



MASTER OPDRACHT

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Auteur: A.F. (Anke) Kolberg

EERSTE BEGELEIDER:
Prof. Dr. G.J. WESTERHOF
TWEEDE BEGELEIDER:
Dr. A.M. SOOLS

UNIVERSITEIT TWENTE
FACULTEIT DER GEDRAGSWETENSCHAPPEN

DOCUMENTNUMMER
GP-S1013327

28.03.2014

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN
PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

*"The future belongs to those who
realize the possibility before it is
obvious."*

Oscar Wilde (1854-1900)

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Voorwoord

Deze masterthesis is geschreven ter afronding van mijn master “Geestelijke Gezondheidsbevordering” aan de Universiteit Twente.

In mijn bachelorthesis: “Exploratiestudie naar psychologische functies van narratieve toekomstverbeelding” heb ik gekeken naar het verband van de *narratieve toekomstverbeelding* en de geestelijke gezondheid. Ik vond de *narratieve toekomstverbeelding* een heel interessant onderwerp en was benieuwd of het verbeelden van de toekomst in een verhaal in samenhang staat met de geestelijke gezondheid. Ik was wel verrast dat niets dergelijks uit de resultaten van mijn bachelorthesis bleek.

Voor mijn masterthesis heb ik dan weer voor het onderwerp *narratieve toekomstverbeelding* gekozen want ik was aan de ene kant heel benieuwd of er uit een onderzoek toch kan blijken dat er een samenhang bestaat tussen *narratieve toekomstverbeelding* en de geestelijke gezondheid. Aan de andere kant wilde ik tevens graag onderzoeken of er een samenhang bestaat tussen culturele verschillen en de *narratieve toekomstverbeelding*.

Ik wil niet te veel verklappen, maar ik kan wel zeggen dat de resultaten van mijn masterthesis een ander beeld van het verband tussen *narratieve toekomstverbeelding* en de geestelijke gezondheid weergeven dan de resultaten van mijn bachelorthesis.

Ik wil het voorwoord gebruiken om alle mensen te bedanken die het voor mij mogelijk hebben gemaakt om mijn master af te ronden. Ten eerste wil ik mij bij mijn begeleiders Prof. Dr. G. J. Westerhof en Dr. A. M. Sools voor hun goede ondersteuning bij het schrijven van mijn thesis bedanken.

Verder wil ik Meryem Kangus van harte bedanken, omdat ze zich veel tijd heeft genomen om de naar de taal van mijn thesis te kijken.

Tot slot gaat mijn dank aan mijn familie bedanken, die mij goed heeft gemotiveerd tijdens het schrijven van mijn thesis. In het bijzonder gaat mijn dank aan mijn vader die mij verderop heel goed heeft ondersteund.

28 maart 2014, Nottuln

Anke Kolberg

Summary

Purpose: The purpose of this study is to characterize on the basis of the psychological functions, which in earlier studies (Wahle 2012, Kolberg, Nolden & Schwaiger, 2013) narrative futuring are explored. The characteristics of narrative futuring are examined by clustering of latent psychological functions that recognize the letters from the future. It also looks at the relationship between the clusters and the mental health and the relationship between the clusters and the nationality. From the literature, one can well believe that a relationship exists between cultural factors and narrative futuring as well that narrative futuring exhibits related to mental health. **Method:** 492 letters from the future were collected using an online tool (www.levensverhalenlab.nl). These are letters that people from a fictional time and place wrote to himself or others, when the future was described. In a story form to measure the mental health of the participants, the Mental Health Continuum Short Form (MHC-SF) was used. In addition, the participants answered demographic questions. The analysis was done in six steps: First, using a qualitative analysis were psychological functions assigned to the letters. Secondly, the frequency of its psychological functions in a letter has been calculated. Thirdly, a cluster analysis was performed using SPSS. Fourth, in a sample of five letters per cluster was drawn and the quality looked at the contents. Fifth was a variance analysis looked at the relationship between the clusters and the score on the MHC-SF. Finally, the relationship between the clusters and nationality was investigated. **Results:** There were found six clusters of psychological functions to exist, these are: 1. „Reflective look back”, 2. „Reflective depict”, 3. „Imagining a happy life”, 4. „Give advice reflective”, 5. „Imaginative without reflection” and 6. „Imaginative look back”. It showed that there is a correlation between the clusters and the score on the MHC-SF; one can therefore daresay that the six clusters reveal a connection with mental health. Narrative futuring show no connection with the nationality. **Conclusion and Discussion:** One can conclude that the identified six clusters characterize the narrative futuring. There is a connection between the narrative futuring and mental health. It seems likely that narrative futuring can be used in mental health.

Samenvatting

Doel: Het doel van dit onderzoek is om *narratieve toekomstverbeelding* te karakteriseren aan de hand van de psychologische functies, die in eerder onderzoeken (Wahle 2012; Kolberg, Nolden & Schwaiger, 2013) zijn geëxploreerd. De karakteristieken van de *narratieve toekomstverbeelding* worden onderzocht door clustervorming van de psychologische functies die in de *brieven vanuit de toekomst* te herkennen zijn. Daarnaast wordt gekeken naar de samenhang tussen de clusters en de geestelijke gezondheid en het verband van de clusters met de nationaliteit. Vanuit de wetenschappelijke literatuur kan men zowel vermoeden dat een samenhang bestaat tussen culturele factoren en *narratieve toekomstverbeelding* als ook dat *narratieve toekomstverbeelding* een verband vertoont met de geestelijke gezondheid.

Methode: 492 brieven vanuit de toekomst werden met behulp van een online-tool (www.levensverhalenlab.nl) verzameld. Deze zijn brieven die mensen vanuit een fictief tijdstip en plaats aan zichzelf of andere mensen schreven, waarin de toekomst in een verhaalvorm werd beschreven. Om de geestelijke gezondheid van de deelnemers te meten werd de Mental Health Continuum Short-form (MHC-SF) gebruikt. Daarnaast hebben de participanten demografische vragen beantwoord. De analyse gebeurde in zes stappen: Ten eerste werden via een kwalitatieve analyse psychologische functies toegekend aan de brieven. Ten tweede werd de frequentie van de psychologische functies per brief berekend. Ten derde werd met behulp van SPSS een clusteranalyse uitgevoerd. Ten vierde werd in een steekproef vijf brieven per cluster getrokken en het werd kwalitatief naar de inhoud gekeken. Ten vijfde werd met een variantieanalyse naar de samenhang tussen de clusters en de score op de MHC-SF gekeken. Tot slot werd de samenhang tussen de clusters en de nationaliteit onderzocht.

Resultaten: Er bleken zes clusters van psychologische functies te bestaan, deze zijn: 1. “reflecterend terugblikken”, 2. “reflecterend verbeelden”, 3. “verbeelden van een tevreden leven”, 4. “reflecterend advies geven”, 5. “verbeeldend zonder reflectie” en 6. “verbeeldend terugblikken”. Het kwam naar voren dat er een samenhang bestaat tussen de clusters en de score op de MHC-SF, men kan derhalve assumeren dat de zes clusters getuigen van een verband met de geestelijke gezondheid. *Narratieve toekomstverbeelding* liet geen verband met de nationaliteit zien. **Conclusie en Discussie:** Men kan concluderen dat de gevonden zes clusters kenmerkend zijn voor de *narratieve toekomstverbeelding*. Er bestaat een samenhang tussen de *narratieve toekomstverbeelding* en de geestelijke gezondheid. Het lijkt aannemelijk dat *narratieve toekomstverbeelding* in de geestelijke gezondheidsbevordering kan worden ingezet.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN
PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Inhoud

1. Inleiding	8
1.1 Definities, theorie en vraagstelling	8
1.1.1 Narratieve toekomstverbeelding	8
1.1.2 Geestelijke gezondheid en narratieve toekomstverbeelding	11
1.1.3 Culturele verschillen en narratieve toekomstverbeelding	14
1.1.4 Vraagstelling	17
2. Methode	18
2.1 Dataverzameling	18
2.1.1 Procedure	18
2.1.2 Participanten	18
2.1.3 Instrumenten	19
2.2 Analyse	20

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN
PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

3. Resultaten -----	23
3.1 Clustering van psychologische functies-----	23
3.1.1 Verdeling van psychologische functies in clusters-----	23
3.1.2 Betekenis van de clusters-----	27
3.2 Kwantitatieve analyse van de clusters en welbevinden-----	35
3.3 Kwantitatieve analyse van de clusters en nationaliteit-----	36
3.3.1 Relatie clusters en nationaliteit-----	37
4. Discussie -----	40
4.1 Kracht en beperkingen van het onderzoek-----	45
4.2 Aanbeveling-----	47
4.3 Conclusie-----	48
5. Literatuurlijst -----	49
Bijlage -----	54
A: Mental Health Continuum Scale Short-Form-----	54
B: Aanwijzingen voor het schrijven van de brief-----	55

1. Inleiding

Het doel van deze masterthesis is meer te weten te komen over *narratieve toekomstverbeelding*. Dit zal inzicht kunnen geven op de vragen hoe *narratieve toekomstverbeelding* werkt en welke psychologische functies het kan vervullen. Om de capaciteit van *narratieve toekomstverbeelding* te kunnen bepalen is het van belang te onderzoeken wat karakteristieken hiervan zijn. Daarvoor wordt er naar de *toekomstverbeeldingen* van mensen gekeken, om te onderzoeken wat zij al bereikt willen hebben als zij hun toekomst verbeelden.

Om meer te kunnen zeggen over de capaciteit van *narratieve toekomstverbeelding* in de geestelijke gezondheidszorg wordt het verband tussen *narratieve toekomstverbeelding* en de geestelijke gezondheid onderzocht. Omdat nog niet veel bekend is over *narratieve toekomstverbeelding* en het verband met de geestelijke gezondheid, wordt *toekomstverbeelding* geïntroduceerd om te verklaren hoe het verband er uit kan zien. Om een volledig beeld van *narratieve toekomstverbeelding* te kunnen schetsen is het van belang te onderzoeken welke factoren mogelijk samenhangen met *narratieve toekomstverbeelding*. Een factor die mogelijk met *narratieve toekomstverbeelding* kan samenhangen is de culturele verschillen. De *toekomstverbeeldingen* van mensen uit Nederland als ook uit Duitsland worden onderzocht om vast te stellen of er tussen deze twee landen verschillen in *narratieve toekomstverbeeldingen* te herkennen zijn. Aan het begin van deze masterthesis worden de trefwoorden '*toekomstverbeelding*', '*narratieve toekomstverbeelding*', 'geestelijke gezondheid' en 'culturele verschillen' verklaard. Tot slot wordt de vraagstelling geformuleerd.

1.1 Definities en theorie

1.1.1 Narratieve toekomstverbeelding

Mensen bezitten veel behulpzame vaardigheden waarmee zij significant van dieren verschillen. Een vaardigheid die heel belangrijk is, is het *toekomstverbeelden*. Met behulp van eerdere herinneringen die mensen hebben zijn zij in staat hun handelingen in de toekomst aan te passen. Mensen hebben geleerd zich te verbeelden wat in de toekomst mogelijk kan gebeuren en zij worden daardoor instaat gesteld adequaat te reageren. Bepaalde gebieden in de psychologie hebben zich bezig gehouden met de functie die *toekomstverbeelding* mogelijk kan hebben. Onder andere is dat de evolutiepsychologie.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

De evolutiepsychologie is een richting in de psychologie die zich bezighoudt met de ontwikkeling van de mens op aarde en de voordelen, die het *verbeelden van de toekomst* van oudsher voor de mens hebben gehad. In de evolutiepsychologie speelt vooral het episodisch geheugen, waar de herinneringen van een mens zijn opgeslagen, een grote rol (Suddendorf & Corballis, 2007). Met behulp van de herinneringen is het voor de mens mogelijk de toekomst tot in zeker opzicht te voorspellen. Dit houdt in dat men weet hoe men in bepaalde situaties moet reageren. Atance en O'Neill (2001) hebben voor dat procedure het begrip 'episodisch toekomst denken' ontwikkeld. Zij definiëren 'episodisch toekomst denken' als “het vermogen om in een persoonlijke manier over de toekomst na te denken” (Atance & O'Neill, 2001). Het begrip 'episodisch toekomst denken' kan men als equivalent zien voor het begrip *toekomstverbeelding*.

Het blijkt dat *toekomstverbeelding* veel voordelen voor de mens oplevert, maar hoe ziet het er precies uit? In het kader van dit onderzoek richt *toekomstverbeelding* zich op de voorstellingen van een persoon over zijn toekomst. Met dit onderzoek zal onder andere de vraag worden beantwoord of er een relatie bestaat tussen *narratieve toekomstverbeelding* en de geestelijke gezondheid.

Narratieve toekomstverbeelding is afkomstig van de narratieve psychologie, een richting in de psychologie, waar uitgegaan wordt van betekenisverlening: dat mensen hun ervaringen door middel van verhalen betekenis verlenen (Bohlmeijer & Westerhof, 2012). Polkinghorne (1988) stelt dat de narratieve manier van verklaring een bijzonder soort van inzicht inhoudt. Zoals Polkinghorne (1988) aangeeft worden bij de narratieve manier van verklaring: “verzamelingen van gebeurtenissen in verbanden getransformeerd en de omvang van synoptische beoordelingen in onze reflecties over ervaringen nagevoeld en vergroot (Polkinghorne, 1988). Het is via de narratieve manier mogelijk enkele gebeurtenissen in verband te brengen en duidelijk te maken wat bepaalde gebeurtenissen in het verleden voor ons leven en toekomst betekenen. Sools en Mooren (2012) gaan zelfs nog verder in hun beschrijving van de narratieve psychologie. Zij verklaren in hun artikel “Towards narrative futuring in psychology: Becoming resilient by imaging the future”: dat in narratieve psychologie het vertellen van verhalen als onderliggend metafoor voor menselijk denken en handelen wordt beschouwd. Sools en Mooren (2012) geven aan dat zij *narratieve toekomstverbeelding* in betoog op de vraag hoe het mensen kan helpen belastbaar te worden in veranderingen en crises onderzoeken (Sools & Mooren, 2012).

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Zoals te herkennen is blijkt *narratieve toekomstverbeelding* een onderwerp van groot belang te zijn. Om uiteindelijk het verband tussen de *narratieve toekomstverbeelding* en de geestelijke gezondheid te kunnen bepalen is het belangrijk te onderzoeken welke functies *narratieve toekomstverbeelding* kan vervullen. In dit kader, werd eind 2011 door Bohlmeijer, Westerhof en Sools aan de Universiteit Twente het *levensverhalenlab* opgericht, waar er *brieven vanuit de toekomst* werden verzameld. Deze *brieven vanuit de toekomst* of de *toekomstbrieven* zijn brieven die mensen van een fictieve tijd en plaats aan zichzelf of een andere persoon schrijven. In die brieven wordt de persoonlijke toekomst van een persoon beschreven, wat meestal in een positief kader gebeurt.

De *brieven vanuit de toekomst* vervullen veel functies of anders gezegd houden veel psychologische functies in. Mensen willen in hun brieven door het *verbeelden van de toekomst* iets voor zichzelf bereiken, zij willen zichzelf motiveren om voor hun doelen te vechten, zichzelf adviezen voor de toekomst geven of conclusies trekken over het leven. De psychologische functies kunnen als een soort plan van het leven gezien worden. De mensen schrijven vanuit de toekomst een brief aan zichzelf in het heden en spelen zo te zeggen de profeet. In de brieven geven zij aan hoe de toekomst er uit gaat zien, meestal is dat een heel positieve toekomst, maar zij geven tevens aan wat zij zelf daarvoor moeten doen om die persoonlijke *toekomstverbeelding* te bereiken.

Om meer over de werkwijze van *narratieve toekomstverbeelding* te kunnen zeggen is het niet alleen van belang te kijken welke psychologische functies voorkomen, maar ook te onderzoeken welke samen voorkomen. Daarvoor wordt onderzocht of er patronen van functies te herkennen zijn. Het onderzoek zal uitkomsten leveren over de vraag wat karakteristiek is voor de *narratieve toekomstverbeelding*. Hiervoor is het van belang naar onderzoeken te kijken die zich al met deze vraag hebben bezig gehouden. Daarvoor worden de *brieven vanuit de toekomst* uit het *levensverhalenlab* onderzocht. Wat is al bekend over *narratieve toekomstverbeelding* en de psychologische functies die worden vervuld? Uit het onderzoek van Julia Wahle (2012) blijkt dat in de *brieven vanuit de toekomst* 23 psychologische functies naar voren komen. Maar omdat het aantal van deze functies redelijk veel is en hierdoor te kleine aantallen en verbanden met het welbevinden verwacht kan worden, wordt daarom ook naar de inhoudelijk relevante processen gekeken. Eveneens bleek dat de functies: 'imagine/experience through imagination', 'recall past events', 'emotional support/empathy', 'induce hope/optimism', 'praise oneself/self-enhancing' en 'characterize oneself' het meest in de *brieven vanuit de toekomst* voorkomen (Wahle, 2012). Het is

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

vanzelfsprekend dat de functie 'imagine/experience through imagination' het meest voorkomt, omdat de mensen deze gebruiken om hun toekomst te kunnen verbeelden.

Andere onderzoeken op het gebied van *narratieve toekomstverbeelding* zijn zelfs nog verder gegaan dan te kijken, welke functies in de *brieven vanuit de toekomst* voorkomen. Lina Nolden (2013) heeft in haar bacheloropdracht onderzocht welke effecten de psychologische functies in *narratieve toekomstverbeelding* kunnen hebben. Zij heeft vier categorieën gevonden. Deze zijn: 'denken', 'actie', 'wil' en 'emotie'. Dit houdt in dat men met de psychologische functies, ten eerste over zichzelf en zijn leven kan nadenken of reflecteren. Ten tweede kan men zichzelf op een actie voorbereiden, wat vooral door het geven van adviezen gebeurt. Ten derde kunnen functies de wil van iemand ondersteunen, bijvoorbeeld door te motiveren of doelen op te stellen. Tot slot kunnen de psychologische functies ertoe dienen emoties uit te drukken, bijvoorbeeld tevredenheid of geluk (Nolden, 2013). Een ander onderzoek werd door Theresa Schwaiger (2013) uitgevoerd. Zij heeft uitgevonden dat de psychologische functies in drie sequenties ingedeeld kunnen worden: 'terugblikken', 'voorblikken' en 'adviseren'. Men kan dus concluderen dat de psychologische functies drie grote functies vervullen. Om te beginnen kijkt de auteur eerst terug op zijn verleden. Vervolgens wordt het oogmerk op de toekomst gericht en ter afsluiting worden adviezen gegeven voor de toekomst (Schwaiger, 2013).

Samenvattend kan worden gesteld dat *narratieve toekomstverbeelding* in veel opzichten hulprijk is, omdat het veel functies kan bevatten. Maar is bij *narratieve toekomstverbeelding* een samenhang met de geestelijke gezondheid te herkennen? Dat is de vraag die in de volgende paragraaf wordt beantwoord.

1.1.2 Geestelijke gezondheid en narratieve toekomstverbeelding

Geestelijke gezondheid is een veel gebruikte term in deze thesis. Maar wat betekent het en is er een verband met *narratieve toekomstverbeelding* te herkennen? De termen geestelijke gezondheid en welbevinden hangen samen en worden hier allebei genoemd onder een zelfde betekenis.

Geestelijke gezondheid is volgens de World Health Organization (WHO): "a state of well-being in which the individual realizes his or her own abilities, can cope with the normal stresses of life, can work productively and fruitfully, and is able to make a contribution to his or her community" (WHO, 2005). Bohlmeijer en Westerhof (2010) verduidelijken in hun boek

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

“Psychologie van de levenskunst” dat geestelijke gezondheid meer is dan de afwezigheid van ziekte (Bohlmeijer & Westerhof, 2010). Het begrip geestelijke gezondheid heeft zoals uit de wetenschappelijke literatuur blijkt betrekking op het optimaal psychologisch functioneren (Ryan & Deci, 2001).

Keyes (2005; 2007) heeft het begrip geestelijke gezondheid in drie categorieën onderverdeeld. Deze zijn 'subjectief/emotioneel welbevinden', 'psychologisch welbevinden' en 'sociaal welbevinden'. 'Subjectief welbevinden' houdt de perceptie van bekennend geluk en tevredenheid in het leven in (Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999). 'Psychologisch welbevinden' geeft de mate aan in hoeverre mensen zichzelf goed vinden functioneren in hun leven. Het is op te delen in de volgende zes elementen 'zelfacceptatie', 'omgevingsbeheersing', 'positieve relaties met andere', 'doel in het leven', 'persoonlijke groei' en 'autonomie' (Ryff & Keyes, 1995). 'Sociaal welbevinden' geeft de individuele inschatting van een persoon met betrekking op hun relaties met andere mensen aan. Het kan onderverdeeld worden in vijf categorieën: 'sociale integratie', 'sociale acceptatie', 'sociale contributie', 'sociale actualisatie' en 'sociale samenhang' (Keyes, 1998).

Met deze thesis zal zoals genoemd worden onderzocht of er een verband bestaat tussen *narratieve toekomstverbeelding* en het welbevinden, daarbij gaat het specifiek om het psychologisch welbevinden. Het vermoeden is dat het schrijven van een brief over de toekomst in een positief kader samenhangt met het positief functioneren. Om een uitspraak over het verband tussen *narratieve toekomstverbeelding* en de geestelijke gezondheid te kunnen doen zullen de psychologische functies onderzocht moeten worden. Maar hoe ziet het met de *toekomstverbeelding* er uit, waarbij het opstellen van doelen voor de toekomst centraal staat?

Uit veel wetenschappelijke onderzoeken bleek dat het *verbeelden van de toekomst* een verband heeft met de geestelijke gezondheid (Chiu 2012; King, 2001). De vraag is dus niet of *toekomstverbeelding* met de geestelijke gezondheid samenhangt, maar waarom dat zo is. Wat is al bekend over de vraag waarom *toekomstverbeelding* een samenhang met de geestelijke gezondheid vertoont? Melges (1982) schrijft in zijn boek: “Time and Inner Future: A Temporal Approach to Psychiatric Disorders” over de 'theory of anticipatory control'. Deze theorie levert een verklaring op voor het verband tussen *toekomstverbeelding* en het welbevinden. De 'theory of anticipatory control' stelt dat mensen controle over hun toekomst verwerven door het bedenken van concrete plannen. Als de plannen effectief zijn brengt dat

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

een gevoel van controle bij de persoon teweeg. Maar wanneer de plannen als ineffectief worden beschouwd zal dat voor negatieve gevoelens zorgen wat weer kan leiden tot dat mensen hun plannen nog een keer overwegen of nieuwe plannen bedenken. Dat zorgt weer voor het gevoel van controle en kan uiteindelijk voor een verhoging van het welbevinden zorgen (Melges, 1982).

Evenwel blijkt de theorie van Melges (1982) niet de enige theorie te zijn, die ervan uitgaat dat er een samenhang tussen het verbeelden van de toekomst en het welbevinden bestaat. King (2001) deed een onderzoek naar de vraag of het opstellen van levensdoelen samenhangt met het welbevinden. King (2001) stelt dat door het opschrijven van doelen, de aandacht bewust op de doelen wordt gericht en dat zorgt voor optimisme bij de schrijver. Men is door het opstellen van levensdoelen verder in staat om prioriteiten aan te brengen wat een positieve invloed op het psychologisch welbevinden blijkt te hebben (King, 2001). Dit fenomeen, dat door het opstellen van doelen de persoon een actieve rol inneemt bij het verbeelden van de toekomst wordt ook 'goalsettingsstrategie' genoemd. Coudin en Lima (2011) veronderstellen dat mensen een actieve rol spelen bij het oprichten van hun persoonlijke toekomst en daardoor de wissels voor hun toekomst bijstellen. Daardoor wordt uiteindelijk het welbevinden bevorderd (Coudin en Lima, 2011). Uit wetenschappelijk onderzoek van Chiu (2012) kwam naar voren dat een verband bestaat tussen *toekomstverbeelding* en het gevoel van blijdschap, het creatieve denken en tot slot het welbevinden (Chiu, 2012).

Men kan concluderen dat er een samenhang bestaat tussen *toekomstverbeelding*, waarbij het opstellen van doelen voor de toekomst centraal staat, en het welbevinden, in het bijzonder het psychologisch welbevinden. Op de vraag: “wat zijn de belangrijke begrippen bij de *toekomstverbeelding* die voor de samenhang met de geestelijke gezondheid zorg dragen”? blijkt uit verschillende onderzoeken dat een aantal begrippen van belang zijn. Deze zijn doelgerichtheid, hoop voor de toekomst en een optimistische kijk op de toekomst (Averill & Sundararajan, 2004; Emmons, 1986; Scheier & Carver, 1982).

Bepaalde begrippen zorgen bij de *toekomstverbeelding* voor het verband met het welbevinden, omdat bij de *narratieve toekomstverbeelding* veel van de genoemde concepten zoals een optimistische kijk op de toekomst of hoop voor de toekomst mede een rol spelen, kan men vermoeden dat tussen *narratieve toekomstverbeelding* en de geestelijke gezondheid evenzo een verband bestaat.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Een ander belangrijke concept dat gelijkwaardig is aan *narratieve toekomstverbeelding* is 'zelf-descripties'. Een 'zelf-descriptie' beschrijft de persoonlijkheid van een mens. Op de persoonlijkheid kunnen verschillende factoren van invloed zijn onder andere ook de cultuur van een mens. De cultuur van een mens bepaalt de persoonlijkheid van een mens in zekere mate en zo tevens de 'zelf-descriptie'. Men kan derhalve vermoeden dat verschillen tussen de 'zelf-descripties' van mensen uit verschillende landen bestaan. Op de vraag in hoeverre culturele verschillen samenhangen met de 'zelf-descripties' en zo tevens met de *narratieve toekomstverbeeldingen* van mensen, wordt in de volgende paragraaf ingegaan. Daarbij worden de culturele verschillen tussen de twee landen Nederland en Duitsland behandeld.

1.1.3 Culturele verschillen en narratieve toekomstverbeelding

In deze paragraaf worden ten eerste de culturele verschillen die algemeen tussen de landen kunnen bestaan onderzocht en daarna wordt er ingegaan op de culturele verschillen tussen Nederland en Duitsland. Het wordt verondersteld dat culturele verschillen samen kunnen hangen met de 'zelf-descripties' van mensen, maar wat is al bekend over de samenhang van culturele verschillen van de Nederlanders en Duitsers met hun 'zelf-descripties'? Christina Bode (2003) heeft in haar proefschrift "Individuality and relatedness in middle en late adulthood" onder andere de 'zelf-descripties' van Nederlanders en Duitsers onderzocht. Bode (2003) heeft naar voren gebracht dat de 'zelf-descripties' van de Nederlanders en Duitsers verschillen. Het wordt vermoed dat de verschillen mede door de culturele achtergrond worden bepaald (Bode, 2003).

Hofstede (2001) zette uiteen dat verschillen tussen landen in de termen van vijf culturele dimensies bepaald kunnen worden. Deze zijn: machtsafstand, onzekerheidsvermijding, individualisme/collectivisme, masculiniteit/feminiteit langetermijndenken/korttermijndenken. Machtsafstand geeft de mate aan waarbinnen de minder sterken leden van een maatschappij aanvaarden en uitdrukken dat de macht ongelijk is verdeeld. Mensen in maatschappijen die een grote machtsafstand tonen accepteren een hiërarchische rangschikking. In maatschappijen echter waar een geringe machtsafstand heerst, streven de mensen ernaar de macht gelijk te verdelen. Onzekerheidsvermijding geeft de mate aan waarbinnen de leden van een maatschappij zich onbehaaglijk met de onzekerheid en onduidelijkheid in het land voelen. Een fundamenteel onderwerp daarbij is de vraag hoe het land omgaat met het feit dat de toekomst onzeker is.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Uit onderzoeken van Hofstede (2001) blijkt verder dat een individualistisch cultuur een voorkeur heeft voor een los gebreide sociaal structuur waarbinnen van individuen verwacht wordt dat ze alleen zorg dragen voor zichzelf en hun gezin. Collectivisme daarentegen presenteert een voorkeur voor een nauw gebreide sociaal structuur waarbinnen individuen kunnen verwachten dat hun verwanten met een onvoorwaardelijke loyaliteit voor hun zorg dragen. Masculiniteit betekent een preferentie in de maatschappij voor het resultaat, heroïsme, doorzettingsvermogen en materieel beloning voor succes. Feminiteit daarentegen stelt dat de maatschappij coöperatie, bescheidenheid, het zorgen voor de zwakken en de kwaliteit van het leven prefereert. Bij de volgende dimensie langetermijn-/kortetermijndenken gaat de zoek van de maatschappij naar de deugd. Maatschappijen met een kortetermijndenken hebben in het algemeen belang voor het vinden van de absolute waarheid. Kortetermijndenken betekent in die zin dat tradities toegevoegde waarde hebben en ze op korte termijn resultaten willen zien. Maatschappijen met een langetermijndenken denken daar iets anders over. Zij vertonen de vaardigheid tradities aan de omstandigheden aan te passen, een sterke neiging om te investeren (Hofstede, 2001). Hierdoor lijkt het aannemelijk dat veel verschillen tussen landen kunnen bestaan, maar voor dit onderzoek ligt de focus alleen op deze twee landen Nederland en Duitsland. In welke van de vijf dimensies verschillen deze twee landen? In het geheel blijken de twee landen Nederland en Duitsland bij de meeste dimensies niet heel sterk van elkaar te verschillen, maar er zijn wel verschillen te herkennen. Bij de dimensie machtsafstand is alleen een klein verschil te herkennen. Nederland en Duitsland hebben allebei een lage machtsafstand. Bij de dimensies individualiteit, kortetermijndenken is te zeggen dat Nederland op allebei hoger scoort dan Duitsland. Bij de dimensie onzekerheidsvermijding scoort Duitsland in tegendeel tot Nederland iets hoger. Het grootste verschil tussen Duitsland en Nederland is bij de dimensie masculiniteit/feminiteit te herkennen. Nederland is een feminien maatschappij en Duitsland echter een masculien maatschappij (Hofstede, 2001). Uit het proefschrift van Christina Bode (2003) werd bovendien duidelijk dat in Nederland de individualiteit van de mens centraler staat dan in Oost-Duitsland en West-Duitsland. Het werd verder duidelijk dat mensen uit Nederland hun individualiteit en relaties met andere mensen vaker in hun 'zelf-descripties' noemen (Bode, 2003). Uit een onderzoek van Hofstede en Mc Crae (2004) kwam naar voren dat in een feminiene maatschappij meer aandacht voor kwaliteit van leven blijkt te zijn (Hofstede & Mc Crae, 2004). Dat leidt tot de conclusie dat de verschillen bij de dimensies zoals bij masculiniteit/feminiteit of individualiteit samen kunnen hangen met de wijze hoe mensen hun toekomst verbeelden.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Om de vraag te kunnen beantwoorden of verschillen bij de culturele dimensies op verschillen bij de *narratieve toekomstverbeeldingen* van Nederlanders en Duitsers wijzen, is het belangrijk naar het begrip 'possible selves' te kijken. Markus en Nurius (1986) beschrijven 'possible selves' als de ideeën van mensen over wat zij in de toekomst kunnen zijn of wat zij willen zijn. Met behulp van 'possible selves' is het mogelijk een soort 'zelfbeschrijving' te herstellen met alle angsten, motivaties en doelen van zichzelf. 'Possible selves' maakt het daarenboven mogelijk een beeld te scheppen van zichzelf voor in de toekomst (Markus & Nurius, 1986). Dat betekent 'possible selves' zijn toekomstgericht en zo te zien gelijk te stellen met *narratieve toekomstverbeelding*, waarbij mensen tevens hun persoonlijke toekomst verbeelden. Men kan veronderstellen dat de 'possible selves' van *narratieve toekomstverbeeldingen* in veel opzichten kunnen verschillen en verder met bepaalde factoren samen kunnen hangen, zoals de cultuur van een mens.

Bode (2003) heeft het begrip 'zelf-descripties' geïntroduceerd en dit is als men naar de definitie kijkt gelijkwaardig met het begrip 'possible selves'. Uit onderzoek van Bode (2003) over de 'zelf-descripties' van Nederlanders en Duitsers blijkt dat verschillen bestaan tussen de 'zelf-descripties' van Nederlanders en Duitsers. Men kan derhalve vermoeden dat tevens verschillen bij de 'possible selves' of *narratieve toekomstverbeeldingen* van Nederlanders en Duitsers bestaan.

Samenvattend blijkt dat *narratieve toekomstverbeelding* veel functies kan bevatten, mensen kunnen onder andere op hun leven terugblikken of zichzelf adviseren over de toekomst. Maar omdat nog niet veel bekend is over de *narratieve toekomstverbeelding* wordt met deze masterthesis de karakteristieken onderzocht. Dit wordt gedaan aan de hand van de *toekomstverbeelding*, waarbij naar het verband met de geestelijke gezondheid wordt gekeken. Uit wetenschappelijke literatuur blijkt er een samenhang te bestaan tussen *toekomstverbeelding* en de geestelijke gezondheid (Chiu, 2012; King, 2001). Bovendien komt uit onderzoeken naar voren dat *narratieve toekomstverbeelding* vergeleken kan worden met de 'zelf-descriptie' die een mens voor zijn toekomst opstelt. Als de 'zelf-descriptie' krachtig is, blijkt dat een motiverend effect te hebben. Het wordt vermoed dat culturele verschillen een factor kan zijn die de 'zelf-descriptie' of *narratieve toekomstverbeeldingen* kan beïnvloeden. Het blijkt dat er in het geheel alleen maar kleine verschillen tussen deze twee landen bestaan (Hofstede, 2001). Maar omdat nog niet veel bekend is over de samenhang tussen de *narratieve toekomstverbeelding* en de culturele verschillen is het van belang nauwkeurig naar deze verschillen te kijken.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

1.1.4 Vraagstelling

Centraal stond de onderzoeksvraag: *Wat zijn de verschillen tussen de psychologische functies van narratieve toekomstverbeelding van Nederlanders en Duitsers en in hoeverre is er een samenhang met het welbevinden te herkennen?* Om de onderzoeksvraag beter te kunnen onderzoeken worden de volgende deelvragen opgesteld.

1. Welke clusters van psychologische functies komen voor in de *brieven vanuit de toekomst?*
2. In hoeverre hangen de clusters van psychologische functies samen met het welbevinden?
3. In hoeverre verschillen de clusters van psychologische functies tussen de Nederlanders en Duitsers?

2. Methode

2.1 Dataverzameling

2.1.1 Procedure

De data is verzameld via de website www.levensverhalenlab.nl. Daarbij hebben de participanten een *toekomstbrief* aan zichzelf of aan een andere persoon geschreven. In totaal zijn er 487 brieven vanuit de toekomst verzameld. De participanten hebben naast het schrijven van de brief nog een vragenlijst over hun welbevinden ingevuld, de Mental Health Continuum Short-Form (MHC-SF). Tot slot hebben de participanten nog enkele demografische vragen beantwoord.

2.1.2 Participanten

De participanten werden via twee manieren geworven, ten eerste via “convenience sampling” in de omgeving van de onderzoekers, en ten tweede via een “snowball sampling” onder de studenten van de Universiteit Twente. De studenten van het vak klinische psychologie konden een bonuspunt verdienen als ze zelf een toekomstbrief schreven en aan twee andere mensen vroegen evenzo een toekomstbrief te schrijven. In totaal zijn er door deze twee procedures 487 brieven verzameld. De participanten hebben een leeftijd van 16 tot 90 jaar en ze verschillen in opleidingsniveau. De meerderheid (N= 370; 63%) van de participanten waren vrouw. Meer dan de helft van deze populatie is jonger dan 26 jaar (N= 347; 58,6%). De populatie bestond uit participanten uit Nederland (N= 325; 67%), Duitsland (N= 148; 31%) en andere landen (N= 12; 2%). Voor het overzicht worden de beschrijvende gegevens van de participanten tevens in tabel 1 weergegeven.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN
PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Tabel 1: *Beschrijvende gegevens van de participanten.*

	Totaal aantal participanten (n=487)
Geslacht (n, %)	
Man	122 (37%)
Vrouw	370 (63%)
Leeftijd (n, %)	
16-25 jaar	296 (60%)
26-35 jaar	53 (11%)
36-45 jaar	14 (3%)
46-55 jaar	82 (17%)
56-65 jaar	31 (6%)
66-75 jaar	4 (1%)
76-90 jaar	9 (2%)
Nationaliteit (n, %)	
Nederlands	325 (67%)
Duits	148 (31%)
Anders	12 (2 %)

2.1.3 Instrumenten

Voor de analyse is gebruik gemaakt van drie verschillende instrumenten. Dit zijn de *brieven vanuit de toekomst*, de welbevindenheidsvragenlijst (MHC-SF) en de demografische gegevens.

Bij de *brieven vanuit de toekomst* gaat het om brieven, die de deelnemers vanuit een fictieve tijd een plaats aan zichzelf of een andere persoon schrijven en waarin ze hun toekomst beschrijven. In de instructies van het *levensverhalenlab* (zie bijlage B) stond dat de participanten over een positieve gebeurtenis of een positieve wending in de toekomst zullen schrijven. Verder stond in de instructies van het *levensverhalenlab* dat de participanten in maximaal 400 woorden hun persoonlijke toekomst zullen verbeelden.

De MHC-SF is een afgekorte versie van de MHC-LF, de welbevindenheidsvragenlijst, die 40 items over de positieve geestelijke gezondheid bevat. De MHC-SF bestaat uit 14 items over de positieve geestelijke gezondheid (Lamers, Westerhof, Bohlmeijer, ten Klooster & Keyes, 2011). De welbevindenheidsvragenlijst met emotioneel welbevinden (4 items),

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

psychologisch welbevinden (6 items) en sociaal welbevinden (5 items). Het wordt gescoord van 0 (nooit) tot 5 (elke dag). De drie maanden testherhalingstestonderzoek geeft een reliabiliteit van .68 (Keyes, 2009). De MHC-SF is een betrouwbaar en valide meetinstrument van de geestelijke gezondheid. (Lamers et al., 2011).

Naast het schrijven van de *toekomstbrief* en het invullen van de MHC-SF moesten de participanten nog vragen over hun demografische gegevens invullen, waarbij in het bijzonder voor de analyse de nationaliteit van de schrijver van belang was.

2.2 Analyse

Bij de analyse werd gebruik gemaakt van *de brieven vanuit de toekomst*, de MHC-SF en de demografische gegevens. In eerdere onderzoeken werd een code-systeem ontwikkeld, bestaande uit 23 psychologische functies. Deze zijn: 'catastrophize', 'characterize oneself', 'conclusion/insight', 'confess/blame oneself', 'dream came true', 'emotional support/empathy', 'explore options', 'give existential advice', 'give practical advice', 'goal setting (existential)', 'goal setting (prospective life)', 'imagine/experience through imagination', 'induce hope/optimism', 'motivate', 'plan steps', 'positive re-interpretation', 'praise oneself', 'recall past events', 'regret', 'satisfaction/gratefulness', 'wish/hope', 'worldly wisdom', en de overige categorie 'other' (Wahle 2012; Kolberg, Nolden & Schwaiger, 2013). Bij de analyse werd van 16 van de 23 psychologische functies gebruik gemaakt omdat deze functies het meest gebruikt werden in de *brieven vanuit de toekomst*. De voor de analyse gebruikte psychologische functies zijn: 'Imagine/experience through imagination', 'recall past events', 'conclusion/insight', 'satisfaction/gratefulness', 'give existential advice', 'regret', 'induce hope/optimism', 'praise oneself', 'wish/hope', 'dream came true', 'catastrophize', 'confess/blame oneself', 'characterize oneself', 'emotional support/empathy', 'goal setting (prospective life)' en 'positive re-interpretation'. Tijdens de analyse werd met behulp van een kwalitatieve en een kwantitatieve analyse gewerkt. De analyse gebeurde daarbij in zes stappen.

Bij de kwalitatieve analyse worden ten eerste de brieven met behulp van het data-analyseprogramma atlas.ti per zin gecodeerd om de psychologische functies in de brieven eruit te halen. Met behulp van atlas.ti was het mogelijk iedere zin in de brieven een code te geven. Daarbij was het verder ook mogelijk om meerdere codes per zin te geven. Van iedere code is er daarenboven nog een impliciete versie, behalve van de code: 'imagine/experience through imagination', 'motivate', 'other', 'recall past events' en 'wish/hope', omdat het voor deze codes niet mogelijk was impliciet de functie uit te drukken. Als geen psychologische

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN
PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

functie in een zin te herkennen was werd de code naar de categorie 'other' geplaatst. Ten tweede werd de frequentie van de psychologische functies per brief berekend. De data werd daarna van atlas.ti naar SPSS geëxporteerd om de kwantitatieve analyse uit te voeren.

Ten derde werd met behulp van SPSS een classificatie- of clusteranalyse uitgevoerd om de groeperingen van de psychologische functies in de brieven naar voren te brengen. Daarbij worden functies die dicht bij elkaar liggen of veel overeenkomsten vertonen in een cluster gezet. Via statistische procedures wordt bepaald welk aantal groeperingen of clusters noodzakelijk zijn. Ten vierde werd in een steekproef vijf brieven per cluster getrokken en het werd kwalitatief naar de inhoud van die brieven gekeken. Dat werd gedaan om uiteindelijk te kunnen bepalen wat voor een betekenis iedere cluster heeft. Ten vijfde werd met een variantieanalyse onderzocht of er een samenhang tussen de clusters van psychologische functies en de score op de MHC-SF bestaat. Tot slot werd naar de samenhang tussen de clusters van functies en de nationaliteit van de schrijver gekeken. Dat gebeurde door een kruistabel-analyse waarbij tevens de Chi-Quadraat werd bereken.

In tabel 2 staat een weergave van het voor de analyse gebruikte code-systeem, op volgorde van de in de zes clusters meest tot minst gebruikte functies.

Tabel 2: *Code systeem van psychologische functies, hun definities en voorbeelden (op volgorde van de meest tot minst gebruikte functies).*

Psychological function	Definition
Imagine/experience through imagination	Detailed description of a future situation , so that the reader can experience it (e.g.: It just starting to snow outside, but here inside- it is comfortably warm.”)
Recall past events	Retrieving and telling memories about earlier events in order to compare them with recent events (e.g.” One the one hand you wanted out to explore the world one the other hand you did not dare to do so.”)
Conclusion/ insight	Reference to an insight or knowledge one has gained on the basis of one’s own experiences (e.g. “Those people you like are important to help you reach your goals.”)
Satisfaction/gratefulness	Being glad or obliged that something came out in a certain manner (e.g. “I am really glad all came out that well.”)

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN
PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Give existential advice	Predominantly written in “imperative”; Refers to special actions (which concern self-contents, leisure time, and collective issues), which need to be implemented (e.g.: “So, don’t be afraid and defend your own choices.”)
Regret	Expression of sorrow about an event (e.g. “Sometimes I am really upset about the fact that I am not able to see my parents regularly.”)
Induce hope/optimism	To try to take sorrow and worries away and strengthen belief in better times and good outcomes (e.g.: “But you will see that many dreams have come true.”)
Praise oneself/ self- enhancing	To emphasize positive actions, performance and deeds of oneself (e.g.: “The first thing that pops up in my mind is that I am really proud of myself.”)
Wish/hope	Expression of hopes and dreams about the future (e.g. “Once my studies are done I hope to be able to stay in Amsterdam for years.”)
Dream came true	Description of the fulfillment of a dream or wish (e.g. “To be a manager had always been my dream.”)
Catastrophize	Increasing and extending negative aspects of story/event (e.g.: “Surely I could tell you about the rise of the sea-level and the bursting of dikes, and that the shift of Dutch coastlines, so that you can prepare yourself for suchlike, but what would that help.”)
Confess/blame oneself	Uncover a secret or express guilt- modestly associated with preceding description of negative actions and attributes these to oneself (e.g.: “That is something I have never told you before.”)
Characterize oneself	Description of one’s own positive and negative characteristics (e.g.: I am and was always a rather modest person.”)
Emotional support/empathy	To point to emotional content and the expression of emotions, support and understanding (e.g.:” You are so afraid to fail.”)
Goal setting (prospective life course)	Description of task-oriented, self-guiding future goals and tasks of which the author has a concrete idea of (e.g.: “Today, you are working as a clinical psychologist and you run your own office.”)
Positive Re-interpretation/acceptance	Description of a negative event, then assigning positive value to it or accepting it (e.g.: “These negative events can also be described as possibilities that effectively shaped my personality to the human being I am today.”)

Noot. 16 van de 23 al bestaande psychologische functies uit eerdere onderzoeken (Wahle 2012; Kolberg, Nolden & Schwaiger, 2013).

3. Resultaten

Om *narratieve toekomstverbeelding* te kunnen karakteriseren werden de groeperingen of zogenoemde clusters van de psychologische functies onderzocht. Dat zijn verbanden van functies waarvan verwacht kan worden dat ze kenmerkend zijn voor *narratieve toekomstverbeelding*. Als men in het algemeen weet wat kenmerkend is voor *narratieve toekomstverbeelding* wordt onderzocht of de geestelijke gezondheid, in het bijzonder psychologisch welbevinden, en de nationaliteit met het onderwerp samenhangen.

In het volgende onderdeel worden de resultaten van de analyse besproken. Het resultaatdeel heeft drie onderdelen. Ten eerste wordt op de verdeling van de psychologische functies in clusters ingegaan. Daarbij worden er vijf toekomstbrieven per cluster onderzocht om te kunnen concluderen waarvoor iedere cluster staat, daarbij zal in ieder geval onderzocht worden of de clusters verschillen in de inhoud van de psychologische functies. Daarvoor worden de brieven handmatig en dus kwalitatief vergeleken op overeenkomsten die karakteristiek zijn voor een cluster. Ten tweede wordt de samenhang tussen de clusters van psychologische functies en het welbevinden behandeld. Tot slot wordt de samenhang tussen de clusters van psychologische functies en de nationaliteit weergegeven.

Omdat het anders te onoverzichtelijk wordt worden de impliciete versies van de functies buiten beschouwing gelaten. De analyse werd alleen met de meest voorkomende psychologische functies doorgevoerd, dat zijn namelijk: 'catastrophize', 'characterize oneself', 'conclusion/insight', 'confess/blame oneself', 'dream came true', 'emotional support/empathy', 'give existential advice', 'goal setting prospective life course', 'imagine/experience through imagination', 'induce hope/optimism', 'positive re-interpretation', 'praise oneself', 'recall past events', 'regret', 'satisfaction/gratefulness' en 'wish/hope'.

3.1 Clustering van psychologische functies

3.1.1 Verdeling van psychologische functies in clusters

Uit de analyse van de psychologische functies blijkt dat de psychologische functies in de brieven het beste in twee of zes clusters onderverdeeld kunnen worden. Het bleek dat bij de verdeling in twee en zes clusters het aantal brieven in iedere cluster het meest evenwichtig is. Bij de verdeling in twee clusters zijn in het eerste cluster 167 brieven en in het tweede cluster 320 brieven terecht gekomen. Bij de verdeling in zes clusters bestaan de cluster 1, 4, 5 en 6

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

respectievelijk uit 32, 63, 50 en 73 brieven. Cluster 2 en 3 bestaan uit 144 en 125 brieven. In het geheel is niet te zeggen of de verdeling in twee of in zes clusters juist is, maar vanwege het grote aantal brieven zou het analytisch het beste zijn om voor meer dan twee clusters te kiezen.

Bij 487 brieven zou ten minste voor vijf cluster gekozen moeten worden. Maar omdat de verdeling van brieven in clusters ook iets uitmaakt en de verdeling bij vijf clusters onevenwicht werd qua getallen is een verdeling in zes cluster de beste oplossing. Daarnaast hebben de functies een grote spreiding. Om de meerderheid van de psychologische functies te kunnen categoriseren zou het niet voldoende zijn minder cluster te hanteren.

Uit de analyse van de psychologische functies in de clusters blijkt dat veel functies tot de zes clusters behoren. Er wordt een top drie van de meest voorkomende functies per cluster opgesteld.

In het eerste cluster komen de functies 'recall past events', 'conclusion/insight' en 'imagine/experience through imagination' het meest voor.

In het tweede cluster zijn het de functies 'conclusion/insight', 'imagine/experience through imagination' en 'give existential advice' die het meest voorkomen.

Het derde cluster laat zien dat vooral de functies 'imagine/experience through imagination', 'conclusion/insight' aanwezig zijn. Op de derde plek staan de functies 'recall past events' en 'satisfaction/gratefulness'.

Bij cluster vier is te herkennen dat de functie 'conclusion/insight' het meest voorkomt, daarna komen de volgende vier functies 'imagine/experience through imagination', 'give existential advice', 'praise oneself', 'recall past events' en 'satisfaction/gratefulness' het meest voor.

Tot het vijfde cluster behoort ten eerste de functie 'imagine/experience through imagination', en daaropvolgend komen de drie functies 'conclusion/insight', 'recall past events' en 'satisfaction/gratefulness' het meest voor.

Bij het zesde cluster komt de functie 'recall past events' het meest voor, daarna de functies 'imagine/experience through imagination' en 'conclusion/insight'. Men kan dus zeggen dat er drie grote categorieën van clusters bestaan. Ten eerste het 'terugblikkende' cluster, waar de mensen terugkijken op hun verleden. Daartoe behoren clusters 1 en 6. Ten tweede het 'verbeeldende cluster' waar de mensen de functie 'imagine/experience through imagination' gebruiken om de toekomst te verbeelden. Tot het type cluster behoren cluster 2, 3 en 5. Tot slot het 'reflecterend' cluster (cluster 4) waar mensen door het gebruiken van de functie 'conclusion/insight' conclusies trekken over hun heden en verleden.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

De verdeling van de psychologische functies in de zes clusters is in tabel 3 te zien. De aantallen van functies in alle clusters worden gemiddeld van meer naar minder weergegeven. De hoge aantallen van functies in bepaalde clusters zijn rood gemarkeerd.

Tabel 3: Verdeling van de psychologische functies in zes clusters (Aantalen functies van meer tot minder).

	Clusters					
	'Terugblikkende' clusters		'Verbeeldende' clusters			'Reflectorend' cluster
	Cluster 1: 'Reflectorend terugblikken'	Cluster 6: 'Verbeeldend terugblikken'	Cluster 2: 'Reflectorend verbeelden'	Cluster 3: 'Verbeelden van een tevreden leven'	Cluster 5: 'Verbeeldend zonder reflectie'	Cluster 4: 'Reflectorend advies geven'
Aantal brieven in cluster	32	73	144	125	50	63
Functies						
Imagine/experience through imagination	3.4	4.7	3.0	9.2	18	5.1
Recall past events	16	6.9	1.3	1.5	1.9	2.0
Conclusion/insight	3.9	3.8	3.3	2.7	2.1	10
Satisfaction/gratefulness	2.6	2.6	1.3	2.1	2.0	1.6
Give existential advice	.6	.8	2.1	.9	.5	2.3
Regret	1.7	.9	.4	.8	.8	1.0
Induce hope/optimism	.5	.8	1.3	.8	.7	1.2
Praise oneself	.3	.3	.7	.9	.5	2.2
Wish/hope	.2	.3	.5	.3	.4	.4
Dream came true	.3	.3	.3	.3	.3	.4
Catastrophize	.6	.2	.0	.2	.3	.1
Confess/blame oneself	.4	.3	.2	.1	.0	.2
Characterize oneself	.2	.1	.2	.2	.1	.3
Emotional support/empathy	.3	.3	.2	.1	.1	.3
Goal setting (prospective life course)	.6	.1	.1	.3	.1	.1
Positive Re-interpretation	.9	.1	.1	.1	.0	.1

Noot.Cluster 1 en cluster 6 = 'Terugblikkende' clusters; Cluster 2, cluster 3 en cluster 5 = 'Verbeeldende' clusters; Cluster 4 = 'Reflectorend' cluster

Het blijkt dat bepaalde functies zoals 'imagine/experience through imagination', 'recall past events', 'conclusion/insight' en 'satisfaction/gratefulness' tot alle zes clusters behoren. Het is daarom van belang te kijken wat de clusters uiteindelijk betekenen.

3.1.2 Betekenis van de clusters

Om te onderzoeken wat kenmerkend is voor *narratieve toekomstverbeelding* worden per cluster vijf brieven, in totaal dertig brieven, onderzocht. De brieven worden random gekozen. Uit de analyse van de brieven werd duidelijk dat de functie 'imagine/experience through imagination' in iedere cluster de basis van de brief vormt. Dat blijkt logisch te zijn omdat het de opdracht was de toekomst in een verhaal te verbeelden. Maar niet bij iedere brief treedt deze functie op de voorgrond. Om te weten te komen welke functies *narratieve toekomstverbeelding* nog kan vervullen is het belangrijk naar de zes clusters en hun betekenissen te kijken. Ter overzicht worden de brieven in de drie categorieën van clusters weergegeven. Ten eerste worden brieven neergezet, die tot de categorie 'terugblikkende' clusters behoren. Daarna volgen brieven, die tot de 'verbeeldende' categorie van clusters behoren en uiteindelijk komt een brief aan bod die tot de 'reflecterend' cluster behoort.

'Terugblikkende' clusters

Tot de 'terugblikkende' categorie cluster behoren cluster 1 en cluster 6. Uit de analyse van de vijf brieven uit cluster 1 blijkt dat er nog een herhaald wordt wat in de laatste jaren van de persoon is voorgevallen. Meestal wordt in het begin of aan het eind nog een conclusie getrokken. Op grond daarvan ontvangt cluster 1 de naam '**reflecterend terugblikken**'. Een karakteristieke brief van cluster 1 is in figuur 1 te zien.

Australië 2050

Lieve kinderen en kleinkinderen

Wie had dit vooraf kunnen bedenken. Alledrie onze dochters zijn geëmigreerd naar Australië. Hinke ging in 2008 met haar vriend naar Australië. In het begin leek het als ze na ongeveer 5 jaren terug zouden komen. Maar toen kwam de crisis. Er was in Nederland bijna geen werk te vinden en daar hadden ze allebei een goede baan. Toen het eerste kleinkind daar werd geboren, was dat voor ons niet leuk. Ondanks alle internetberichtjes en skype, wil je toch graag je kleinkind in de armen houden. Dus hiervan hebben we veel verdriet gehad.

Jans, de tweede dochter ging voor een half jaar backpacken. Het land trok haar erg en ze raakte bevriend met een Australiër. Ook zij besloot daar een toekomst op te bouwen. Ondanks het gemis, konden we haar wel begrijpen. Het is een prachtig land, waar hard gewerkt moet worden, maar als je het allemaal op de rails hebt daar een goed bestaan hebt. De derde dochter ging haar zusters eens opzoeken. "Ik kom terug, hoor" zei ze en dat deed ze ook. Ze leerde het jaar daarop een jongen kennen die weg - en waterbouwkunde had gestudeerd en in Australië meteen aan de slag kon in dat vakgebied. Dus ook de laatste dochter vertrok naar de andere kant van de wereld.

We hebben hier veel verdriet van gehad, maar zijn ook vreselijk trots, dat ze daar een goed leven hebben opgebouwd. Het gemis is altijd gebleven, ondanks dat we er regelmatig naar toe zijn geweest.

Nu zoveel jaren later, is de familie daaruitgebreid met 8 kleinkinderen. De familie doet het goed daar.

We kunnen trots zijn!

Lieve kinderen en kleinkinderen. Jullie wonen in een prachtig land!

Figuur 1. Karakteristieke brief van cluster 1, uit het databestand van het levensverhalenlab.

Bij de brieven uit cluster 6 is net zoals bij cluster 1 te zien dat de meest gebruikte functie 'recall past events' is. Maar dat is niet de enige functie die gebruikt werd, daarnaast is tevens veel gebruik gemaakt van de functie 'imagine/experience through imagination'. In deze cluster is te zien dat de mensen van een bedachte toekomst terugkijken op hun verleden en beschrijven hoe zij hun doelen hebben bereikt. Tot cluster 6 behoort de naam '**verbeeldend terugblikken**'. Een karakteristieke brief van cluster 6 is in figuur 2 te zien.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Thuis

Beste zelf,

Het is het jaar 2020, deze brief schrijf ik dus over acht jaar. Inmiddels heb ik mijn opleiding psychologie afgerond en een master gehaald. Na mijn studie heb ik een baan gevonden om mijn studieschuld af te betalen en daarna heb ik gespaard om een tijdje naar het buitenland te gaan. Australië was de eerste keus, maar het is uiteindelijk Amerika geworden. Ik heb hier een jaar rondgereisd om zoveel mogelijk te zien en daarna een jaar in New York gewoond omdat ik daar een goede baan had gevonden. Dit was echter wel tijdelijk, want het was niet de bedoeling om in Amerika te blijven wonen. Na dat jaar in New York ben ik teruggekeerd naar Nederland om een vaste baan te vinden en carrière te maken. Dit was moeilijker dan gedacht, maar dankzij mijn ervaring in het buitenland en het feit dat ik een master heb gehaald is het gelukkig toch gedgekomen. Ik heb twee jaar geleden mijn vriendin ontmoet en het is de bedoeling dat we binnenkort ons eerste huis gaan kopen. We wonen op het moment samen in een flatje en zijn druk op zoek naar een mooie starterswoning dicht bij het centrum. De reden dat je nu nog in een flatje woont is misschien een beetje zinloos, maar je zag het waarschijnlijk wel aankomen. Je had een jaar geleden al een huis kunnen kopen, maar dan had je moeten bezuinigen op de auto die je zou kunnen betalen. Je hebt er dus voor gekozen om goedkoper te gaan wonen zodat je eindelijk de auto kunt rijden die je al 10 jaar wil hebben. Je vriendin is hier niet echt blij mee zoals je zult begrijpen, dus de auto zal binnenkort verkocht moeten worden om het huis beter te kunnen bekostigen. Het plan is echter om samen met een oud studiegenoot een eigen marketingbureau op te starten en één van de mooiste dingen aan een eigen bedrijf is dat je een auto op naam van de zaak kunt zetten. Als alles volgens plan gaat zit je over negen jaar dus in een mooi huis met ook nog eens een mooie auto voor de deur. Nog één ding trouwens, de iPhone 8 is echt super, maar daar moet je nog vier jaar op wachten helaas.

Veel plezier in je Golf en je flatje in Enschede-Zuid. Over acht jaar heb je het pas echt goed.

Figuur 2. Karakteristieke brief van cluster 6, uit het databestand van het levensverhalenlab.

'Verbeeldende' clusters

Cluster 2, cluster 3 en clusters 5 maken een deel uit van het 'verbeeldende' categorie cluster. Bij de brieven uit cluster 2 valt op dat de mensen enerzijds hun toekomst aan de hand van de functie 'imagine/experience through imagination' verbeelden en anderzijds een conclusie trekken over zichzelf en hun leven. Cluster 2 zal voor de genoemde reden de naam **'reflecterend verbeelden'** krijgen. In figuur 3 is een karakteristieke brief van cluster 2 te zien.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Enschede 5-Maart 2012

Beste Barry,

Hier zit ik dan, iets wat ik me vijf jaar geleden niet had voorgesteld. Mijn eigen kantoor, allemaal menen die naar je luisteren en niet meer verantwoordelijkheid hoeven afleggen aan anderen. Ok, de directeur die boven je staat is er wel, maar gezien jij nu de hoofd financiën bent, luistert hij meer naar jou dan dat jij je moet verdedigen om je ideeën voor elkaar te krijgen. Op het moment dat je deze brief leest zit je nog in de fase van je leven waar je vindt dat het allemaal lekker loopt, en dat voor iemand die geen opleiding heeft afgerond. Maar ik weet ook dat je steeds denk aan het volgen van een opleiding, naast je werk. Gelukkig zal je binnen kort de beslissing nemen om toch een opleiding economie te gaan volgen. En het resultaat is er van gekomen, anders had je deze brief niet ontvangen!

De komende jaren zullen zwaar zijn, hard werken, en opleiding volgen en weinig tijd voor vrienden en familie. Er zullen momenten zijn dat je wilt stoppen en weer terug wilt gaan naar het leven dat je nu hebt. Gelukkig zal die ene speciale vrouw er voor zorgen dat je niet opgeeft en je de doorzettingsvermogen geven die je nodig hebt.

Wie die vrouw is en of je een eigen familie zult hebben, dat laat ik voor me. Anders zullen er de komende jaren geen verrassingen zijn.

Tot over vijf jaar en veel plezier de komende tijd, want naast die moeilijke momenten zal je genoeg mooie herinneringen maken.

Barry.

Figuur 3. Karakteristieke brief van cluster 2, uit het databestand van het levensverhalenlab.

De brieven uit cluster 3 bevatten allemaal voornamelijk een verbeelding van het leven in de toekomst en hebben veel overeenkomsten met de brieven uit cluster 2. Maar er zijn ook wel verschillen te herkennen tussen de brieven uit cluster 2 en cluster 3. De brieven uit cluster drie omvatten namelijk naast de functie 'imagine/experience through imagination' nog een uitspraak over hun tevredenheid in het leven. Cluster 3 wordt voor die reden met de term '**verbeelden van een tevreden leven**' gekenmerkt. Een karakteristiek brief uit cluster 3 is in figuur 4 te zien.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Lelystad, 2039

Lieve kinderen,

De brief die jullie nu lezen is verstuurd vanuit de toekomst en ik wil jullie een aantal dingen vertellen. Jullie toekomst ziet er erg goed uit. Hans jij bent inmiddels getrouwd en hebt een zoon gekregen, waar wij ook geregeld op mogen passen, of kan ik beter zeggen moeten passen? Niet dat dit ernstig is, integendeel, het is een prachtig kind en we beleven er allemaal erg veel plezier aan. Je woont in Breda met je vrouw en jullie kind Hans en je werkt bij de Rabobank daar. Erik woont in Rotterdam, nog niet samen met zijn vriendin, maar er zijn serieuze stappen in die richting genomen. Jullie komen gelukkig nog wel vaak op bezoek bij ons. We gaan dan met zijn allen uitgebreid eten en vervolgens maken we een fijne wandeling door het bos, zoals we dat vroeger ook elke zondag deden. Het welbekende hutje op de hei is er helaas niet meer en er zijn nieuwe wandelpaden aangelegd, zodat jullie waarschijnlijk amper nog zouden herkennen dat we daar elke zondag hebben gelopen. Er is wel erg veel veranderd in de hedendaagse maatschappij in vergelijking met hoe het zo'n twintig jaar geleden was. Met onze gezondheid gaat alles gelukkig wel prima en we hoeven ons nergens zorgen om te maken. Als jullie doorgaan zoals jullie nu leven gaat alles prima en valt alles vrijwel automatisch op zijn plek. Jullie moeten niet vergeten om doorzettingsvermogen te tonen en van elke negatieve gebeurtenis het positieve eruit te halen, hoe gek dat soms ook kan klinken. Verder wil ik jullie nog alle goeds toewensen en tot snel!

Warme groet, vader (en moeder)

Figuur 4. Karakteristieke brief van cluster 3, uit het databestand van het levensverhalenlab.

De brieven van cluster 5 bevatten voornamelijk de functie 'imagine/experience through imagination' in de betekenis dat mensen meestal alleen verbeelden hoe de toekomst eruit zal zien. De brieven van cluster 5 hebben veel overeenkomsten met de brieven van cluster 2 en 3, maar er zijn geen significante functies behalve de functie het verbeelden van de toekomst. De naam die tot cluster 5 behoort is '**verbeeldend zonder reflectie**'. In figuur 5 is een karakteristiek brief van cluster 5 te zien.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Aan zee op mijn terras van mijn villa aan de Middellandse Zee in de zon
in 2031

Lieve kindjes,

Mama zit nu heerlijk op haar terras. Straks komen jullie met jullie kindjes, jullie hebben er elk 3, en komen met jullie partners nu 3 weken logeren. Daar heb ik enorm naar uitgekeken. Ik ben zo blij dat in de wereld er geen corruptie meer is en dat degenen die macht nastreven dit niet meer kunnen doen. De wereld is nu een stuk veiliger. Sexueel kindermisbruik kan gelukkig nu niet meer, omdat alle kinderen een chip bij zich dragen, zodat ze voor volwassenen veilig zijn, ook thuis in hun eigen bedjes is het veilig. Mocht een volwassene ze toch iets aan willen doen, dan is daar gelijk de politie om deze persoon op te pakken. Wie het ook is, het gebeurt en diegene gaat voor levenslang achter de tralies. De kerken zijn er ook gelukkig niet meer. De mensen zijn er achter gekomen dat hier vooral mensen zijn die ook weer macht willen uitoefenen op anderen en dat dat niet meer mag. Als iemand wil geloven prima, maar niet meer in de god die ooit op aarde is verzonnen door mensen die macht willen uitoefenen. En wat fijn dat ziekten als kanker en andere narigheid niet meer bestaat. Ook de anti-ouderdomspil is er inmiddels. Die heeft mama zojuist geslikt samen met papa, we zullen nu altijd deze leeftijd blijven. Ik voel mij fijn en gelukkig en ben blij dat ik in de politiek ben gebleven naast mijn praktijk waarin ik als therapeut mij bezig houdt met bijzondere kinderen en volwassenen die de maatschappij maar vreemd vindt. Mama is gelukkig en sport nog veel, en wat een leuke kindjes hebben jullie! En wat fijn dat het zo goed met jullie gaat! In het najaar zijn we weer terug in Nederland en dan gaat mama weer heerlijk voor jullie kindjes zorgen op de dagen dat jullie moeten werken. Oh, daar komt papa aan, hij heeft zojuist in zee gezwommen. Wat een heerlijke dag, kan niet wachten totdat jullie er zo zijn.

Liefs, mama

Figuur 5. Karakteristieke brief van cluster 5, uit het databestand van het levensverhalenlab.

'Reflecterend' cluster

Onder de reflecterende categorie cluster valt cluster 4. Uit de analyse van de brieven uit cluster 4 blijkt dat er veel conclusies worden getrokken over hoe het leven in het verleden was en hoe het in het heden is. In deze brieven worden daarnaast ook adviezen voor de toekomst gegeven. Het cluster krijgt het naam '**reflecterend advies geven**'. Figuur 6 laat een karakteristieke brief van cluster 4 zien.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Bodrum, 15 juli 2019

Beste ik,

Tijdens een heerlijke zomervakantie in Turkije, liggend op mijn ligstoel aan het strand denk ik aan het verleden en wat ik tot nu toe allemaal heb bereikt. Ik ben trots op mijn carrière en wat ik allemaal tot nu toe heb bereikt. Ik had een geweldige baan in de geestelijke gezondheidszorg en heb nu zelf een praktijk geopend. Ook heb ik een geweldige man en heb twee kinderen. Mijn zoon is drie jaar en mijn dochter maar een jaar. Vroeger was dit ook mijn grootste droom, namelijk een goede carrière en een gelukkig huwelijk. Acht jaar terug was ik nog bezig met de studie en had heel veel vraagtekens of ik ooit de studie succesvol kon afronden en daarna een goede baan zal vinden. Als ik nu terug kijk naar mezelf zie ik dat ik veel heb bereikt. Terugkijkend naar mezelf, dus acht jaar terug, zou ik mezelf wel adviezen willen geven. Daarom schrijf ik deze brief naar mezelf... Je moet er voor gaan als je iets wil bereiken. Je moet luisteren naar jezelf en de juiste beslissingen nemen. Voor elk doel wat in je leven hebt, je moet er gewoon voor gaan. Nooit twijfelen en denken wat de anderen ervan zullen denken, gewoon doen wat je wilt. Misschien ben je het nu wel zat van het leren, maar student zijn heeft heel veel leuke kanten. Later zal je deze tijden zeker wel missen. Haal het positiefste uit je leven en geniet van elk moment. Het is van belang om de echte belangrijke dingen in je leven te herkennen en deze natuurlijk te waarderen. Doe dingen waar je van houdt. Een belangrijke eigenschap is doorzettingsvermogen. Als je deze hebt, kun je veel bereiken! En wat ik je graag nog wil meegeven is dat je respect moet hebben voor alle mensen en voor het leven zelf natuurlijk. Kortom 'best ik'... Dromen komen uit, als je er echt voor gaat!

Groetjes van de toekomstige ik.

Figuur 6. Karakteristieke brief van cluster 4, uit het databestand van het levensverhalenlab.

Samengevat bestaan er zes clusters, die brieven met verschillende functies bevatten. De clusters behoren tot drie categorieën clusters.

1. 'Terugblikkende' clusters

- Cluster 1. 'Reflecterend terugblikken': Brieven waar mensen reflecterend op hun leven terugblikken.
- Cluster 6. 'Verbeeldend terugblikken': Brieven waar mensen van hun bedachte toekomst terug verbeelden op hun weg naar de toekomst.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

2. 'Verbeeldende' clusters

- Cluster 2. 'Reflecterend verbeelden': Brieven waarbij mensen reflecterend hun toekomst verbeelden met kennis uit hun verleden.
- Cluster 3. 'Verbeelden van een tevreden leven': Brieven waar mensen hun tevredenheid met verhaal over de toekomst verbeelden.
- Cluster 5. 'Verbeeldend zonder reflectie': Brieven waar mensen hun toekomst verbeelden zonder reflectie of advies.

3. 'Reflecterend' cluster

- Cluster 4. 'Reflecterend advies geven': Brieven waar mensen zichzelf adviezen geven.

Uit de resultaten blijkt dat *narratieve toekomstverbeelding* zes grote functies kan vervullen. Als men goed kijkt is te herkennen dat cluster 1 en cluster 6 allebei tot het 'terugblikkend' type cluster behoren, maar desondanks niet dezelfde functies vervullen.

Cluster 1 ('reflecterend verbeelden') houdt in dat mensen door het terugblikken op het leven conclusies trekken over hun leven in het algemeen om op het eind hun gewenste toekomst te kunnen bereiken. Bij cluster 6 ('verbeeldend terugblikken') echter blikken mensen ook terug op hun leven, maar ze doen dat vanuit een ander standpunt. De mensen hebben hun gewenste toekomst al bereikt en beschrijven hoe ze het voor elkaar hebben gekregen.

Tevens in de brieven uit de 'verbeeldend' categorie cluster bestaan verschillen. Bij cluster 2 ('reflecterend verbeelden') gebruiken mensen het verbeelden van de toekomst om een conclusie te trekken over hun leven in het verleden. De brieven in cluster 3 ('verbeelden van een tevreden leven') bevatten ook een verbeelding van de toekomst, maar niet om conclusies over hun verleden te trekken, maar om tevredenheid over het leven uit te drukken. In tegendeel tot cluster 2 ('reflecterend verbeelden') en cluster 3 ('verbeelden van een tevreden leven') bevatten de brieven uit cluster 5 ('verbeelden zonder reflectie') alleen maar een verbeelding over de toekomst. Dat betekent dat mensen hun toekomst beschrijven zonder te reflecteren of zichzelf adviezen te geven.

Bij het 'reflecterend' categorie cluster ('reflecterend advies geven') is de hoofdfunctie van de brief het trekken van conclusies en het geven van adviezen voor de toekomst.

3.2 Kwantitatieve analyse van de clusters en het welbevinden

Uit de variantie analyse van de clusters en het welbevinden ($\alpha = 0.05$) blijkt dat er bij bepaalde categorieën welbevinden een verband bestaat. Zoals de waarde van $P < 0.05$ bij psychologisch welbevinden en de totaalscore van het welbevinden aangeeft, bestaan er tussen de gemiddelden, significante verschillen. Men kan concluderen dat bij deze categorieën van het welbevinden een samenhang bestaat met de zes clusters. Bij sociaal en emotioneel welbevinden bestaan zoals de waarde van $P > 0.05$ aangeeft geen significante verschillen. Dat wijst erop dat, geen verband bestaat tussen de clusters en deze twee categorieën van het welbevinden.

Uit de analyse van de clusters blijkt dat de gemiddelden van de zes clusters bij de totaalscore van het welbevinden het hoogst zijn in vergelijking met de andere categorieën van het welbevinden. De waarden van μ zijn in vergelijking met psychologisch, sociaal en emotioneel welbevinden duidelijk hoger (zie tabel 4). Als men naar de gemiddelden van de clusters bij psychologisch en sociaal welbevinden kijkt is te herkennen dat de scores precies dezelfde zijn (zie tabel 4). Bij de gemiddelden van psychologisch en sociaal welbevinden bestaan bijgevolg geen verschillen, alleen het significantieniveau levert een verschil op.

Verder is te herkennen dat de waarde van μ bij cluster 1, cluster 2 en cluster 3 in samenhang met alle categorieën van het welbevinden hoger is dan bij de clusters 4, 5 en 6. Bij de totaalscore van het welbevinden ligt het μ van cluster 1, cluster 2 en cluster 3 respectievelijk bij 62.7, 59.4 en 60.7. Bij psychologisch welbevinden en sociaal welbevinden zijn de waarden van het μ bij cluster 1, cluster 2 en cluster 3 respectievelijk 28.3, 27.3 en 27.5. Bij emotioneel welbevinden ligt het μ van cluster 1, cluster 2 en cluster 3 respectievelijk bij 14.3, 13.5 en 14.0. Als men naar de gemiddelden van de andere clusters bij de categorieën van welbevinden kijkt is te herkennen dat ze lager zijn dan bij cluster 1 en cluster 3 (zie tabel 4). In tabel 4 is de samenhang tussen de clusters en de drie categorieën welbevinden te zien

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN
PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Tabel 4: *Samenhang tussen de clusters en het welbevinden.*

	Welbevinden (totaal)	Psychologisch welbevinden	Sociaal welbevinden	Emotioneel welbevinden
Clusters				
Cluster 1: 'Reflecterend terugblikken'	62.7 (9.4)	28.3 (4.3)	28.3 (4.3)	14.3 (2.3)
Cluster 6: 'Verbeedend terugblikken'	56.3 (12.6)	25.1 (5.8)	25.1 (5.8)	13.0 (3.1)
Cluster 2: 'Reflecterend verbeelden'	59.4 (9.8)	27.2 (4.7)	27.2 (4.7)	13.5 (3.09)
Cluster 3: 'Verbeelden van een tevreden leven'	60.7 (9.5)	27.5 (4.2)	27.5 (4.2)	14.0 (2.7)
Cluster 5: 'Verbeedend zonder reflectie'	56.5 (10.2)	25.9 (5.3)	25.9 (5.3)	12.9 (2.5)
Cluster 4: 'Reflecterend advies geven'	56.6 (11.4)	25.5 (5.6)	25.5 (5.6)	13.4 (3.0)
F-waarde	3.7	4.1	2.2	2.1
Sig.	.003	.001	.055	.064

Noot a. *P < .05; **P < .01; ***P < .001

Noot b. cluster 1 en cluster 6 = 'Terugblikkende' clusters; cluster 2, cluster 3 en cluster 5 = 'Verbeedende' clusters; cluster 4 = 'Reflecterend' cluster

3.3 Kwantitatieve analyse van de clusters en de nationaliteit

Een andere belangrijke factor, die een verband kan vertonen met *narratieve toekomstverbeelding* is de nationaliteit. Om een conclusie te kunnen trekken over in hoeverre de onderwerpen samenhangen, worden de clusters van psychologische functies van de Nederlanders en Duitsers vergeleken. In de volgende paragraaf wordt eerst op de samenhang tussen de twee variabelen ingegaan en daarna worden de verschillen bij het clustergebruik bepaald.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

3.3.1 Relatie clusters en nationaliteit

Om te beginnen moet de derde deelvraag of er samenhang tussen de clusters van psychologische functies en nationaliteit te herkennen is negatief worden beantwoord. Uit de resultaten komt naar voren dat de waarde van de Chi-kwadraat 3.54 bedraagt en de waarde van het significantieniveau bij .966 ligt. Dat betekent er bestaat geen verband tussen de clusters van psychologische functies en nationaliteit.

Als men naar de resultaten kijkt is te herkennen dat de verschillen in de clusters bij de twee landen Nederland en Duitsland niet zo heel groot zijn, maar desondanks zijn er wel verschillen. In de volgende paragraaf wordt op de verschillen bij het clustergebruik per clustercategorie ingegaan. Ten eerste wordt op verschillen bij de 'terugblikkende' clusters ingegaan, daaropvolgend worden verschillen bij de 'verbeeldende' clusters behandeld en tot slot wordt op het verschil bij het 'reflecterend' cluster gekeken.

'Terugblikkende' clusters

Bij cluster 1 ('reflecterend terugblikken') zijn geen verschillen bij het gebruik door Nederlanders en Duitsers te herkennen. Van cluster 6 ('verbeeldend terugblikken') wordt meer gebruik gemaakt door Nederlanders dan door Duitsers (zie tabel 5).

'Verbeeldende' clusters

Bij cluster 2 ('reflecterend verbeelden') is te noemen dat Duitsers iets meer gebruik maken dan de Nederlanders. Een klein verschil tussen het gebruik door Nederlanders en Duitsers is tevens bij cluster 3 ('verbeelden van een tevreden leven') te herkennen, de Nederlanders maken meer gebruik van de clusters dan de Duitsers. Bij cluster 5 ('verbeeldend zonder reflectie') is te herkennen dat Duitsers het cluster meer inschakelen dan Nederlanders (zie tabel 5).

'Reflecterend' cluster

Cluster 4 ('reflecterend advies geven') wordt meer door Duitsers gebruikt dan door Nederlanders (zie tabel 5).

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Samengevat bleek dat Nederlanders meer gebruik maken van functies “verbeelden van een tevreden leven” en “verbeeldend terugkijken”. Duitsers gebruiken meer de functies “reflecterend verbeelden”, “reflecterend advies geven” en “verbeeldend zonder reflectie”. Maar in geheel zijn geen grote verschillen bij het gebruik van de clusters tussen Nederlanders en Duitser te herkennen. De aantallen gebruikte cluster per land zijn in tabel 5 te zien.

Tabel 5: Aantalen gebruikte clusters per land (in percent).

Nationaliteit	'Terugblikkende' clusters		'Verbeedende' clusters			'Reflecterend' cluster	Totaal
	Cluster 1: 'Reflecterend terugblikken'	Cluster 6: 'Verbeedend terugblikken'	Cluster 2: 'Reflecterend verbeelden'	Cluster 3: 'Verbeelden van een tevreden leven'	Cluster 5: ' Verbeedend zonder reflectie'	Cluster 4: 'Reflecterend advies geven'	
Nederland	6.8	16.0	29.2	26.2	9.8	12.0	100.0
	68.8	71.2	66.0	69.1	64.0	61.9	67.0
Duits	6.8	13.5	29.7	23.6	11.5	14.9	100.0
	32.2	27.4	30.6	28.5	34.0	34.9	30.5

Noot a. Chi-kwadraattoets = 3.54. De waarde van het significantieniveau ligt bij .966. Er is geen significante samenhang tussen de clusters en nationaliteit.

Noot b. cluster 1 en cluster 6 = 'Terugblikkende' clusters; cluster 2, cluster 3 en cluster 5 = 'Verbeedende' clusters; cluster 4 = 'Reflecterend' cluster

4. Discussie

In deze masterthesis werd onderzocht in welke clusters de psychologische functies van *de brieven vanuit de toekomst* zijn in te delen. Dat werd respectievelijk gedaan om te onderzoeken of een verband bestaat tussen de clusters van psychologische functies en de geestelijke gezondheid. Daarnaast werd de samenhang tussen de clusters van functies en de nationaliteit onderzocht.

Ten eerste worden de resultaten van de analyse behandeld. Ten tweede komt de kracht en beperkingen van het onderzoek aan bod. Ten derde worden aanbevelingen gegeven voor verder onderzoek op het gebied van *narratieve toekomstverbeelding*. Tot slot wordt een conclusie getrokken over het onderzoek en de uitkomsten.

Uit de resultaten van het eerste deel van de analyse, het bepalen van de clusters van psychologische functies in de *brieven vanuit de toekomst*, kwam naar voren dat de functies het beste in zes clusters verdeeld konden worden. Deze zijn: 1. “reflecterend terugblikken”, 2. “reflecterend verbeelden”, 3. “verbeelden van een tevreden leven”. 4. “reflecterend advies geven”, 5. “verbeeldend zonder reflectie” en 6. “verbeeldend terugblikken “. De zes clusters kunnen als een karakterisering voor *narratieve toekomstverbeelding* gezien worden, ze geven namelijk een beeld van de mogelijkheden voor de mensen. Het lijkt aannemelijk dat *narratieve toekomstverbeelding* iets anders is dan gewone *toekomstverbeelding*. Het vormen van een verhaal over de toekomst zoals dat bij de *narratieve toekomstverbeelding* het geval is biedt veel mogelijkheden voor mensen, zij kunnen op hun verleden leven terugkijken, zichzelf adviezen geven of hun tevredenheid over het leven in de toekomst uitdrukken.

De resultaten van het tweede deel van de analyse lieten zien dat er een samenhang bestaat tussen alle zes clusters van psychologische functies en de totaalscore van het welbevinden op de MHC-SF. Verder was ook een samenhang tussen de clusters en psychologisch welbevinden te herkennen. Er zijn dus geen twijfels over of er een samenhang bestaat, maar de vraag is waarom bestaat er een samenhang? Is er een samenhang omdat *narratieve toekomstverbeelding* mogelijk van invloed is op de geestelijke gezondheid? Of is de geestelijke gezondheid mogelijk in staat de *narratieve toekomstverbeelding* te beïnvloeden? Dat is moeilijk te zeggen, maar aan de hand van de analyse bleek dat bepaalde clusters een hogere score op de MHC-SF hebben. Men kan als men naar deze clusters van psychologische functies kijkt mogelijk bepalen waarvan het verband met de geestelijke gezondheid kan afhangen.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

De volgende paragraaf richt zich op het verband van de clusters en het welbevinden en verklaart hoe het mogelijk kan zijn dat bepaalde clusters van psychologische functies hoger op het welbevinden scoren.

Uit de resultaten kwam naar voren dat bij cluster 1 ('reflecterend terugblikken'), cluster 2 ('reflecterend verbeelden') en cluster 3 ('verbeelden van een tevreden leven') hoger op de totaalscore van het welbevinden werd gescoord. Als men naar de clusters kijkt, blijkt dat bij deze drie clusters het 'reflecteren', 'terugblikken' en 'verbeelden van de toekomst' centraal staan. Men kan concluderen dat de functie 'terugblikken' eerder een verband met het welbevinden vertoont als ze samen voorkomt met de functie 'reflecteren'. De functie 'verbeelden' is eerder geneigd met de geestelijke gezondheid samen te hangen als ze ook samen met de functie 'reflecteren' in de *toekomstbrief* wordt toegepast of bij het uiten van tevredenheid over het leven.

Om de gevonden resultaten te kunnen verifiëren is het belangrijk te kijken wat in de wetenschappelijke literatuur al bekend is. Om het overzichtelijk te houden wordt aan de hand van de drie categorieën clusters: 1. 'terugblikkend' categorie cluster, 2. 'verbeeldend' categorie cluster en 3. 'reflecterend' categorie cluster wat al bekend is over de relatie van de drie grote functies en de geestelijke gezondheid. In het volgende paragraaf worden op de verklaringen per categorie cluster ingegaan.

1. 'Terugblikkend' type cluster

Het terugblikken op het verleden of herinneren hangt samen met de geestelijke gezondheid. Het herinneren van gebeurtenissen uit het verleden wordt tevens 'reminiscentie' genoemd. Bohlmeijer en Westerhof (2010) geven in hun boek een definitie voor 'reminiscentie', deze luidt: "Reminiscentie is de (on)willekeurige activiteit of het proces van ophalen van herinneringen. Uit onderzoek van Bohlmeijer en Westerhof (2010) kwam naar voren dat bepaalde functies van 'reminiscentie' een positief verband met het welbevinden hebben. Dat is bij de twee functies van 'reminiscentie' namelijk 'converseren' en 'onderwijzen/informereren' het geval (Bohlmeijer & Westerhof, 2010). Bijkomend bediscuseerde McAdams (2008) in zijn artikel: "*American Identity: The redemptive self*" dat het terugblikken op het leven ook positieve uitkomsten voor het welbevinden van een persoon kan hebben. McAdams spreekt daarbij van 'redemption' wat vertaald zo iets als 'bevrijding' betekent. Bij het begrip 'redemption' gaat het om de bevrijding uit een leven met veel negatieve gebeurtenissen om tot slot een positieve conclusie te kunnen trekken. Hij stelde dat het voor veel mensen positieve

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

effecten op hun welbevinden kan hebben als zij een positieve dissonantie voor hun leven kunnen trekken. Het 'terugblikken' werd daarom ook van veel psychotherapeuten in de behandeling van bepaalde cliënten gebruikt (McAdams, 2008).

2. 'Verbeeldend' type cluster

De aanname dat *narratieve toekomstverbeelding* met de geestelijke gezondheid samenhangt werd bevestigd. Aan de hand van de resultaten van dit onderzoek werd de conclusie getrokken dat het *verbeelden van de toekomst* door het gebruiken van de psychologische functie 'imagine/experience through imagination' samenhangt met de geestelijke gezondheid. Uit onderzoek van King (2001) over *toekomstverbeelding* bleek dat het opstellen van doelen het verband met het welbevinden in significante mate bepaalt (King, 2001). Men kan concluderen dat bij de *narratieve toekomstverbeelding* door het gebruik van de functie 'imagine/experience through imagination' impliciete doelen voor de toekomst worden opgesteld. Dat betekent dat in de beschrijving van de toekomst de doelen en wensen van een persoon zitten, bijvoorbeeld in de zin: “*Hier zit ik dan, iets wat ik me vijf jaar geleden niet had voorgesteld. Mijn eigen kantoor, allemaal mensen die naar je luisteren en niet meer verantwoordelijkheid hoeven af te leggen aan anderen*”. Het doel van het boven beschreven voorbeeld zou dan in dit geval kunnen zijn de baas van een bedrijf te zijn.

3. 'Reflecterend' type cluster

De aanname dat het reflecteren en of conclusies trekken over het leven een verband vertoont met de geestelijke gezondheid werd bevestigd. Er bestaan hieronder onderzoeken die zich met deze vraag hebben bezig gehouden. McLeod and Conway (2007) stelden in hun artikel “Well-being and positive future thinking for the self versus others” dat de geestelijke gezondheid van mensen verhoogd kan worden als mensen begrip hebben voor de processen waar ze in zijn geïnvolveerd (McLeod & Conway, 2007). Uit wetenschappelijk onderzoek van Lyke (2009) kwam naar voren dat mensen met hoge niveaus of inzicht in hun leven en de processen om hun heen significant tevredener zijn met hun levens en gelukkiger dan mensen met weinig inzicht (Lyke, 2009). In geheel kan men concluderen dat reflecteren op het leven een verband blijkt te hebben met de geestelijke gezondheid van een mens.

In het algemeen is te beweren dat de samenhang van de genoemde clusters en het welbevinden verklaard kan worden. Maar aan de hand van de analyse bleek dat niet alleen bij de drie clusters maar bij alle zes clusters, die karakteristiek zijn voor *narratieve*

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

toekomstverbeelding een samenhang bestaat met het welbevinden. Men kan derhalve concluderen dat er een samenhang bestaat tussen *narratieve toekomstverbeelding* en de geestelijke gezondheid. In de volgende paragraaf worden verklaringen uit de wetenschappelijke literatuur voor het verband van *narratieve toekomstverbeelding* met het welbevinden opgesomd.

De theorie van Melges (1982) levert een mogelijke verklaring op voor het gevonden relatie tussen *narratieve toekomstverbeelding* en geestelijke gezondheid. De theorie gaf aan dat hoe mensen hun toekomst beleven in belangrijke mate afhangt van het gevoel van controle over hun toekomst. Door het maken van concrete plannen wordt een gevoel van zekerheid over de toekomst voortgebracht. Dat leidt tot een gevoel van controle dat men zelf instaat is de richting van de toekomst te bepalen. Dit mechanisme wordt 'anticipatory control' genoemd (Melges, 1982). Uiteindelijk zal het gevoel van controle tot een verhoging van de geestelijke gezondheid kunnen leiden.

Maar de theorie van Melges (1982) geeft niet een enige verklaring over waarom de geestelijke gezondheid door het *verbeelden van de toekomst* verhoogd kan worden. Uit wetenschappelijke onderzoek van McLeod en Conway (2007) bleek dat het denken over de toekomst in een positief manier een belangrijk element van de geestelijke gezondheid is. In het bijzonder geldt dat als mensen in de toekomst al dingen hebben waarop zij zich kunnen verheugen (Mc Leod & Conway, 2007). Maar hoe kan men ervoor zorgen dat er dingen in de toekomst zijn waarop men zich kan verheugen? Een antwoord op de vraag kwam uit wetenschappelijk onderzoek van Chiu (2012) naar voren, waar gesteld werd dat het opstellen van doelen voor de toekomst van invloed zijn op de geestelijke gezondheid van een mens (Chiu, 2012).

Het opstellen van doelen voor de toekomst kan bijgevolg ervoor zorgen dat de mensen een actieve rol nemen en bepalen waar ze zich in de toekomst op verheugen. Om de geestelijke gezondheid uiteindelijk te kunnen beïnvloeden zullen de doelen op een specifieke manier zijn opgesteld, dat bleek uit een onderzoek van Vázquez, Hervás, Rahona en Gómez (2009). De doelen voor de toekomst zullen intrinsiek, coherent de eigen waarden en conform aan de eigen psychologische behoeften zijn opgesteld. De psychologische behoeften zijn daarbij autonomie, beheersing van de omgeving en de relaties met andere mensen. Als de doelen zodanig gesteld worden zijn ze instaat de geestelijke gezondheid te verhogen (Vázquez, Hervás, Rahona & Gómez, 2009).

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Men kan concluderen dat het gevonden verband van *narratieve toekomstverbeelding* met het welbevinden te verifiëren is. In tegendeel daarop werd bij de analyse geen samenhang tussen de *narratieve toekomstverbeelding* en de nationaliteit gevonden. Dat betekent dat er geen verschil bestaat in de *narratieve toekomstverbeeldingen* aan de hand van de psychologische functies tussen Nederlanders en Duitsers. De derde onderzoeksvraag moet daarom negatief worden beantwoord. Dat is wel verrassend want uit het onderzoek van Bode (2003) bleek dat er verschillen bij de 'zelf-descripties' van Nederlanders en Duitsers bestaan. Bepaalde onderwerpen zoals individualiteit en relaties met andere mensen komen in 'zelf-descripties' van Nederlanders meer voor dan in die van de Duitsers. Aan de hand van de resultaten uit het onderzoek van Bode (2003) werd derhalve wel verwacht dat verschillende *toekomstverbeeldingen* werden aangemaakt door mensen uit Nederland en mensen uit Duitsland. Het onderzoek van Bode (2003) richt zich op de 'zelf-descripties' van mensen uit Nederland en Duitsland. De 'zelf-descripties' van de Nederlanders en Duitsers geven een beschrijving van onderwerpen, die voor een mens van belang zijn, waarbij ze ook een beeld van de toekomst kunnen scheppen. De 'zelf-descripties' van Nederlanders en Duitsers verschillen van elkaar zoals bleek uit het onderzoek van Bode (2003). De vraag is alleen waarom de 'zelf-descripties' van Nederlanders en Duitsers wel verschilt, maar de *narratieve toekomstverbeeldingen* niet? In de volgende paragraaf worden hierover de mogelijke verklaringen besproken.

Een mogelijke verklaring voor dat er geen relatie werd gevonden tussen de *narratieve toekomstverbeeldingen* en nationaliteit kan zijn dat de brieven niet inhoudelijk werden onderzocht. Dat betekent er werd niet gekeken naar waar de *brieven vanuit de toekomst* van Nederlanders en Duitsers over gaan, maar meer naar de clustervorming van de psychologische functies. Het is dus verschillend of men precies de inhoud van de brieven vergelijkt of door de psychologische functies een conclusie over de vraag trekt op welke dingen de mensen het meest in hun toekomstbrieven ingaan.

Een andere verklaring kan het feit leveren dat de meeste *brieven vanuit de toekomst* door studenten werden geschreven. Door de analyse is men alleen instaat een conclusie te kunnen trekken over de doelgroep studenten uit deze twee landen. Men kan aannemen dat mensen in een bepaalde levensfase veel overeenkomsten in hun levensplanning hebben ook al komen ze uit twee verschillende landen. De studenten van wie de brieven werden vergeleken studeren ook in Nederland. Dat betekent men kan concluderen dat de Duitse studenten bovendien in Nederland leven en al heel bekend zij met de gewoontes van de Nederlanders.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Men kan derhalve concluderen dat zij de Nederlandse cultuur voor een deel hebben overgenomen, vanuit deze perspectief lijkt het niet onlogisch dat de *narratieve toekomstverbeeldingen* van Nederlandse en Duitse studenten niet verschillen.

Om in het algemeen meer te kunnen zeggen over de verschillen tussen culturen, zoals tussen de Nederlandse en Duitse, die samen kunnen hangen met de *narratieve toekomstverbeelding* is meer onderzoek nodig.

4.1 Kracht en beperkingen van het onderzoek

Het blijkt dat bij dit onderzoek alleen deels de verwachte resultaten zijn uitgekomen. De beperkingen van het onderzoek kunnen hier de oorzaak van zijn. Ondanks de vele sterke punten van het onderzoek, zijn er ook een paar minder sterke punten aan te wijzen. De volgende paragraaf bevat de sterke en de minder sterke punten van het onderzoek. Om te beginnen wordt eerst de sterke of met andere woorden de kracht van het onderzoek genoemd waarna op de beperkingen wordt ingegaan.

Als kracht van het onderzoek is allereerst het volgende op te merken: Het onderzoek werd met een grote hoeveelheid participanten uitgevoerd. Er zijn in totaal 487 *brieven vanuit de toekomst* verzameld, wat voor de externe validiteit van het onderzoek spreekt. Dat betekent door de hoge externe validiteit kan men de resultaten van het onderzoek op de populatie generaliseren.

Ten tweede werd met een gevalideerde vragenlijst voor het meten van het welbevinden, de MHC-SF, gewerkt. De MHC-SF is een betrouwbaar en valide meetinstrument van de geestelijke gezondheid (Lamers et al., 2011).

Ten derde is te noemen dat de instructies voor het schrijven van de brief helder zijn geschreven, dat zorgt ervoor dat de data betrouwbaar is en men instaat is te meten wat men wil meten. Men kan zeggen dat de data een goede constructvaliditeit heeft.

Ten vierde moet men declareren dat bij dit onderzoek gebruik is gemaakt van bestaande data, zoals de *brieven vanuit de toekomst* en de demografische gegevens. Bovendien was het mogelijk het bestaande code-systeem voor de analyse van de brieven toe te passen. Daardoor is sprake van een hoge interbeoordelaarsbetrouwbaarheid, omdat meerdere onderzoekers het code-systeem hebben aangepast.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Tot slot is te vermelden dat de participanten naast het schrijven van de toekomstbrief en het invullen van de MHC-SF verder nog demografische vragen moesten invullen. Dat maakt veel onderzoeken over *narratieve toekomstverbeelding* mogelijk, zoals bij dit onderzoek naar de nationaliteit van de schrijver te kijken.

Zoals gezien zijn er veel sterke punten bij dit onderzoek, maar desondanks zijn er tevens minder sterke punten of beperkingen te herkennen.

Als beperking van het onderzoek moet men ten eerste aangeven dat het bij de clusteranalyse nodig was veel codes uit de data te halen omdat ze heel weinig gebruikt werden, zo kan alleen voor de zestien gebruikte functies een classificatie in clusters worden opgesteld.

Ten tweede werd de k-means clusteranalyse gebruikt, waarbij men zelf moet bepalen hoeveel cluster nodig zijn om een evenwichtige verdeling van de functies te bereiken. In het artikel: “Constrained K-means Clustering with Background Knowledge” wordt gesteld dat het algoritme zich nadert als er geen bijeenkomend veranderingen in de overdracht van cellen in clusters meer zijn (Wagstaff, Cardie, Rogers & Schroedl, 2001). Bij de analyse was al bij de eerste algoritme verdeling in twee clusters geen verschil te herkennen, maar de verdeling was onevenwichtig, daarom wordt uiteindelijk voor zes clusters gekozen. Men moet daarom aanmerken dat een andere manier te analyseren een clusteranalyse met twee clusters moet zijn geweest. De resultaten geven daarom alleen deze ene mogelijkheid, de analyse met zes clusters, weer.

Als derde punt is in te brengen dat de meerderheid van de participanten studenten zijn, dat betekent eigenlijk dat men alleen een valide uitspraak over de doelgroep studenten kan doen. Het kan een negatieve invloed op de externe validiteit van het onderzoek hebben

Tot slot moet men rekening houden met dat het code-systeem voor de analyse nog niet optimaal is te noemen. Als men naar het code-systeem kijkt valt onder andere op dat er vrij veel functies onder de categorie 'other' werden geplaatst. Daardoor kan veel informatie verloren gaan en dat kan een negatieve invloed op de interne validiteit van het onderzoek hebben.

4.2 Aanbeveling

Als aanbeveling voor vervolgonderzoek zullen enkele punten worden genoemd. Voor de toekomst is het van belang om de voor het onderzoek gebruikte analysemethode nog iets aan te passen. Om fouten door de analyse te voorkomen zou het in ieder geval nodig zijn nog een keer te onderzoeken welk aantal cluster de beste uitkomsten levert.

Het kan aan de betrouwbaarheid van het onderzoek bijdragen om de zes clusters nog eens te controleren. Daarvoor kan voor de codeerbetrouwbaarheid gekozen worden, waarbij een of twee beoordelaars nog eens de analyseprocedure doorlopen. Zo kan worden gecontroleerd of bij de andere onderzoeker dezelfde uitkomsten te herkennen is.

Om het verband met welbevinden nog eens te kunnen bevestigen zou het raadzaam zijn dat de participanten de MHC-SF op meerdere tijdstippen invullen, om de mogelijke tussentijdse veranderingen in de gaten te houden en te controleren. Deze procedure zou de betrouwbaarheid van het onderzoek kunnen verhogen.

Om het verband van de 'verbeeldende' clusters met het welbevinden te kunnen verifiëren is meer onderzoek over de functie “*imagine/experience through imagination*” nodig. Het kan nu alleen worden 'vermoed' dat het mogelijk impliciete doelen bevat en daarom een verband met welbevinden vertoont, derhalve is vervolgonderzoek van belang.

Het zou tevens wenselijk zijn de *toekomstbrieven* van andere participanten dan studenten te verzamelen om tevens voor andere beroepsgroepen een uitspraak te kunnen doen over het verband tussen enerzijds de clusters en het welbevinden en anderzijds over de invloed die culturele verschillen op de clusters kunnen hebben. Daarvoor zou het werven van andere beroepsgroepen via de website www.levensverhalenlab.nl een manier zijn.

Bovendien blijkt het raadzaam meer mannelijke participanten te werven, omdat de meerderheid van de participanten vrouw is. Daardoor zou de validiteit van het onderzoek verhoogd kunnen worden.

Zoals al genoemd zou vervolgonderzoek op het gebied van culturele verschillen en *narratieve toekomstverbeelding* raadzaam zijn. Om tot meer resultaten te komen over culturele verschillen zou men ook andere landen moeten onderzoeken. Daardoor is men in staat om conclusies te trekken over een bredere doelgroep.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

In het algemeen is verder onderzoek over *narratieve toekomstverbeelding* van belang, omdat aan de hand van de resultaten naar voren is gekomen dat het een samenhang met het welbevinden heeft, maar omdat nog niet veel over het onderwerp bekend is zou het raadzaam zijn het nog verder te onderzoeken.

4.3 Conclusie

In het algemeen is te zeggen dat de gevonden resultaten deels bevestigen wat aan de hand van de wetenschappelijke literatuur over *narratieve toekomstverbeelding* wordt verwacht. Uit dit onderzoek komt allereerst naar voren dat er zes clusters van psychologische functies bestaan: 1. “reflecterend terugblikken”, 2. “reflecterend verbeelden”, 3. “verbeelden van een tevreden leven”, 4. “reflecterend advies geven”, 5. “verbeeldend zonder reflectie” en 6. “verbeeldend terugblikken”. De gevonden zes clusters laten zich in drie categorieën clusters verdelen: 1. 'Terugblikkende' clusters, 2. 'Verbeeldende' clusters en 3. 'Reflecterend' cluster. Tot de 'terugblikkende' clusters behoren cluster 1 en 6. Cluster 2, 3 en 5 maken een deel uit van de 'verbeeldende' clusters en tot de 'reflecterend' cluster behoort cluster 4. Daarmee wordt de eerste deelvraag positief beantwoord. De tweede deelvraag kan tevens positief worden beantwoord. Er bestaat een verband tussen de clusters van psychologische functies en het welbevinden. Bepaalde clusters van functies scoren hoger op de MHC-SF dan andere, deze zijn cluster 1 ('reflecterend verbeelden'), cluster 2 ('reflecterend verbeelden') en cluster 3 ('verbeelden van een tevreden leven'). De functie 'terugblikken' vertoont eerder een verband met het welbevinden als ze samen voorkomt met de functie 'reflecteren'. De functie 'verbeelden' is eerder geneigd met de geestelijke gezondheid samen te hangen als het samen met de functie 'reflecteren' wordt toegepast of bij de functie 'verbeelden van tevredenheid' wordt geuit. De derde deelvraag moet negatief worden beantwoord. Het komt naar voren dat *narratieve toekomstverbeelding* niet samenhangt met culturele factoren. Er werd geen verschil bij de psychologische functies van Nederlanders en Duitsers gevonden. Concluderend kan men zeggen dat de essentie van het onderzoek toegevoegde waarde heeft. Het werd duidelijk dat het *verbeelden van de toekomst* in een verhaal samenhangt met het welbevinden, zelfs als er geen concrete doelen voor de toekomst worden opgesteld. Dat wil zeggen: *Narratieve toekomstverbeelding* is een grote capaciteit in het kader van de geestelijke gezondheidsbevordering.

5. Literatuurlijst

- Atance, C. M. & O'Neill, D. K. (2001). Episodic future thinking. *Trends in Cognitive Sciences*, 5, 533-539.
- Averill, J. R. & Sundararajan, L. (2004). Hope as rhetoric: cultural narratives of wishing and coping. *Interdisciplinary Perspectives of hope*, 127-149.
- Bode, C. (2003). Individuality and relatedness in middle and late adulthood: a study of women and men in the Netherlands, East- and West-Germany. (Doctoral thesis, Catholic University, Nijmegen).
- Bohlmeijer, E. & Westerhof, G. J. (2010). *Psychologie van de levenskunst*. Amsterdam: Boom
- Bohlmeijer, E., & Westerhof, G. J. (2012). Life stories en mental health: The role of identification processes in theory and interventions. *Narratieve works: Issues, Investigations & Interventions*, 2, 106-128.
- Chiu, F. C. (2012). Fit between future thinking and future orientation on creative imagination. *Thinking skills and Creativity*, 7, 234-244.
- Coudin, G. & Lima, M.L. (2011). Being well as time goes by: Future time perspective and well-being. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, Vol 11(2), 219-232.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN
PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

- Emmons, R. A. (1986). Personal strivings: An approach to personality and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1058-1068.
- Hofstede, G. (2001). *Culture's consequences: Comparing values, behaviors, institutions, and organizations across nations*. Second Edition, Thousand Oaks CA: Sage Publications, 2001.
- Hofstede, G., & McCrae, R.R. (2004). Personality and culture revisited: Linking traits and dimensions of culture. *Cross-Cultural Research*, 38, 58-88.
- Keyes, C. L. M. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61, 121-140.
- Keyes, C. L. M. (2005). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(3), 539-548.
- Keyes, C. L. M. (2007). Promoting and protecting mental health as flourishing: A complementary strategy for improving national mental health. *American Psychologist*, 62 (2), 95-108.
- Keyes, C. L. M. (2009). Atlanta: Brief description of the mental health continuum short form (MHC-SF). Retrieved from: <http://www.sociology.emory.edu/ckeyes/>.
- King, L. A. (2001). The health benefits of writing about life goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, Vol. 27, 798-807.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN
PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Lamers, S. M. A., Westerhof, G. J., Bohlmeijer, E. T., ten Klooster, P. M., & Keyes, C. L. M.

(2011). Evaluating the psychometric properties of the Mental Health Continuum
-Short Form (MHC-SF). *Journal of Clinical Psychology*, 67(1), 99-110.

Lyke, J. A. (2009). Insight, but not self-reflection, is related to subjective well-being.

Personality and Individual Differences, 46 (1), 66-70.

Markus, H., & Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41(9), 954-969.

McAdams, D. P. (2008). American Identity: The redemptive self. *The General Psychologist*,
43, 20-27.

McLeod, A. K., & Conway, C. (2007). Well-being and positive future thinking for the self
versus others. *Cognition and Emotion*, 21(5), 1114-1124.

Melges, f. T. (1982). *Time and the inner future: A temporal approach to psychiatric
disorders*. New York: John Wiley and Sons.

Nolden, L. (2013). Analyses of the functions and experienced effects of narrative futuring.
(Bachelorthesis, University Twente, Enschede).

Polkinghorne, D.E. (1988). *Narrative knowing and the human sciences*. Albany (NY): State
University of New York Press.

Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2001). On happiness and human Potentials: A review of research
on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Reviews Psychologist*, 52, 141-66.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN
PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Ryff, C. D. & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited.

Journal of Personality and Social Psychology, 69(4), 719-727.

Scheier, M. F., & Carver, S.C. (1982). Self-consciousness, outcome expectance, and

persistence. *Journal of Research in Personality*, 16, 409-418.

Schwaiger, T. (2013). Analyse van de psychologische functies van 'brieven vanuit de toekomst' en hun relatie met geestelijke gezondheid. (Bachelorthesis, University Twente, Enschede).

Sools, A., & Mooren, J. (2012, in press). Towards narrative futuring in psychology:

Becoming more resilient by imaging the future.

Suddendorf, T., & Corballis, M. C. (2007). The evolution of foresight: What is mental time travel, and is it unique to humans? *Behavioral and Brain Sciences*, 30, 299-351.

Vázquez, C., Hervás, G., Rahona, J. & Gómez, D. (2009). Psychological well-being and health. Contributions of positive psychology. *Annuary of Clinical and Health Psychology*, 5, 17-25.

Wagstaff, K., Cardie, C., Rogers, S. & Schroedl, S. (2001). Constrained k-means clustering with background knowledge. *Proceedings of the Eighteenth International Conference on Machine Learning*, 577-584.

Wahle, J. (2012). Exploring psychological functions in narrative futuring. A qualitative analyses of the “letters from the future”. (Master’s thesis, University Twente, Enschede).

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN
PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

World Health Organization (2005). Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice. Geneva: WHO.

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN
PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

Bijlage

A: Mental Health Continuum Short-form (MHC-SF)

De volgende vragen beschrijven gevoelens die mensen kunnen hebben. Lees iedere uitspraak zorgvuldig door en omcirkel het cijfer dat het best weergeeft HOE VAAK u DAT GEVOEL HAD GEDURENDE DE AFGELOPEN MAAND. Denk niet te lang na, maar ga af op uw eerste ingeving.

In de afgelopen maand, hoe vaak had u het gevoel...

- 1 - Nooit
- 2 - Een of twee keer
- 3 - Ongeveer 1 keer per week
- 4 - 2 of 3 keer per week
- 5 - Bijna elke dag
- 6 - Elke dag

- 1....dat u gelukkig was?
- 2...dat u geïnteresseerd was in het leven?
- 3....dat u tevreden was?
- 4...dat u iets belangrijks hebt bijgedragen aan de samenleving?
- 5...dat u deel uitmaakte van een gemeenschap (zoals een sociale groep, uw buurt, uw stad)?
- 6...dat onze samenleving beter wordt voor mensen?
- 7...dat mensen in principe goed zijn?
- 8...dat u begrijpt hoe onze maatschappij werkt?
- 9...dat u de meeste aspecten van uw persoonlijkheid graag mocht?
- 10...dat u goed kon omgaan met uw alledaagse verantwoordelijkheden?
- 11...dat u warme en vertrouwde relaties met anderen had?
- 12...dat u werd uitgedaagd om te groeien of een beter mens te worden?
- 13...dat u zelfverzekerd uw eigen ideeën en meningen gedacht en geuit hebt?

	1	2	3	4	5	6

EXPLORATIEVE STUDIE NAAR CULTURELE VERSCHILLEN IN
PSYCHOLOGISCHE FUNCTIES VAN NARRATIEVE TOEKOMSTVERBEELDING

14...dat uw leven een richting of zin heeft

--	--	--	--	--	--

B: Aanwijzingen voor het schrijven van de brief

Aanwijzingen voor het schrijven van de brief

De volgende aanwijzingen zijn tips om u een idee te geven wat de bedoeling is van de brief en waar u aan kunt denken. Voel u vrij om vanuit deze aanwijzingen de brief op uw eigen wijze te schrijven. U mag uw eigen naam gebruiken, maar ook namen verzinnen voor u zelf en anderen in uw brief, mocht u liever niet herkenbaar zijn als briefschrijver.

Wanneer u graag een heel persoonlijke 'echte' brief met uw eigen (voor)naam schrijft, kunt u ervoor kiezen die brief alleen voor het onderzoek beschikbaar stellen en dus niet zichtbaar voor anderen. Nadat u alle gegevens heeft ingevuld, wordt u gevraagd een keuze te maken hoe u wilt dat uw brief gebruikt wordt.

Waar en wanneer

Stel je voor dat je in een tijdmachine stapt.

Stel je voor waar en wanneer je je bevindt als je in de toekomst bent aangekomen.

Wanneer: Het tijdstip in de toekomst bepaal je zelf, dit kan 1 uur, dag, een week, of jaren later zijn.

Waar: Voorbeelden van de plaats, plek of ruimte in de toekomst waar u aan kunt denken zijn Nederland, een ander land, de ruimte; in je eigen huis of tuin, buitenshuis, in de natuur, in de stad, op het water, in de lucht; een plek met veel andere mensen of juist een lege ruimte; een kleurrijke ruimte? Een lawaaierige ruimte of stille? etc.

Wat?

Stel je voor dat een aantal **positieve wensen, veranderingen en dromen** in je leven zijn uitgekomen.

Vertel jouw verhaal van **een concrete dag, een specifiek moment, of een concrete gebeurtenis** waarin duidelijk wordt hoe je een bepaald probleem hebt opgelost of een goede manier heeft gevonden om ermee om te gaan.

Vertel wat achteraf het meest heeft geholpen en hoe je (dan) op het leven van nu terugkijkt.

Gebruik volop je verbeeldingskracht: Bedenk dat het gaat om iets wat nog niet gebeurd is en dat het een kans is om te verzinnen **wat er zou kunnen gebeuren**.

Aan wie?

Bedenk aan wie je de brief wil schrijven.

- aan je huidige ik (je geeft dan een wijze, vrolijke, of andere positieve boodschap aan jezelf)
- aan iemand anders (bijvoorbeeld je kind of kleinkind, leeftijdgenoten, of de volgende generatie, etc.)

De brief is niet langer dan 400 woorden