



# Veerkracht in jeugdhulpverlening en onderwijs

Zowel in de jeugdhulpverlening als in het onderwijs is de focus voornamelijk gericht op pathologie, problemen en risico's. Deze focus vertoont tekortkomingen. De auteurs houden een pleidooi voor een focus op veerkracht en geven een aantal aanbevelingen die niet alleen het welbevinden van kinderen en hun omgeving, maar ook van hulpverleners en leerkrachten kunnen bevorderen.

## ■ Eva Kuiper & Fredrike Bannink

**W**ith resilience, children can triumph over trauma; without it, trauma (adversity) triumphs.

Grotberg (1995, p. 6). Er bestaat een toenemende belangstelling voor de wijze waarop kinderen overleven en wat hen sterker maakt. Daarbij is de focus niet op pathologie, maar op capaciteiten die het kind helpen zo goed mogelijk met problemen om te gaan: het gaat om *veerkracht* en *protectieve factoren*.

Bij veerkracht, een belangrijk construct binnen de positieve psychologie (Bannink, 2007, 2009, 2015, 2016; Bohlmeijer & Bannink, 2013), gaat het om de aanwezigheid van protectieve factoren, maar alleen in combinatie met situaties waarin kinderen worden blootgesteld aan risico's. Veerkracht wordt gedefinieerd als het vermogen te overleven, te herstellen, te volharden of zelfs te groeien na confrontatie met schokkende gebeurtenissen. Het betreft dus een reactiepatroon waarbij aan twee voorwaarden voldaan moet zijn: een aanzienlijke bedreiging in het welzijn en een positieve aanpassing van het kind (Luthar, Chicchetti & Becker, 2000).

Kinderen met veerkracht blijken beter in staat problemen en negatieve invloeden zodanig te verwerken dat zij hiervan in hun verdere leven niet of slechts in beperkte mate last hebben (Van Yperen, 2003). Zelfs van kinderen met vreselijke ervaringen weet een groot percentage ernstige gevolgen te 'ontlopen' (Rutter, 1993). Ook na een ernstige gebeurtenis als seksueel misbruik blijkt een aanzienlijk aantal geen blijvende schade te ondervinden. Zo werd van 240 seksueel misbruikte kinderen toch 24 procent beoordeeld als emotioneel stabiel (De Francis, 1969). Overigens kunnen ook bij kinderen die dergelijke ervaringen níét meemaken in de opvoeding en ontwikkeling problemen ontstaan. Geen enkel kind en geen enkel gezin vormt hierop een uitzondering; elk gezin en ieder kind wordt vroeg of laat geconfronteerd met risico's en kan daardoor problemen

ondervinden. Toch gaat het in de meeste gevallen goed (Hermanns, Öry & Schrijvers, 2005).

## Geen karaktereigenschap

In tegenstelling tot veerkracht refereren *protectieve factoren* aan capaciteiten binnen en buiten het individu die zelfs een hele populatie kan bezitten. Hoe meer capaciteiten een kind heeft, hoe meer kans op slagen in de maatschappij. Zo kan een kind een stabiel, geweldloos gezin, een goede intelligentie en een zorgzame leerkracht hebben. Omdat de risico's waarmee dit kind geconfronteerd wordt nihil kunnen zijn, bezit hij of zij wel protectieve factoren, maar kan hij of zij nog niet veerkrachtig worden genoemd.

Er bestaat onenigheid en verwarring over de definities, causaliteit en onderlinge samenhang van veerkracht en protectieve factoren. De termen veerkracht en protectieve factoren worden als synoniem gebruikt (McElwee, 2007), of er wordt een verschillende betekenis aan gegeven (Ungar, 2008). Sommigen stellen dat veerkracht een onderdeel is van protectieve factoren (Hermanns e.a., 2005), anderen dat veerkracht bevorderd wordt door het aantal protectieve factoren te vergroten (Bernard, 1991). Uit een meta-analyse van 33 studies naar veerkracht (Lee et al., 2013) bleek dat protectieve factoren, zoals tevredenheid met het leven, optimisme, positief affect, zelfwerkzaamheid, een gevoel van eigenwaarde en sociale steun, het meest bijdragen aan veerkracht. Onderzoekers, behandelaars en leerkrachten worden zich steeds meer bewust van het feit dat kennis over symptomen en problemen niet voldoende is om kinderen adequaat te helpen. Zo stelden Seligman, Ernst, Gillham, Reivich en Linkins (2009) dat welbevinden en veerkracht speerpunten moeten zijn op iedere school, omdat het depressie tegengaat, levenstevredenheid verhoogt en zorgt voor beter leren en creatiever denken.

Bij veerkracht gaat het niet om iets waarmee men geboren wordt of iets wat iemand 'heeft' of 'niet heeft'; het is geen karaktereigenschap. Volgens Ungar (2008) is het identificeren van een kind als een 'veerkrachtig individu' daarom een verkeerde

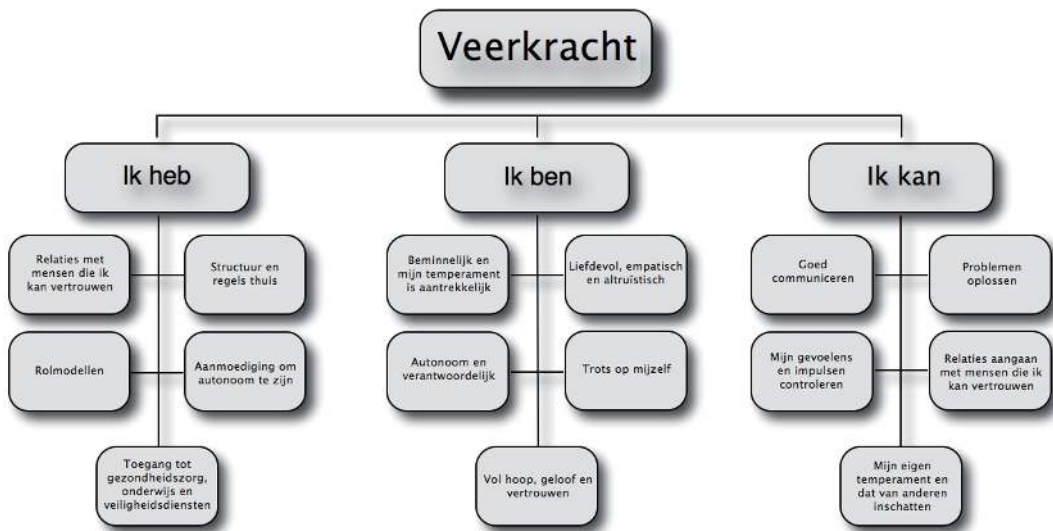
keuze. Een kind ontwikkelt veerkracht naarmate het binnen het gezin en de maatschappij de middelen daartoe vindt. Daarom is een breder perspectief belangrijk, dat ook de sociale context meeneemt. Veerkracht betreft de mogelijkheid van kinderen om gebruik te maken van interne capaciteiten, zoals een gemakkelijk temperament, en externe middelen, zoals sociale ondersteuning (Ungar, 2008). Veerkracht wordt dan beschouwd als een dynamisch ontwikkelingsproces (Luthar et al., 2000). Daarmee worden meer deuren geopend voor betere interventies, die op verschillende niveaus werkzaam zijn.

Onderzoek naar veerkracht biedt een positiever, nauwkeuriger en hoopvoller perspectief dan onderzoek naar problemen. Niet alleen nodigt het professionals die werken met kinderen uit om de focus te richten op sterke kanten in plaats van tekortkomingen, ook duidt het aan wat instellingen moeten doen om ervoor te zorgen dat kinderen kunnen floreren. Veerkracht levert een nieuw kader waarin we kunnen denken over kinderen, hun gezinnen en omgeving en reikt nieuwe manieren aan hoe we hen kunnen benaderen.

### International Resilience Project

Het International Resilience Project (Grotberg, 1995, 2006) onderzocht in dertig landen de interactie tussen het individu en sociale context met betrekking tot veerkracht. Bij 589 kinderen en hun ouders/verzorgers werd nagegaan in hoeverre veerkrachtbevorderende factoren een rol speelden. Slechts in 38 procent bleek dat de veerkracht van kinderen daadwerkelijk bevorderd werd door ouders/verzorgers in woord en daad (door bijvoorbeeld de liefde voor hun kind verbaal en fysiek te uiten) of met de omgeving die zij hun kinderen boden (door bijvoorbeeld het aanreiken van begeleiding bij leerproblemen). Verder bleek dat kinderen uit alle landen gebruik maakten van dezelfde factoren, te verdelen in drie categorieën, die samen leiden tot veerkracht. Elke categorie is verdeeld in vijf factoren, van belang voor respectievelijk iedere categorie (zie figuur 1).

- **Ik heb:** factoren die extern zijn en hulpmiddelen en ondersteuning van buitenaf betreffen.
- **Ik ben:** factoren die interne capaciteiten betreffen.
- **Ik kan:** factoren die sociale en interpersoonlijke vaardigheden betreffen.



Figuur 1. Boomdiagram veerkracht. Bron: International Resilience Project (Grotberg 1995)

## Zes aanbevelingen

Hieronder geven we zes aanbevelingen om kinderen en hun omgeving te helpen hun veerkracht te vergroten. Het betreft gebruik van de positieve focus, het gebruik van het boomdiagram van Grotberg, het ontwikkelen van een positieve omgeving, het koesteren van hoge verwachtingen, uitgaan van samenwerking in plaats van weerstand en de training van professionals.

### 1. Verleg de focus van negatief naar positief

Kuiper en Bannink (2012) hebben een aantal tekortkomingen van de focus op pathologie beschreven. Professionals dienen verder te gaan dan het reduceren van negatieve emoties; zij dienen en positieve emoties te stimuleren, door een positief doel te formuleren (vragen naar wat kind en omgeving voor het probleem in de plaats willen), te vragen naar wat werkt en hoe het kind en de omgeving dit kunnen uitbreiden (Bannink, 2009, 2013).

Er dient meer aandacht geschonken te worden aan mogelijkheden van het kind en zijn omgeving, waarbij de aanbeveling geldt om eerst te kijken naar kansen en dan pas naar risico's. Wanneer de focus eerst op risico's ligt, is het lastig daarna nog kansen te zien (Bannink, 2010). Juist aandacht voor kansen en mogelijkheden zorgt voor een positieve focus, positieve emoties en een grotere intrinsieke motivatie (Isen & Reeve, 2005). Voorbeelden van vragen naar mogelijkheden, die op alle soorten problemen toepasbaar zijn:

- Wat zijn de beste (onverwachte) dingen die er kunnen gebeuren?
- Welk verschil zal dat maken voor het kind/ zijn omgeving?
- Wat hiervan gebeurde al (een beetje) in het verleden of gebeurt nu?
- Hoe kan dat herhaald worden?
- Wie en/of wat kan daaraan bijdragen?

### 2. Gebruik het boomdiagram van Grotberg

In het boomdiagram (zie figuur 1) komen drie

categorieën voor (*Ik heb, Ik ben, Ik kan*) die als leidraad dienen bij de inventarisatie en verdere ontwikkeling van veerkracht. De jeugdhulpverlening en het onderwijs kunnen kinderen en hun omgeving vragen stellen naar wat het kind al heeft (*Ik heb*), wat het kind al is (*Ik ben*) en wat het kind al kan (*Ik kan*). Er wordt gekeken naar wat al aanwezig is aan hulpbronnen en naar waar vooruitgang geboekt kan worden.

### 3. Ontwikkel of versterk een positieve omgeving

Om succesvol en effectief te zijn dienen preventieve interventies gericht te zijn op verbeteren en creëren van een positieve omgeving – gezinnen, scholen en maatschappij – die op hun beurt ook positief gedrag en positieve emoties van het kind bekrachtigen. Door te kijken naar sterke kanten van het kind en diens omgeving wordt gebruik gemaakt van een interactionele visie, waarbij de volgende vraag centraal staat: welke sterke kanten heeft het kind en welke sterke kanten heeft zijn omgeving? Hoe kan de omgeving deze sterke kanten inzetten om het kind en zichzelf te steunen?

### 4. Koester hoge verwachtingen

Professionals dienen hoge verwachtingen te hebben van het kind en ervan uit te gaan dat het kind problemen goed kan overleven. Hoge verwachtingen helpen bij bevordering van veerkracht bij kinderen die (soms dagelijks) te maken hebben met problemen (McElwee, 2007). Indien professionals de hoop verliezen of lage verwachtingen hebben, wordt een *negatieve self-fulfilling prophecy* in gang gezet: dit beïnvloedt de uitkomst in ongunstige zin (Bannink, 2013; Bannink & Den Haan, 2016).

### 5. Ga uit van samenwerking in plaats van weerstand

Veel professionals gebruiken concepten als *weerstand* en *non-compliance*. Het is echter beter om ervan uit te gaan dat kinderen (en hun ouders) altijd samenwerken. Kinderen laten zien hoe zij denken dat verandering kan plaatsvin-



*Een kind ontwikkelt veerkracht naarmate het binnen het gezin en de maatschappij de middelen daartoe vindt*

den. Wanneer professionals dat opmerken en ernaar handelen, is er altijd sprake van samenwerking. Als professionals weerstand bij de ander zien, kunnen ze hun pogingen om samen te werken niet meer zien; als ze de unieke manieren zien waarop de ander wil samenwerken, kunnen ze geen weerstand meer zien (Bannink, 2014, 2015).

De Shazer (1985) gebruikte de metafoor van het tennisspel. 'With resistance as a central concept, therapist and client are like opposing tennis players. They are engaged in fighting against each other, and the therapist needs to win in order for the therapy to succeed. With cooperation as a central concept, therapist and client are like tennis players on the same side of the net.

Cooperating is a necessity, although sometimes it becomes necessary to fight alongside your partner so that you can cooperatively defeat your mutual opponent.' Het probleem van beiden is dan de tegenstander.

#### **6. Train professionals in de positieve focus**

Professionals dienen een gedegen training te krijgen in de focus op sterke kanten en op wat werkt voor het kind en diens omgeving. Daarbij is de vuistregel: het kind is altijd meer dan zijn probleem of diagnose; zo wordt ook stigmatisering voorkomen. Bannink (2009) pleitte ervoor al op universiteiten, hogescholen en andere onderwijsinstellingen meer aandacht te geven aan het aanleren van deze positieve focus. Onderzoek

toonde aan dat een positieve focus leidt tot minder burnout van professionals die met kinderen werken (Medina & Beyebach, 2014).

## Conclusie

In dit artikel hebben we laten zien dat in de jeugdhulpverlening en onderwijs de focus op veerkracht meer aandacht verdient. We gaven zes aanbevelingen, die niet alleen het welbevinden van kinderen en hun omgeving, maar ook dat van hulpverleners en leerkrachten kunnen

meer welbevinden, veerkracht, schoolprestaties en het voorkomen van problemen (Bolier, Walburg & Boerefijn, 2013).

Het derde punt betreft de overheid. Een rapport van de Wetenschappelijke Raad voor het Regeringsbeleid stelde dat een beleid gericht op positieve factoren en kansen op zich nog niet duidelijk genoeg geformuleerd is, terwijl het maatschappelijk relevant is om factoren en omstandigheden te bevorderen, waarvan onderzoek heeft aangetoond dat ze in belangrijke



*De focus op veerkracht verdient meer aandacht in de jeugdhulpverlening en onderwijs*

bevorderen. Drie punten verdienen nog verdere aandacht.

Het eerste punt betreft de noodzaak om tot een gezamenlijke, preciezere definitie te komen van veerkracht: er bestaat nog veel verwarring en onenigheid. Tevens is longitudinaal onderzoek nodig naar het effect van toepassingen van de focus op veerkracht bij kind en omgeving, zowel op curatief gebied (helpen bij problemen) als op preventief gebied (voorkomen van problemen bij kinderen 'at-risk').

Het tweede punt betreft het onderwijs. Scholen kunnen bijdragen aan een positieve ontwikkeling van leerlingen, waarmee ze indirect bijdragen aan de toekomstige participatie in de maatschappij. Inmiddels is aangetoond dat positieve interventies op school en de positieve school in de 'hele-schoolaanpak' zorgen voor

mate bijdragen aan adequate opvoeding en opgroeien van kinderen (Van Lieshout e.a., 2007). De focus op pathologie en risico's dient ook bij de overheid aangevuld te worden met de focus op sterke kanten, welbevinden en mogelijkheden van kinderen en hun omgeving. ■

Eva Kuiper is forensisch orthopedagoog en werkzaam bij Stichting Kind aan Huis.

Fredrike Bannink is klinisch psycholoog, K&J-psycholoog-specialist en Master of Dispute Resolution, werkzaam in eigen praktijk te Amsterdam. Zij is een internationale spreker, trainer en auteur van 25+ boeken.

## Referenties

[www.tijdschriftpositievepsychologie.nl/uitgaven](http://www.tijdschriftpositievepsychologie.nl/uitgaven)