

Veerkracht bij Jongeren in de Jeugdzorg
Bachelorthese Positieve Psychologie en Technologie

Romie Pas

Universiteit Twente

26.06.2017

Naam student: Romie Pas
Studentnummer: 1532871

Opleiding: Bachelor Psychologie
Faculteit: Behavioural, Management and Social Sciences (BMS)
Onderwijsinstelling: Universiteit Twente

Studiejaar: 2016/2017
Plaats: Enschede

Eerste begeleider: J. M. Goldberg (MSc)
Tweede begeleider: Dr. M. Radstaak
Vakgroep: Psychologie, Gezondheid en Technologie

Abstract

Resilience is of great importance in overcoming adversity. However, the number of studies that examine resilience in youth at risk is low. Additionally, because there is a lack of qualitative research in the field of the Best Possible Self (BPS) writing developed by King (2001), literature suggests to examine the content of the BPS writing through thematic analysis. This by means of a theoretically-based coding protocol. The current study examines which elements of resilience appear in the BPS description from youth in youth care, and whether there is a relationship between these elements and well-being. It has been shown that there appear elements of resilience, or protective factors, in the BPS description from the individual level, the family level, and the community level. Furthermore, there has been found a positive relationship between these elements of resilience and well-being. Youth with higher well-being more often show three or more different protective factors in their description than youth with lower well-being. This research meets the need for further information on resilience among youth in youth care. Additionally, it shows that the BPS writing can be valuable for practice in several ways. Next to BPS as an intervention the writing assignment turned out to give a lot of information about the writer, and turned out to be suitable for thematic analysis to identify elements of resilience, and possibly other concepts.

Samenvatting

Veerkracht is van groot belang voor het om kunnen gaan met de vele obstakels die jongeren ervaren in hun leven, maar het aantal studies dat veerkracht onderzoekt bij risicojongeren is gering. Hiernaast wordt er, vanwege gebrek aan kwalitatief onderzoek in het veld van de Best Possible Self (BPS) ontwikkeld door King (2001), in de literatuur aanbevolen om de inhoud van de BPS thematisch te analyseren door middel van een theoretisch gebaseerd coderingsprotocol. De huidige studie onderzoekt welke elementen van veerkracht terugkomen in de BPS beschrijving van jongeren in de jeugdzorg en of er een relatie bestaat tussen deze elementen en welbevinden. Uit dit onderzoek is gebleken dat er veerkrachtelementen ofwel beschermingsfactoren van het individuele niveau, het gezinsniveau en het gemeenschapsniveau terugkomen in de BPS beschrijving van jongeren in de jeugdzorg. Hiernaast is er een positieve relatie gevonden tussen welbevinden en deze elementen van veerkracht. Jongeren met hoger welbevinden laten vaker drie of meer verschillende beschermingsfactoren laten zien in hun beschrijving dan jongeren met lager welbevinden. Dit onderzoek heeft voorzien in de behoefte aan verdere informatie over veerkracht bij risicojongeren. Verder laat dit onderzoek zien dat de BPS schrijfofdracht op verschillende manieren waardevol kan zijn voor de praktijk. Naast BPS als interventie, is gebleken dat de schrijfofdracht rijke informatie verschaft over de schrijver en geschikt is voor thematische analyse om veerkrachtelementen en mogelijk ook andere concepten te identificeren.

Veerkracht bij Jongeren in de Jeugdzorg

Jongeren worden in hun leven geconfronteerd met vele verschillende obstakels welke ten eerste hun prestaties op school en de voltooiing hiervan in gevaar brengen, maar daarnaast ook hun fysieke en geestelijke gezondheid (Ungar, Russell, & Connelly, 2014). Gepest worden, gezondheidsproblemen (bij naaste familieleden) en een echtscheiding bij de ouders zijn voorbeelden van zulke obstakels. De World Health Organization (2017) beschrijft dat veel psychische problemen beginnen in de late kindertijd en vroege adolescentie en schat dat wereldwijd ongeveer 10-20% van de kinderen en adolescenten lijdt aan psychische aandoeningen. Echter zijn er ook jongeren die, geconfronteerd met dezelfde obstakels, een normale ontwikkeling laten zien (Noltmeyer & Bush, 2013). Sommige jongeren ontwikkelen zelfs een sterkere persoonlijkheid en positievere kijk op het leven na het doormaken van moeilijke ervaringen (Skala & Bruckner, 2014). Reacties als deze geven blijk van de aanwezigheid van veerkracht. Het belang van veerkracht komt ook terug in de definitie van geestelijke gezondheid. De World Health Organization (2004) definieert geestelijke gezondheid als “a state of well-being in which the individual realizes his or her own abilities, can cope with the normal stresses of life, can work productively, and is able to make a contribution to his or her community” (p. 59). Om kunnen gaan met de normale stressfactoren uit het leven, ofwel veerkrachtig zijn, wordt hier gezien als een component van welbevinden. Sourì en Hasanirad (2011) beschrijven dat uit verscheidene onderzoeken is gebleken dat er een positieve relatie bestaat tussen veerkracht en welbevinden.

Een brede definitie van veerkracht luidt: “the process of, capacity for, or outcome of successful adaptation despite challenging or threatening circumstances” (Masten, Best, & Garmezy, 1990, p. 425). Vele onderzoekers houden zich bezig met dit concept en onderzoek heeft aangetoond dat veerkracht aangeleerd en versterkt kan worden (APA, 2017; Southwick, Bonanno, Masten, Panter-Brick, & Yehuda, 2014). Bevindingen als deze maken dat dat positief psychologische interventies (PPI's) zoals ‘SPARK resilience’ (Boniwell, 2017) worden ontwikkeld, welke zich richten op het vergroten van veerkracht. Positief psychologische interventies zijn behandelmethoden of activiteiten die gericht zijn op het ontwikkelen en/of in stand houden van positieve gevoelens, gedragingen of cognities (Sin & Lyubomirsky, 2009). Specifiek beoogt het SPARK resilience programma

veerkrachtvaardigheden te ontwikkelen bij jongeren door middel van educatieve activiteiten. De uitvoering van dit programma bij een groep jongeren in de jeugdzorg dient als context voor het huidige onderzoek. Het aantal studies dat veerkracht onderzoekt bij risicojongeren is gering (Shpiegel, 2016).

Positieve psychologie

PPI's zijn een onderdeel van positieve psychologie: een wetenschap waarin het verbeteren van de kwaliteit van leven en preventie van psychische aandoeningen centraal staat, doordat gericht wordt op positieve subjectieve ervaringen, positieve individuele eigenschappen en positieve instellingen (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Van oudsher werd geestelijke gezondheid meer gezien als de afwezigheid van ziekte dan als de aanwezigheid van welzijn (Fledderus, Bohlmeijer, Smit, & Westerhof, 2010; Ryff & Singer, 1996). Hierdoor richtte de geestelijke gezondheidszorg zich dan ook vooral op negatieve eigenschappen en emoties (Gillham & Seligman, 1999) en op behandeling van psychische aandoeningen en niet op preventie hiervan (Bolier et al., 2013). Deze negatieve benadering leidde zo tot beperking en bias van psychologische theorieën. Hoewel vanaf 1990 een meer positieve benadering in opkomst kwam (Gillham & Seligman, 1999), waren er in 2000 voor elk artikel over positieve emoties 21 artikelen over negatieve emoties (Myers, 2000). In hetzelfde jaar maakt 'positieve psychologie' intrede door middel van een introductie door Seligman en Csikszentmihalyi (2000). Sindsdien is de aandacht voor positieve psychologie sterk gegroeid en zijn er vele verschillende PPI's ontwikkeld. Verscheidene onderzoeken bekijken de effectiviteit van deze PPI's. Zo is bijvoorbeeld uit de review van Waters (2011) gebleken dat positief psychologische interventies voor scholen significant gerelateerd zijn aan het welbevinden en de academische prestatie van de leerlingen.

Best possible selves

De Best Possible Self (BPS) schrijfpdracht werd door King (2001) ontwikkeld als positief psychologische schrijfinterventie voor het vergroten van fysieke gezondheid. Bij deze opdracht wordt deelnemers gevraagd zichzelf voor te stellen in de toekomst, terwijl zij allerlei doelen hebben bereikt. King (2001) toonde aan dat de BPS schrijfpdracht dezelfde gezondheidsvoordelen teweeg kan

brengen als een traumaschrijfopdracht, maar minder van streek makend is dan die opdracht. Inmiddels wordt er veelvuldig gebruik gemaakt van de BPS interventie, maar is er een gebrek aan kwalitatief onderzoek in het BPS-veld (Loveday, Lovell, & Jones, 2016). Hiertoe bevelen deze onderzoekers aan om in vervolgonderzoek de inhoud van de BPS thematisch te analyseren, door middel van een theoretisch gebaseerd coderingsprotocol.

Best possible selves, of ook wel *hoped-for selves* (Zhu & Tse, 2016) of *ideal selves* (Markus & Nurius, 1986), zijn een component van *possible selves*. Volgens Markus en Nurius (1986) weerspiegelen possible selves een type zelfkennis waarin te zien is hoe het individu denkt over zijn/haar toekomst en potentieel. Naast de best possible selve bestaan possible selves uit nog twee componenten, namelijk: *expected selves* en *feared selves* (Markus & Nurius, 1986). Deze componenten hebben volgens deze onderzoekers respectievelijk betrekking op wat men verwacht te worden en wat men vreest te worden. Verder beschrijven Markus en Nurius (1986) dat possible selves de verbinding zijn tussen het zelfconcept en motivatie, omdat deze gezien kunnen worden als “the cognitive manifestation of enduring goals, aspirations, motives, fears, and threats” (p. 954). Dit alles betekent dat de beschrijving van de BPS veel informatie zal bevatten over de zelfkennis en het zelfconcept van de schrijver.

Definitie van veerkracht

Door de jaren heen is er veel onderzoek gedaan naar veerkracht en heeft het concept vele verschillende definities gekend. Lange tijd werd veerkracht gezien als een stabiele karaktereigenschap, maar inmiddels wordt het vooral gezien als een dynamisch proces dat door het leven heen kan veranderen (Ahern, 2006; Martínez-Martí & Ruch, 2017; Skala & Bruckner; 2014). In de eerder genoemde definitie van Masten et al. (1990) wordt er onderscheid gemaakt tussen veerkracht als proces, capaciteit of uitkomst. Lee, Cheung en Kwong (2012) ontwikkelden een meer specifieke definitie van veerkracht die de componenten van capaciteit, proces en uitkomst omvat. Zij definiëren veerkracht als: “the process of effectively mobilizing internal and external resources in adapting to or managing significant sources of stress or trauma” (p. 2). Bronnen van stress of trauma zijn bijvoorbeeld familie- en relatieproblemen, ernstige gezondheidsproblemen, financiële problemen en

werk-gerelateerde problemen (APA, 2017). Ook Rutter (1999) ziet veerkracht als een dynamisch proces. Volgens deze onderzoeker houdt dit proces in dat risicoprocessen en beschermende processen met elkaar interacteren, om zo de gevolgen van moeilijke situaties te verzachten. Risico- en beschermende processen kunnen intern (bijvoorbeeld karaktertrekken) en extern zijn (bijvoorbeeld het sociale netwerk). Andere onderzoekers beschrijven niet twee, maar drie levels waaruit deze processen voort kunnen komen, te weten: het individuele niveau, het gezinsniveau en het gemeenschapsniveau (Fleming & Ledogar, 2008; Luthar & Cicchetti, 2000).

Veerkracht bij (risico)jongeren

Gebleken is dat het grootste verschil tussen individuen met een lage en hoge mate van veerkracht het bestaan van beschermingsfactoren is (Lee et al., 2012). Voor risicjongeren beschrijft Shpiegel (2016) academische intelligentie en optimisme als twee beschermingsfactoren op het individuele niveau. Ook ander onderzoek beschrijft het belang van academische intelligentie, maar identificeert daarnaast ook de volgende factoren: temperament, gevoel voor humor, positief zelfbeeld, interne locus of control en gevoel van betrokkenheid (Lytle, Olica, Ostrove, & Cassady, 2011). Howell en Miller-Graff (2014) noemen dan nog een andere vorm van intelligentie, namelijk emotionele intelligentie. Dit heeft volgens deze onderzoekers betrekking op begrip van de oorsprong van de eigen gevoelens, onderscheid kunnen maken tussen emoties en het herkennen van de invloed die de eigen emoties kunnen hebben op anderen.

Al deze beschermingsfactoren voor risicjongeren op het individuele niveau, kunnen ondergebracht worden in het profiel van het veerkrachtige kind dat Benard (1991) geeft als beschrijving van beschermingsfactoren op het individuele niveau. Een veerkrachtig kind bezit volgens deze onderzoeker de volgende vier eigenschappen: sociale competentie, probleemoplossende vaardigheden, autonomie en zingeving en toekomstvisie. De eerste eigenschap, sociale competentie, heeft hier betrekking op alle vormen van prosociaal gedrag. Voorbeelden hiervan zijn: reactiviteit, flexibiliteit, empathie en zich bekommeren, communicatieve vaardigheden en gevoel voor humor. Het bezitten van deze eigenschap resulteert volgens Benard (1991) in het ontwikkelen van meer positieve relaties met anderen. Probleemoplossende vaardigheden omvatten het vermogen tot abstract, reflectief en flexibel

denken en in staat zijn aanspraak te maken op alternatieve oplossingen voor cognitieve en sociale problemen. Autonomie wordt door Benard (1991) beschreven als een gevoel van eigen identiteit en een vermogen om zelfstandig te handelen en controle uit te oefenen op de eigen omgeving.

Voorbeelden van vaardigheden van autonomie die gegeven worden zijn: sterk gevoel van onafhankelijkheid, interne locus of control, gevoel van macht, zelfvertrouwen, self efficacy, discipline en het controleren van impulsen. Ten slotte is zingeving en toekomstvisie een categorie waarbinnen verschillende gerelateerde kenmerken vallen, zoals: gezonde levensverwachtingen, doelgerichtheid, prestatiemotivatie, succes oriëntatie, educatieve ambities, doorzettingsvermogen en geloof in een mooie toekomst.

De (kwaliteit van de) relatie met ouders of primaire verzorgers is de beschermingsfactor op gezinsniveau die frequent terugkomt in de literatuur over risicojongeren. Hierbij is de aanwezigheid van een verzorgende, beschikbare en consistente ouder/verzorger en een gevoel van betrokkenheid bij het gezin van groot belang bij helpen omgaan met stressvolle situaties (Bell, Romano, & Flynn, 2015; Davidson-Arad & Navaro-Bitton, 2015). Hiernaast is het tevens van belang dat ouders/verzorgers hoge verwachtingen hebben wat de academische prestatie betreft en dat zij duidelijke en consistente grenzen aangeven (Bell et al., 2015).

Op het gemeenschapsniveau is vooral het sociale netwerk een belangrijke beschermingsfactor voor risicojongeren. Het belang van sociale relaties met leeftijdsgenoten en (belangrijke) volwassenen komt bijvoorbeeld in verschillende onderzoeken naar voren (Howel & Miller-Graff, 2014; Jones, 2012; Shpiegel, 2016; South, Jones, Creith, & Simonds., 2016) Hiernaast is betrokkenheid in school (Shpiegel, 2016) en het hebben van positieve schoolervaringen (South et al., 2016) van belang. Howell en Miller-Graff (2014) noemen tenslotte ook spiritualiteit als belangrijke beschermingsfactor. Spiritualiteit heeft volgens deze bezoekers betrekking op het voelen van verbintenis met een hogere kracht, het vinden van kracht en comfort in het goddelijk het gevoel hebben gezegend te zijn.

Het huidige onderzoek

Dit onderzoek richt zich op veerkracht specifiek bij jongeren in de jeugdzorg. Deze jongeren zal gevraagd worden een beschrijving te geven van hun BPS. Vervolgens zal gekeken worden welke

elementen van veerkracht terug te vinden zijn in deze beschrijving. De onderzoeksvraag luidt dan ook: “Welke elementen van veerkracht zijn terug te vinden in de Best Possible Self beschrijving van jongeren in de jeugdzorg?” Vanwege de bestaande positieve relatie tussen veerkracht en welbevinden zullen de bevindingen van de BPS aangevuld worden met de uitkomsten van een *health-related quality of life* (HRQoL) vragenlijst. *Quality of life* (QoL) wordt gezien als een indicator van algeheel welbevinden (Freire & Ferreira, 2016). De vervolgvraag in dit onderzoek luidt: “Is er een relatie tussen welbevinden en elementen van veerkracht in de Best Possible Self beschrijving van jongeren in de jeugdzorg?”

Methode

Design en participanten

Dit onderzoek betreft een kwalitatief onderzoek door middel van een schrijfopdracht. Het onderzoek werd uitgevoerd onder 25 deelnemers, waarvan 13 jongens en 12 meisjes. De gemiddelde leeftijd was $M = 13.76$ ($SD = 0.72$). Alle deelnemers waren leerlingen van het middelbaar algemeen voortgezet onderwijs (mavo). Na afname van de vragenlijst is een uitval van één deelnemer ontstaan, omdat deze deelnemer bij enkele vragen twee antwoorden heeft omcirkeld. Er is gebruik gemaakt van opportunity sampling, deelnemers van het SPARK resilience programma werden gevraagd deel te nemen aan het onderzoek. Dit houdt in dat alle deelnemers in contact staan met jeugdzorg. Deelnemers waren niet wilsbekwaam (jonger dan 18 jaar), waardoor een informatiebrief voor de ouders diende als passief informed consent.

Materialen

De Best Possible Self schrijfopdracht werd gebruikt, zoals beschreven door Boniwell en Ryan (2016) (Bijlage A). Deelnemers werd gevraagd henzelf voor te stellen in de toekomst, ongeveer een jaar later, terwijl zij allemaal dingen deden waarvan zij op dat moment alleen nog konden dromen. Hierbij werd gevraagd te denken aan school, thuis, familie en vrienden. Hierover schreven zij vervolgens een verhaal, in maximaal 30 minuten.

De Nederlandse versie van de Kidscreen met 27 items (KIDSCREEN-27) van Ravens-Sieberer et al. (2014) werd gebruikt als operationalisatie van welbevinden. De items hadden allemaal een 5-punts

Likertschaal, waarbij 1 stond voor ‘helemaal niet’ of ‘nooit’ en 5 stond voor ‘helemaal’ of ‘altijd’.

Alle items hadden betrekking op de afgelopen week, tenzij anders aangegeven. De vragenlijst bevatte vijf subschalen: fysiek welzijn, mentaal welzijn, autonomie en ouderrelatie, sociale steun en vrienden, en school. Een voorbeelditem uit de subschaal fysiek welzijn luidde: ‘Heb je je fit en gezond gevoeld?’ Een voorbeelditem uit de subschaal mentaal welzijn luidde: ‘Is je leven plezierig geweest?’ Een voorbeelditem uit de subschaal autonomie en ouderrelatie luidde: ‘Heb je voldoende tijd voor jezelf gehad?’ Een voorbeelditem uit de subschaal sociale steun en vrienden luidde: ‘Heb je tijd doorgebracht met je vrienden?’ Een voorbeelditem uit de laatste subschaal, school, luidde: ‘Heb je het naar je zin gehad op school?’ Hogere scores op de schaal geven een hogere mate van welbevinden aan. De Cronbach’s Alpha en Guttman’s lambda2 hadden in het huidige onderzoek de volgende waarden: $\alpha = .88$ en $\lambda^2 = .90$, wat duidt op een hoge betrouwbaarheid.

Procedure

Ethische toestemming werd gegeven door de ethische commissie van de Universiteit Twente, waarna ouders of verzorgers een informatiebrief werd versterkt met daarin informatie over de procedure en het doel van het onderzoek. Deze brief diende tevens als passief informed consent. De data werd verzameld in april 2017. Voor aanvang van het SPARK resilience programma werd de deelnemers gevraagd de BPS schrijfo opdracht uit te voeren, in maximaal 30 minuten. Vervolgens werd de welbevindenvragenlijst afgenomen. Dit nam ongeveer 10 minuten in beslag. Allereerst moesten deelnemers een aantal vragen omtrent algemene informatie invullen (geslacht en leeftijd), waarna de vragen van de KIDSCREEN-27 volgden. Hierbij moesten deelnemers op een 5-punts Likertschaal aangeven in welke mate elke gegeven uitspraak bij hen paste. kracht, het vinden van kracht en comfort in het goddelijk het gevoel hebben gezegend te zijn.

Analyse

Inhoudcodeerschema

Ten eerste werd een inhoudcodeerschema ontwikkeld om de inhoud van de BPS-beschrijvingen te analyseren. Dit codeerschema werd ontwikkeld aan de hand van een bottom-up methode. Er werd gekeken of (delen van) zinnen op basis van inhoud in categorieën geplaatst konden worden. De

volgende categorieën werden opgesteld: school, thuis, familie, vrienden, zelf, vrije tijd, sport, materialisme en rest. De beschrijving van deze codes is te vinden in Tabel 1. Met uitzondering van de codes ‘materialisme’ en ‘rest’, werd er aan iedere code een positieve, neutrale of negatieve waarde gehangen. Er werd niet verwacht dat zich een negatieve component van materialisme voor zou doen. Een negatieve waarde werd gegeven, wanneer de code een negatieve verwachting voor de toekomst bevatte. Een voorbeeld hierbij kan zijn dat een deelnemer beschreef dat er meer stress zou ontstaan thuis. Een neutrale waarde werd gegeven, wanneer de code een neutrale verwachting voor de toekomst bevatte. Een voorbeeld hierbij kan zijn dat een deelnemer beschreef dat hij/zij groter zou worden. Een positieve waarde werd ten slotte gegeven, wanneer de code een positieve verwachting voor de toekomst bevatte. Een voorbeeld hierbij kan zijn dat een deelnemer beschreef dat hij/zij over zou gaan naar de volgende klas.

Tabel 1

Beschrijving codes inhoudelijk codeerschema

Code	Beschrijving
School	(Delen van) zinnen waarin geschreven wordt over school en andere dingen die helpen bij het opbouwen van een carrière of het leren van iets nieuws (niet m.b.t. sport), zoals het krijgen van een bijbaantje.
Thuis	(Delen van) zinnen waarin het woord thuis expliciet genoemd, of waarin verhuizen of het krijgen van een nieuwe kamer beschreven wordt.
Familie	(Delen van) zinnen waarin familieleden individueel genoemd worden (zoals, oom, oma, zusje, vader etc.) en zinnen waarin familie als groep beschreven wordt.
Vrienden	(Delen van) zinnen waarin het woord vriend(en) expliciet genoemd wordt of waarin de relatie met specifieke vrienden beschreven wordt.
Zelf	(Delen van) zinnen die gaan over zelfontwikkeling of andere veranderingen aan de respondent zelf, zoals uiterlijke veranderingen.
Vrije tijd	(Delen van) zinnen waarin ‘vrije tijd’ expliciet genoemd wordt of waarin vrijetijdsbesteding genoemd wordt die niet per se sport of school gerelateerd is, zoals acteren, zingen en/of buitenspelen.
Sport	(Delen van) zinnen waarin het woord sport(en) expliciet genoemd wordt, waarin specifieke sporten beschreven worden of waarin respondenten aangeven kampioen/topsporter/gescout te willen worden.
Materialisme	(Delen van) zinnen waarin de respondent aangeeft dat hij/zij materiële dingen wil hebben, zoals een auto, zonder dat hiervoor een reden genoemd wordt die geschaard kan worden aan een andere code. Een auto willen om een oma vaker te kunnen bezoeken kan geschaard worden onder familie.
Overig	(Delen van) zinnen die niet onder een andere code geschaard kunnen worden.

Om de betrouwbaarheid van de codering te waarborgen is een interbeoordelaarsbetrouwbaarheid berekend. Drie onderzoekers codeerden apart van elkaar drie dezelfde BPS-beschrijvingen, waarna de

uitkomsten met elkaar vergeleken werden. Het streven was een Cohen's kappavertaling van minimaal .80, welke na één poging bereikt werd ($\kappa = .88$ tot $\kappa = 1.00$).

Veerkrachtcodeerschema

Vervolgens werd een veerkrachtcodeerschema ontwikkeld om veerkracht te kunnen identificeren in de BPS-beschrijvingen. Dit werd gedaan aan de hand van een top-down methode. Op basis van eerder beschreven literatuur (Fleming & Ledogar, 2008; Luthar & Cicchetti, 2000) werd hier onderscheid gemaakt tussen drie niveaus: het individuele niveau, het gezinsniveau en het gemeenschapsniveau. Binnen het individuele niveau werden vervolgens vier categorieën opgesteld, gebaseerd op de eigenschappen uit het door Benard (1991) beschreven profiel van het veerkrachtige kind. Deze categorieën luiden: sociale competentie, probleemoplossende vaardigheden, autonomie en zingeving en toekomstvisie. De beschrijvingen van deze niveaus en categorieën zijn te vinden in Tabel 2. Op basis van deze beschrijvingen werd voor alle eerder gecodeerde (delen) van zinnen gekeken of deze te identificeren waren als beschermingsfactor op één van de drie niveaus en eventueel binnen welke categorie. Wanneer een zin(sdeel) niet te identificeren was als beschermingsfactor, maar wel iets te maken heeft/kan hebben met veerkracht, wordt deze gecodeerd als overig. Ook voor dit codeerschema werd een interbeoordelaarsbetrouwbaarheid berekend. Twee onderzoekers codeerden apart van elkaar dezelfde BPS-beschrijving, waarna de uitkomsten met elkaar vergeleken werden. Het streven was een Cohen's kappavertaling van minimaal .80, welke na 2 pogingen bereikt werd ($\kappa = .92$).

Tabel 2

Operationele definities niveaus en categorieën veerkrachtcoderschema

	Categorie	Definitie
Individueel niveau	Sociale competentie	Alle vormen van pro sociaal gedrag. Voorbeelden: reactiviteit, flexibiliteit, empathie en zich bekommeren, communicatieve vaardigheden en gevoel voor humor.
	Probleemoplossende vaardigheden	Het vermogen tot abstract, reflectief en flexibel denken en in staat zijn aanspraak te maken op alternatieve oplossingen voor cognitieve en sociale problemen.
	Autonomie	Een gevoel van eigen identiteit en een vermogen om zelfstandig te handelen en controle uit te oefenen op de eigen omgeving. Voorbeelden van vaardigheden van autonomie: sterk gevoel van onafhankelijkheid, interne locus of control, gevoel van macht, zelfvertrouwen, self-efficacy, discipline en het controleren van impulsen.
	Zingeving en toekomstvisie	Gerelateerde kenmerken zijn: gezonde levensverwachtingen, doelgerichtheid, prestatiemotivatie, succes oriëntatie, educatieve ambities, doorzettingsvermogen, hoopvolheid, een gevoel van samenhang in het leven en geloof in een mooie toekomst.
Gezinsniveau		Positieve verwachting over hoe het thuis zal zijn, met ouders/primaire verzorgers, broers/zussen en huisdieren.
Gemeenschapsniveau		Positieve verwachting over sociale netwerk, band met leeftijdgenoten en/of andere volwassenen (bijvoorbeeld leraren of andere familieleden).
Overig		Alles dat wel iets met veerkracht te maken heeft/kan hebben, maar niet onder een bestaande categorie geschaard kan worden.

Relatie veerkracht met welbevinden

Item 1, 9, 10 en 11 van de KIDSCREEN-27 moesten worden omgeschaald. Om onderscheid te kunnen maken tussen een lagere en hogere score op de welbevindenvragenlijst werd gekozen voor mediaansplitsing. Vervolgens werd gekeken naar overeenkomsten en verschillen tussen de BPS beschrijvingen van beide groepen.

Resultaten**Inhoudcodering**

De resultaten van de inhoudcodering zijn weergegeven in Tabel 3. In totaal is er 113 keer een code toegewezen. Te zien is dat het onderwerp school het meest naar voren komt. Deze code is 35 keer toegewezen, wat goed is voor bijna een derde van de inhoud (31%). Deze code had 31 keer een positieve waarde, drie keer een neutrale waarde en één keer een negatieve waarde. Een voorbeeld

luit: “Ik hoop dat ik over 1 jaar in mavo 3 zit en er goed voorsta” (respondent 5). Het onderwerp dat hierna het meest besproken wordt is familie. Deze code is 23 keer toegewezen, waarvan 15 keer positief, vijf keer neutraal en drie keer negatief. Een voorbeeld luidt: “Het gaat goed met mijn familie, zie ze vaak genoeg” (respondent 13). De code zelf is 17 keer toegewezen, waarvan 13 keer positief en vier keer neutraal. Een voorbeeld luidt: “... en ik kan dan veel beter met mensen omgaan dan nu” (respondent 12). De code vrienden is 13 keer toegewezen, waarvan 11 keer positief en twee keer neutraal. Een voorbeeld luidt: “Ook hoop ik dat ik nog contact heb met vrienden” (respondent 5). De code thuis is 10 keer toegewezen, waarvan vijf keer positief en vijf keer neutraal. Een voorbeeld luidt: “... en alles gaat goed thuis ...” (respondent 22). De code sport is negen keer toegewezen, waarvan zeven keer positief en twee keer neutraal. Een voorbeeld luidt: “Dat ik weer in het demoteam van dansen kom” (respondent 4). De code vrije tijd is twee keer toegewezen, beide met een positieve waarde. Een voorbeeld luidt: “Ik hoop ook een verzorg pony gevonden te hebben” (respondent 5). De code materialisme is één keer toegewezen en is daarmee de minst voorkomende code. Respondent 1 beschreef: “Dat ik over een jaar ga scooter rijden dat lijkt me super leuk”.

Kijkend naar het geheel, is aan 74.3% van de codes een positieve waarde toegekend. De voorgaande quotes laten allemaal een positieve verwachting zien. Hiernaast kreeg 23.1% van de codes een neutrale waarde en 7.2% van de codes een negatieve waarde. Respondent 25 beschrijft een neutrale verwachting met betrekking tot thuis, namelijk: “Dat het huis verbouwd is.” Een negatieve verwachting, met betrekking tot familie, luidt: “Buiten dat mijn opa overlijdt aan kanker” (respondent 7).

Tabel 3
Resultaten inhoudscodering (absoluut en percentage)

Hoofdcode	Waarde	Frequentie	%
School		35	31.0
	Negatief	1	
	Neutraal	3	
	Positief	31	
Thuis		10	8.8
	Negatief	0	
	Neutraal	5	
	Positief	5	
Familie		23	20.4
	Negatief	3	
	Neutraal	5	
	Positief	15	
Vrienden		13	11.5
	Negatief	0	
	Neutraal	2	
	Positief	11	
Zelf		17	15.0
	Negatief	0	
	Neutraal	4	
	Positief	13	
Vrije tijd		2	1.8
	Negatief	0	
	Neutraal	0	
	Positief	2	
Sport		9	8.0
	Negatief	0	
	Neutraal	2	
	Positief	7	
Materialisme		1	0.9
Overig		3	2.7
Totaal		113	100.1

Veerkrachtcodering

Het doel van de veerkrachtcodering was het identificeren van elementen van veerkracht. De resultaten van deze codering zijn weergegeven in Tabel 4. In totaal is hier 105 keer een code toegewezen. Te zien is dat er voornamelijk beschermingsfactoren op individueel niveau geïdentificeerd zijn (71.4%). Op het individuele niveau kwam sociale competentie 18 keer voor. Een voorbeeld hiervan luidt: “En natuurlijk nog hele leuke dingen te doen/te beleven met mijn vrienden” (respondent 15). De beschermingsfactor probleemoplossende vaardigheden is vier keer geïdentificeerd. Een voorbeeld luidt: “Over 1 jaar ben ik er denk ik volledig aan gewend dat mijn

ouders gescheiden zijn” (respondent 13). Autonomie is 13 keer geïdentificeerd. Een voorbeeld luidt: “Ik hoop dat ik ook meer stappen heb genomen naar verschillende doelen.” (respondent 5). Zingeving en toekomstvisie is 40 keer geïdentificeerd en is daarmee de meest voorkomende beschermingsfactor op individueel niveau. Een voorbeeld luidt: “Dat ik goede cijfers haal en een baan heb gevonden” (respondent 10).

Een beschermingsfactor op gezinsniveau is 10 keer geïdentificeerd. Een voorbeeld luidt: “Dat mijn ouders niet gaan scheiden en bij elkaar blijven” (respondent 6). Een beschermingsfactor op gemeenschapsniveau is 17 keer geïdentificeerd. Een voorbeeld luidt: “... en op school geen problemen niks” (respondent 22). Ten slotte werden drie (delen van) zinnen gecodeerd als overig. Een voorbeeld hiervan luidt: “Maar alleen de band tussen mijn zusje van 12 jaar oud alleen maar slechter gaat worden door haar egoïstische gedrag en haar stomheid” (respondent 24).

Tabel 4

Resultaten veerkrachtcodering (absoluut en percentage)

Niveau	Categorie	Frequentie	%	<i>n</i>
Individueel		75	71.4	25
	Sociale competentie	18	17.1	12
	Probleemoplossende vaardigheden	4	3.8	4
	Autonomie	13	12.4	8
	Zingeving en toekomstvisie	40	38.1	24
Gezin		10	9.5	9
Gemeenschap		17	16.2	13
Overig		3	2.9	2
Totaal		105	100.0	25

Relatie veerkracht met welbevinden

De gemiddelde score op de welbevindenvragenlijst bedraagt $M = 111.21$ ($SD = 11.54$). De mediaan bedraagt 111, waardoor scores tot en met 111 duiden op lager welbevinden en scores vanaf 112 duiden op hoger welbevinden. De groep met lager welbevinden bestaat uit 13 deelnemers en heeft een gemiddelde score van $M = 103.85$ ($SD = 9.69$). De groep met hoger welbevinden bestaat uit 11 deelnemers en heeft een gemiddelde score van $M = 119.91$ ($SD = 6.32$).

Tabel 5 geeft een overzicht van de resultaten van de veerkrachtcodering waarbij onderscheid gemaakt is tussen lager en hoger welbevinden. Een eerste overeenkomst is dat beide groepen meer beschermingsfactoren op individueel niveau laten zien dan op de andere twee niveaus. Binnen het

individuele niveau zijn er echter verschillen te herkennen tussen de groepen. De beschermingsfactoren sociale competentie, probleemoplossende vaardigheden en zingeving en toekomstvisie komen vaker voor bij de groep met lager welbevinden. Autonomie komt vaker voor bij de groep met hoger welbevinden. Verder komen ook de beschermingsfactoren op de andere niveaus vaker voor bij de groep met hoger welbevinden, waardoor beide groepen totaal even vaak elementen van veerkracht laten zien. Dit terwijl de groep met lager welbevinden twee deelnemers meer bevat.

Tabel 5
Resultaten veerkrachtcodering voor lager en hoger welbevinden

Niveau	Categorie	Lager welbevinden (n = 13)			Hoger welbevinden (n = 11)		
		Frequentie	%	n	Frequentie	%	n
Individueel		38	77.6	13	34	69.3	11
	Sociale competentie	12	24.5	8	6	12.2	5
	Probleemoplossende vaardigheden	3	6.1	3	1	2.0	1
	Autonomie	2	4.1	2	10	20.4	5
	Zingeving en toekomstvisie	21	42.9	12	17	34.7	11
Gezin		4	8.2	4	5	10.2	5
Gemeenschap		7	14.3	6	9	18.4	8
Overig		0	0.0	0	1	2.0	1
Totaal		49	100.1	13	49	99.9	11

Tabel 6 geeft weer hoeveel deelnemers een bepaald aantal verschillende beschermingsfactoren laten zien. Acht van de 11 jongeren (72.8%) met hoger welbevinden laten drie of meer verschillende beschermingsfactoren zien in de BPS beschrijving. Van de 13 jongeren met lager welbevinden laten zes jongeren (46.2%) drie of meer verschillende beschermingsfactoren zien.

Tabel 6
Aantal deelnemers met x aantal verschillende beschermingsfactoren

Aantal verschillende beschermingsfactoren	Lager welbevinden (n = 13)		Hoger welbevinden (n = 11)	
	n	%	n	%
1	3	23.1	1	9.1
2	4	30.8	2	18.2
3	1	7.7	4	36.4
4	4	30.8	2	18.2
5	1	7.7	2	18.2
6	0	0.0	0	0.0
Totaal	13	100.1	11	100.1

Discussie

Elementen van veerkracht

De onderzoeksvraag luidde: ‘Welke elementen van veerkracht zijn terug te vinden in de Best Possible Self beschrijving van jongeren in de jeugdzorg?’ Om dit te kunnen onderzoeken is er, aan de hand van een top-down benadering, op basis van bestaande literatuur een veerkrachtcodeerschema ontwikkeld. In overeenstemming met deze literatuur (Fleming & Ledogar, 2008; Luthar & Cicchetti, 2000) zijn er elementen van veerkracht van alle niveaus terug te vinden in de BPS beschrijvingen van de jongeren in de jeugdzorg. De indrukvaliditeit van het veerkrachtcodeerschema is dan ook hoog. Verder geeft de hoge interbeoordelaarsbetrouwbaarheid bij dit codeerschema de indruk dat de definities van de beschermingsfactoren duidelijk zijn. Beschermingsfactoren op individueel niveau zijn veruit de meestvoorkomende elementen van veerkracht (71.4%). Dit is mogelijk te verklaren doordat (best) possible selves volgens Markus en Nurius (1986) vooral het zelfconcept en hoe de schrijver denkt over zijn/haar eigen toekomst en potentieel weerspiegelen. Het is mogelijk, maar niet noodzakelijk, om hier andere personen en omgevingsfactoren bij te betrekken.

Binnen het individuele niveau komt de beschermingsfactor zingeving en toekomstvisie het meest terug (38.1%). Er is slechts één deelnemer die deze beschermingsfactor niet laat zien. Zoals eerder beschreven vallen volgens Benard (1991) de volgende kenmerken onder deze beschermingsfactor: gezonde levensverwachtingen, doelgerichtheid, prestatiemotivatie, succes oriëntatie, educatieve ambities, doorzettingsvermogen en geloof in een mooie toekomst. Het vaak voorkomen van deze beschermingsfactor is in overeenstemming met het vaak voorkomen van het onderwerp school (31%) bij de inhoudcodering. School maakt een groot deel uit van het dagelijks leven van jongeren, wat maakt dat deze schoolgerelateerde kenmerken die Benard (1991) beschrijft al snel verbonden zijn aan het zelfconcept en zodoende vaak terugkomen in de BPS beschrijvingen van deze jongeren.

Autonomie en probleemoplossende vaardigheden zijn de twee beschermingsfactoren op individueel niveau die het minst voorkomen. Bij de jongeren uit het huidige onderzoek komt autonomie ongeveer drie keer zo vaak voor dan probleemoplossende vaardigheden. Deze bevinding is enigszins opvallend, omdat bij jongeren in de jeugdzorg ook verwacht zou kunnen worden dat het omgekeerde het geval is.

Zoals eerder beschreven omvatten probleemoplossende vaardigheden volgens Benard (1991) het vermogen tot abstract, reflectief en flexibel denken en in staat zijn aanspraak te maken op alternatieve oplossingen voor cognitieve en sociale problemen. Hoogstwaarschijnlijk ervaren jongeren in de jeugdzorg meer (vooral sociale) problemen dan jongeren die niet in aanraking zijn met jeugdzorg. Dit zou kunnen zorgen voor een betere ontwikkeling van probleemoplossende vaardigheden om zo deze obstakels te kunnen overwinnen. Autonomie werd door Benard (1991) beschreven als een gevoel van eigen identiteit en een vermogen om zelfstandig te handelen en controle uit te oefenen op de eigen omgeving. De rol van jeugdzorg in het leven van de jongeren zou echter mogelijk tot gevolg kunnen hebben dat zij minder zelfstandig kunnen handelen en meer controle uit handen moeten geven, waardoor hun gevoel van autonomie juist afneemt. Het zou echter ook kunnen zijn dat het in de BPS beschrijvingen meer gaat over de wens van het beschikken over bijvoorbeeld autonomie.

De beschermingsfactor sociale competentie van het individuele niveau (17.1%) komt ongeveer net zo vaak voor als beschermingsfactoren op gemeenschapsniveau (16.2%). Samen met beschermingsfactoren op gezinsniveau (9.5%) zijn deze drie elementen van veerkracht goed voor 42.8% van alle voorkomende elementen. Sociale competentie heeft betrekking op alle vormen van prosociaal gedrag. Het gezinsniveau gaat vooral over de situatie thuis, met ouders, broers/zussen etc. en het gemeenschapsniveau over het verdere sociale netwerk, zoals andere familieleden en leeftijdsgenoten. Zodoende staan deze drie elementen van veerkracht in verband met de codes thuis, familie en vrienden uit de inhoudcodering, welke samen goed zijn voor 40.7% van de codes.

Relatie veerkracht met welbevinden

De vervolgvraag luidde: “Is er een relatie tussen welbevinden en elementen van veerkracht in de Best Possible Self beschrijving van jongeren in de jeugdzorg?” Om dit te kunnen onderzoeken zijn de bevindingen van de BPS aangevuld met de uitkomsten van een welbevindenvragenlijst. De relatie tussen welbevinden en veerkracht die gevonden is in het huidige onderzoek is (deels) in overeenstemming met de in de inleiding beschreven literatuur (Souri & Hasanirad, 2011). Er bestaat mogelijk een relatie tussen welbevinden en het vaker terugkomen van bepaalde elementen van veerkracht in de BPS beschrijving. Bij jongeren met lager welbevinden komen de

beschermingsfactoren sociale competentie, probleemoplossende vaardigheden en zingeving en toekomstvisie vaker terug. Bij jongeren met hoger welbevinden komen autonomie en de beschermingsfactoren op gezins- en gemeenschapsniveau vaker terug. Dit duidt echter niet per se op een positieve relatie tussen veerkracht en welbevinden, zoals deze beschreven wordt in de literatuur. De groepen jongeren met hoger welbevinden laten totaal namelijk niet meer elementen van veerkracht zien in de BPS beschrijving dan jongeren met lager welbevinden. Wel komt het laten zien van drie of meer verschillende elementen van veerkracht vaker voor bij jongeren met hoger welbevinden dan bij jongeren met lager welbevinden. Dit zou kunnen betekenen een positieve relatie tussen veerkracht en welbevinden in het huidige onderzoek inhoudt dat hoger welbevinden samenhangt met een completer 'pakket' van elementen van veerkracht.

Beperkingen en aanbevelingen

Best Possible Selves en veerkrachtcodeerschema

Zoals verwacht, bevat de BPS beschrijving veel informatie over de zelfkennis en het zelfconcept van de schrijver. Hierin laat de schrijfopdracht ruimte voor wat de schrijver belangrijk acht. Dit in tegenstelling tot meer kwantitatieve methoden, zoals vragenlijsten, waarbij van tevoren reeds vast ligt welke informatie verkregen zal worden. Kort gezegd geeft de BPS schrijfopdracht rijke informatie over wie de schrijver is. Zodoende kan deze schrijfopdracht op verscheidene manieren waardevol zijn voor de praktijk. Terugkomend op SPARK resilience, de interventie die diende als context voor dit onderzoek, zou de BPS schrijfopdracht gebruikt kunnen worden om meer inzicht te krijgen in het zelfconcept en de zelfkennis van de deelnemers. Door de schrijfopdracht voor en na een interventie uit te laten voeren, zou gekeken kunnen worden of de interventie veranderingen in de zelfkennis en het zelfconcept van de deelnemers teweeg brengt. Verder kan de BPS schrijfopdracht ook van waarde zijn voor een psycholoog bij het vergaren van informatie over diens cliënten of voor het verkrijgen van meer inzicht in de eigen zelfkennis en het eigen zelfconcept.

Terwijl de schrijfopdracht daar niet specifiek voor ontworpen is, is het mogelijk gebleken om door middel van een thematische analyse elementen van veerkracht te identificeren in de beschrijving van de BPS. Hiermee beantwoordt dit onderzoek aan de eerder beschreven aanbeveling van Loveday et al.

(2016) om de BPS inhoud thematisch te analyseren aan de hand van een theoretisch gebaseerd coderingsprotocol. Possible selves weerspiegelen een type zelfkennis waarin te zien is hoe het individu denkt over zijn/haar toekomst en potentieel (Markus & Nurius, 1986). Het gaat hier volgens deze onderzoekers niet slechts over een wens, maar over de cognitieve weerspiegeling van onder andere aanhoudende doelen, verlangens en motieven, waardoor possible selves de verbinding zijn tussen zelfconcept en motivatie. Dit maakt dat de BPS beschrijving een geschikte maat is voor veerkracht. De BPS schrijfpdracht zou gebruikt kunnen worden door onderzoekers en psychologen om meer inzicht te krijgen in iemands veerkracht. Bij deelnemers van het SPARK resilience programma zou dan weer gekeken kunnen worden of de interventie veranderingen teweeg brengt in de elementen van veerkracht die terugkomen in de beschrijvingen. Ten slotte bestaat de mogelijkheid dat de BPS schrijfpdracht naast inzicht in veerkracht, ook inzicht zal kunnen verschaffen in andere concepten.

Bij het veerkrachtcodeerschema kunnen echter wel een aantal kanttekeningen gemaakt worden. Ondanks dat het beschrijven van een best mogelijke zelf de opdracht was, beschreven de jongeren in het huidige onderzoek ook negatieve gebeurtenissen. Dit is mogelijk te verklaren aan de hand van de in de inleiding beschreven literatuur over possible selves. Possible selves bestaan namelijk uit drie componenten, waarvan best possible selves de positieve variant zijn (Markus & Nurius, 1986). De overige twee componenten zijn expected selves en feared selves. Het is mogelijk dat deze drie componenten voor sommige mensen onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn, waardoor ook negatieve componenten naar voren kunnen komen in de BPS. Uit eerder onderzoek is gebleken dat een groep die significante emotionele verwaarlozing had ervaren, lager scoorde op psychische symptomen dan een groep die geen tot weinig emotionele verwaarlozing had ervaren (Campbell-Sills, Cohan, & Stein, 2006). Beide groepen scoorden echter hoog op veerkracht. Dit wekt de indruk dat het ervaren van obstakels toch positieve effecten kan hebben. Voor negatieve componenten was in het veerkrachtcodeerschema echter geen ruimte, waardoor deze geschaard werden onder de categorie overig. Een aanbeveling is dan ook om ook negatieve componenten van possible selves mee te nemen bij het identificeren van veerkracht of andere concepten in de (B)PS beschrijving.

Verder is er ruimte voor verbetering bij de definitie van een aantal beschermingsfactoren uit het

veerkrachtcodeerschema. Ten eerste is het meerdere keren voorgekomen dat (delen) van zinnen dubbel gecodeerd werden als de beschermingsfactor sociale competentie en als beschermingsfactor op gemeenschapsniveau, wat duidt op enige overlap tussen de definities van deze factoren. Dit is dan ook een mogelijke verklaring voor het feit dat deze beschermingsfactoren bijna even vaak voorkwamen, namelijk respectievelijk 18 en 17 keer. Het probleem doet zich voor bij (delen van) zinnen waarin schrijvers lieten zien dat zij zich bekommerden om familieleden of vrienden. ‘Zich bekommeren’ is onderdeel van de definitie van social competence. Echter waren de onderzoekers van mening dat bekommeren om familieleden of vrienden ook laten blijken dat de schrijver sociale relaties heeft met deze mensen. Hierdoor werden deze zinnen tevens gecodeerd als beschermingsfactor op gemeenschapsniveau. Overlap tussen beschermingsfactoren zou in toekomstig onderzoek vermeden moeten worden. Ten tweede worden er vele uiteenlopende zinnen geïdentificeerd als de beschermingsfactor sense of purpose and future. Van deze verscheidenheid is echter niets meer te herkennen in de resultaten van de veerkrachtcodering. Een eventuele aanbeveling voor vervolgonderzoek is het opstellen van deelcategorieën die plek maken voor deze verscheidenheid.

Jongeren in de jeugdzorg en welbevindenvragenlijst

Aangezien zoals eerder beschreven onderzoek naar veerkracht bij risicjongeren gering is (Shpiegel, 2016), voorziet dit onderzoek in de behoefte aan verdere informatie over veerkracht bij deze kwetsbare groep. Echter moet hierbij met een aantal dingen rekening gehouden worden. Ten eerste is dit onderzoek van kwalitatieve en exploratieve aard, waardoor generaliseerbaarheid en externe validiteit niet behoort tot het doel van dit onderzoek. Verder is er vrij weinig informatie bekend over de reden waarom de jongeren uit dit onderzoek in aanraking zijn met jeugdzorg en dus over de ernst van de situatie waarin zij verkeren.

Wat de welbevindenvragenlijst betreft, beschikt de onderzoek niet over de scoringshandleiding van de KIDSCREEN-27 wat maakt dat er slechts ruwe scores berekend zijn. Dit maakte dat het niet tot nauwelijks mogelijk was om de scores dit onderzoek te vergelijken met standaarden of scores uit eerdere onderzoeken. Er zijn twee eerdere onderzoek waarin tevens ruwe scores weergegeven worden in de resultaten (Berman, Liu, Ullman, Jadbäck, & Engström, 2016; Freire & Ferreira, 2016). De

mediaan en gemiddelde score uit het huidige onderzoek waren vergelijkbaar met die uit de andere onderzoeker. De deelnemers van die onderzoeken waren echter ‘gewone’ jongeren en geen risicojongeren. Dit alles maakt dat niet met zekerheid geconcludeerd kan worden dat lager of hoger welbevinden in dit onderzoek betekent dat de deelnemer daadwerkelijk een laag of hoog niveau van welbevinden ervaart. Een aanbeveling voor vervolgonderzoek is dan ook om gebruik te maken van de scoringshandleiding, zodat hardere uitspraken gedaan kunnen worden.

Conclusie

Veerkracht is van groot belang voor het om kunnen gaan met de vele obstakels die jongeren ervaren in hun leven (Noltemeyer & Bush, 2013; Skala & Bruckner, 2014). Uit eerder onderzoek is gebleken dat het grootste verschil tussen individuen met een lage en hoge mate van veerkracht het bestaan van beschermingsfactoren is (Lee et al., 2012), welke voort kunnen komen uit het individuele niveau, het gezinsniveau en het gemeenschapsniveau (Fleming & Ledogar, 2008). Uit het huidige onderzoek is gebleken dat beschermingsfactoren van alle niveaus terugkomen in de BPS beschrijving van jongeren uit de jeugdzorg. Verder is gebleken dat er een positieve relatie bestaat tussen welbevinden en elementen van veerkracht in de BPS beschrijving van deze jongeren. Jongeren met hoger welbevinden laten vaker drie of meer verschillende beschermingsfactoren laten zien. Dit onderzoek heeft dan ook voorzien in de behoefte aan verdere informatie over veerkracht bij risicojongeren. Verder laat dit onderzoek zien dat de BPS schrijfpdracht op verschillende manieren waardevol kan zijn voor de praktijk. Er is gebleken dat de schrijfpdracht rijke informatie verschaft over de schrijver en geschikt is voor thematische analyse om elementen van veerkracht en mogelijk ook andere concepten te identificeren.

Literatuur

- Ahern, N. R. (2006). Adolescent resilience: An evolutionary concept analysis. *Journal of Pediatric Nursing, 21*(3), 175-185. doi:10.1016/j.pedn.2005.07.009
- American Psychological Association. (2017). *The road to resilience*. Opgevraagd van <http://www.apa.org/helpcenter/road-resilience.aspx>
- Baños, R. M., Etchemendy, E., Mira, A., Riva, G., Gaggioli, A., & Botella, C. (2017). Online positive interventions to promote well-being and resilience in the adolescent population: A narrative review. *Frontiers in Psychiatry, 8*, 1-9. doi:10.3389/fpsy.2017.0001
- Bell, T., Romano, E., & Flynn, R. J. (2015). Profiles and predictors of behavioral resilience among children in child welfare. *Child Abuse & Neglect, 48*, 92-103. doi:10.1016/j.chiabu.2015.04.018
- Benard, B. (1991). *Fostering resiliency in kids: Protective factors in the family, school, and community*. Opgevraagd van https://www.wested.org/wp-content/files_mf/1373568312resource93.pdf
- Berman, A. H., Liu, B., Ullman, S., Jadbäck, I., & Engström, K. (2016). Children's quality of life based on the KIDSCREEN-27: Child self-report, parent ratings and child-parent agreement in a swedish random population sample. *PLoS ONE, 11*(3), e0150545. doi:10.1371/journal.pone.0150545
- Bohlmeijer, E., Westerhof, G., Bolier, L., Steeneveld, M., Geurts, M., & Walburg, J. (2013). Welbevinden: Van bijzaak naar hoofdzaak? *De Psycholoog, 48*(11), 48-59. Opgevraagd van http://www.positievepsychologie.nu/upload/PSY1311_W2_corr.pdf
- Bolier, L., Haverman, M., Westerhof, G. J., Riper, H., Smit, F., & Bohlmeijer, E. (2013) Positive psychology interventions: A meta-analysis of randomized controlled studies. *BMC Public Health, 13*, 119. doi:10.1186/1471-2458-13-119

- Boniwell, I. (2017). *SPARK: werken aan veerkracht* (N. de Jong, Vert.). Mantes la Jolie, Frankrijk; Positran.
- Boniwell, I., & Ryan, L. (2016). Aan de slag met positieve psychologie. Meer veerkracht en zelfvertrouwen voor leerlingen van 10 tot 15 jaar. Amsterdam: SWP.
- Campbell-Sills, L., Cohan, S. L., & Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, *44*(4), 585-599. doi:10.1016/j.brat.2005.05.001
- Davidson-Arad, B., & Navaro-Bitton, I. (2015). Resilience among adolescents in foster care. *Children and Youth Services Review*, *59*, 63-70. doi:10.1016/j.childyouth.2015.09.023
- Fledderus, M., Bohlmeijer, E. T., Smit, F., & Westerhof, G. J. (2010). Mental health promotion as a new goal in public mental health care: A randomized controlled trial of an intervention enhancing psychological flexibility. *American Journal of Public Health*, *100*(12), 2372-2378. doi:10.2105/AJPH.2010.196196
- Fleming, J., & Ledogar, R. J. (2008). Resilience, an evolving concept: A review of literature relevant to aboriginal research. *Pimatisiwn*, *6*(2), 7-23. doi:10.1016/j.clinph.2011.06.006.A
- Freire, T., & Ferreira, G. (2016). Health-related quality of life of adolescents: Relations with positive and negative psychological dimensions. *International Journal of Adolescence and Youth*, *38*(4), 1-14. doi:10.1080/02673843.2016.1262268
- Gillham, J. E., & Seligman, M. E. P. (1999). Footsteps on the road to a positive psychology. *Behaviour Research and Therapy*, *37*, 163-173. doi:10.1016/S0005-7967(99)00055-8
- Howell, K. H., & Miller-Graff, L. E. (2014). Protective factors associated with resilient functioning in young adulthood after childhood exposure to violence. *Child Abuse & Neglect*, *38*(12), 1985-1994. doi:10.1016/j.chiabu.2014.10.010

- Jones, L. (2012). Measuring resiliency and its predictors in recently discharged foster youth. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 29(6), 515-533. doi:10.1007/s10560-012-0275-z
- King, L. A. (2001). The health benefits of writing about life goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(7), 798-807. doi:10.1177/0146167201277003
- Lee, T. Y., Cheung, C. K., & Kwong, W. M. (2012). Resilience as a positive youth development construct: A conceptual review. *The Scientific World Journal*, 2012, 390450. doi: 10.1100/2012/390450
- Loveday, P. M., Lovell, G. P., & Jones, C. M. (2016). The best possible selves intervention: a review of the literature to evaluate efficacy and guide future research. *Journal of Happiness Studies*, 1-22. doi:10.1007/s10902-016-9824-z
- Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. *Dev Psychopathol*, 12(4), 857-885. Opgevraagd van <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1903337/>
- Lytle, R. L., Oliva, G. A., Ostrove, J. M., & Cassady, C. (2011). Building resilience in adolescence: the influences of individual, family, school, and community perspectives and practices. In D. H. Zand & K. J. Pierce (Red.), *Resilience in deaf children: Adaptation through emerging adulthood* (pp. 251-277). doi:10.1007/978-1-4419-7796-0_10
- Markus, H., & Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41(9), 954-969. doi:10.1037/0003-066X.41.9.954
- Martínez-Martí, M. L., & Ruch, W. (2017). Character strengths predict resilience over and above positive affect, self-efficacy, optimism, social support, self-esteem, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 12(2), 110-119. doi:10.1080/17439760.2016.1163403
- Masten, A. S., Best, K. M., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2(4), 425-444. doi: 10.1017/S0954579400005812

- Myers, D. G. (2000). Hope and happiness. In J. Gillham (ed.), *The science of optimism and hope*. Radnor, PA: Templeton Foundation Press.
- Noltemeyer, A. L., & Bush K. R. (2013). Adversity and resilience: A synthesis of international research. *School Psychology International, 34*(5), 474-487. doi:10.1177/0143034312472758
- Ravens-Sieberer, U., Herdman, M., Devine, J., Otto, C., Bullinger, M., Rose, M., & Klasen, F. (2014). The European KIDSCREEN approach to measure quality of life and well-being in children: development, current application, and future advances. *Qual Life Res, 23*(3), 791-803. doi:10.1007/s11136-013-0428-3
- Rutter, M. (1999). Resilience concepts and findings: implications for family therapy. *Journal of Family Therapy, 21*(2), 119-144. doi:10.1111/1467-6427.00108
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics, 65*(1), 14-23. doi:10.1159/000289026
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist, 55*(1), 5-14. doi:10.1037/0003-066X.55.1.5
- Sin, N. L., & Lyubomirsky, S. (2009). Enhancing well-being and alleviating depressive symptoms with positive psychology interventions: A practice-friendly meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology, 65*(5), 467-487. doi: 10.1002/jclp.20593
- Skala, K., & Bruckner, T. (2014). Beating the odds: An approach to the topic of resilience in children and adolescents. *Neuropsychiatrie, 28*(4), 208-217. doi:10.1007/s40211-014-0125-7
- South, R., Jones, F. W., Creith, E., & Simonds, L. M. (2016). Understanding the concept of resilience in relation to looked after children: A Delphi survey of perceptions from education, social care and foster care. *Clinical Child Psychology and Psychiatry, 21*(2), 178-192. doi: 10.1177/1359104515577485

- Souri, H., & Hasanirad, T. (2011). Relationship between resilience, optimism, and psychological well-being in students of medicine. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 30, 1541-1544. doi:10.1016/j.sbspro.2011.10.299
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5, 1-14. doi:10.3402/ejpt.v5.25338
- Spiegel, S. (2016). Resilience among older adolescents in foster care: The impact of risk and protective factors. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 14(1), 6-22. doi:10.1007/s11469-015-9573-y
- Ungar, M., Russell, P., & Connelly, G. (2014). School-based interventions to enhance the resilience of students. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 4(1), 66-83. doi:10.5539/jedp.v4n1p66
- Waters, L. (2011). A review of school-based positive psychology interventions. *The Australian Educational and Developmental Psychologist*, 28(2), 75-90. doi:10.1375/aedp.28.2.75
- World Health Organization. (2004). *Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice: Summary report*. Opgevraagd van http://www.who.int/mental_health/evidence/en/promoting_mhh.pdf
- World Health Organization. (2017). *Adolescents and mental health*. Opgevraagd van http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/mental_health/en/
- Zhu, S., & Tse, S. (2016). Possible selves, strategies and perceived likelihood among adolescents in Hong Kong: desire and concern. *International Journal of Adolescence and Youth*, 21(2), 135-149. doi:10.1080/02673843.2015.1031683

