

„Brieven vanuit de Toekomst“

Wat is de aard van verbeelding die in verschillende soorten narratieve toekomstverbeelding gebruikt wordt?



Mareike Mandau, s1112503

Enschede, 26-09-2014

Masterthese Positieve Psychologie en Technologie

Organisatie: Universiteit Twente
Faculteit der Gedragwetenschappen
Vakgroep Psychologie, Gezondheid en Technologie

Begeleiders: Dr. Anneke Sools
Dr. Elia de Kleine

Abstract

Narrative futuring is a new field of research in the psychology and can be defined as the capacity to imagine the future through stories. There have been found 6 different types of narrative futuring, 3 that contain more and 3 that contain less narrative future imaginative components. However, in this study imagination has been considered as a global, theoretical concept that has not been well-established yet. The operationalization of the nature of imagination is an essential step though to understand the virtue of narrative futuring in an expanded sense. For that reason this explorative study aims to generate a methodological instrument to analyse the nature of imagination scientifically by studying two concepts that originate from the psychology of fiction: imagination and transportation. Therefore, a selection of 60 'Letters from the Future' has been analysed (10 letters of each type of narrative futuring) that has been gathered in previous studies. The majority of the participants has been Dutch and German. By using deductive and inductive analysis methods a coding system for identification and transportation has been developed which has been analysed qualitatively and has been studied on frequency and intensity of the two processes. Identification was used more often than transportation. The intensity of identification was also much higher than the intensity of transportation. Furthermore, the frequency and intensity of the two processes possessed a distinct pattern that differentiates between the 6 types of narrative futuring. This allows a more specific discrimination than the global classification of two categories (more and less imaginative) in the previous study. Based on these findings there can be concluded that narrative futuring is even richer and more diverse than has been assumed. Moreover, there has been made an essential first step to analyse the nature and quality of imagination empirically. This enables research that analyses the relationship between different imagination processes and well-being. Thereby, also the practical relevance of narrative futuring in the context of health promotion can be examined.

Samenvatting

Narratieve toekomstverbeelding is een nieuw onderzoeksgebied binnen de psychologie en kan gedefinieerd worden als “het vermogen om via verhalen de toekomst te verbeelden”. In eerder onderzoek werd onderscheid gemaakt tussen zes verschillende soorten narratieve toekomstverbeelding, waarvan 3 meer en 3 soorten minder verbeeldingsvol zouden zijn. Daarbij is echter uitgegaan van een globaal, theoretisch concept van verbeelding dat nog niet empirisch geoperationaliseerd werd, ook niet in ander psychologisch onderzoek. Een dergelijke operationalisatie van de aard van verbeelding is echter een belangrijke stap om de werkzaamheid van narratieve toekomstverbeelding te onderzoeken. Daarom richt deze exploratieve studie zich op het ontwikkelen van een methodologisch instrument om de aard van verbeelding empirisch te onderzoeken aan de hand van twee concepten uit de psychologie van de verbeelding: identificatie en transportatie. Daartoe werd een selectie van 60 ‘Brieven vanuit de Toekomst’ onderzocht (10 brieven van iedere soort narratieve toekomstverbeelding) afkomstig uit een eerder uitgevoerd online onderzoek. De meerderheid van de participanten was Nederlands en Duits. Met behulp van deductieve en inductieve analysemethoden werd een codeersysteem voor identificatie en transportatie opgesteld, waarbij naast een kwalitatieve uitwerking van deelaspecten ook de frequentie en de intensiteit van de twee processen geoperationaliseerd werd. Identificatie bleek vaker gebruikt te worden dan transportatie. Ook de intensiteit van identificatie was hoger dan die van transportatie. Verder leek de frequentie en intensiteit van de verbeelding een duidelijk patroon te vertonen dat differentieert naar zeven soorten toekomstverbeelding. Daarmee is een specifiekere en nauwkeuriger onderscheid mogelijk dan de aanvankelijke grove indeling in twee categorieën (meer en minder verbeeldingsvol) in voorgaand onderzoek. Op basis van deze bevindingen kan geconcludeerd worden dat narratieve toekomstverbeelding nog rijker en diverser is dan al werd vermoed. Bovendien is een belangrijke eerste stap gezet om de aard en kwaliteit van verbeelding empirisch onderzoekbaar te maken. Dit opent de weg naar onderzoek dat zich bezig houdt met de samenhang tussen verschillende verbeeldingsprocessen en het welbevinden. Daardoor kan ook de praktische relevantie van narratieve toekomstverbeelding in het kader van de gezondheidsbevordering nauwkeuriger nagegaan worden.

INHOUDSOPGAVE

1. Inleiding	6
1.1. Narratieve Toekomstverbeelding	6
1.1.1. Verbeelding	9
1.2. Narratieve toekomstverbeelding en welbevinden	10
1.2.1. Toekomstverbeelding en welbevinden	10
1.2.2. Expressief schrijven en bibliotherapie	11
1.3. Psychologie van de verbeelding	12
1.4. Aanleiding en vraagstelling	14
2. Methode	16
2.1. Dataverzameling	16
2.1.1. Gezondheidsbevorderingsinstrument	16
2.2. Data-analyse	17
2.2.1. Frequentie	17
2.2.2. Selectie	18
2.2.3. Bepaling van transportatie en identificatie	18
2.2.4. Vertegenwoordiging van transportatie en identificatie	20
2.2.5. Transportatie en identificatie in verschillende soorten narratieve toekomstverbeelding	20
3. Resultaten	21
3.1. Bepaling van transportatie en identificatie	21
3.2. Vertegenwoordiging van transportatie en identificatie	26
3.3. Transportatie en identificatie in verschillende soorten narratieve toekomstverbeelding	29
4. Conclusies en Discussie	39
4.1. Slotbeschouwing	45
5. Referenties	46
6. Bijlagen	49
6.1. Aanwijzingen ‘Brief vanuit de Toekomst’	49
6.2. Codeerschema’s	49

1. Inleiding

Narratieve toekomstverbeelding kan gedefinieerd worden als “het vermogen om via verhalen de toekomst te verbeelden” (Sools, Mooren & Tromp in Bohlmeijer et al, 2013). Sools, Tromp en Mooren (forthcoming) ontdekten verschillende soorten van narratieve toekomstverbeelding. Sommige soorten bevatten een hoge mate aan verbeelding, anderen zijn niet of weinig verbeeldingsvol. De studie van Sools et al (forthcoming) maakt duidelijk dat de verbeeldingscomponent in narratieve toekomstverbeelding groter of kleiner kan zijn maar hoe het precies werkt is nog niet bekend. Het ontbreekt dus aan een meer precies inzicht in de aard van verbeelding. De voorliggende studie probeert dit inzicht te verkrijgen door verbeeldingsprocessen, die in de psychologie van de verbeelding een theoretisch raamwerk hebben gekregen, te onderzoeken en doet een eerste stap om deze processen wetenschappelijk te onderzoeken.

In de volgende alinea wordt er besproken wat al bekend is over narratieve toekomstverbeelding en het onderzoek dat daarna verricht wordt. Daarna wordt verbeelding op een filosofische en theoretische manier bekeken. Vervolgens wordt er ingegaan op effectgericht wetenschappelijk onderzoek op het gebied van toekomstverbeelding, expressief schrijven en bibliotherapie. Het laatste deel richt zich op twee verbeeldingsprocessen die in het kader van de psychologie van de verbeelding worden beschouwd: identificatie en transportatie.

1.1. Narratieve toekomstverbeelding

In de wetenschap is er nog niet veel bekend over narratieve toekomstverbeelding. Wat wij weten is dat mensen in hun dagelijkse leven doorlopend verhalen vertellen, ook verhalen waarin ze zich verbeelden wat in de toekomst gaat gebeuren en verhalen over plannen die ze voor de toekomst hebben (Sools et al in Bohlmeijer et al, 2013). Narratieve toekomstverbeelding is zo beschouwd een activiteit die in de natuur van de mens zit. Het opschrijven van verhalen en het verwoorden van emoties kan mensen ondersteunen om een autobiografisch levensverhaal vorm te geven en daardoor een betekenisvol en congruent geheel te creëren dat al onze ervaringen integreert (Sools, 2010). Het vermogen om de toekomst te verbeelden maakt het ons mogelijk om een levensverhaal te construeren dat herinneringen en gebeurtenissen uit het heden, als ook toekomstige plannen bevat.

In het levensverhalenlab van de Universiteit Twente wordt sinds begin 2011 onderzoek gedaan naar narratieve toekomstverbeelding en de relatie met het welbevinden (levensverhalenlab, 2012). Daarvoor werd het onderzoeksproject ‘Brieven vanuit de Toekomst’ ontworpen. In het kader van dit project werden deelnemers gevraagd om aan zichzelf of een andere persoon een brief vanuit de toekomst te schrijven en zich daarbij een specifieke toekomstige situatie of gebeurtenis te verbeelden. De aanname dat “verhalen mensen in staat stellen zich een nieuwe, hoopvolle en motiverende werkelijkheid voor te stellen en deze tegelijk als ‘echt’ te ervaren” (Sools et al in Bohlmeijer et al, 2013, p. 91) ligt ten grondslag aan dit project.

Sools et al (forthcoming) hebben in het kader van dit onderzoeksproject verschillende soorten van narratieve toekomstverbeelding ontdekt. De meer of minder verbeeldingsvolle soorten zijn op basis van temporele patronen en de psychologische functies van de brieven als geheel ontwikkeld (voor meer informatie zie Sools et al, forthcoming). De typologie van soorten is afgebeeld in tabel 1.

Tabel 1. *Overzicht van de clusters en typen brieven*

Cluster	Type	Beschrijving
A	Retrospectieve Evaluatie	- Gebeurtenissen en events worden vanuit de toekomst naar het heden beschreven en geëvalueerd -Beginnen met verbeelding van een wenselijke toekomstige situatie -Eindigen met lof, inzicht, advies, wijsheid of de hoop dat het beter wordt -Retrospectief karakter
A	Prospectieve Oriëntatie	-Beschrijving van plannen/ doelen/ stappen naar de toekomst toe, soms meer in vorm van intenties -Niet evaluatief maar oriënterend van aard -Prospectief karakter -Praktisch advies

A	Expressieve Verbeelding van het Toekomstige Heden	-Levendige beschrijving van een toekomstige situatie -Vaak zintuigelijke details -Gebrek aan oriëntatie en evaluatie -Conclusies alleen op basis van toekomstige situatie -Lof
B	Verbeelding en Evaluatie van het Verleden	-Retrospectief -Geen verbeelding van de toekomst, alleen van het verleden en de tegenwoordige tijd -Preoccupatie met verleden onderwerpen
B	Prospectieve Intentionele Oriëntatie	-Intenties en wensen -Geen beschrijvingen van toekomstige situaties of bereikte doelen
B	Heden-georiënteerde Adviesbrieven	-Existentieel of moreel advies -Abstracte conclusies en wijsheid -Abstracte inzichten of conclusies over eigen persoon -Geen beschrijving van een toekomstige situatie -Concrete beschrijving van huidige situatie en praktisch advies is mogelijk

Note. A= verbeeldingsvol cluster, B= weinig/ niet verbeeldingsvol cluster

Er werd al besproken dat narratieve toekomstverbeelding nog geen dominante plek in wetenschappelijk onderzoek heeft gekregen. Het proces van verbeelding werd echter al lange tijd filosofisch en theoretisch beschouwd.

1.1.1. Verbeelding

Verbeelding is herleid van het Latijns woord ‘imitari’ wat zo veel betekent als imiteren of mimeren (Lothane, 2007). Hierbij gaat het om de capaciteit beelden in het hoofd te zien en dit kan vergeleken worden met het bekijken van een film. Alleen zien we deze beelden niet reel maar in “the minds eye”. Verbeelding wordt dus traditioneel beschouwd als een mentale, psychologische activiteit of een proces dat eindigt in een voorstelling of een (dag-)droom (Lothane, 2007). Het kan betrekking hebben op het verleden (reproductief) of de toekomst (productief). Lothane (2007) stelt dat denken verbeelden is en verbeelden is een vorm van denken.

Volgens verschillende evolutiepsychologen is verbeeldingskracht één van de belangrijke vaardigheden die ons van dieren onderscheidt (Alma, 2002). Ze spreken hier van een basale menselijke capaciteit die is aangeboren. Dus, iedere mens is in staat zich dingen te verbeelden. Verbeelding stimuleert de eigen creativiteit en zorgt steeds voor de ontwikkeling van de mens. Kunst, wetenschap en techniek zijn meesterwerken van onze creativiteit, geschapen door menselijke verbeeldingskracht (Alma, 2002). Verbeelding roept bij mensen verder de vraag naar de zin van het bestaan op. Mensen proberen zich te verbeelden wat de betekenis en bestemming van het menselijk bestaan is (Alma, 2002).

Deze vorm van denken kan behulpzaam zijn als het gaat om realiteitsgeoriënteerd denken, maar kan ook schadelijk zijn als het gaat om fantasieën die geen betrekking op de realiteit hebben (Alma, 2002; Freud, 1907). Verbeelding moet dus altijd in relatie worden gezien met het eigen, reële en huidige zelf om behulpzaam te zijn. Freud was de eerste die nadrukkelijk bezig was met de rampzalige effecten van fantasie. Hij confronteerde sociaal behulpzame dagdromen (van creatieve schrijvers) met fantasieën die neurose en psychose tot gevolg kunnen hebben. Fantasie zou kunnen worden beschouwd als verbeelding van een onrealistische toekomst. Dit kan ertoe leiden dat mensen zich verliezen in verhalen en dromen van de toekomst die niet realiseerbaar zijn en kan het leven in het heden belemmeren. Fantasiebeelden van de toekomst kunnen in dit geval de impuls geven om aan de werkelijkheid te ontsnappen.

De beschouwing van verbeelding lijkt dus een geschiedenis van theoretische intonatie te hebben. Dit zou als reden daarvoor aangevoerd kunnen worden, waarom er tot nu toe bijna geen empirisch onderzoek naar de aard van verbeelding bestaat. In de afgelopen jaren werd echter wel gekeken naar de effecten van toekomstverbeelding, expressief schrijven en bibliotherapie op het welbevinden.

1.2. Narratieve toekomstverbeelding en welbevinden

1.2.1. Toekomstverbeelding en welbevinden

In het verleden konden verschillende studies het positieve effect van toekomstverbeelding op het welbevinden aantonen. Toekomstverbeelding lijkt samen te gaan met een toegenomen psychologisch welbevinden (Emmons, 2009), toegenomen optimisme (Meevissen, Peters & Alberts, 2011) en er kon een toename van geluk en creatief denken vastgesteld worden (Chiu, 2012). Daarnaast blijkt dat een laag psychologisch welbevinden (zoals het geval bij depressieve patiënten en mensen met gecompliceerde rouw) samenhangt met een relatief gering vermogen om een positieve toekomst te verbeelden (Maccallum & Bryant, 2011; MacLeod & Conway, 2007). Maccallum en Bryant (2011) ontdekten bovendien dat mensen met gecompliceerde rouw moeilijkheden hadden om specifieke toekomstbeelden te genereren. Melges (1982) vermoedt verder dat toekomstverbeelding bij depressieve stemmingen min of meer afgesloten is. Dezelfde onderzoeker heeft in 1982 een theorie ontwikkeld, ‘anticipatory control’ genoemd die laat zien dat het verbeelden van de toekomst uiteindelijk een invloed heeft op onze gevoelens. Een positieve toekomstverbeelding kan onze stemming zodoende aanzienlijk verbeteren. Dit kan het effect, dat toekomstverbeelding op het welbevinden heeft, verklaren.

Volgens Melges (1982) leidt een proces van *toekomstbeelden*, *actieplannen* en *emoties* tot een *ervaren gevoel van controle*. Het verbeelden van bepaalde *toekomstbeelden* leidt tot het bedenken van acties om de verbeelde toekomst te bereiken. Een *gevoel van controle* is afhankelijk van de ervaren effectiviteit en haalbaarheid van de *plannen* die een persoon heeft om zijn *toekomstbeelden* te bereiken. *Plannen* die als effectief en haalbaar beschouwd worden, leiden vervolgens tot positieve *gevoelens*. Ineffectieve *plannen* leiden tot een gevoel van controleverlies en negatieve *gevoelens*. Onze *gevoelens* hebben weer invloed op de *toekomstbeelden* die in ons opkomen.

Een waargenomen gevoel van controle blijkt ook afhankelijk te zijn van de concreetheid van doelen die we aan de toekomst stellen (Melges, 1982). Verder bleek uit onderzoek van Orbell en Sheeran (2000) dat het niveau van concreetheid of abstractie van doelen een invloed heeft op het welbevinden. De twee auteurs stelden dat mensen die specifieke plannen voor de toekomst genereerden, hun plannen drie maanden later ook daadwerkelijk om hadden gezet, in tegenstelling tot mensen die abstracte plannen voor de toekomst verbeelden. Concrete doelen voor de toekomst blijken dus haalbaarder en meer effectief geschat te worden dan abstracte doelen.

De afgelopen alinea laat zien dat in het onderzoek toekomstverbeelding vaak functioneel beschouwd wordt met als wenselijk doel om concrete plannen voor de toekomst te genereren die als haalbaar en effectief worden geschat en vervolgens een ervaren gevoel van controle en positieve gevoelens tot gevolg hebben. Onderzoek naar toekomstverbeelding blijkt tot nu toe dus vooral eenzijdig op de effecten en het nut daarvan gericht te zijn. Narratieve toekomstverbeelding blijkt echter veel meer te omvatten. Onderzoek naar het proces van verbeelding kan belangrijke inzichten leveren in de werking van toekomstverbeelding en de diversiteit daarvan, die in de studie van Sools et al (forthcoming) naar voren kwam.

1.2.2. Expressief schrijven en bibliotherapie

Smyth en Pennebaker toonden in 1999 aan dat expressief schrijven over traumatische en stressvolle gebeurtenissen het psychische en fysieke welbevinden kan vergroten. Mensen die op drie tot vier momenten voor ongeveer vijftien minuten hun diepste emoties en gedachten over bepaalde belangrijke gebeurtenissen opschreven, profiteerden van de interventie. De twee onderzoekers concludeerden dat expressief schrijven daarom ook voor therapiedoeleinden gebruikt kan worden om het welbevinden van patiënten te bevorderen.

Verder kan ook het lezen van boeken het welbevinden bevorderen. McKim (2012) beschouwd het gebruik van boeken in therapie, *bibliotherapie* genoemd (Betzael & Shechtman, 2010), als een activiteit die al vanaf de oudheid werd aangewend en helende effecten op de lezer heeft. De gewijde bibliotheek van Thebes bijvoorbeeld had het opschrift “The healing place of the soul” (Diodorus Siculus, 1933 in McKim, 2012). Ook Plato en Aristoteles gingen ervan uit dat het lezen van boeken een aanzienlijke invloed had op de lezers (McKim, 2012). Sinds de twintigste eeuw waren bibliotheken in bijna iedere psychiatrische kliniek aanwezig om genezing te ondersteunen

De psychologie maakt onderscheid tussen fictieve en non-fictieve literatuur. Bibliotherapie die gebruik maakt van non-fictieve literatuur, zoals zelfhulpboeken, wordt *cognitieve bibliotherapie* genoemd. We spreken van *affectieve bibliotherapie* als het gaat om fictie- gebaseerde bibliotherapie (Shechtman, 2009). Tot nu toe is er vooral onderzoek gedaan naar *cognitieve bibliotherapie*, waarschijnlijk omdat het meer concreet en expliciet materiaal voor empirisch onderzoek biedt (McKim, 2012). In 2009 konden Shechtman en Ifargan met een veelbelovende studie aantonen dat ook het lezen van fictieve boeken in therapie het therapieproces kan bevorderen en mensen kon helpen om te genezen (in dit geval agressieve kinderen en jongeren).

Tot nu toe is er weinig tot geen onderzoek naar fictie verricht omdat het taalgebruik van fictieve literatuur heel complex is en veel kennis van narratieve structuren vergt, en een analyse voornamelijk op subjectief niveau plaatsvindt (McKim, 2012). Het werd al genoemd dat de menselijke verbeeldingskracht zich bijvoorbeeld kan uiten in kunst. Literatuur en verhalen horen hierbij en bieden zodoende goede aanknopingspunten om verbeeldende processen te bekijken. Onderzoek naar de processen die in fictie een rol spelen is dus belangrijk om een volledig beeld van de werking van verbeelding te verkrijgen en het concept empirisch te kunnen onderzoeken. In deze studie wordt een eerste stap hiertoe mogelijk door een onderzoekdomain nader te bekijken: de psychologie van de verbeelding. Hierbij wordt de relatie tussen de lezer en het verhaal gedurende het lezen en het effect dat het lezen van fictie op de emoties, gedachten en het gedrag van de lezer heeft, empirisch onderzocht (McKim, 2012).

1.3. Psychologie van de verbeelding

De *psychologie van de verbeelding* is een discipline die zich bezig houdt met de reactie van de lezer op een verhaal (Oatley, 2011). Om te kunnen reageren op een verhaal moet de lezer zich op één of ander manier het verhaal verbeelden. Onderstaand worden twee processen besproken, die binnen de psychologie van de verbeelding nader worden onderzocht om duidelijkheid te krijgen, hoe verbeelding in de protagonisten van een verhaal precies eruit ziet en wat voor soort relatie de lezer met een verhaal aangaat. De twee processen transportatie en identificatie zijn de meest duidelijke processen die in de literatuur gevonden werden en die een goed vertrekpunt stelden voor dit onderzoek.

Transportatie

Tijdens het lezen van fictie kunnen we mensen uit andere tijden en in andere plaatsen verbeelden. Hier gebeurt iets dat Gerrig (1993) *transportatie* noemt. De lezer wordt in de wereld van het boek of verhaal getransporteerd. Gerrig (1993) gaat ervan uit dat een fictieve wereld op ongeveer dezelfde manier ervaren wordt als de echte wereld. De echtheid van de fictieve wereld ontstaat volgens Oatley (1994) doordat we mentale modellen of representaties daarvan vormen die net zo levendig zijn als de mentale representaties van de echte wereld. Transportatie in een verbeelde wereld wordt geprikkeld door concrete details. Een abstracte, onduidelijke descriptie is onvoldoende om in de verbeelde wereld te duiken (Oatley, 1994).

Volgens Mullarkey (2007) “one could argue that fiction-making is, by the same token, present-making” (p. 21). Dit proces blijkt tot nu toe niet wetenschappelijk onderzocht te zijn terwijl dit wel relevant lijkt om de aard van verbeelding in kaart te brengen.

Identificatie

Identificatie kan worden gezien als een transformerend proces. De lezer verplaatst zich hier in de protagonist en neemt het perspectief van de protagonist over (Oatley, 1999). Oatley (1994, 1999) heeft veel onderzoek gedaan naar identificatie in fictie. Om identificatie te beschrijven gebruikt hij de definitie van Laplanche en Pontalis (1980) die hun definitie aan Freuds idee over identificatie ontleen. Volgens de twee auteurs heeft identificatie twee betekenissen: herkenning en imitatie. De lezer maakt ten eerste kennis met een bepaald aspect, eigenschap of attitude van een fictieve persoon uit het verhaal en ziet redenen dit aspect over te nemen (herkenning). Daarna imiteert hij dit aspect (imitatie). Dus, de lezer vindt bepaalde aspecten van een fictieve persoon zo goed dat hij beslist deze zelf over te nemen.

Oatley (1994, 1999, 2011) gaat ervan uit dat identificatie met een fictief persoon een centraal proces is waarbij de lezer het gevoel heeft dezelfde acties uit te voeren en doelen over te nemen als de protagonist. Identificatie gebeurt in het hoofd en tijdens het lezen “zijn” we de protagonist (Oatley, 1994). In de rol van de protagonist ervaart hij of bepaalde doelen van de protagonist haalbaar en wenselijk zijn. De emoties die we tijdens het identificeren ervaren zijn echter reëel en onze eigen gevoelens.

Oatley (1999) vermoedt dat identificatie met een figuur uit een fictief verhaal een diepgaand effect op de lezer of auteur kan hebben en dat dit effect groter kan zijn dan het effect dat non-fictieve boeken op de attitude van lezers kunnen uitoefenen. Identificatie kan op verschillende gebieden invloed uitoefenen: op emoties, herinneringen en gedachten. Met betrekking tot emoties gebeurt er iets dat Oatley *clarification* noemt: Eigen emoties worden in relatie tot de protagonist en het zelf gezet en kunnen op die manier beter worden begrepen. Het lezen van fictieve literatuur stimuleert verder onze herinneringen aan bepaalde gebeurtenissen die wij hebben meegemaakt. Deze kunnen ook herleefd worden. Dit roept bepaalde kennis en individuele ervaringen op die ook aan de protagonist in het verhaal toegekend kunnen worden. Daarnaast worden mensen door fictieve literatuur aangemoedigd hun gewone attitudes te overdenken, deze misschien opnieuw te creëren en op het zelf te reflecteren. Aldus gaat het Oatley niet zozeer om een exacte overeenstemming met de reële wereld maar om integratie van bepaalde elementen in de constructie van het eigen zelf, emoties en bewustzijn. Identificatie kan dus het zelf transformeren (Oatley, 1999) en daardoor

bijdragen aan een beter welbevinden.

Braddock (2011) stond stil bij identificatie in de psychoanalyse. Volgens haar begint identificatie met een onbewuste wens om de fictieve persoon te willen zijn. Zij biedt ook een verklaring daarvoor waarom identificatie het karakter van de lezer kan veranderen. “People can change through coming to know themselves better in self- reflection” (Braddock, 2011, p. 2). Aan de hand van een voorbeeld maakt zij verder duidelijk hoe gevoelens die zijn ontstaan door identificatie, gedrag tot gevolg kunnen hebben. Een fictief persoon vertoont moedig gedrag en emoties rond het onderwerp ‘moed’ worden opgeroepen. De lezer voelt zich uiteindelijk moediger en vertoont zelf moedig gedrag.

De net besproken studies hebben naar voren gebracht dat identificatie met een protagonist in een verhaal een effect op de lezer uitoefent. Dat kan in vorm van emoties, gedrag, en gedachten of allebei gebeuren. Oatley (1994) vermoedt echter ook dat identificatie niet alleen tijdens het lezen van literatuur plaatsvindt maar ook tijdens het schrijven en dat zijn theorie ook op auteurs overdraagbaar is. Zowel lezers als auteurs ervaren dus identificatie.

Het lijkt aannemelijk dat de effecten en processen die een rol spelen bij identificatie met gelezen fictie ook een rol spelen bij verbeelding van de (eigen) toekomst, maar dit is nog niet eerder onderzocht. Een mogelijk verschil met gelezen literatuur is, dat een auteur zelf vorm kan geven aan zijn toekomst, en daardoor het verhaal actief kan beïnvloeden. Verbeelding van de (eigen) toekomst zou dus als een vormloos proces beschouwd kunnen worden dat veel creativiteit toelaat. Bij creativiteit en verbeeldingskracht zijn geen grenzen vastgelegd.

1.4. Aanleiding en vraagstelling

De beschouwing van de literatuur over toekomstverbeelding in relatie met welbevinden en verbeelding in fictieve literatuur (psychologie van de verbeelding) laat zien dat de verbeeldingscomponent in beide domeinen verschillend benaderd wordt.

Toekomstverbeelding wordt vooral functioneel benaderd door te focussen op verbeelde toekomstige doelen die bepaalde emoties in het heden oproepen. Deze focus lijkt echter geen recht te doen aan de breedte van het fenomeen toekomstverbeelding (Sools et al, forthcoming). Hoewel de studie van Sools et al (forthcoming) een globaal onderscheid tussen meer en minder verbeeldingsvolle toekomstverbeelding laat zien, ontbreekt een meer precies inzicht in de aard van de verbeelding. Dit inzicht kan mogelijk verkregen worden via de twee

processen die beschreven werden in de psychologie van de verbeelding, namelijk identificatie en transportatie. Of en hoe deze verbeeldingsprocessen een rol spelen in narratieve toekomstverbeelding wordt in deze studie onderzocht. Dit is van belang omdat identificatie en transportatie mogelijk bij kunnen dragen aan de verhoging van het welbevinden. Als de aard van verbeelding in narratieve toekomstverbeelding kan worden geoperationaliseerd, zou dit een belangrijke stap zijn om de werkzaamheid van narratieve toekomstverbeelding in bredere zin dan tot nu toe gebeurd, te analyseren in toekomstig onderzoek. In deze studie wordt voortgebouwd op de eerder gevonden differentiatie in zes soorten narratieve toekomstverbeelding en de aard van verbeelding zal nagegaan worden door te onderzoeken hoe identificatie en transportatie in deze zes soorten voorkomen. Daarvoor is er de volgende hoofdvraag met drie deelvragen opgesteld:

Wat is de aard van verbeelding die in verschillende soorten narratieve toekomstverbeelding gebruikt wordt?

1. Hoe kunnen transportatie en identificatie in de brieven geïdentificeerd worden?
2. Hoe zijn transportatie en identificatie in de brieven vertegenwoordigd?
3. Hoe komen transportatie en identificatie in verschillende soorten narratieve toekomstverbeelding naar voren?

2. Methode

Deze studie is onderdeel van het onderzoeksproject ‘Brieven vanuit de Toekomst’ en maakte gebruik van de data die in het kader van een grote dataverzamelingsfase in 2011 en 2012 zijn verzameld.

2.1. Dataverzameling

Tijdens de dataverzamelingsfase in 2011 en 2012 werden er in totaal 492 brieven verzameld (voor meer informatie over het onderzoeksproject zie Sools en Mooren, 2012). De brieven werden geschreven door een relatief rijk geschakeerde groep Nederlanders (70%) en Duitsers (27%, de resterende 3% hebben een andere nationaliteit). De participanten waren voornamelijk studenten wat verklaren kan waarom meer dan de helft van de deelnemers niet ouder dan 26 jaar was. Verder waren jonge vrouwen met een opleiding op voorbereidend wetenschappelijk onderwijsniveau (HAVO of VWO) lichtelijk overgepresenteerd (60%).

Deelname aan het onderzoek bestond uit het schrijven van een ‘Brief vanuit de Toekomst’ die online via de levensverhaalwebsite van de Universiteit Twente werd ingeleverd (levensverhalenlab, 2012). De deelnemers werden geworven door oproepen in de sociale media en door snowball sampling. Daarvoor werden de studenten van de Universiteit Twente gevraagd om te participeren aan het onderzoek en om vrienden en bekenden te vragen om ook deel te nemen.

Dit onderzoek betreft een secundaire analyse van de geworven brieven. Dubbele en onvolledige brieven werden binnen deze studie verwijderd waardoor in totaal 462 brieven voor de analyse ter beschikking staan.

2.1.1. Gezondheidsbevorderingsinstrument

De ‘Brieven vanuit de Toekomst’ zijn een kwalitatief meetinstrument om toekomstverbeelding te onderzoeken. Bij deze methode werden de participanten gevraagd een brief vanuit een fictief tijdstip en plaats in de toekomst aan zichzelf of iemand anders in de huidige tijd te schrijven. Verder moest de inhoud van een brief op een positieve situatie of gebeurtenis in de toekomst ingaan. Richtlijn voor de lengte van de brief was ongeveer 400 woorden. In de bijlage (6.1. Instructies ‘Brief vanuit de Toekomst’) zijn de instructies weergegeven.

2.2. Data- analyse

Ter beantwoording van de hoofdvraag zijn er verschillende analysestappen aangehouden. Opvolgend wordt er ten eerste ingegaan op de frequentie van de types in de ‘Brieven vanuit de Toekomst’ en de validering van het model van Sools et al. (forthcoming). Ten tweede wordt er aangegeven hoe een selectie voor de kwalitatieve analyse van de aard van verbeelding is gemaakt. Om de hoofdonderzoeksvraag te beantwoorden werd vervolgens elke deelvraag apart geanalyseerd. De drie stappen ‘Bepaling van transportatie en identificatie’, ‘Vertegenwoordiging van transportatie en identificatie’ en ‘Transportatie en identificatie in verschillende soorten narratieve toekomstverbeelding’ beantwoorden telkens één deelvraag.

2.2.1. Frequentie

Het model van Sools et al (forthcoming) is gebruikt als richtinggevend model voor deze studie (Tabel 1). In een groep van vijf onderzoekers werd gekeken of alle brieven aan een type narratieve toekomstverbeelding, zoals gedefinieerd door Sools et al (forthcoming), toegewezen kunnen worden. De analyse gebeurde op briefniveau. Tabel 2 laat de frequentie van de types van narratieve toekomstverbeelding in het gehele dataset zien.

Tabel 2. *Frequentie van de types van narratieve toekomstverbeelding*

Type	N (462)	%
1.Retrospectieve Evaluatie	160	33
2.Prospectieve Oriëntatie	52	11
3.Expressieve Verbeelding van het Toekomstige Heden	124	26
4.Verbeelding en Evaluatie van het Verleden	28	6
5.Prospectieve Intentionele Oriëntatie	12	3
6.Hedengeoriënteerde adviesbrieven	57	12
7.Mengtype	29	6

De meeste brieven konden aan een hoofdtype van narratieve toekomstverbeelding toegewezen worden. Verder kon er een nieuw type opgespoord worden: het mengtype. In brieven die als

mengtype gecodeerd werden domineerde geen van de zes types of paste geen van de types bij de brief. Daarnaast konden meerdere brieven naast een hoofdtype ook aan een subtype toegewezen worden en was een afbakening tussen twee types niet altijd duidelijk. In tabel 2 zijn de subtypes echter niet vertegenwoordigd en in het kader van dit onderzoek zijn ze verder niet relevant.

De interbeoordelaarsbetrouwbaarheid werd door drie onafhankelijke beoordelaars bepaald en kan met een kappa van 0,672 als goed beoordeeld worden.

2.2.2. Selectie

Voor de analyse zijn telkens tien brieven vanuit de zes types van narratieve toekomstverbeelding, zoals gedefinieerd door Sools et al (forthcoming), gekozen. Alle brieven die gebruikt zijn konden duidelijk aan een hoofdtype toegewezen worden. De mengtype en mogelijke subtypes werden niet bekeken om de analyse duidelijk en overzichtelijk te houden en op die manier het meest efficiënt de aard van verbeelding, dus transportatie en identificatie binnen en tussen de zes types, te achterhalen. In totaal werden er dus 60 brieven geanalyseerd.

2.2.3. Bepaling van transportatie en identificatie

Om de aard van verbeelding te achterhalen moest er ten eerste bepaald worden wanneer er in een brief sprake is van transportatie of identificatie. De eerste deelvraag probeerde dit duidelijk te maken. Daarvoor werd er een codeersysteem ontwikkeld om identificatie en transportatie in de selectie van brieven te bepalen. Bij de analyse werd er gebruik gemaakt van een combinatie van deductieve en inductieve methoden, zoals beschreven door van Staa en Evers (2010) en de selectie brieven werd meerdere keren doorgelezen. Aan de ene kant was bestaande literatuur over de twee processen richtinggevend en het codeersysteem is ruwweg gerelateerd aan het theoretische kader (deductieve werkwijze). Identificatie en transportatie werden in iedere geselecteerde brief apart bekeken en werd er systematisch gekeken naar verschillende thema's vanuit de literatuur die betrekking hadden op de twee processen. Voor transportatie werd het thema omgeving bekeken. Voor identificatie werden er meerdere thema's bekeken: Doelen, eigenschappen, gevoelens, tevredenheid met het huidige en het toekomstige zelf en overeenkomsten tussen het huidige en het toekomstige zelf.

Aangezien er nog weinig bekend is over transportatie en identificatie en deze processen nog nooit op deze manier wetenschappelijk toegepast werden, vond er naast deductieve analysemethoden ook inductie plaats. Naast het toepassen van de theorie op de brieven werden er vanuit de data bepaalde nieuwe thema's ontdekt en werden de thema's uit

het theoretische kader geoperationaliseerd. Iedere brief werd daarvoor allereerst globaal doorgelezen en werd er gekeken of er sprake is van bepaalde thema's van transportatie of identificatie. Uiteindelijk werd er gezocht naar patronen in de selectie van brieven en werden er categorieën met duidelijke categoriebeschrijvingen opgesteld. De categorieën die voor identificatie en transportatie zijn opgesteld staan weergegeven in tabel 3.

Tabel 3. *Overzicht van categorieën en rating per proces*

Proces	Categorie	Rating
Transportatie		
	Fysieke Omgeving	0/ 1
	Maatschappelijke Omgeving	0/ 1
	Technologische Omgeving	0/ 1
	Betrekken Anderen	0/ 1
Identificatie		
	Doelen	0/ 1/ 1*
	Eigenschappen	0/ 1
	Gevoelens	0/ 1
	Tevredenheid Huidig Zelf	0/ 1
	Tevredenheid Toekomstig Zelf	0/ 1
	Overeenkomsten Huidig/ Toekomstig Zelf	0/ 1

Elke brief werd apart op aanwezige categorieën voor identificatie en transportatie onderzocht en gecodeerd. Bij aanwezigheid van een bepaalde categorie werd er één punt voor die categorie gegeven (met uitzondering van de categorie *Doelen*. Voor evaluatieve doelen werden er 1* gegeven, voor beschrijvende doelen één punt). Is een bepaalde categorie afwezig, werden nul punten voor desbetreffende categorie gegeven. Daardoor ontstond een rating voor iedere categorie die ook is opgevoerd in tabel 3. Op basis daarvan kon een indexering bepaald worden, die de intensiteit van verbeelding voor transportatie en identificatie apart weergeeft. Op het niveau van een gehele brief werd dus geprobeerd een index te maken hoeveel aspecten van identificatie of transportatie voorkwamen. Er konden zodoende meerdere categorieën van transportatie en identificatie aan een brief worden toegeschreven. In totaal konden er maximaal vier punten worden behaald voor het aspect transportatie en zes punten voor het aspect identificatie (bij de indexering werd er geen verschil gemaakt tussen doelen met of zonder evaluatie). Hoe hoger een brief scoorde op de

twee processen (dus hoe meer categorieën identificatie of transportatie in een brief voorkwamen), hoe hoger was de intensiteit van transportatie of identificatie in een brief.

2.2.4. Vertegenwoordiging van transportatie en identificatie

Ter beantwoording van de deelvraag (“Hoe zijn transportatie en identificatie in de verschillende typen brieven vertegenwoordigd?”) werd er gekeken naar de rating van transportatie en identificatie voor iedere geanalyseerde brief. In totaal werden er dus 60 coderingen voor transportatie en 60 voor identificatie bekeken. In een tabel staan de frequenties en intensiteit voor ieder proces en iedere soort narratieve toekomstverbeelding als ook de totale frequentie en intensiteit voor ieder proces apart opgevoerd. Ten eerste werd er gekeken naar de frequentie van de twee processen. Iedere brief die minimaal één punt voor een proces toegeschreven kreeg, maakte gebruik van het betreffende proces en werd geteld als een brief die het proces inhoud. Daarna werd de frequentie van de categorieën van transportatie en identificatie onderzocht. Daarvoor werd de frequentie voor elke categorie voor transportatie en identificatie apart in een figuur weergegeven. Verder werd de intensiteit van identificatie en transportatie apart beschouwd. Met “de intensiteit” wordt bedoeld hoeveel categorieën er gemiddeld per type in een brief voorkomen. Ter beantwoording van deze deelvraag werden eerst de resultaten voor transportatie en daarna de resultaten voor identificatie besproken.

2.2.5. Transportatie en identificatie in verschillende soorten narratieve toekomstverbeelding

Om de deelvraag (“Hoe komen transportatie en identificatie in verschillende soorten narratieve toekomstverbeelding naar voren?”) te beantwoorden, werd er gekeken hoe de aard van verbeelding, dus identificatie en transportatie, in de zes types van narratieve toekomstverbeelding, gedefinieerd door Sools et al (forthcoming), naar voren kwam. Ten eerste werd er per type gekeken naar de frequentie van identificatie en transportatie. Ten tweede werd er gekeken naar de frequentie van categorieën van elk proces in de verschillende types. Aan de hand van een figuur werden de categorieën voor de processen besproken. Ten laatste werd er concreet ingegaan op elk type. Aan de hand van voorbeelden werd inzichtelijk gemaakt hoe identificatie en transportatie in elk type precies eruit zagen en werden bijzonderheden in het voorkomen van bepaalde categorieën en de intensiteit van een type aangegeven. Ter beantwoording van deze deelvraag werden weer eerst de resultaten van transportatie en dan de resultaten van identificatie besproken.

3. Resultaten

Onderstaand zijn de resultaten voor elke deelvraag weergegeven. De codeerschema's voor transportatie en identificatie zijn in de bijlage (6.2. Codeerschema's) te vinden. Daarin staan de coderingen voor elke verwerkte brief vermeld, inclusief de nummers van de gebruikte brieven.

3.1. Bepaling van transportatie en identificatie

Ter beantwoording van de eerste deelvraag “Hoe kunnen transportatie en identificatie in de brieven geïdentificeerd worden?”, worden de verschillende categorieën die de onderzoeker voor de twee processen opgespoord heeft, aan de hand van voorbeelden besproken.

Transportatie

Om transportatie te kunnen identificeren in de brieven werd er gekeken naar het thema *Omgeving*. Tijdens de kwalitatieve analyse viel op dat er verschillende soorten transportatie aanwezig zijn in de brieven en dat het belangrijk is hier een verschil te maken. Het thema was dus gevarieerder dan bestaande literatuur liet vermoeden. Opvolgend worden de vier categorieën die uiteindelijk voor transportatie opgesteld zijn, besproken. Alle categorieën moesten in de brieven concreet zijn beschreven aan de hand van bepaalde gebeurtenissen of beschrijvingen.

Fysieke Omgeving

Deze categorie bevat concrete beschrijvingen van de fictieve wereld of in de omgeving van de schrijver. Het gaat dus niet om een beschrijving van de persoon zelf, diens gevoelens, doelen of eigenschappen. Het gaat om een beschrijving van diens omgeving. Dat kan bijvoorbeeld het landschap zijn of het huis waarin de schrijver in de toekomst zal wonen. Het volgende fragment uit een brief laat een voorbeeld zien van transportatie in de fysieke omgeving. De schrijver beschrijft zijn nieuwe woning heel concreet: *“Nu woon je in een mooi appartement, 50m2 groot een leuke oude gebouw, heel licht, parketvloer, grote ramen en heel mooi ingericht- veel witte meubelen en heel gezellig. Je moet aan het weekend niet veer lopen om met je hondje los van de lijn te kunnen gaan wandelen”* (brief 293).

In een brief die transportatie bevat, moet dus op een of ander manier merkbaar zijn dat de schrijver een concreet beeld van de toekomstige omgeving voor ogen heeft, zoals het voorbeeld laat zien. Daarvan kan alleen sprake zijn als de schrijver een concrete beschrijving

op papier brengt. Het is niet voldoende als de omgeving, waarin de persoon zich bevindt, alleen wordt genoemd. Het volgende voorbeeld zal dit verduidelijken: *“Jullie wonen trouwens nog steeds in Duitsland, al is het op een andere plek”* (brief 272). Als lezer weet je nu dat de schrijver nog steeds in Duitsland zal wonen maar je ervaart geen details. Het laatste kan dus niet als voorbeeld van transportatie in de omgeving beschouwd worden.

Maatschappelijke Omgeving

Maatschappelijke Omgeving is aanwezig in een brief als het gaat om het leven in de (toekomstige) maatschappij. Hierbij kan het gaan om een daadwerkelijke toekomstige visie: *„Hoe het zit met de immigratie is eenvoudig opgelost er mogen net zoveel mensen in Nederland komen wonen als er emigreren per jaar“* (brief 400).

Het kan echter ook gaan om de huidige samenleving of een maatschappij die de schrijver als wenselijk acht: *„[...] maar met verdraagzaamheid moeten we naar anderen toe [...] We moeten er met elkaar iets moois en leefbaar van maken. [...] Voor iedereen geldt: "niet ieder voor zich, maar samen kunnen we er iets moois van maken!"* (brief 274).

Het thema wordt ook besproken als het gaat om oorlog of politieke kwesties: *“De Partij Voor De Dieren zit al sinds 2025 in de regering en onze hele samenleving is nu gebaseerd op een verantwoorde omgang met het ecologisch systeem”* (brief 281).

Technologische Omgeving

Met *Technologische Omgeving* worden technologische veranderingen en ontwikkelingen op verschillende gebieden zoals het internet, het onderwijssysteem, onderzoek of vernieuwbare hulpbronnen bedoeld.

Het kan bijvoorbeeld gaan om toekomstig onderwijs (brief 281): *„Het onderwijs is grotendeels gedigitaliseerd en leerlingen doorlopen geheel individueel het curriculum. Vakken als milieueducatie en technisch ontwerpen gaan hand in hand en de rol van docenten is niet meer vergelijkbaar met toen ik nog voor de klas stond“*.

Het volgende fragment uit brief 281 heeft betrekking op energie-efficiënt leven: *“Bij elk huis staat een carport of garage waarvan het dak bedekt is met zonnecellen en waarop een klein windmolentje draait. Alle auto's zijn zo in staat om, geheel zelf voorzien, 30.000 kilometer per jaar af te leggen; zonder enige vorm van uitstoot”*.

Toekomstige ontwikkelingen met betrekking tot revolutionair onderzoek laat het volgende voorbeeld zien: *„Het is mij nu ook gelukt een perfect doorzichtig molecuul te creëren die tegelijkertijd ook vuilafstotend is, waardoor ze op ramen aangebracht kunnen*

worden en wat er voor zorgt dat er geen kalkvlekken, smeer of iets dergelijks op onze mooie schone ruiten achter blijft“ (brief 280).

Betrekken van Anderen

Schrijvers die in hun brieven praten over anderen, die bijvoorbeeld beschrijven wat in de loop van het leven met anderen gebeurt (“*X en Y wonen sinds enige jaren in Labadie. Ze zijn een beetje het drukke Nederland, hun familie en hun vriendenkring ontvlucht. Beiden hebben ze een relatie achter de rug*”, brief 338.) zullen het over deze categorie hebben. Als de schrijver iemand anders in zijn brief betreft of direct aanspreekt of prijst zoals, „*Mama heeft mij verteld dat je jouw ideeën eindelijk heeft gepatenteerd. Ik ben trots op je*“ (brief 364), hebben we het ook over *Betrekken van Anderen*. De andere personen die in een brief betrokken worden zijn altijd personen die belangrijk zijn voor de schrijver (bijv. familie, partner, vrienden). De relatie hoeft op het moment niet goed te zijn. Er kan ook een ruzie met een belangrijk iemand gethematiseerd worden. Verder kan de schrijver zich inleven in een bepaald persoon, diens gevoelens en visies. Dan is er ook sprake van deze categorie.

Identificatie

Om identificatie in de brieven te kunnen bepalen zijn er zes categorieën opgesteld. Ze kwamen allemaal gedeeltelijk overeen met het theoretische kader. Alle categorieën hadden betrekking op het huidige of het toekomstige zelf en ging het om uitspraken die de persoon over zichzelf doet.

Doelen

Deze categorie kan op verschillende manieren in een brief aan bod komen. Belangrijk om te vermelden is dat het woord “doel” niet expliciet hoeft worden genoemd. Er is bijvoorbeeld zelden een zin te vinden als “*Professioneel voetballen is altijd een doel van mij geweest. Nu heb ik dit doel bereikt. Ik speel bij Ajax!*”(zelf bedacht voorbeeld). Vaak worden doelen impliciet aangegeven en wordt bij het lezen van een brief duidelijk wat het doel of de doelen van de schrijver zijn. Dit zal in de verdere operationalisering van de categorie duidelijk worden. *Doelen* kunnen met of zonder evaluatie aan bod komen.

Doelen met evaluatie: De schrijver geeft een uitgebreide beschrijving van één bepaald doel of een meer of minder uitgebreide beschrijving van meerdere doelen die in de toekomst zijn gerealiseerd. De schrijver evalueert deze doelen, hij legt uit op welke manier de doelen uiteindelijk zijn bereikt en/of beschrijft de weg daarnaartoe. In het volgende voorbeeld wordt een doel beschreven (het afronden van de studie) en de schrijver legt uit op welke manier hij

zijn doel heeft bereikt: *“Het was flink aanpoten en je moest jezelf af en toe echt dwingen om aan je studie te gaan, maar het is je toch gelukt. Je doorzettingskracht heeft hier veel mee te maken gehad, ook het geloof in jezelf en je toekomstplaatje die je graag wou bereiken hebben hieraan meegewerkt”* (brief 272).

Doelen zonder evaluatie: De schrijver noemt meerdere doelen zonder daarop te evalueren. Hij noemt concreet welke doelen in de toekomst zijn bereikt of schakelt verschillende doelen aaneen maar beschrijft niet de weg daarnaartoe of hoe het kwam dat zijn wensen in de toekomst zijn vervuld. Een voorbeeld van een opsomming van doelen zonder evaluatie is het volgende: *“Je woont nog steeds in het mooie vertrouwde Oldenzaal met je jeugdliefde D. Je bent werkzaam in de financiële sector als financieel adviseur. Voetballen doe je ook nog steeds, op zondag samen met je jeugdvrienden in het 7e elftal”* (brief 304).

Er is alleen sprake van doelen zonder evaluatie als tenminste drie doelen worden genoemd. Gezien de schrijver hier niet evalueert zal er minder sprake zijn van identificatie dan bij doelen met evaluatie.

Gevoelens

Deze categorie heeft betrekking op het gevoelsleven van de schrijver. Er moeten tenminste drie gevoelens genoemd worden om te kunnen spreken van identificatie met gevoelens. De gevoelens kunnen positief of negatief gekleurd zijn. Ze kunnen betrekking hebben op het huidige ik of op het toekomstige ik. In het volgende voorbeeld noemt de schrijver drie keer een gevoel. Ten eerste praat hij van de zorgen die het huidige ik zich maakt en vervolgens heeft hij het over positieve gevoelens die hij heeft als hij spreekt over de ontwikkelingen op werk en persoonlijk niveau in de toekomst: *“Het is al weer 20 jaar geleden dat je je zorgen maakte over het verloop van je leven en vooral je opleiding [...] Hierna heb je een leuke baan gevonden waaraan je nog elke dag plezier beleeft. Ook ben je nog steeds gelukkig met je vriend [...]”* (brief 272).

Eigenschappen

Er is sprake van deze categorie als de schrijver in zijn brief tenminste één eigenschap noemt die hij vandaag of in de toekomst heeft. De eigenschap kan positief of negatief geëvalueerd worden. Het volgende voorbeeld heeft betrekking op een eigenschap die positief geëvalueerd wordt: *“Als ik op dit jaar terugkijk dan ben ik heel blij dat ik discipline heb opgebouwd en mijn leven meer structuur heb gegeven”* (brief 335). Verder kan de schrijver in zijn brief op een eigenschap die min of meer negatief geëvalueerd wordt ingaan en daar in de toekomst aan hebben gewerkt: *“We zijn nu al heel lang een stel en ik geniet van elke minute met je. Maar er*

zijn altijd een paar dingen geweest die ik niet leuk vond. Dat heb ik je nooit laten weten. Het is moeilijk voor mij om mensen te confronteren met kritiek. Ik schrijf je een brief uit de toekomst en wil je laten weten hoe ik een probleem ben aangegaan”, (brief 278).

Tevredenheid van het Huidige Zelf

De schrijver laat in zijn brief op een of ander manier zien dat hij tevreden is met de persoon die hij vandaag is. Dit wordt vaak in vorm van advies of lof gedaan, wat het volgende voorbeeld laat zien: *“Blijf vooral jezelf want je bent een leuke en spontane meid die liefdevol is voor andere personen en dit — zoals ik al gezegd heb — zal je ook in je toekomstige man maar ook in je vrienden terugvinden die je begeleiden op je verdere weg en je overal zullen steunen waar ze kunnen”* (brief 280). Hier noemt de schrijver positieve eigenschappen die haar als persoon uitmaken en waarop ze blijkbaar trots is. Van deze huidige eigenschappen zal ze ook in toekomst profiteren.

Verder kan een schrijver laten zien dat hij gewoon tevreden met zichzelf is zoals hij is. Het volgende voorbeeld kan dit illustreren: *“Je bent in mijn ogen nog steeds hetzelfde “Jessicaatje” van vroeger en ik denk dat je dat na het lezen van deze brief ook zou moeten blijven, dan komt alles op zijn pootjes terecht”* (brief 390).

Tevredenheid van het Toekomstige Zelf

Deze categorie heeft uitsluitend betrekking op het toekomstige zelf. De schrijver laat op een of ander manier zien dat hij tevreden is met zijn toekomstige zelf. De schrijver kan het toekomstige zelf bijvoorbeeld prijzen (*“Je bent geweldig”*) of het huidige en het toekomstige zelf met elkaar vergelijken en daarbij duidelijk maken dat het toekomstige zelf positief is veranderd (*“het is je gelukt hoor! Na 7 jaar ben je er eindelijk achter wie je bent! Je weet waar je voor staat en wat je wil”*, brief 288). Op die manier wordt het toekomstige zelf beschouwd als de persoon die het huidige ik graag wil zijn, de persoon die al haar wensen kan verwezenlijken, de persoon waar je trots op kunt zijn, het ideale zelf.

Het volgende voorbeeld is juist *geen* voorbeeld dat tevredenheid met het toekomstige zelf laat zien: *“Eigenlijk is het leven veel plezieriger geworden: minder najagen van de ene hype na de andere. We zijn meer oog gaan krijgen voor wat echt en betrokken leven is.”* (brief 336). Het gaat om tevredenheid met het toekomstige leven, echter doet de persoon geen uitspraken over zijn eigen persoon. We weten dus niet of de persoon tevreden is met zichzelf in het toekomstige, mooie leven. In dit geval zou de persoon geen punt krijgen voor identificatie met het thema.

Overeenkomsten tussen het Huidige en het Toekomstige Zelf

Hier gaat het om overeenkomsten die het huidige en het toekomstige ik delen. Deze moeten expliciet worden genoemd. Hier kan het bijvoorbeeld gaan over eigenschappen: *“Ik moet zeggen je bent jouw trouw gebleven. Je bent nog even grappig en lobbessachtig dan je in jouw studietijd was”*. of *“Ga hiermee door, er is al een mooi persoon uit voort gekomen”* (brief 282).

Verder laat het woord *“altijd”* vaak zien dat de schrijver het over deze categorie heeft. *“Je bent altijd een sterke vrouw geweest”* of *“je wist altijd al wat je wou [...]”* (brief 272), zijn voorbeelden daarvan. De schrijver laat dus zien dat hij op een of ander manier in de toekomst nog steeds dezelfde is als vandaag. Is dat het geval, krijgt hij voor dit thema weer één punt toegeschreven.

Tot nu toe lijkt het alsof tevredenheid met het huidige en toekomstige zelf een vereiste zijn om het ook over de categorie van overeenkomsten tussen de twee te hebben. Er kan echter sprake zijn van overeenkomsten met het huidige en het toekomstige zelf zonder dat er sprake is van volledige tevredenheid met het huidige (of toekomstige) zelf. Als voorbeelden hiervoor kunnen de brieven 287, 288 en 326 aangevoerd worden. Een persoon kan bijvoorbeeld aan de hand van een bepaalde eigenschap laten zien dat ze nog steeds dezelfde is, hierbij kan het gaan om een positieve eigenschap die de persoon verder heeft geholpen in het leven en waarop ze trots is. Tegelijkertijd kan de persoon in zijn brief inzien dat ze aan andere eigenschappen nog moet werken, dat ze nog niet helemaal tevreden is met het huidige leven of dat ze in de toekomst tevredener zal zijn omdat belangrijke levensdoelen zijn vervuld.

3.2. Vertegenwoordiging van transportatie en identificatie

Onderstaand wordt besproken hoe transportatie en identificatie in de verschillende brieven vertegenwoordigd zijn. Een globaal overzicht van de frequentie en de intensiteit van de twee processen per type en in totaal is opgevoerd in tabel 4.

Tabel 4. *Overzicht van de frequentie en intensiteit van identificatie en transportatie per type en in totaal*

Type Brief	Transportatie		Identificatie	
	Frequentie	Intensiteit ^a	Frequentie	Intensiteit ^a
1.Retrospectieve Evaluatie	3	1	10	5
2.Prospectieve Oriëntatie	3	2	10	3
3.Expressieve Verbeelding Toekomstige Heden	10	2	6	2
4.Verbeelding en Evaluatie Verleden	8	1	10	3
5.Prospectieve, Intentionele Oriëntatie	3	1	7	2
6.Heden-georiënteerde Adviesbrieven	3	2	10	2
Totaal	30 ¹	2 ²	53 ¹	3 ²

Note. N= 10 per type, Totaal N= 60

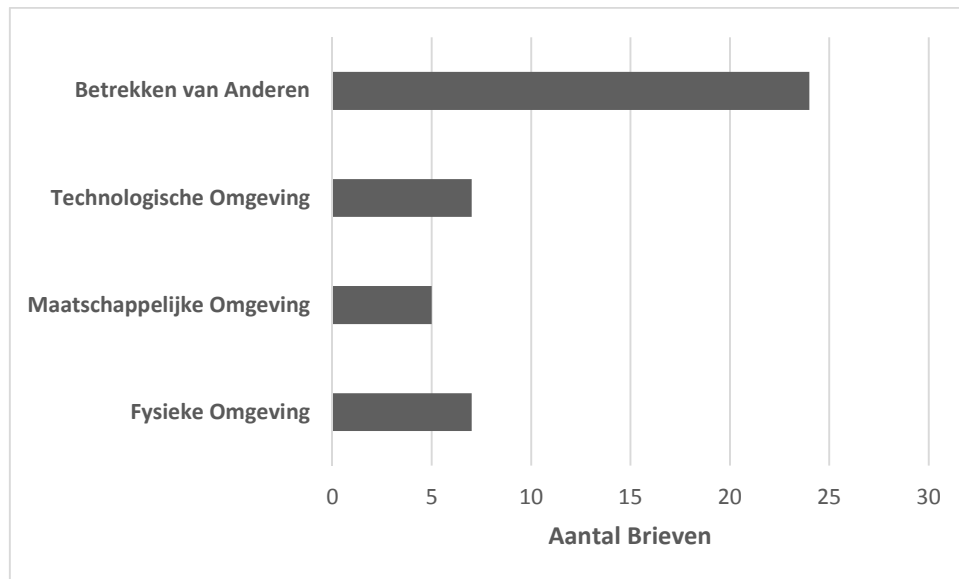
^aAlle data zijn gemiddelde waardes van brieven die tenminste één categorie van identificatie bevatten

¹frequenties van de verschillende types opgeteld

²gemiddelde waarde van de intensiteit in de verschillende types

Transportatie

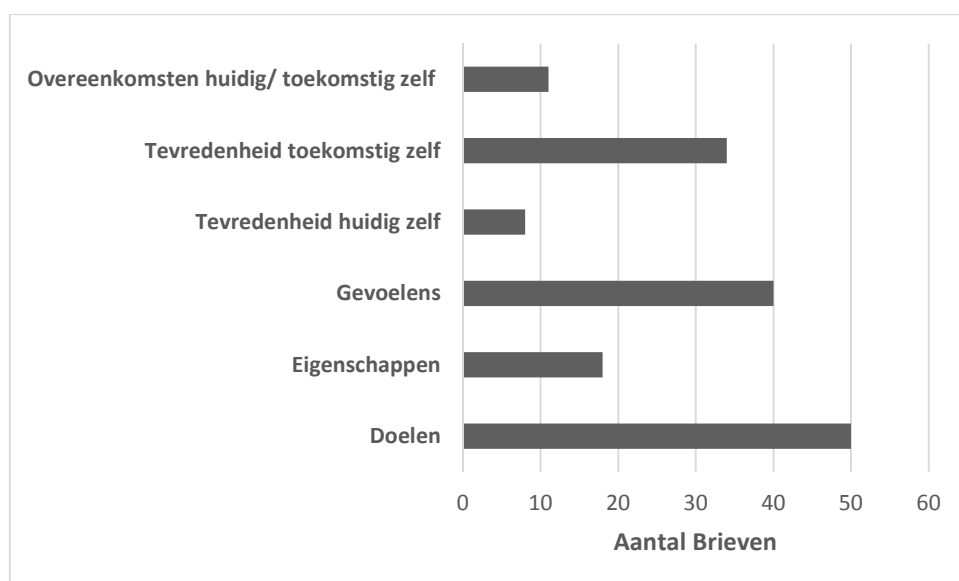
Tabel 4 laat zien dat in de helft van de brieven (30 van 60) tenminste een aspect van transportatie naar voren kwam. De rest van de brieven (30 van 60) bevatten helemaal geen transportatie. Figuur 1 laat zien dat brieven die transportatie bevatten, voornamelijk het aspect *Betrekken van Anderen* inhouden. Verder was er sprake van maar één tot twee categorieën van transportatie in een brief en de intensiteit van transportatie in een gemiddelde brief was twee. Er waren zelden twee of drie categorieën in een brief aanwezig. Alle vier categorieën kwamen nooit in een enkele brief voor.



Figuur 1. Frequentie van categorieën van transportatie

Identificatie

In bijna alle brieven (53 van 60) werd gebruik gemaakt van tenminste één aspect van identificatie (zie tabel 4). Figuur 2 maakt duidelijk dat, als er gebruik gemaakt wordt van identificatie, de categorieën *Doelen*, *Gevoelens* en *Tevredenheid met het toekomstige zelf* het meest aan bod kwamen. Zij kwamen allemaal in meer dan de helft van de brieven die identificatie bevatten voor. Verder valt bij het bekijken van tabel 4 op dat meestal van meer dan één categorie gebruik gemaakt wordt als identificatie aanwezig is. Gemiddeld komen er drie categorieën in een brief voor.



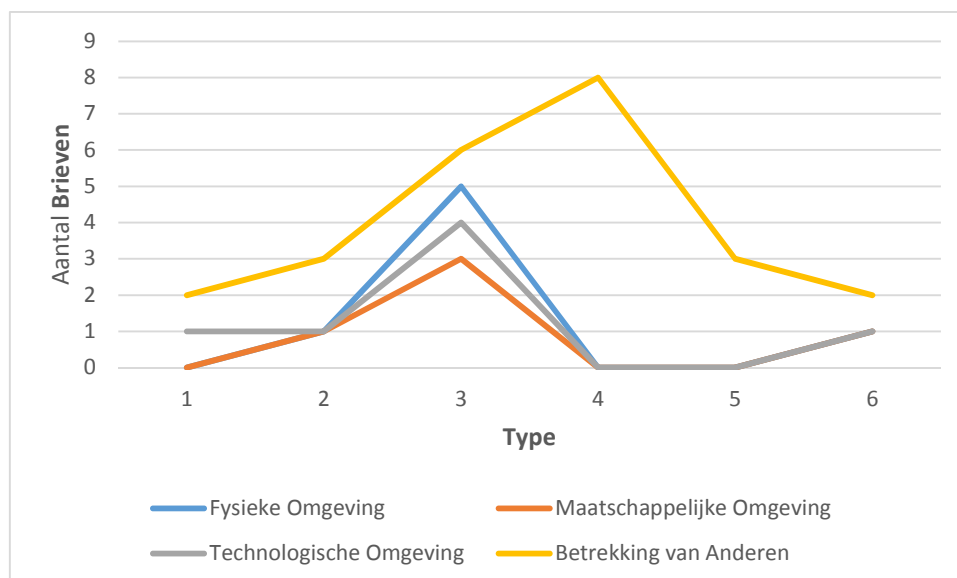
Figuur 2. Frequentie van categorieën van identificatie

3.3. Transportatie en identificatie in verschillende soorten narratieve toekomstverbeelding

Om de onderzoeksvraag “Hoe verschilt de aard van verbeelding afhankelijk van het soort narratieve toekomstverbeelding?” te kunnen beantwoorden, wordt weergegeven hoe de twee processen in de zes types naar voren komen en welke categorieën in de types domineren.

Transportatie

De frequentie van transportatie in de geanalyseerde brieven is weergegeven in tabel 4. Deze tabel laat zien dat tenminste één aspect van transportatie in een aantal brieven uit alle typen voorkomt. De frequentie brieven met transportatie per type verschilt echter. De typen *Expressieve Verbeelding van het Toekomstige Heden* (type 3) en *Verbeelding en Evaluatie van het Verleden* (type 4) maakten het meeste gebruik van transportatie. Telkens tien en acht van tien brieven bevatten deze aard van verbeelding. In de andere vier types was er in minder dan de helft van de geanalyseerde brieven sprake van tenminste één aspect van transportatie (telkens drie van tien brieven bevatten transportatie).



Figuur 3. Overzicht van de verschillende categorieën van transportatie in de zes types

Figuur 3 laat zien dat de categorieën van transportatie op verschillende manieren in de types brieven vertegenwoordigd waren. De categorie *Betrekken van Anderen* kwam vooral in het type *Verbeelding en Evaluatie van het Verleden* (type 4) het meest voor en leek onafhankelijk van de drie categorieën *Fysieke*, *Maatschappelijke* en *Technologische Omgeving* te zijn. *Betrekken van Anderen* was altijd op een andere manier in de types vertegenwoordigd dan de

andere drie categorieën. De andere drie categorieën kwamen in cluster A brieven, waarin de auteur zich daadwerkelijk een toekomst verbeelde, meer voor dan in cluster B brieven zonder concrete toekomstverbeelding. Cluster B maakte bijna uitsluitend gebruik van *Betrekken van Anderen*. Verder leken de drie categorieën samen te hangen want ze waren altijd met ongeveer dezelfde hoeveelheid in de types vertegenwoordigd. *Expressieve Verbeelding van het Toekomstige Heden* (type 3) maakte het meeste gebruik van de andere drie categorieën.

De twee types *Verbeelding en Evaluatie van het Verleden* (type 4) en *Expressieve Verbeelding van het Toekomstige Heden* (type 3) vertoonden de grootste frequentie van transportatie, echter verschilden ze sterk met betrekking tot aanwezige categorieën (Figuur 3). *Verbeelding en Evaluatie van het Verleden* (type 4) maakte uitsluitend gebruik van *Betrekken van Anderen*. Acht van tien brieven maakten dus gebruik van transportatie, echter bevatten deze brieven uitsluitend één categorie van transportatie. De categorie kwam in de vorm van beschrijvingen van bepaalde personen of situaties die in het verleden of heden zijn gebeurd aan bod. Het volgende fragment uit brief 278 was een goed voorbeeld hiervan: “*Ik was nooit blij met de manier waarop we ruzie hadden. Je bent altijd heel gemeen geweest. Je hebt dan dingen gezegd welke me bang maakten*”. In brief 316 bleek de schrijver de dood van haar grote liefde te verwerken en transporteerde zich in zijn belevingswereld: “*Het was een hard jaar, het eerste jaar zonder jou... Ik heb veel nagedacht en altijd gedacht "wat zou Tom nou in deze situatie doen" ... en het hielp... ik weet dat je altijd wilde, dat ik het best voor mijn studie doe, dat ik altijd goed te mijn vrienden en mijn familie ben en dat je het hebt geliefd als ik piano speelde [...] In al deze dingen doe ik steeds mijn best- voor jou*”. De overledene was nog steeds aanwezig in de gedachten van de schrijver en leek een soort drijvende kracht voor haar te zijn. Dit is dus een heel sterk voorbeeld van *Betrekken van Anderen*.

In *Expressieve Verbeelding van het Toekomstige Heden* (type 3) was een grotere variatie te vermelden. Elke categorie kwam hier aan bod en tabel 4 laat verder zien dat er gemiddeld twee categorieën in een brief uit dit type dat transportatie bevat, voorkwamen. Opvallend is dat rond een derde van de brieven (drie van tien) die twee categorieën van transportatie bevatten, geadresseerd was aan de maatschappij of onbekende personen (Bijvoorbeeld “*Beste Europeanen*”, brief 292). De schrijvers van deze brieven gingen niet of weinig in op hun eigen persoon. Verder maakten twee brieven gebruik van drie categorieën van transportatie, zoals brief 325. De auteur schreef de brief ten eerste aan haar oma, “*ik schrijf je uit het jaar 3311. Ik vond jou gedachten over je wereld heel erg verdrietig en dus dacht ik dat je heel erg gelukkig zou zijn als je weet wat er alles in de toekomst gebeurd*”. Hier leverde ze zich verder in het gevoelsleven van haar oma (*Betrekken van Anderen*).

Daarnaast had ze het in haar brief over maatschappelijke ontwikkelingen: „*Mens en dier worden nu zo behandeld als het al in jou tijd zou moeten zijn geweest. Wij hebben hier geen hat, moorden en nultolerantie. Iedereen behandeld iedereen zoals een vriend soms zijn er natuurlijk kleine ruzies*“. Uiteindelijk zei ze iets over technologische ontwikkelingen: „*Zij (studenten) hebben vele slimme dingen bedacht hoe wij ook zonder vlees kunnen leven. Wij eten nu alleen maar kunstmatig vlees, met zelfs betere inhoudsstoffen*“. Dit is een goed voorbeeld van een brief die een hoge intensiteit aan transportatie bevat.

De vier types *Retrospectieve Evaluatie* (type 1), *Prospectieve Oriëntatie* (type 2), *Prospectieve, Intentionele Oriëntatie* (type 5) en *Heden-georiënteerde Adviesbrieven* (type 6) bevatten dezelfde hoeveelheid brieven met transportatie, telkens drie van tien. Hier transporteerden de schrijvers zich dus duidelijk minder in hun brieven dan in de net besproken twee typen. Alle vier types bevatten ongeveer dezelfde hoeveelheid brieven die gebruik maakten van de categorie *Betrekken van Anderen* (telkens twee tot drie brieven). In *Prospectieve Oriëntatie* (type 2) en *Heden-georiënteerde Adviesbrieven* (type 6) was verder een klein aantal andere categorieën vertegenwoordigd (telkens één). Tabel 4 laat zien dat er gemiddeld twee categorieën in een brief met transportatie van deze types voorkwamen. Bij het bekijken van de betreffende codeerschema's in de bijlage valt echter op dat hier een grote diversiteit in de intensiteit van transportatie bestond. Er waren maar telkens drie van tien brieven die überhaupt transportatie bevatten en brieven die transportatie bevatten, bevatten één tot drie categorieën.

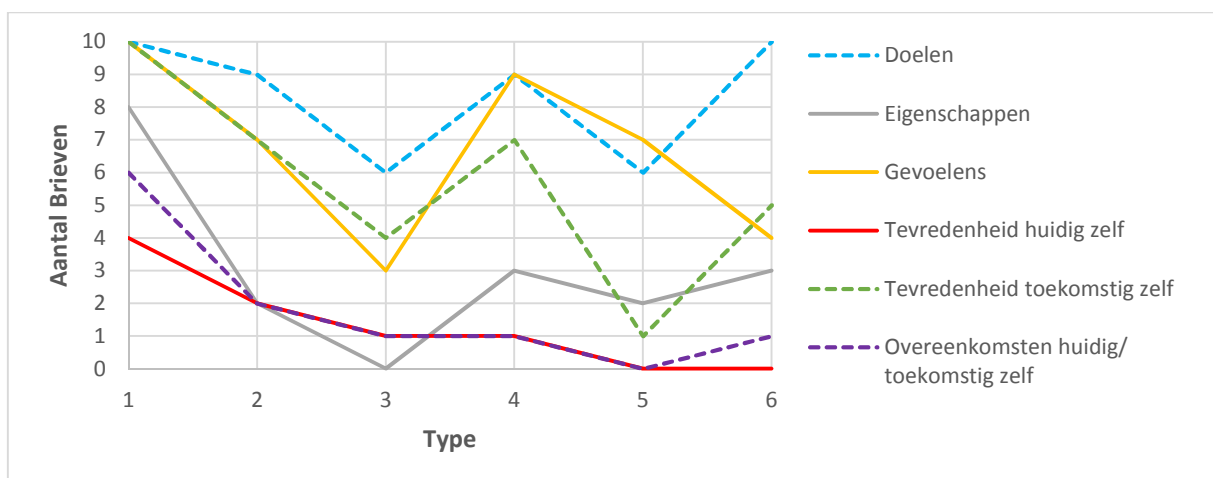
In *Heden-georiënteerde Adviesbrieven* (type 6) kwamen alle categorieën tenminste één keer in tenminste één brief aan bod. Noemenswaardig is dat de categorieën hier meer algemeen gehouden waren, zoals „*Ik denk dat X en ik ons best hebben gedaan. Het maakt mij zo blij als ik zie dat je zo'n fijn mens bent*“ (brief 387). Het net genoemde fragment is een voorbeeld van *Betrekken van Anderen*. Verder ging het hier alleen om een samenleving die de schrijver als wenselijk achtte (zie voorbeeld Maatschappelijke Omgeving in 3.1. Bepaling van Transportatie en Identificatie).

De types *Retrospectieve Evaluatie* (type 1) en *Prospectieve, Intentionele Oriëntatie* (type 5) bevatten zoals *Verbeelding en Evaluatie van het Verleden* (type 4), de minste intensiteit aan transportatie. Brieven die transportatie bevatten, maakten bijna uitsluitend gebruik van een categorie, namelijk *Betrekken van Anderen*. Verder valt op dat schrijvers van het type *Prospectieve, Intentionele Oriëntatie* (type 5) terughoudend waren wat betreft het beschrijven van het toekomstige leven of situaties met dierbare personen. Ze besproken gebeurtenissen uit het verleden, of noemden wensen die betrekking hadden op anderen. Het

fragment uit brief 536 kan dit verduidelijken: “Verder hoop ik dat we allemaal heel gezond en gelukkig blijven. Het positieve heb ik meegekregen van mijn ouders. Ook zij hebben mij altijd begeleid in wat ik ook deed. Goede raad gegeven en dan mijn eigen beslissing laten nemen. Ik denk dat het opvoeden van mijn eigen kinderen daar veel op is gebaseerd. Als ik nu zie hoe zij zich ontwikkelt hebben tot prachtige volwassenen, moet het mij sterken in het begeleiden van mijn kleinkinderen. Dit hoop ik over enkele jaren mee te mogen maken”.

Identificatie

De vertegenwoordiging van identificatie in de geanalyseerde brieven van elk type is in tabel 4 uiteengezet. Deze tabel laat zien dat iedere brief uit de types *Retrospectieve Evaluatie* (type 1), *Prospectieve Oriëntatie* (type 2), *Verbeelding en Evaluatie van het Verleden* (type 4) en *Heden-georiënteerde adviesbrieven* (type 6) tenminste één aspect van identificatie bevat. De minste identificatie bevatten *Expressieve Verbeelding van het Toekomstige Heden* (type 4) en *Prospectieve, Intentionele Oriëntatie* (type 5; telkens zes en zeven brieven). Dit laat zien dat er maar kleine verschillen in de hoeveelheid identificatie tussen de types bestonden.



Figuur 4. Overzicht van de verschillende categorieën identificatie in de types

Figuur 4 toont dat de categorieën van identificatie uiteenlopend vertegenwoordigd waren in de types. De thema's *Doelen*, *Gevoelens* en *Tevredenheid met het huidige zelf* kwamen over het algemeen het meest voor. De thema's *Tevredenheid met het Huidige Zelf* en *Overeenkomsten tussen het Huidige en het Toekomstige Zelf* kwamen het minst aan bod. Het is opmerkelijk dat *Retrospectieve Evaluatie* de grootste hoeveelheid categorieën bevatte. Iedere categorie was hier in vergelijking met de andere types het meest vertegenwoordigd. De verhouding van de hoeveelheden per categorie van het type *Prospectieve Oriëntatie* (type 2)

lijkt op die van *Retrospectieve Evaluatie*, alleen waren de categorieën over het algemeen minder vertegenwoordigd. Verder wijst figuur 4 dat in de types *Expressieve Verbeelding van het Toekomstige Heden* (type 3) en *Prospectieve, Intentionele Oriëntatie* (type 5) alle zes categorieën van identificatie het minst aan bod kwamen.

Alle brieven van de types *Retrospectieve Evaluatie* (type 1), *Prospectieve Oriëntatie* (type 2), *Verbeelding en Evaluatie van het Verleden* (type 4) en *Heden-georiënteerde adviesbrieven* (type 6) bevatten tenminste één aspect van identificatie. Echter zat er een verschil in de intensiteit van identificatie. Een gevarieerd plaatje van identificatie viel vooral in *Retrospectieve Evaluatie* (type 1) te ontdekken. Dit type vertoonde vervolgens de hoogste intensiteit aan identificatie. Tabel 4 laat zien dat er gemiddeld vijf categorieën van identificatie in een brief aan bod kwamen. De categorieën *Doelen*, *Eigenschappen*, *Gevoelens* en *Tevredenheid met het Toekomstige Zelf* zijn hier heel sterk gerepresenteerd. Deze categorieën kwamen telkens in acht tot tien brieven aan bod (zie figuur 4). Brief 301 is een brief die goed laat zien hoe verschillende schrijvers deze thema's in hun brieven hebben besproken. De schrijver gaf concrete beschrijvingen van haar doelen en verklaarde en evalueerde deze aan de hand van bepaalde eigenschappen die ze heeft ontwikkeld: "*Het ontwikkelen van zelfvertrouwen en zelfwaarde is het beste wat je jezelf kon geven. Hierdoor heb je je eigen levensrichting bepaald*". Verder noemde ze gevoelens die ze bij bepaalde situaties had en die haar konden helpen: "*Je hebt heel veel genoten van de dingen die je zelf graag wilde gaan doen*". Ze eindigde ermee dat de acties die ze heeft genomen haar leven een "*positieve draai*" konden geven waardoor ze uiteindelijk ook tevreden met haar toekomstige zelf kan zijn "*Je bent serieuzer geworden en wist opeens wat je echt wilde in je leven.[...] Wanneer je in jezelf gelooft, zal je sterk zijn en alles overwinnen.[...] Daardoor zal alles alleen maar beter gaan*".

Daarnaast kwamen in *Retrospectieve Evaluatie* (type 1) de categorieën *Tevredenheid met het Huidige Zelf* en *Overeenkomsten tussen het Huidige en het Toekomstige Zelf* in telkens vier en zes van tien brieven vaker voor dan in de andere types. Ze kwamen in brieven aan bod die over het algemeen veel identificatie bevatten en tussen de vijf en zeven punten scoorden, zoals in brief 280. De schrijver zei hier "*blijf vooral jezelf want je bent een leuke en spontane meid*". Dit laat zien dat ze tevreden is met de persoon die ze vandaag is en verder gaf ze verschillende overeenkomsten tussen haar huidige en haar toekomstige zelf aan: "*Je bent een persoon die houdt van gezelligheid en mensen om je heen te hebben, maar je moet ook je momenten hebben waarop je je terug kunt trekken. Dit zal ook in de toekomst zo zijn*".

Ook in *Prospectieve Oriëntatie* (type 2) kwamen de categorieën *Doelen*, *Gevoelens* en

Tevredenheid met het Toekomstige Zelf het meest aan bod (komen in telkens acht tot tien brieven voor; zie figuur 4 en 5). Alleen *Eigenschappen* waren hier duidelijk minder gerepresenteerd dan in *Retrospectieve Evaluatie* (type 1; kwamen in twee van tien brieven aan bod) en zijn *Doelen* hier minder geëvalueerd (zie het betreffende codeerschema in de bijlage). In vier brieven werden de doelen niet geëvalueerd en hadden ze de vorm van *doelen zonder evaluatie* (zie 3.1. Bepaling van transportatie en identificatie). Verder kwamen hier gemiddeld maar drie categorieën van identificatie in een brief aan bod en was de intensiteit van identificatie dus kleiner dan in *Retrospectieve Evaluatie* (type 1).

Het type *Verbeelding en Evaluatie van het Verleden* (type 4) lijkt qua vertegenwoordiging van identificatie en categorieën van identificatie op het type *Prospectieve Oriëntatie* (type 2). Ook hier kwamen dezelfde categorieën, dus *Doelen*, *Gevoelens* en *Tevredenheid met het Toekomstige Zelf* in dezelfde mate aan bod. Een typisch voorbeeld waar deze drie categorieën aan bod kwamen is brief 328: “*Ik weet dat je op dit moment nog heel erg lijdt en niet het gevoel hebt ooit weer gelukkig te zijn [...] sinds X is overleden [...] Maar geloof me het is de juiste beslissing om met X samen te gaan wonen. Het wordt een heel leuke tijd en het is heel goed voor jou om niet meer zo vaak alleen te zijn*”. De schrijver is in haar brief gepreoccupeerd met een moeilijke situatie uit het verleden, het overlijden van haar vriend. Ze ging enerzijds in op huidige gevoelens van verdriet en rouw, anderzijds was ze in staat om een bepaald toekomstig doel te evalueren, te laten zien dat het samenwonen met haar vriendin een positieve beslissing was en dat ze met een “*glimlach*” tegen haar toekomst aan kan kijken. “*Het wordt weer beter*”. Dus, de schrijver liet ook tevredenheid met haar toekomstige zelf en de keuzes die ze heeft genomen, zien.

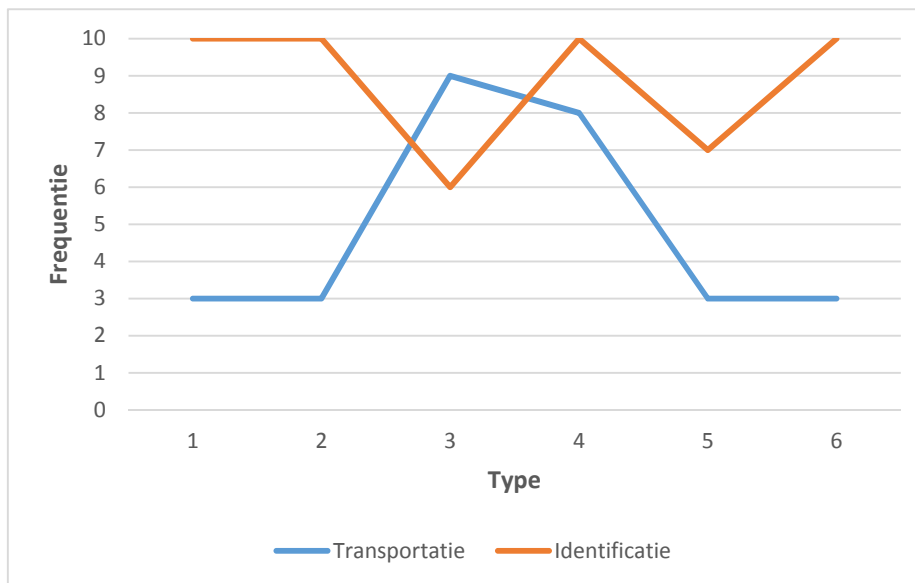
In *Heden-georiënteerde Adviesbrieven* (type 6) is er altijd sprake van *Doelen* en blijkt er in ongeveer de helft van de brieven (vier van tien brieven) *Tevredenheid met het Toekomstige Zelf* te bestaan. Soms kwamen de categorieën *Eigenschappen* en *Gevoelens* aan bod (in telkens drie en vier brieven) om bepaalde doelen te evalueren en te onderbouwen. Hier ging het om abstracte, wijze adviezen, aan zichzelf, of aan andere (vaak onbekende) personen en de maatschappij. In het volgende fragment wordt een typische heden-georiënteerde adviesbrief besproken die geadresseerd was aan onbekende mensen en die als doel had om advies te geven om te doen wat je graag wilt doen. Dit doel heeft de schrijver geëvalueerd met behulp van eigen voorbeelden en gevoelens: “*Het heeft erg lang geduurd voordat ik het werk kon doen wat ik echt heel graag wilde. (het onderwijs in). Dus als je niet kunt doen wat je echt graag wilt, dan zou ik zeggen: blijf er een beetje in, en ga wat anders doen [...] Dingen doen die jou en anderen gelukkig maakt*” (brief 419). Verder liet hij ook

zijn tevredenheid over het eigen toekomstige zelf zien: “als ik nu daarop terug kijk, ben ik er erg gelukkig [...] het komt altijd goed”.

In de types *Expressieve Verbeelding van het Toekomstige Heden* (type 3) en *Prospectieve, Intentionele Oriëntatie* (type 5) kwam identificatie niet in iedere geëvalueerde brief voor. Verder vertoonden deze twee types met gemiddeld twee categorieën van identificatie in een brief die identificatie bevat, de minste intensiteit aan identificatie (tabel 4). Brieven die identificatie bevatten besproken vooral de thema's *Doelen* en *Gevoelens*. In drie tot zeven brieven kwamen deze categorieën voor. *Doelen* werden hier echter in telkens minder dan de helft van de brieven geëvalueerd (zie desbetreffende Codeerschema's in de bijlage). Opvallend is dat *Doelen* in *Prospectieve, Intentionele Oriëntatie* (type 5) veel terughoudender geformuleerd waren dan in de andere types. Deze werden vaak in vorm van wenselijke doelen die nog niet gerealiseerd zijn, aangevoerd: “Ik hoop dat je hier nog steeds naar leeft en probeert het onderste uit de kan te halen” (brief 214). Type drie bevatte verder redelijk vaak *Tevredenheid met het Toekomstige Zelf* (vier van tien brieven). Als er sprake was van *Tevredenheid met het Toekomstige Zelf*, was de brief meestal geadresseerd aan het zelf en ging het niet om een brief die aan de maatschappij of onbekende personen gericht is.

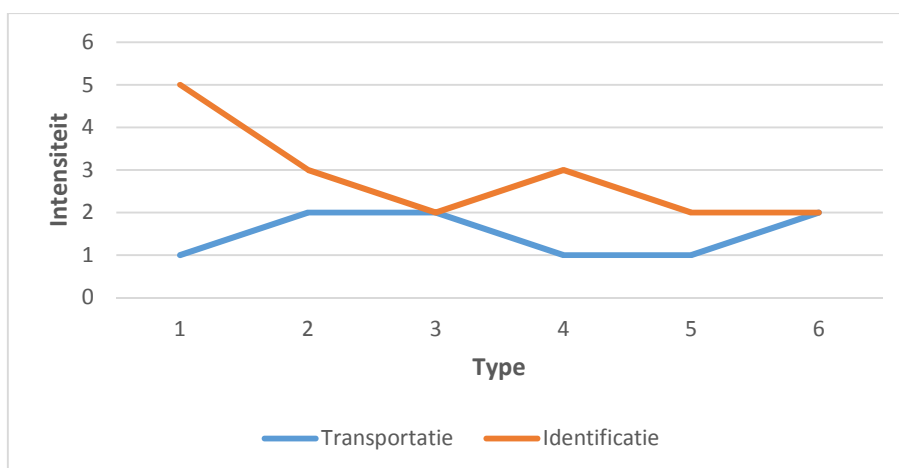
Vergelijkt men de frequentie en de intensiteit van de twee verbeeldingsprocessen met elkaar, waren er verschillende opzichtigheden die in de volgende alinea's zullen worden besproken. Ten eerste valt op dat identificatie duidelijk meer voorkwam dan transportatie en ook een sterkere intensiteit vertoonde (zie tabel 4). Transportatie was dus duidelijk minder vertegenwoordigd in de brieven. Opvolgend zal er worden ingegaan op de samenhang tussen identificatie en transportatie in de verschillende types. De types *Retrospectieve Evaluatie* (type 1), *Prospectieve Oriëntatie* (type 2), *Prospectieve Intentionele Oriëntatie* (type 5) en *Heden-georiënteerde Adviesbrieven* (type 6) bevatten duidelijk meer brieven met identificatie dan met transportatie (figuur 5). *Verbeelding en Evaluatie van het Verleden* (type 4) bevatte iets meer identificatie dan transportatie. In acht brieven was er sprake van transportatie en tien brieven bevatten identificatie. Dit type bevatte dus de meeste aard van verbeelding, altijd identificatie en veel transportatie. *Expressieve Verbeelding van het Toekomstige Heden* (type 3) is het enige type dat meer brieven met transportatie dan met identificatie bevat. In negen brieven is er sprake van transportatie en maar in zes brieven is er sprake van identificatie. Dit type kan dus als het type met de uitersten worden beschouwd. Het bevatte de meeste

transportatie en de minste identificatie van alle types.



Figuur 5. Frequentie van transportatie en identificatie in de verschillende types

Figuur 6 toont de intensiteit van transportatie en identificatie. Ten eerste is zichtbaar dat de intensiteit van identificatie in alle types hoger of hetzelfde was als de intensiteit van transportatie. Ten tweede stak het type *Retrospectieve Evaluatie* (type 1) duidelijk uit. De brieven uit dit type die identificatie bevatten, vielen op door een divers gebruik van verschillende categorieën van identificatie in een brief. De brieven uit dit type die gebruik maakten van transportatie bevatten daartegen gemiddeld maar één categorie van transportatie. Ook het type *Verbeelding en Evaluatie van het Verleden* (type 4) bevatte een grotere intensiteit aan identificatie dan transportatie. Verder bevatten de types *Expressieve Verbeelding van het Toekomstige Heden* (type 3) en *Heden-georiënteerde adviesbrieven* (type 6) dezelfde intensiteit aan transportatie als aan identificatie.



Figuur 6. Intensiteit van transportatie en identificatie in de verschillende types

Over het algemeen kan gezegd worden dat alle geëvalueerde brieven van het type *Retrospectieve Evaluatie* (type 1) identificatie bevatten en dat dit type duidelijk de hoogste intensiteit aan identificatie van alle types bevatte. Verder was de frequentie en de intensiteit van transportatie in het type *Expressieve Verbeelding van het Toekomstige Heden* (type 3) het hoogst.

Bij het bekijken van de intensiteit van identificatie en transportatie binnen bepaalde brieven uit de net genoemde twee types kunnen opmerkelijke uitersten aangevoerd worden. In brieven waarin veel transportatie plaatsvond, vond weinig identificatie plaats en andersom. Het eerste kan duidelijk gemaakt worden als we brieven uit het type *Expressieve Verbeelding met het Toekomstige Heden* (type 3) en *Heden-georiënteerde Adviesbrieven* (type 6) beschouwen. Hierbij was opvallend dat brieven die veel transportatie bevatten, niet of weinig ingingen op de eigen persoon en de brieven vaak geadresseerd waren aan de hele maatschappij of bekenden, nooit aan het zelf. Sommige brieven waren zelfs niet in de ik-vorm maar in de wij-vorm geschreven. Brief 274 is hiervoor als voorbeeld aan te voeren:

“Lieve allemaal,
[...]Het is een prachtige zomerse dag, en we hebben zojuist een heerlijke boswandeling gemaakt. Een geweldige ervaring, met alleen het geluid van de vogeltjes en de krekels om ons heen. De omgeving waarin wij ons nu bevinden is heerlijk rustgevend en belangrijk. Vooral na het geweld in de wereld, en het lawaai van de grote stad is dit lekker bijkomen. Wij kunnen niet in ons eentje de wereld veranderen, maar we kunnen er met elkaar wel iets positiefs van maken. Oorlog en geweld zullen er altijd blijven, maar verdraagzaamheid moeten we naar anderen toe, en naar onszelf blijven uitstralen”.

In dit fragment gaf de schrijver bijna geen informatie over zijn eigen persoon prijs maar ging hij in op de thema's *Fysieke* en *Maatschappelijke Omgeving*. Het werd wel duidelijk dat de thema's rust en verdraagzaamheid belangrijke doelen voor hem zijn die in de toekomst zijn vervuld. Verder praatte de schrijver doorgaans vanuit een wij-perspectief en werd niet helemaal duidelijk aan wie de brief is geadresseerd. “Allemaal” kunnen familie, vrienden maar ook de hele samenleving zijn.

Brieven van het type *Retrospectieve Evaluatie* (type 1) wezen daarentegen op veel identificatie en weinig transportatie. Schrijvers van dit type gingen niet of weinig in op maatschappelijke aspecten, de fysieke of technologische omgeving. Ze beschreven en evalueerden veel meer de doelen die ze hadden bereikt aan de hand van eigenschappen en gevoelens en lieten vaak op een of ander manier blijken of ze wel of niet tevreden waren met

het huidige en het toekomstige zelf. Brieven die tot dit type behoorden waren of aan de schrijver zelf geadresseerd of aan een belangrijke persoon. Deze brieven waren nooit aan onbekenden of de hele maatschappij geadresseerd. Een goed voorbeeld werd al in 3.3. genoemd toen identificatie in *Retrospectieve Evaluatie* (type 1) werd besproken.

4. Conclusies en Discussie

Tot nu toe zit het onderzoek naar narratieve toekomstverbeelding en de processen die daarin een rol spelen nog in de kinderschoenen. Narratieve toekomstverbeelding staat centraal in het gezondheidsbevorderingsinstrument ‘Brieven vanuit de Toekomst’ dat aan de Universiteit Twente wordt onderzocht. Doel van het voorliggende onderzoek was om een bijdrage te leveren aan het onderzoeksproject en inzicht te verkrijgen in de aard van verbeelding die in de ‘Brieven vanuit de Toekomst’ naar voren komt. Daarvoor werd er een codeersysteem ontwikkeld om de verbeeldingsprocessen identificatie en transportatie in de brieven te kunnen analyseren, en werd naar de variatie in de aard van verbeelding in verschillende soorten narratieve toekomstverbeelding, gedefinieerd door Sools et al (forthcoming), gekeken. In de volgende secties zullen de belangrijkste bevindingen, aan de hand van bestaande literatuur, worden bediscussieerd. De eerste alinea’s gaan voornamelijk in op het proces van identificatie, gevolgd door een beschouwing van het proces van transportatie.

Deze studie geeft een omvattend beeld van de aard van verbeelding in narratieve toekomstverbeelding en laat zien dat verschillende processen van narratieve verbeelding plaats kunnen vinden zonder dat schrijvers zich een levendige en gedetailleerde toekomst verbeelden. Identificatie was in alle soorten narratieve toekomstverbeelding aanwezig. Zowel verbeeldingsvolle als ook minder verbeeldingsvolle soorten maakten daar gebruik van. Transportatie was minder aanwezig dan identificatie en voornamelijk afhankelijk van het soort brief. Binnen de brieven waren verder grote verschillen in de intensiteit van transportatie. Over het algemeen kwam transportatie in verbeeldingsvolle brieven gevarieerder voor dan in minder verbeeldingsvolle. Overkoepelende uitspraken over toekomst verbeeldende en niet verbeeldende soorten doen zodoende geen recht aan de diversiteit in narratieve toekomstverbeelding. De poging van Sools et al (forthcoming) om de soorten brieven in verbeeldende en niet verbeeldende categorieën in te delen, lijkt dus wat dat betreft onvoldoende. De aard van verbeelding is in iedere soort anders en iedere soort maakt op een ander manier gebruik van verbeelding.

De categorie *Doelen* (behorend bij het proces van identificatie) was het meest vertegenwoordigd in de brieven en kwam in iedere soort narratieve toekomstverbeelding voor. Deze categorie werd echter op diverse manieren in de verschillende soorten benaderd. Sommige auteurs hadden een duidelijke visie van hoe het leven eruit ziet als bepaalde doelen in de toekomst bereikt zijn en beschreven of evalueerden hun weg naar de toekomst,

emotioneel en reflectief (*Retrospectieve Evaluatie en Prospectieve Oriëntatie*). Anderen praatten zelfs over doelen die ze vanuit het toekomstige heden aan hun toekomst stelden (*Expressieve Verbeelding van het Toekomstige Heden*). Sommigen zijn gepreoccupeerd met verleden of tegenwoordige problemen, waren daarbij echter op zoek naar oplossingen (*Verbeelding en Evaluatie van het Verleden*). Sommige schrijvers konden hun doelen voor de toekomst heel duidelijk maken, zijn daarbij echter wat algemeen gebleven (vooral *Heden-georiënteerde Adviesbrieven*). Anderen waren terughoudend in het formuleren van doelen en deden dit in vorm van wensen aan de toekomst (*Prospectieve Intentionele Oriëntatie*). De meeste schrijvers vormden in hun brieven dus plannen en doelen voor de toekomst en lieten op die manier toekomstverbeelding zien. Het vormen van doelen en plannen is zodoende niet beperkt tot oriënterende brieven. Melges' theorie (1982) dat toekomstverbeelding uit het vormen van effectieve plannen en doelen bestaat, lijkt dus ook op de 'Brieven vanuit de Toekomst' toepasbaar te zijn en veel deelnemers van de studie beschouwden toekomstverbeelding op een of ander manier functioneel in vorm van het opstellen van doelen en plannen. Dit spreekt verder de hypothese tegen dat er toekomst verbeeldende en minder verbeeldende soorten narratieve toekomstverbeelding bestaan. Toekomstverbeelding kwam op diverse manieren in iedere soort narratieve toekomstverbeelding voor.

Verder liet meer dan de helft van de geanalyseerde brieven (Zelfs brieven van de soort *Verbeelding en Evaluatie van het Verleden* die voornamelijk ingingen op negatieve gebeurtenissen uit het verleden.) *Tevredenheid met het Toekomstige Zelf* zien. De schrijvers van dergelijke brieven hoopten dus dat hun positieve toekomstvisie daadwerkelijk uitkomt, dat de doelen die ze vandaag aan de toekomst stelden inderdaad haalbaar zijn. Dit zou een vorm van optimisme kunnen weerspiegelen die Carver, Scheier en Segerstrom (2010) *dispositioneel optimisme* noemen, een gegeneraliseerde positieve uitkomstverwachting. Dispositioneel optimisme wordt beschouwd als een persoonlijkheidskenmerk, dit is echter ook veranderbaar in tijden van levenstransities (Atienza, Stephens & Townsend, 2004). Atienza et al (2004) stelden vast dat dispositioneel optimisme bij een aantal vrouwelijke studenten gedurende een periode van één jaar toe- of afnam. Het is zodoende mogelijk dat scores in de categorie *Tevredenheid met het Toekomstige Zelf* afhankelijk zijn van de fase waarin de schrijvers zich op het moment van het schrijven bevonden.

In deze samenhang is verder opvallend dat *Tevredenheid met het Huidige Zelf* over het algemeen weinig voorkwam. In de resultaten is wat dat betreft een belangrijk verschil tussen verbeeldende en minder verbeeldende brieven (volgens de definitie van Sools et al, forthcoming) gevonden. Maar één minder verbeeldende brief liet tevredenheid met het

huidige zelf zien. Daarentegen maakten verbeeldingsvolle brieven meer gebruik van deze categorie. Dit laat vermoeden dat schrijvers van minder verbeeldende brieven op het moment dat ze de brief schreven, niet helemaal tevreden met hun leven waren of net een crisis doorliepen. Deze bevindingen kunnen vermoedens van Melges (1982) en onderzoek van Maccallum en Bryant (2011) en MacLeod en Conway (2007) ondersteunen, namelijk dat de toekomst voor psychologisch instabiele mensen min of meer afgesloten en abstract is. Deze mensen zijn vooral gepreoccupeerd met huidige of verleden problemen en gebeurtenissen. Het psychologische profiel speelde dus een rol in de manier hoe mensen hun toekomst verbeelden, wat de verschillen in deze categorie kan verklaren.

Zwakke punten in de operationalisatie van de categorie zouden echter ook tot deze resultaten geleid kunnen hebben. De resultaten tonen aan dat de meeste schrijvers van de brieven niet ingingen op *Tevredenheid met het Huidige Zelf*, echter weten we alleen wanneer er uitspraken over de tevredenheid met het zelf worden gedaan en wordt er niet duidelijk hoeveel schrijvers uitspraken over de ontevredenheid met het huidige zelf doen. De operationalisatie is dus niet uitputtend en moet zodoende in toekomst beter worden uitgewerkt zodat er verschillende codes kunnen worden toegeschreven aan de huidige gemoedstoestand.

Identificatie is een individueel, emotioneel en evaluerend proces en volgens Oatley (1999) is het in staat om het zelf te transformeren. Zodoende zou het ook praktische relevantie hebben. Daarom is het interessant om naar de rol en het potentiaal van dit proces in het gebruikte gezondheidsbevorderingsinstrument te kijken. Om meer inzicht te verkrijgen in dit proces is het verstandig om naar het type te kijken dat de hoogste frequentie en intensiteit van identificatie bevatte, *Retrospectieve Evaluatie*. Dit type leek een rijke aard van verbeelding te bevatten. Het bevatte een levendige en gedetailleerde vorm van toekomstverbeelding, veel identificatie en gedeeltelijk ook transportatie. Schrijvers blikten vanuit de toekomst terug op hun weg naar de toekomst en stelden zich op die manier daadwerkelijk voor wat ervoor heeft gezorgd dat bepaalde doelen uitgekomen zijn en hoe dit aanvoelt. Het evalueren en aanvoelen van een positieve toekomst waarin bepaalde wensen zijn vervuld en problemen zijn opgelost, zou een nog bevredigender gevoel van controle en veiligheid tot gevolg kunnen hebben dan het pure vooruitblikken dat vooral voor de toekomstplanning belangrijk is. De schrijver neemt het perspectief van het toekomstige zelf over en er vindt waarschijnlijk plaats wat Laplanche en Pontalis (1980) *herkenning* en *imitatie* noemen: De schrijver herkent bepaalde attitudes en waarden aan zichzelf die belangrijk zijn om de positieve toekomstvisie te bereiken en zal gemotiveerd zijn om het toekomstige pad op die manier te bestrijden. Het evalueren van een bepaald toekomstig pad kan huidig gedrag en gedachten door identificatie op een bijzonder

manier beïnvloeden. De schrijver leert zijn eigen persoon en eigen waardes beter kennen, wat tot ‘transformatie van het zelf’ (Oatley, 1999) kan leiden. Ook de eigen veerkracht zou gesterkt kunnen worden, dit effect verwachten Sools en Mooren (2012) van narratieve toekomstverbeelding. Aangezien hier nog geen onderzoek naar bestaat, is het wenselijk om vervolgonderzoek te gaan richten op dit type toekomstverbeelding, zijn samenhang met het welbevinden en weerkracht.

De bevindingen die op basis van de resultaten over identificatie zijn verzameld, laten vermoeden dat narratieve toekomstverbeelding meer is dan alleen “het vermogen om via verhalen de toekomst te verbeelden” (Sools et al in Bohlmeijer et al, 2013, p.). Door het schrijven identificeren de auteurs zich met hun verschillende zelden en kunnen daardoor de verschillende zelden integreren en een alomvattend beeld van de eigen persoon vormen. De ‘Brieven vanuit de Toekomst’ zijn dus ook meer dan een “tegenhanger van life review” (Sools et al, forthcoming). Ze kunnen uitspraken en evaluatie van het verleden, het heden en de toekomst bevatten en stellen de schrijver zodoende in staat om een compleet autobiografisch levensverhaal te construeren. Op die manier kan nieuwe betekenis aan het leven, hoop en optimisme voor de toekomst verkregen worden. De kracht van narratieve toekomstverbeelding ligt zodoende op een belangrijke manier in het proces van identificatie.

Het proces van transportatie is significant anders dan het proces van identificatie. Dit wordt aan de ene kant duidelijk als men de frequentie van transportatie in tegenstelling tot de frequentie van identificatie bekijkt. Transportatie komt minder en qua categorieën eenzijdiger voor dan identificatie. Transportatie is, in tegenstelling tot het individuele proces van identificatie, beschrijvend en gaat niet direct in op de eigen persoon. Opvallend is verder dat dit proces niet aansluit bij onderzoek dat tot nu toe verricht is over toekomstverbeelding. Transportatie bevat geen individuele doelen maar is heel verbeeldingsvol. Het enige type dat divers gebruik van transportatie maakt, *Expressieve Verbeelding van het Toekomstige Heden*, kan in deze samenhang goed aangevoerd worden. Veel schrijvers van deze soort creëren levendige, positieve en gedetailleerde beschrijvingen van de toekomstige wereld waarin ze leven, dit kan technologische, fysieke en maatschappelijke aspecten bevatten. Dit laat vertrouwen en optimisme van de schrijver in de wereld vermoeden. Als schrijvers van brieven met een grote intensiteit aan transportatie doelen opstellen, stellen ze die vanuit het toekomstige heden aan hun toekomst. Daarmee tonen ze creativiteit en verbeeldingskracht.

Opvallend is verder dat de categorie *Betrekken van Anderen* zich afbakt van de andere categorieën van transportatie. Ten eerste is ze van alle categorieën van transportatie het meest in de brieven vertegenwoordigd en kwam onafhankelijk van de andere drie

categorieën voor. Bij *Betrekken van Anderen* gaat het niet om het transporteren in de toekomstige wereld maar om het transporteren in andere (belangrijke) mensen. Schrijvers die gebruik van deze categorie maakten, toonden onderlinge afhankelijkheid en de wens naar sociale harmonie wat past bij een collectivistische wereldbeschouwing (Kassin, Fein & Markus, 2011). Aangezien deze categorie bijzonder uitsteekt, lijkt het verstandig om ze los van de anderen te beschouwen. *Betrekken van Anderen* zou als een op zichzelf staand proces bekeken kunnen worden. Verder onderzoek naar deze categorie kan meer inzicht geven in zijn gesteldheid en wat het gebruik daarvan over de schrijver zegt.

Identificatie lijkt een individueel, persoonlijk proces te zijn en kwam het meest voor waartegen transportatie een beschrijvend proces is dat niet ingaat op het eigen zelf en veelal *Betrekken van Anderen* bevatte. Een aantal van deze bevindingen gaat conform met het filosofische standpunt van de westerse samenleving en een aantal niet. In de westerse culturen wordt het individualisme aangemoedigd (Kassin et al, 2011). In het individualisme staat het recht op zelfbeschikking en zelfontplooiing centraal. Iedereen heeft het recht om een leven volgens eigen wensen en waarden te leiden. De belangen van het individu zelf zouden daarbij het meest belangrijk moeten zijn voor zijn gedrag (Kassin et al, 2011). Het proces van identificatie past hier goed bij want daarbij gaat het om het beschrijven of evalueren van zelf opgestelde doelen, het praten over gevoelens, tevredenheid en eigenschappen. Het bedenken van oplossingen voor problemen en het schrijven over vervulde wensen stelt de mens in staat om zich verder te ontplooien. Daarom is het ook niet verwonderlijk dat zo veel proefpersonen gebruik hebben gemaakt van identificatie en minder van transportatie. Met het oog op een individualistisch gevormde westerse samenleving zijn brieven die geen of weinig identificatie bevatten, een verrassing, zoals brieven die niet in de ik- maar in de wij-vorm geschreven zijn en niet aan de schrijver zelf of bekende personen, maar aan de maatschappij of onbekenden geadresseerd zijn. Dit blijkt niet voor een individualistische maar een collectivistische levensbeschouwing van desbetreffende schrijvers, die het welbevinden van de hele groep of bevolking boven het eigen welbevinden stelt.

De verschillen in frequenties van identificatie en transportatie kunnen, naast culturele omstandigheden, ook op de formuleringen van de instructies terug te voeren zijn. De schrijver wordt gevraagd om eigen wensen, veranderingen en dromen te beschrijven. “*Stel je voor dat een aantal positieve wensen, veranderingen en dromen in je leven zijn uitgekomen [...] hoe heb je een bepaald probleem opgelost*” (zie 6.1. Aanwijzingen ‘Brief vanuit de Toekomst’). Hij wordt dus expliciet uitgenodigd om over zichzelf te schrijven, wat de hoeveelheid aan identificatie in de brieven zou kunnen verklaren. De kleine hoeveelheid van transportatie in de

brieven kan ook op basis van de aanwijzingen in de instructies verklaard worden, want de instructies motiveren de schrijver niet om over zijn toekomstige omgeving te schrijven. Vragen zoals “*Hoe ziet je omgeving eruit?*” of “*In hoeverre is de wereld veranderd?*” zouden de schrijver uitnodigen om zich in de toekomstige wereld te transporteren. Het nut van meer transportatie in het kader van de gezondheidsbevordering is echter nog niet bekend, want zijn effecten zijn tot nu toe niet onderzocht. Onderzoek naar de effecten van transportatie is dus interessant om te kunnen bepalen of de schrijvers in de instructies moeten worden gemotiveerd om zich te gaan transporteren of niet.

De frequentie van transportatie kan verder een resultaat van onvoldoende inzicht in het proces als geheel zijn. Aangezien de onderzoeker maar weinig informatie over dit proces kon vinden, is het mogelijk dat er meer categorieën voor transportatie bestaan, dan in het kader van deze studie zijn onderzocht. Dit zou de validiteit van de resultaten over transportatie kunnen hebben beperkt. Verder is er voor sommige soorten geen verzadiging voor transportatie bereikt worden. Het betreft de types *Prospectieve Oriëntatie* en *Heden-georiënteerde Adviesbrieven*. In deze twee types was een kleine frequentie van transportatie op te sporen, maar een hoge intensiteit. Brieven die wel transportatie bevatten, scoorden vervolgens op één tot drie categorieën. Hetzelfde gold bij deze soorten echter ook voor identificatie. Mogelijk is de aard van verbeelding binnen deze soorten gevarieerder dan binnen de andere soorten en is er een grotere selectie nodig om duidelijke patronen op te sporen. Het is daarom aan te bevelen om transportatie in een grotere selectie brieven te beschouwen zodat er een grotere verzadiging en validiteit kan worden bereikt en er mogelijk meer categorieën kunnen worden toegevoegd. Het is ook mogelijk dat de soorten *Prospectieve Oriëntatie* en *Heden-georiënteerde Adviesbrieven* nog niet voldoende geoperationaliseerd zijn. Daarvoor zouden de definities nog een keer goed bekeken moeten worden.

In deze studie is het gelukt om theoretische concepten wetenschappelijk onderzoekbaar te maken, een indruk te verkrijgen in de aard van verbeelding binnen elke soort en patronen te herkennen tussen de soorten van narratieve toekomstverbeelding. De kwaliteit van de data-analyse is goed. Het gebruik van verschillende analysetechnieken, inductieve en deductieve methoden, heeft voor meer complete inzichten en een breder begrip van iedere categorie gezorgd. De deductieve analyse gebeurde op basis van meerdere theoretische perspectieven. Het proces van identificatie werd in het verleden veelvuldig theoretisch bekeken en de kennis over filosofische gezichtspunten kon helpen om vorm te geven aan een uitputtend codeersysteem voor identificatie. Het codeersysteem is consistent en

transparant en zou door het berekenen van de interbeoordelaarsbetrouwbaarheid aan betrouwbaarheid winnen. In vier soorten narratieve toekomstverbeelding waren duidelijke patronen en combinaties van categorieën voor identificatie en transportatie herkenbaar, ook al onderscheidden bepaalde brieven zich soms moeilijk van elkaar. Reden daarvoor was waarschijnlijk dat er in het kader van dit onderzoek uitsluitend gebruik gemaakt werd van brieven die duidelijk aan een soort narratieve toekomstverbeelding toegewezen konden worden. Dit ondersteunt verder de validiteit van de typologie van Sools et al (forthcoming). De soorten zullen zodoende ook in toekomst dienen als solide basis voor onderzoek naar narratieve toekomstverbeelding.

4.1. Slotbeschouwing

Deze studie levert een krachtige bijdrage aan het verkrijgen van een genuanceerd en holistisch beeld van narratieve toekomstverbeelding. De frequentie en intensiteit van de verbeelding vertonen een duidelijk patroon dat differentieert naar zeven soorten toekomstverbeelding. Daarmee is een specifiekere en nauwkeuriger onderscheid mogelijk dan de aanvankelijke grove indeling in twee categorieën (meer en minder verbeeldingsvol) in voorgaand onderzoek liet zien. Op basis van deze bevindingen kan geconcludeerd worden dat narratieve toekomstverbeelding nog rijker en diverser is dan al werd vermoed.

Bovendien is een belangrijke eerste stap gezet om de aard en kwaliteit van verbeelding empirisch onderzoekbaar te maken. Vooral identificatie is goed helder geworden en was op verschillende manieren in de meerderheid van de brieven aanwezig. In het kader van de gezondheidsbevordering biedt het een groot therapeutisch potentiaal aangezien mensen zich tijdens het identificeren bezig houden met hun eigen persoon, waarden, doelen, wensen en problemen. De resultaten tonen aan dat identificatie in iedere soort narratieve toekomstverbeelding aanwezig is. Zodoende biedt iedere soort de mogelijkheid om het psychologische welbevinden te versterken. Deze eerste stap naar een wetenschappelijke benadering van verbeelding opent de weg naar onderzoek dat zich bezig houdt met de samenhang tussen verschillende verbeeldingsprocessen en het welbevinden. Daardoor kan de praktische relevantie van narratieve toekomstverbeelding in het kader van de gezondheidsbevordering nauwkeuriger nagegaan worden.

5. Referenties

- Alma, H. A. (2002). Grensverleggende exploratie. Een (godsdienst)psychologische verkenning van verbeelding. *Nederlands Theologisch Tijdschrift*, 56, 115-129.
- Atienza, A., Stephens, M., & Townsend, A. (2004). Role stressors as predictors of changes in women's optimistic expectations. *Personality and Individual Differences*, 37, 471-484.
- Betzalel, N. & Schechtman, Z. (2010). Bibliotherapy treatment for children with adjustment difficulties: A comparison of affective and cognitive bibliotherapy. *Journal of Creativity in Mental Health*, 5 (4), 426-439.
- Braddock, L. (2011). Psychological identification, imagination and psychoanalysis. *Philosophical Psychology*, 24 (5), 639-657.
- Carver, C., Scheier, M., & Segerstrom, S. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review*, 30, 879-889.
- Chiu, F.-C. (2012). Fit between future thinking and future orientation on creative imagination. *Thinking Skills and Creativity*, 7 (3), 234-244.
- Emmons, R.A. (2009). Greatest of the virtues? Gratitude and the grateful personality. In D. Narvaez & D. Lapsley (Eds.), *Personality, identity, and character: Explorations in moral psychology* (pp.256-270). New York: Chambridge University Press. Retrieved from http://books.google.de/books?hl=en&lr=&id=a2p_Tg8c0N8C&oi=fnd&pg=PR5&dq=Personality,+identity,+and+character:+Explorations+in+moral+psychology&ots=B3lnpvG0A&sig=bDg5l7CJaF34WxVCCIHEH66ROuc#v=onepage&q=Personality%20identity%2C%20and%20character%3A%20Explorations%20in%20moral%20psychology&f=false
- Freud, S. (1907). Creative writers and daydreaming, SE 9, 143-153.
- Gerrig, R. J. (1993). *Experiencing narrative worlds*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Kassin, S., Fein, S., & Markus, H.R. (2011). *Social Psychology: 8th edition*. Wadsworth, United States: Cengage Learning.
- Laplanche, J. & Pontalis, J. (1973). *The language of psychoanalysis*. The International Psycho-Analytical Library. The Hogarth Press and the Institute of Psychoanalysis, 94, 1-497. Retrieved from <http://de.scribd.com/doc/82213528/Laplanche-and-Pontalis-Language-of-Psychoanalysis>
- Levensverhalenlab. (2012). *Onderzoek*. Verkregen op 15, maart, 2014 van <<<http://www.levensverhalenlab.nl/site/Onderzoek/>>>
- Lothane, Z. (2007). Imagination as reciprocal process and its role in the psychoanalytic situation. *International Forum of Psychoanalysis*, 16, 152-163.
- Maccallum, F., & Bryant, R.A. (2011). Imagining the future in complicated grief. *Depression and Anxiety*, 28, 658-665.

- Main, M. (1995). *Recent studies in attachment: Overview with selected implications for clinical social work*. Attachment Theory: Social, developmental and clinical perspectives (407-474). Hillsdale, NJ: The Analytic Press.
- McKim, E. (2012, May-June). *Bibliotherapy redivivus: Applied literature as narrative care*. Paper presented at the Narrative Matters Congress, Paris, France.
- MacLeod, A.K., & Conway, C. (2007). Well-being and positive future thinking for the self versus others, *Cognition & Emotion*, 21(5), 1114-1124.
- Meevissen, Y., Peters, M., & Alberts, H. (2011). Become more optimistic by imagining a best possible self: Effects of a two week intervention. *Journal of Behavioral Therapy and Experimental Psychiatry*, 42(3), 371-378.
- Melges, F. T. (1982). *Time and the inner future: A temporal approach to psychiatric disorders*. New York: John Wiley and Sons.
- Mullarkey, J. (2007). Life, Movement, and the fabulation of the event. *Theory, culture and society*, 24 (6), 53-70.
- Oatley, K. (1994). A taxonomy of emotions of literary response and a theory of identification in fictional narrative. *Poetics*, 23, 53-74.
- Oatley, K. (1999). Why fiction may be twice as true as fact: Fiction as cognitive and emotional simulation. *Review of General Psychology*, 3 (2), 101-117.
- Oatley, K. (2011) *Such stuff as dreams: The psychology of fiction*. Oxford: Wiley Blackwell.
- Scheff, T. J. (1979). *Catharsis in healing, ritual, and drama*. Berkeley: University of California Press.
- Shechtman, Z., & Ifargan, M. (2009). School-based integrated and segregated interventions to reduce aggression. *Aggressive Behavior*, 35 (4), 342-356.
- Sheeran, P., & Orbell, S. (2000). Self-schemas and the theory of planned behaviour. *European Journal of Social Psychology*, 30 (4), 533-550.
- Smyth, J. M. & Pennebaker, J. W. (1999) Sharing one's story: translating emotional experiences into words as a coping tool. In *Coping: The Psychology of What Works* (ed. C. R. Snyder), pp. 70-89. New York: Oxford University Press.
- Sools, A. (2010). *De ontwikkeling van narratieve competentie. Bijdrage aan een onderzoeksmethodologie voor de bestudering van gezond leven*. Universiteit voor Humanistiek, Utrecht/Albani: Den Haag.
- Sools, A., & Mooren, J.H. (2012). Towards narrative futuring in psychology: Becoming resilient by imagining the future. *Graduate Journal of Social Science*, 9(2), 203-226.

- Sools, A., Mooren, J.H., & Tromp, T. (2013). Positieve gezondheid versterken via narratieve toekomstverbeelding. In E. Bohlmeijer, L. Bolier, G. Westerhof & J.A. Walburg (Eds.), *Handboek positieve psychologie* (pp.91-104). Amsterdam: Uitgeverij Boom.
- Sools, A. Tromp, T., & Mooren, J.H. (forthcoming). Exploring narrative futuring: Mapping psychological-temporal processes of letters from the future. *Journal of Health Psychology*.
- Staa, van, A.L., & Evers, J. (2010). 'Thick analysis': strategie om de kwaliteit van kwalitatieve data-analyse te verhogen. *Tijdschrift voor Kwalitatief Onderzoek in Nederland*, 43(1), 5-12. Retrieved from http://www.boomlemmatijdschriften.nl/tijdschrift/KWALON/2010/1/KWALON_201_015_001_002

6. Bijlagen

6.1. Aanwijzingen ‘Brief vanuit de Toekomst’



TOEKOMSTVERHALEN

VOORSTELLEN

MEEDOEN

SCHRIJFWIJZER

BRIEF SCHRIJVEN

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

6.2. Codeerschema's

Deze bijlage bevat de codeerschema's voor de zes types van narratieve toekomstverbeelding. Er bestaan twee codeerschema's ter codering/ rating van elk type, een codeerschema voor transportatie en een voor identificatie. In totaal zijn er dus twaalf codeerschema's opgevoerd.

Codeerschema's voor Type 1: Retrospectieve Evaluatie

Transportatie

	Brief	Transportatie	Fysieke Omgeving	Maatschappelijke Omgeving	Technologische Omgeving	Betrekken Anderen
1	280	1	0	0	1	0
2	287	0	0	0	0	0
3	288	0	0	0	0	0
4	301	0	0	0	0	0
5	318	0	0	0	0	0
6	326	0	0	0	0	0
7	330	0	0	0	0	0
8	335	1	0	0	0	1
9	359	1	0	0	0	1
10	393	0	0	0	0	0
		3	0	0	1	2

Identificatie

	Brief	Identificatie	Doelen	Eigen- schappen	Gevoe- lens	Tevreden- heid huidig zelf	Tevreden- heid toekomstig zelf	Overeen- komsten huidig/ toekomstig zelf
1	280	7	1*	1	1	1	1	1
2	287	6	1*	1	1	0	1	1
3	288	6	1*	1	1	0	1	1
4	301	5	1*	1	1	0	1	0
5	318	6	1*	0	1	1	1	1
6	326	6	1*	1	1	0	1	1
7	330	5	1	0	1	0	1	0
8	335	5	1*	1	1	0	1	0
9	359	6	1*	1	1	1	1	0
10	393	7	1*	1	1	1	1	1
		10	10	8	10	4	10	6

Codeerschema's voor Type 2: Prospectieve Oriëntatie

Transportatie

	Brief	Transportatie	Fysieke Omgeving	Maatschappelijke Omgeving	Technologische Omgeving	Betrekken Anderen
1	272	0	0	0	0	0
2	279	0	0	0	0	0
3	282	0	0	0	0	0
4	296	0	0	0	0	0
5	304	0	0	0	0	0
6	306	0	0	0	0	0
7	322	0	0	0	0	0
8	336	3	0	1	1	1
9	358	1	0	0	0	1
10	367	2	1	0	0	1
		3	1	1	1	3

Identificatie

	Brief	Identificatie	Doelen	Eigen- schappen	Gevoe- lens	Tevreden- heid huidig zelf	Tevreden- heid toekomstig zelf	Overeen- komsten huidig/ toekomstig zelf
1	272	7	1*	1	1	1	1	1
2	279	3	1	0	1	0	1	0
3	282	3	1	0	0	0	1	1
4	296	4	1*	0	1	0	1	0
5	304	2	1	0	0	1	0	0
6	306	5	1*	1	1	0	1	0
7	322	3	1	0	1	0	1	0
8	336	3	1*	0	1	0	0	0
9	358	4	1*	0	1	0	1	0
10	367	0	0	0	0	0	0	0
		9	9	2	7	2	7	2

Codeerschema's voor Type 3: Expressieve Verbeelding van het Toekomstige Heden

Transportatie

	Brief	Transportatie	Fysieke Omgeving	Maatschappelijke Omgeving	Technologische Omgeving	Betrekken Anderen
1	274	2	1	1	0	0
2	281	2	1	0	1	0
3	292	1	0	0	0	1
4	293	1	1	0	0	0
5	325	3	0	1	1	1
6	333	2	0	0	1	1
7	338	2	1	0	0	1
8	348	1	0	0	0	1
9	376	2	1	0	0	1
10	400	3	1	1	1	0
		10	6	3	4	6

Identificatie

	Brief	Identificatie	Doelen	Eigen- schappen	Gevoe- lens	Tevreden- heid huidig zelf	Tevreden- heid toekomstig zelf	Overeen- komsten huidig/ toekomstig zelf
1	274	2	1*	0	0	0	0	0
2	281	0	0	0	0	0	0	0
3	292	4	1*	0	1	0	1	0
4	293	4	1*	0	1	0	1	0
5	325	0	0	0	0	0	0	0
6	333	4	1	0	0	1	1	1
7	338	0	0	0	0	0	0	0
8	348	3	1	0	1	0	1	0
9	376	2	1*	0	0	0	0	0
10	400	0	0	0	0	0	0	0
		6	6	0	3	1	4	1

Codeerschema's voor Type 4: Verbeelding en Evaluatie van het Verleden

Transportatie

	Brief	Transportatie	Fysieke Omgeving	Maatschappelijke Omgeving	Technologische Omgeving	Betrekken Anderen
1	278	1	0	0	0	1
2	316	1	0	0	0	1
3	328	1	0	0	0	1
4	342	1	0	0	0	1
5	363	1	0	0	0	1
6	380	0	0	0	0	0
7	561	1	0	0	0	1
8	658	1	0	0	0	1
9	471	1	0	0	0	1
10	472	0	0	0	0	0
		8	0	0	0	8

Identificatie

	Brief	Identificatie	Doelen	Eigen- schappen	Gevoe- lens	Tevreden- heid huidig zelf	Tevreden- heid toekomstig zelf	Overeen- komsten huidig/ toekomstig zelf
1	278	5	1*	1	1	0	1	0
2	316	1	0	0	1	0	0	0
3	328	4	1*	0	1	0	1	0
4	342	7	1*	1	1	1	1	1
5	363	4	1*	0	1	0	1	0
6	380	3	1*	0	1	0	0	0
7	561	4	1*	0	1	0	1	0
8	658	4	1*	1	0	0	1	0
9	471	2	1	0	1	0	0	0
10	472	3	1	0	1	0	1	0
		10	9	3	9	1	7	1

Codeerschema's voor Type 5: Prospectieve, Intentionele Oriëntatie

Transportatie

	Brief	Transportatie	Fysieke Omgeving	Maatschappelijke Omgeving	Technologische Omgeving	Betrekken Anderen
1	70	0	0	0	0	0
2	214	0	0	0	0	0
3	317	0	0	0	0	0
4	422	0	0	0	0	0
5	533	1	0	0	0	1
6	536	1	0	0	0	1
7	627	0	0	0	0	0
8	651	0	0	0	0	0
9	661	1	0	0	0	1
10	754	0	0	0	0	0
		3	0	0	0	3

Identificatie

	Brief	Identi- ficatie	Doelen	Eigen- schappen	Gevoe- lens	Tevreden- heid huidig zelf	Tevreden- heid toekomstig zelf	Overeen- komsten huidig/ toekomstig zelf
1	70	0	0	0	0	0	0	0
2	214	2	1	0	1	0	0	0
3	317	0	0	0	0	0	0	0
4	422	4	1*	1	1	0	0	0
5	533	2	1	0	1	0	0	0
6	536	4	1*	1	1	0	0	0
7	627	3	1	0	1	0	0	0
8	651	1	0	0	1	0	0	0
9	661	2	1	0	1	0	0	0
10	754	0	0	0	0	0	0	0
		7	6	2	7	0	1	0

Codeerschema's voor Type 6: Heden-georiënteerde Adviesbrieven

Transportatie

	Brief	Transportatie	Fysieke Omgeving	Maatschappelijke Omgeving	Technologische Omgeving	Betrekken Anderen
1	327	0	0	0	0	0
2	387	1	0	0	0	1
3	390	0	0	0	0	0
4	401	1	0	0	0	1
5	566	0	0	0	0	0
6	571	0	0	0	0	0
7	163	0	0	0	0	0
8	165	3	1	1	1	0
9	152	0	0	0	0	0
10	419	0	0	0	0	0
		3	1	1	1	2

Identificatie

	Brief	Identi- ficatie	Doelen	Eigen- schappen	Gevoe- lens	Tevreden- heid huidig zelf	Tevreden- heid toekomstig zelf	Overeen- komsten huidig/ toekomstig zelf
1	327	1	1	0	0	0	0	0
2	387	6	1*	1	1	0	1	1
3	390	3	1*	1	0	0	0	0
4	401	4	1*	1	1	0	0	0
5	566	2	1	0	0	0	1	0
6	571	2	1	0	0	0	1	0
7	163	3	1*	0	0	0	1	0
8	165	3	1*	0	1	0	0	0
9	152	2	1*	0	0	0	0	0
10	419	4	1*	0	1	0	1	0
		10	10	3	4	0	5	1