelt jelentőségét a fejlődéslelektan, a neurobiológia, a közegészségügy és a szociológia egyaránt hangsúlyozza. A neuroplaszticitás ebben az életszakaszban különösen intenzív, ami egyszerre jelent fejlődési lehetőséget és sérülékenységet (Shonkoff – Phillips 2000). A korai agyfejlődés során rendkívül gyors ütemben zajlik az idegsejtek közötti kapcsolatok kialakulása, majd ezt követő folyamatok – amelyek a környezeti

tapasztalatok függvényében stabilizálják, vagy megszüntetik a kapcsolódásokat – súlyos lenyomatokat képeznek. Ebben az időszakban az érzékszervi, érzelmi és szociális ingerek minősége és mennyisége közvetlen hatást gyakorol az idegi hálózatok szerveződésére. Ismeretes, hogy a fejlődési folyamat nem pusztán egyfajta genetikai program lefutása, hanem dinamikus kölcsönhatás a biológiai adottságok és a környezeti tapasztalatok között.

A Developmental Origins of Health and Disease (DOHaD) elmélet szerint a korai környezeti hatások – ideértve a tápláltsági állapotot, a stresszt és a toxikus expozíciókat – hosszú távon meghatározzák a szervezet fiziológiai működését (Gluckman – Hanson 2004). A magzati fejlődés során a szervezet alkalmazkodási mechanizmusokat alakít ki a feltételezett külső környezethez; ez az úgynevezett „prediktív adaptív válasz”. Amennyiben azonban a prenatális környezet és a későbbi életkörülmények között jelentős eltérés mutatkozik, az adaptívnak induló programozás később kockázati tényezővé válhat. Az anyai tartós stressz például a kortizolszint emelkedésén keresztül befolyásolja a magzati hipotalamusz–hipofízis–mellékvese (HPA) tengely fejlődését, amely a stresszválasz központi szabályozórendszere. A HPA-tengely korai „beállítódása” meghatározhatja az egyén későbbi stresszreaktivitását, érzelmi szabályozását és pszichés sérülékenységét (Sapolsky 1996; Hart – Risley 1995).

A „biológiai beágyazódás” modell szerint a korai tapasztalatok fizikai lenyomatot hagynak az idegrendszerben, az immunrendszerben és az endokrin rendszerben. E folyamat során a környezeti ingerek – különösen a krónikus stressz, az érzelmi depriváció vagy éppen a támogató gondozás – epigenetikai mechanizmusokon keresztül módosíthatják a génexpressziót (Sapolsky 1996). A korai életkörülmények tehát nem csupán pszichológiai emlékként maradnak fenn, hanem biológiai struktúrákba ágyazódnak.

Ez a programozási folyamat meghatározhatja a felnőttkori krónikus betegségek – például a kardiovaszkuláris megbetegedések, metabolikus szindróma vagy depresszió – kockázatát, a stressztűrő képességet és a mentális egészséget. A korai életszakaszban kialakuló fiziológiai „set point” hosszú távon befolyásolja az immunválasz működését, a gyulladós folyamatok szabályozását és az érzelmszabályozási rendszerek stabilitását. Ennek következtében az első ezer nap nem csupán fejlődési előszakasz, hanem olyan alapozó periódus, amelyben a társadalmi és érzelmi tapasztalatok szó szerint testet öltenek, és meghatározzák az egyén egész életútját.

II. Korai kötődési mintázatok és pszichológiai következmények

A kötődésemélet szerint a gyermek és elsődleges gondozója közötti kapcsolat minősége alapozza meg a későbbi érzelmi és társas működést (Bowlby 1982). A kötődés evolúciós értelemben adaptív rendszer: célja a túlélés biztosítása a gondozó közelségének fenntartásával. A csecsemő biológiailag predisponált arra, hogy sírással, mosollyal, kapaszkodással aktiválja a gondozó válaszkészségét. Amennyiben a gondozó következetesen érzékenyen és kiszámíthatóan reagál, biztonságos kötődési mintázat alakul ki. A biztonságos kötődés hozzájárul az érzelemszabályozás fejlődéséhez, az exploráció bátorításához és az adaptív stresszkezeléshez az élet első ezer napja során. A biztonságosan kötődő gyermek képes a gondozót „biztonságos bázisként” használni: feszültség esetén visszatér, megnyugszik, majd újra nyitottá válik a környezet felfedezésére.

A dezorganizált vagy bizonytalan kötődés ezzel szemben fokozott pszichopatológiai kockázattal jár (Ainsworth et al. 1978). Az ambivalens kötődés esetén a gyermek túlzottan függővé és szorongóvá válhat, míg az elkerülő mintázat érzelmi visszahúzóddással és a distressz külső minimalizálásával járhat. A dezorganizált kötődés – amely gyakran traumatikus vagy kiszámíthatatlan gondozói viselkedéshez kapcsolódik – különösen magas rizikófaktora a későbbi disszociatív tüneteknek, impulzuskontroll-zavaroknak és interperszonális instabilitásnak. A kötődési rendszer sérülése tehát nem csupán korai viselkedéses eltérés, hanem a személyiség szerveződés alapjait érintő zavar.

A korai interakciók során kialakuló „belső munkamodell” (Bowlby 1973), a későbbi kapcsolatok mintázatait strukturálja az élet első ezer napja során. Ezek a mentális reprezentációk implicit elvárásokat tartalmaznak önmagunk és mások viselkedésére vonatkozóan. A gyermek megtanulja, hogy a világ biztonságos vagy fenyegető, a másik személy elérhető vagy elutasító, önmaga pedig szerethető vagy értéktelen. E belső munkamodell stabilitása miatt a korai tapasztalatok hosszú távon befolyásolják a párkapcsolati működést, a baráti kapcsolatok minőségét, sőt a munkahelyi együttműködési mintázatokat is. A kötődési reprezentációk meghatározzák, hogy az egyén miként értelmezi

a konfliktusokat, hogyan reagál elutasításra, és mennyire képes bizalmat kialakítani.

A kötődési mintázatok nem csupán pszichológiai konstrukciók, hanem neurobiológiai korrelátumokkal is rendelkeznek (Ainsworth – Blehar – Waters – Wall 1978). A biztonságos gondozói jelenlét szabályozza a stresszválaszrendszer működését, csökkentve a krónikus kortizol-terhelés kockázatát. A kutatások azt mutatják, hogy megfelelően empatikus és egészséges gondozás esetén a HPA-tengely reaktivitása mérsékeltebb, és gyorsabban visszatér az alapállapotba stresszhelyzet után. Ezzel szemben bizonytalan vagy dezorganizált kötődés esetén a stresszválaszrendszer hiper- vagy hiporeaktivitása figyelhető meg, ami hosszú távon befolyásolhatja az érzelemszabályozást és a mentális egészséget. Idegtudományi vizsgálatok továbbá arra utalnak, hogy a korai gondozási minőség hatással van az amygdala és a prefrontális kéreg közötti kapcsolatok fejlődésére, amelyek kulcsszerepet játszanak a félelemfeldolgozásban és az impulzuskontrollban (Shonkoff – Phillips 2000).

Tehát a korai kötődési tapasztalatok az első ezer napban olyan pszichés és neurobiológiai alapstruktúrákat hoznak létre, amelyek meghatározzák az egyén stresszhez, kapcsolatokhoz és önértékeléshez való viszonyát. A kötődés így nem csupán érzelmi kapcsolat, hanem a személyiségfejlődés és a mentális egészség egyik legfontosabb szervezőelve.

III. Toxikus stressz és biológiai lenyomatok

A Harvard Egyetem Center on the Developing Child Intézete¹⁰ három stressztípust különít el: pozitív, tolerálható és toxikus stresszt. A pozitív stressz rövid ideig tartó, mérsékelt intenzitású fiziológiai aktiváció, amely fejlődést elősegítő hatású lehet, például új helyzetekhez való alkalmazkodáskor. A tolerálható stressz súlyosabb megterhelést jelent – például családi krízis vagy betegség esetén –, azonban stabil, támogató felnőttkapcsolat jelenlétében a gyermek képes adaptívan feldolgozni a helyzetet. A toxikus stressz ezzel

¹⁰ <https://developingchild.harvard.edu/resources/videos/stress-and-resilience-how-toxic-stress-affects-us-and-what-we-can-do-about-it/>

szemben tartós, intenzív fiziológiai és pszichés aktivációt jelent stabil, érzelmileg elérhető gondozó hiányában. Ilyen körülmény lehet a krónikus elhanyagolás, a családon belüli erőszak, a mélyszegénység vagy a szülői pszichopatológia.

Toxikus stressz esetén a hipotalamusz–hipofízis–mellékvese (HPA) tengely krónikusan aktiválódik, ami tartós kortizolszint-emelkedéshez vezet az élet első ezer napja alatt. A kortizol rövid távon adaptív, mivel segíti a szervezetet a fenyegető helyzetekhez való alkalmazkodásban. Hosszú távon azonban a tartósan magas kortizolszint neurotoxikus hatású lehet. A krónikus stressz befolyásolja az amygdala érést – amely a félelemfeldolgozás és fenyegetésészlelés központja –, a hippocampus fejlődését – amely a memória és a tanulás kulcsstruktúrája –, valamint a prefrontális kéreg működését, amely az impulzuskontroll, a tervezés és az érzelemszabályozás alapja. A képalkotó vizsgálatok arra utalnak, hogy a tartós stressz csökkentheti a hippocampus térfogatát és módosíthatja a fronto-limbikus kapcsolódásokat (Sapolsky 1996).

A krónikus stressz következményeként kialakuló neurobiológiai változások tanulási nehézségekhez, figyelmi problémákhoz, érzelmi labilitáshoz és fokozott mentális zavar-kockázathoz vezethetnek. A korai toxikus stressz összefüggésbe hozható a szorongásos zavarok, depresszió, poszttraumás stressz-zavar, valamint későbbi addiktív viselkedések nagyobb valószínűségével. Emellett az immunrendszer szabályozása is érintett: a tartós stressz gyulladási folyamatokat aktiválhat, amelyek hosszú távon növelik a krónikus betegségek – például kardiovaszkuláris megbetegedések vagy metabolikus szindróma – kockázatát.

IV. Szociológiai dimenziók és strukturális reprodukció

A társadalmi-gazdasági státusz már 18–24 hónapos korban kimutatható különbségeket eredményez a nyelvi fejlődésben (Hart – Risley 1995). A kutatások azt mutatják, hogy a magasabb státuszú családokban nevelkedő gyermekek lényegesen több és változatosabb nyelvi inputtal találkoznak, ami gazdagabb szókincset, fejlettebb kognitív készségeket és későbbi iskolai előnyt

eredményez. A nyelvi különbségek nem pusztán mennyiségi eltérések, hanem minőségi sajátosságokat is tükröznek: a kérdések, magyarázatok, reflektív párbeszédnek gyakorisága eltérő társadalmi kontextusokban más és más. E korai különbségek kumulatív módon hatnak, és hozzájárulnak az oktatási egyenlőtlenségek korai kialakulásához.

Az alacsony státuszú csoportokban magasabb a perinatális mortalitás, az alacsony születési súly és a koraszülés aránya. A strukturális hátrány már a prenatális szakaszban befolyásolja az egészségi kimeneteket: a rossz lakhatási körülmények, a táplálkozási bizonytalanság, a pszichoszociális stressz és az egészségügyi ellátáshoz való korlátozott hozzáférés együttesen növelik a kockázatokat. A társadalmi egyenlőtlenségek tehát nem csupán későbbi oktatási vagy munkaerőpiaci szinten jelennek meg, hanem biológiai szinten is manifesztálódnak.

Pierre Bourdieu (1986) kulturális tőke-elmélete szerint a családi háttérből származó erőforrások – nyelvi mintázatok, viselkedési normák, kulturális kompetenciák – jelentősen befolyásolják az életkilátásokat. A kulturális tőke nem csupán formális tudást jelent, hanem olyan habitust, amely meghatározza, hogyan értelmezzük a világot, miként kommunikálunk, és milyen aspirációkat alakítunk ki. A korai hátrányok így nem csupán anyagi természetűek, hanem szimbolikus tőkehiányként is megjelennek. A gyermek már az első években interiorizálja azokat a normákat és elvárásokat, amelyek később meghatározzák oktatási pályáját és társadalmi mozgásterét.

Bronfenbrenner (1979) ökológiai modellje rámutat, hogy a gyermek fejlődése több egymásba ágyazott rendszerben zajlik és a modell alkalmazható a legkorábbi életszakasz vonatkozásában is. A mikroszisztéma (család), a mezoszisztéma (család és intézmények kapcsolata), az exoszisztéma (szülőlk munkahelye, közösségi erőforrások) és a makroszisztéma (társadalmi normák, gazdasági struktúrák) egyaránt befolyásolják a fejlődést. A szociális integráció (család, közvetlen közösség) és a rendszerintegráció (intézmények, normák) kettőssége meghatározza a fejlődési pályákat. Amennyiben az intézményi környezet támogató, az kompenzálhatja a családi hátrányokat; ellenkező esetben a strukturális hiányok összeadódnak.

A szegregált térbeli és társadalmi környezet partikuláris normarendszereket hozhat létre (Farkas 2022). A társadalmi izoláció csökkenti

a mobilitási csatornákhöz való hozzáférést, és olyan életstratégiákat alakíthat ki, amelyek adaptívak az adott környezetben, de korlátozzák a hosszú távú előrejutást. A „jelenre orientált habitus” (Stewart 2002) a bizonytalanság következményeként alakulhat ki, amikor a rövid távú túlélési stratégiák dominálnak a hosszú távú tervezéssel szemben. Ez a döntési logika racionális válasz lehet instabil környezetben, ugyanakkor hozzájárulhat a strukturális hátrány fennmaradásához.

Ladányi és Szelényi (2004) szerint a mélyszegénységben élők korlátozottan képesek szükségleteik halasztására, ami a szegénység újratermelődéskéhez vezethet. A rövid távú haszon előnyben részesítése nem egyéni morális deficit, hanem strukturális kényszerhelyzet következménye. A nélkülözésből fakadó állandó bizonytalanság csökkenti a jövőbe vetett bizalmat és a tervezési horizontot.

A marienthali vizsgálat (Lazarsfeld et al. 1929) klasszikusan mutatja be, miként alakulnak ki eltérő megküzdési stratégiák tartós strukturális krízis esetén. A munkanélküliség nem csupán gazdasági állapot, hanem pszichológiai és közösségi következményekkel járó helyzet.

Kutatásaik során négy típusba sorolták a tartós munkanélküliséggel sújtott város lakóit.

Az első típust töretlennek nevezték. Az ezen kategóriába tartozók jellemzője, hogy van jövőképük, (ezért) folyamatosan keresnek munkát, a háztartás szintjét megőrzik, a gyermekeik pedig ápoltak. A második típust rezignálnak hívták. Legfontosabb jellemvonásaik a tervek hiánya, a jövőtlenség, az egyik napról a másikra való éldegélés. A kialakult helyzetet elfogadják, és igényeiket ehhez mérten redukálják. Az élettől már semmit sem várnak, a hangulat nyugodt, ám vannak apróbb örömeik is. Gyermekeiket gondozzák. Kétségbeesett elnevezéssel illették a harmadik típust, melynek legfontosabb jellemzője a kétségbeesésen kívül a depresszió. A múltnak élnek, munkát már nem keresnek, de a gyermekeiket rendben tartják. Apatikus az utolsó típus, jellemzői: irracionális gazdálkodás, amelynek legfőbb ismérve a segély azonnali felélése, a széteső család és a szenvedélybetegségek.

A különböző válaszok – aktív munkahelykeresés, rezignáció, apátia – generációkon át öröklődhetnek mintázatok és attitűdök formájában. E perspektívából az élet első ezer napja nem elszigetelt biológiai szakasz, hanem

olyan társadalmi térben zajló folyamat, ahol a strukturális egyenlőtlenségek már a kezdetektől formálják az életlehetőségeket.

V. Korai intervenció és társadalmi megtérülés

A korai intervenció programok a fogantatástól a kisgyermekkor végéig támogatják a fejlődést. E beavatkozások célja a fejlődési kockázatok csökkentése, a szülői kompetenciák erősítése, valamint a biológiai és pszichoszociális sérülékenységek mérséklése még azok megszilárdulása előtt. A korai intervenció magában foglalhat prenatális tanácsadást, védőnői vagy otthonlátogatási programokat, szülőtréningeket, korai fejlesztést, valamint integrált egészségügyi és szociális szolgáltatásokat. Az ilyen típusú programok különösen hatékonyak hátrányos helyzetű családok esetében, ahol a strukturális kockázati tényezők halmozottan vannak jelen.

Heckman és Masterov (2007) közgazdasági elemzései kimutatták, hogy a legmagasabb társadalmi megtérülés a legkorábbi beavatkozások esetén figyelhető meg. A humántőke-befektetések megtérülési görbéje azt mutatja, hogy minél korábban történik a beavatkozás, annál nagyobb a hosszú távú gazdasági és társadalmi haszon. A korai fejlesztésbe fektetett erőforrások nem csupán egyéni szinten térülnek meg – jobb iskolai teljesítmény, magasabb jövedelem, stabilabb munkaerőpiaci pozíció formájában –, hanem makroszinten is: csökkennek a szociális kiadások, mérséklődik a bűnözés, és növekszik az adóbevétel. A prevenció tehát költséghatékonyabb, mint a későbbi korrekciós beavatkozások.

A korai intervenció pszichológiai hatásai közé tartozik a biztonságos kötődés erősítése, a szülői kompetenciák növelése és a stresszcsökkentés az élet első ezer napja alatt. A megfelelő és egészséges gondozás támogatása hozzájárul a stabil érzelemszabályozás kialakulásához és a HPA-tengely adaptív működéséhez. A szülői edukációs programok növelhetik a gyermek iránti felelősségvállalást, és csökkenthetik a bántalmazás vagy elhanyagolás kockázatát. A korai fejlesztés révén javulhatnak a gyermek kognitív és nyelvi készségei is, ami hosszú távon csökkenti az iskolai lemorzsolódás esélyét.

Szociológiai szinten a korai intervenció mérsékli az intergenerációs szegénység újratermelődését. A korai életszakaszban kompenzált hátrányok

kisebbségi eséllyel vezetnek tartós társadalmi kirekesztettséghez. Empirikus vizsgálatok kimutatták, hogy az ilyen programok hosszú távon csökkentik a bűnözési arányt, növelik a foglalkoztatottságot, valamint mérséklik az egészségügyi és szociális ellátórendszer terhelését.

VI. Következtetések

Az első ezer nap komplex biopszichoszociális folyamat, amelyben a biológiai programozás, a kötődési mintázatok és a társadalmi struktúrák kölcsönhatásban formálják az életpályát. A genetikai predispozíciók, az epigenetikai módosulások, a korai érzelmi tapasztalatok és a strukturális feltételek egymásba ágyazott rendszert alkotnak. A korai tapasztalatok tartósan beágyazódnak az idegrendszerbe és a társadalmi esélystruktúrákba egyaránt az élet első ezer napja során. Ez a beágyazódás egyszerre biológiai és társadalmi természetű: a társadalmi egyenlőtlenségek szó szerint „testet öltenek” a fejlődő szervezetben.

A fejlődés így nem értelmezhető sem pusztán biológiai, sem pusztán társadalmi dimenzióban. A neurobiológiai sérülékenység és a strukturális hátrány egymást erősíthetik, míg a támogató gondozás és a kedvező intézményi környezet kompenzáló hatással bírhat. A korai életszakasz tehát olyan fordulópontra, ahol a prevenció és a társadalmi beavatkozás kiemelt jelentőséggel bír.

A korai intervenció ezért nem csupán fejlesztéspolitikai eszköz, hanem átfogó társadalompolitikai befektetés. Az első ezer nap támogatása a társadalmi egyenlőtlenségek mérséklésének egyik leghatékonyabb módja, mivel a biológiai és pszichoszociális alapstruktúrák ekkor a leginkább alakíthatók. A hosszú távú társadalmi fenntarthatóság, az egészségesebb populáció és a nagyobb társadalmi mobilitás szempontjából az első ezer napba történő befektetés ennél fogva stratégiai jelentőségű.

Irodalom

- Ainsworth, Mary D. Salter – Blehar, Mary C. – Waters, Everett – Wall, Sally N. (1978): *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum.
- Bourdieu, P. (1986): The forms of capital. In J. Richardson (ed.): *Handbook of theory and research for the sociology of education*. Westport: Greenwood, 241–258.
- Bowlby, John (1973): *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, John (1982): Attachment and loss: Retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4):664–678. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1982.tb01456.x>
- Bronfenbrenner, Urie (1979): *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge – London: Harvard University Press.
- Farkas Zoltán (2022): A társadalmi integráció főbb felfogásai és az intézményes-relációs-rationális társadalmi integráció. *Szellem és Tudomány*, 13(1):47–77.
- Gluckman, Peter D. – Hanson, Mark A. (2004): Living with the past: Evolution, development, and patterns of disease. *Science*, 305(5691):1733–1736. <https://doi.org/10.1126/science.1095292>
- Hart, Betty – Risley, Todd R. (1995): *Meaningful differences in the everyday experience of young American children*. Baltimore: Paul H. Brookes.
- Heckman, James J. – Masterov, Dimitriy V. (2007): The productivity argument for investing in young children. *Review of Agricultural Economics*, 29(3), 446–493. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9353.2007.00359.x>
- Ladányi, János – Szélényi Iván (2004): *A kirekesztettség változó formái*. Budapest: Napvilág Kiadó.
- Lazarsfeld, Paul F. – Jahoda, Marie – Zeisel, Hans (1971): *Marienthal: The sociology of an unemployed community*. New York: Routledge.
- Sapolsky, Robert M. (1996): Why Stress Is Bad for Your Brain. *Science*, 273(5276):749–750. <https://doi.org/10.1126/science.273.5276.749>
- Shonkoff, Jack P. – Phillips, Deborah A. (eds.) (2000): *From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. Washington D.C.: National Academies Press.
- Stewart, Michael (2002): Deprivation, the Roma and the underclass. In Hann, C.M. (ed.): *Postsocialism. Ideals, ideologies and practices in Eurasia*. London: Routledge.