



Vlaanderen  
is jeugd



# Weerbaarheid en veerkracht bij kinderen en jongeren

Conceptanalyse en ontwikkeling  
van een meetinstrument

Eindrapport

DEPARTEMENT  
CULTUUR, JEUGD & MEDIA

[www.vlaanderen.be/cjm](http://www.vlaanderen.be/cjm)



**WEERBAARHEID EN**  
**VEERKRACHT BIJ**  
**KINDEREN EN**  
**JONGEREN**

**Conceptanalyse en ontwikkeling  
van een meetinstrument**

**Eindrapport**



## COLOFON

Het onderzoeksrapport 'Weerbaarheid en veerkracht bij kinderen en jongeren: conceptanalyse en ontwikkeling van een meetinstrument' is een uitgave van het Departement Cultuur, Jeugd en Media.

### OPDRACHTNEMER

Consortium bestaande uit het Vlaams Instituut Gezond Leven vzw, de Vrije Universiteit Brussel (VUB) en Awel vzw

### ONDERZOEKERS

Prof. Dr. Veerle Soyez, hoofdonderzoeker - Vlaams Instituut Gezond Leven vzw

Prof. Dr. Imke Baetens, copromotor - Vrije Universiteit Brussel

Prof. Dr. Peter Theuns, copromotor - Vrije Universiteit Brussel

Prof. Dr. Filip Van Droogenbroeck, copromotor - Vrije Universiteit Brussel

Sofie Devarwaere, adjunct-directeur – Awel vzw

### STUURGROEP

Janne Vermeesch en Uschi Cop (Departement Cultuur, Jeugd en Media), Veronique Vandezande en Joost Bronselaer (Departement Welzijn, Volksgezondheid en Gezin), Rita Van Durme (Departement Onderwijs en Vorming), Elke Ghyllebert (Agentschap Zorg en Gezondheid), Sara De Potter (De Ambrassade), Marja Van Bon (Trimbos Instituut Nederland), Colinda Serie (JOP-platform / KU Leuven), Sofie Vindevogel (E-Qual HoGent), Elline Dedecker (Vlaams Instituut Gezond Leven)

### VERANTWOORDELIJKE UITGEVER

Bart Temmerman  
Arenbergstraat 9  
1000 Brussel

### WETTELIJK DEPOTNUMMER

D/2023/3241/285





3.1.1.	Vervolgstappen.....	62
3.2.	Veerkracht meten en monitoren – het liefst op langere termijn.....	62
3.2.1.	Vervolgstappen.....	63
3.3.	Veerkracht, het belang van individuele én omgevingsfactoren.....	63
	Referenties.....	65
	BIJLAGEN.....	70



# Hoofdstuk 1: Veerkracht of weerbaarheid – what’s in a name?

## 1.1. Inzichten uit de literatuur: een definitie en begripsomschrijving

Veerkracht is een erg populair begrip of concept. Tegelijkertijd wordt het ook bekritiseerd: tegenstanders halen aan dat het concept ‘ambigu’ en zelfs ‘tegenstrijdig’ is, en vaak de aanleiding vormt voor een discussie met onopgeloste vragen. Het is in elk geval duidelijk dat het vaak fout geïnterpreteerd wordt. En dat heeft veel te maken met het feit dat het een erg complex begrip is (Giustiano, Clegg, Cunha, & Rego, 2018), waar nog veel onderzoek over nodig is.

Etymologisch gaat de Engelse term resilience terug naar het Latijnse re-salire: letterlijk ‘terug omhoog gaan’. Het is dus een zeer algemene term, die in een brede waaier van kennisdomeinen terugkomt. Zo wordt de term gebruikt om te verwijzen naar een eigenschap van materialen, soorten, (eco)systemen, mensen/individuen, gemeenschappen, organisaties en zelfs landen (McAslan, 2010). In deze onderzoeksopdracht ligt de focus op veerkracht bij individuen. Dat betekent dat we de discussie over de manier waarop veerkracht gedefinieerd in andere kennisdomeinen wordt, buiten beschouwing laten.

Het eerste onderzoek naar veerkracht bij individuen werd in de jaren 70 gepubliceerd. Het was Emmy Werner (Werner, 1971) die de term als dusdanig introduceerde, in een (epidemiologische) cohorte studie bij kinderen die opgroeiden in een gedepriveerde gemeenschap in Hawaii. Het eerste onderzoek naar veerkracht, gebeurde dan ook hoofdzakelijk bij kinderen en jongeren. Gaandeweg kwam de vraagstelling naar de rol van veerkracht bij het behouden of verhogen van mentaal welbevinden meer centraal te staan<sup>1</sup> (zie onder andere Luthar et al., 2000; Wagnild & Young, 1993) en werd het ook meer en meer benaderd als een psychologisch concept. Daarom wordt soms ook gesproken over ‘mentale veerkracht’ of ‘psychologische veerkracht’.

---

<sup>1</sup> Voor een meer gedetailleerde bespreking: zie bijvoorbeeld Luthar et al. (2000)



**1.1.1 Wat is veerkracht? Een definitie**

**Het ontbreken van een gemeenschappelijk aanvaarde definitie**

Hoe kunnen we veerkracht, en meer specifiek mentale of psychologische veerkracht, het best definiëren? Dat zochten we uit op basis van een literatuurstudie (rapid review). We weerhielden 40 reviewartikels die onder andere de definitie van veerkracht onder de loep namen (de referenties van alle 40 artikels kunnen worden teruggevonden in het addendum (bijlage 1)).

Zes van de artikels in onze studie (Castellano-Tejedor, Blasco-Blasco, Perez-Campdepadros, & Capdevila, 2014; Christmas & Khanlou, 2019; Khanlou & Wray, 2014; Lee et al., 2012; Yoon et al., 2020; Zolkoski & Bullock, 2012) verkenden het concept veerkracht en / of de bijhorende definitie bij kinderen of jongeren. Negen artikels waren gericht op de volwassenpopulatie in het algemeen. Meer dan de helft van de artikels vertrok evenwel vanuit de focus op een (zeer) specifieke doelgroep. Het gaat daarbij over zeer uiteenlopende groepen, bijvoorbeeld ‘carers of persons with dementia’ (Zhou, Ishado, O’Hara, Borson, & Sadak, 2021), ‘advanced cancer patients undergoing palliative care’ (Lau, Khoo, Ho, & Tan, 2021), ‘survivors of human trafficking’(Knight, Xin, & Mengo), ‘nurses’ (Cooper, Brown, Rees, & Leslie, 2020) ...

In alle reviews samen werden meer dan 200 verschillende definities (min of meer volledig) vermeld, hetzij in de inleidende paragraaf, hetzij aan de hand van een overzichtslijst. In vijftien van de gevonden reviewartikels werd met een dergelijke overzichtslijst gewerkt en worden definities min of meer gestructureerd met elkaar vergeleken worden. Opvallend is dat de bronnen (referenties) van de definities waarnaar verwezen wordt, erg divers zijn. Er is met andere woorden weinig overlap tussen de verschillende reviews. Een mogelijke verklaring daarvoor is dat heel wat reviews zich richten op een erg specifieke subgroep, met daaraan gekoppeld ook specifieke referenties.

Toch zijn er een aantal definities die we iets vaker terug zien komen. Het gaat dan over de definities die in de (basis)werken van een aantal invloedrijke auteurs in het veld gebruikt worden. Tabel 1 geeft een overzicht van de definities die in meer dan drie van de reviewartikels vermeld werden. De definitie van zes auteurs wordt vermeld in 3 tot 6 van de reviewartikelen uit ons overzicht.





Tabel 1: Meest geciteerde definities

	Auteurs	Definitie
1.	Bonanno (2004)	“The ability of adults in otherwise normal circumstances who are exposed to an isolated and potentially highly disruptive event such as the death of a close relation or a violent or life-threatening situation to maintain relatively stable, healthy levels of psychological and physical functioning, as well as the capacity for generative experiences and positive emotions”
2.	Garzemy (1990); de definitie die Garzemy gebruikt werd initieel geformuleerd in een werk samen met Anne Masten	“The process of, capacity for, or outcome of successful adaptation despite challenging or threatening circumstances”
3.	Luthar and Cicchetti (2000)	“A dynamic process of positive adaptation in the context of significant adversity”
4.	Masten (2014a)	“Resilience can be broadly defined as the capacity of a dynamic system to adapt successfully to disturbances that threaten system function, viability, or development.”
5.	Rutter (1985)	Resilience is the ability to bounce back or cope successfully despite substantial adversity
6.	Ungar (2011)	“The capacity of systems (whether that system is an individual, a community, or an institution) in contexts of adversity to navigate to the resources necessary to sustain well-being and the ability of these human systems to negotiate for promotive and protective resources to be provided in contextually and culturally meaningful ways”

De definitie die het vaakst vermeld wordt, is die van Bonanno (2004; hernomen in zijn werk van 2007 en 2008).

*“The ability of adults in otherwise normal circumstances who are exposed to an isolated and potentially highly disruptive event such as the death of a close relation or a violent or life-threatening situation to maintain relatively stable, healthy levels of psychological and physical functioning, as well as the capacity for generative experiences and positive emotions”*

De conclusie is evenwel in zo goed als elke reviewstudie dat een gemeenschappelijk aanvaarde definitie ontbreekt. Kuldas and Foody (2021, p.2) verwoorden het als volgt: “There is still no commonly accepted definition of resiliency/e. This is evident in a plethora of concept analyses (including theoretical, empirical, contextual, and interdisciplinary reviews) spanning the last two decades.”

Voortbouwend op de vaststelling dat er geen gemeenschappelijk aanvaarde definitie is, worden definities met elkaar vergeleken. Dat gebeurt op twee verschillende manieren: (1) het inspecteren





Wanneer we deze definities met elkaar vergelijken, valt op dat ze alle expliciet opnemen dat veerkracht een proces is. In alle definities komen ook de drie hierboven opgesomde kerncomponenten in zekere mate aan bod.

Tabel 2: Overzicht geïntegreerde definities in reviewartikelen

	Auteurs	Definitie
1.	Aburn, Gott, and Hoare (2016)	“Rising above adversity, adapting and adjusting, resilience as a dynamic process, ‘ordinary magic’ and mental illness as a marker of resilience”
2.	Caldeira and Timmins (2016)	“Ability to recover from perceived adverse or changing situations, through a dynamic process of adaptation, influenced by personal characteristics, family and social resources, manifested by positive coping, control and integration” (Caldeira & Timmins, 2016)
3.	Daly (2020)	“Resilience has been recognized as a process of facing challenges and overcoming them, bouncing back from them, or adapting to them. Regardless of how the positive response to the challenge is described, it is fair to say that the adversity has changed the individual in some way”
4.	Fisher et al. (2019)	“Resilience is the process by which individuals are able to positively adapt to substantial difficulties, adversity, or hardship”.
5.	Foster et al. (2019), overgenomen van King & Rothstein (2010)	“Resilience can be understood as a process of positive adaptation to stress and adversity, involving dynamic interactions between personal and environmental factors and resources”
6.	Fletcher and Sarkar (2013) Deze definitie werd overgenomen door: Fox et al. (2018)	“The role of mental processes and behavior in promoting personal assets and protecting an individual from the potential negative effect of stressors”
7.	Ijntema, Burger, and Schaufeli (2019)	“A dynamic process representing positive adaptation to adversity”
8.	Huey and Palaganas (2020), overgenomen van Jackson et al. (2007)	“A dynamic process encompassing positive adaptation within the context of significant adversity”
9.	Kuldass and Foody (2021)	“Resiliency/e can be conceptualized as transactional–a dynamic process, capacity, and outcome of developing person in a corresponding population, context, and risk”
10.	Lee et al. (2012)	“Resilience can be defined as the process of effectively mobilizing internal and external resources in adapting to or managing significant sources of stress or trauma. Thus cultivation of resilience means fostering adolescents’ capacity, flexibility and coping strategies as they face developmental challenges and life stresses in order to bounce back from difficult life experiences and achieve positive outcomes”



## **Conclusie**

Er is op basis van de literatuur niet één duidelijke definitie voor veerkracht naar voor te schuiven.

Het lijkt evident dat we opteren voor een definitie die vertrekt vanuit een procesvisie, maar we willen er ook een verwijzing naar veerkracht als trek én als uitkomststatus in opnemen. Geen enkele van de definities in Tabel 2 voldoet daaraan. Daarnaast is het ook cruciaal dat de verschillende kerncomponenten van veerkracht opgenomen zijn in de definitie. Een aantal nuances die we in de verdere uitwerking van deze kerncompetenties aanhalen (zie hieronder – 1.1.2), zijn tot slot ook van belang.

Om deze voorwaarden te kunnen vervullen, maken we zelf geen volledig nieuwe definitie, maar integreren we bovenstaande definities van enerzijds Foster et al. (2019) en anderzijds Lee et al. (2012).

*“Veerkracht is het proces waarin iemand zich op een positieve manier aanpast aan stress of tegenslag die hem of haar potentieel uit evenwicht brengt, en waardoor het functioneren en het mentale welbevinden behouden of herwonnen wordt. Dit proces komt tot stand door op een effectieve manier persoonlijke hulpbronnen en hulbronnen uit de omgeving te mobiliseren”*

### **1.1.2 Kerncomponenten van veerkracht**

Zoals hierboven reeds aangehaald (1.1.1) komen in de verschillende definities een drietal kerncomponenten terug (Stainton et al., 2019). Om veerkracht goed te kunnen operationaliseren, is het echter van belang om elk van die kerncomponenten in detail te deconstrueren.

Van de 40 reviewartikels die we in deze literatuurstudie analyseerden, waren er 22 die in min of meerdere mate deze determinanten van veerkracht bespraken. 5 reviews focusten meer diepgaand op de (context)determinanten. Net zoals het geval was met de gehanteerde referenties om de definitie van veerkracht te beoordelen, stellen we ook hier vast dat de invulling van deze elementen in een aantal gevallen zeer sterk bepaald wordt door de doelgroep.

#### **De aanwezigheid van ‘moeilijkheden’ of ‘tegenslag’**

Tegenslag (Engels: adversity; adverse event) is een absolute conditio sine qua non om over veerkracht te kunnen spreken: sommige auteurs omschrijven tegenslag als een antecedent van, andere als een uitlokkende factor (trigger) opdat veerkracht tot ontwikkeling komt.

Maar wat is ‘een tegenslag’? In de verschillende definities en besprekingen van dit kernconcept wordt een brede waaier aan termen gehanteerd om het te omschrijven. Enkele voorbeelden: adverse events; a potentially highly disruptive event; potential trauma; traumatic events; challenges; hardship; difficulty; problem; difficult situation; a stressor; stressful situations; shock; disturbances; antecedents.

Verdere analyse maakt duidelijk dat er eigenlijk sprake is van een tweevoudige invulling: in sommige gevallen wordt er ingegaan op de aard van de tegenslag (met welk soort tegenslag(en)

////////////////////////////////////

krijgt iemand te maken) en in andere gevallen wordt er ingegaan op wat de tegenslag in gang zet.

Met betrekking tot de aard van de tegenslag kunnen we besluiten tot een clustering in vijf groepen:

1. kleinere problemen / dagelijkse beslommingen (die kortstondig van aard zijn, bijvoorbeeld interpersoonlijke conflicten ('psychologische contactbreuk', 'micro-agressies', taakeisen, maar ook chronische situaties: armoede, discriminatie);
2. ziekte (een diagnose an sich, maar ook het ziekteproces, in bijzonder bij chronische ziekte of handicaps);
3. natuurrampen;
4. traumatische gebeurtenissen, zoals de dood van een beste vriend, ongelukken, getuige zijn van een ongeluk, pestgedrag op school, geweld, inbraak, verkrachting, ...;
5. negatieve ervaringen in de kindertijd (adversive childhood experiences - ACE).

'ACE's' is op zijn beurt ook een clusterbegrip: het verwijst naar een brede waaier van negatieve jeugdervaringen: (a) emotioneel, fysiek en/of seksueel misbruikt worden; (b) emotioneel en/of fysiek verwaarloosd worden; (c) getuige zijn van huiselijk geweld tussen of door verzorgers; (d) in een stressvol gezinscontext opgroeien (bijvoorbeeld door overlijden van (een van de ouder(s), gezinsleden met psychische problemen, scheiding van ouders, en/of een gevangenisstraf voor een van ouders); e) samenwonen met (een) gezinslid die alcohol en/of drugs gebruikt; en f) leven in een omgeving waar sprake is van geweld door leeftijdsgenoten, in de buurt of de leefgemeenschap of collectief geweld (bv. terroristische aanslagen, burgeroorlog, bendeoorlogen, vluchteling).

In meer recente literatuur wordt de impact van chronisch aanwezige stressoren in sterkere mate erkend dan in het verleden. Het is belangrijk te benadrukken dat, op basis van de literatuur en het bestaan onderzoek, we niet kunnen inschatten in welke mate een gebeurtenis uit elk van de hierboven opgesomde clusters – of deze nu acuut dan wel chronisch is – impact heeft. Het is met andere woorden niet mogelijk, en het zou tegelijkertijd weinig ethisch zijn, om deze verschillende stressoren/vormen van tegenslag met elkaar te vergelijken, uiteraard ook omdat dit sterk individueel bepaald wordt. Zo kan de aanwezigheid van andere belangrijke stressoren in de context (die ook chronisch van aard kunnen zijn, zoals bijvoorbeeld opgroeien in armoede) ervoor zorgen dat een schijnbaar onbelangrijke gebeurtenis toch een sterke impact heeft, doordat er sprake is van opeenstapeling van stress (stress proliferation). Huey and Palaganas (2020) besluiten daarover als volgt:

'While adversity was described to be a difficult situation or problem, the multi-dimensionality and different contexts in which these adversities arise, and the absolute and perceived severity of these adversities, make comparison and generalizability of studies on resilience difficult.'





Een beperkt aantal auteurs wijst er tot slot op dat de manier waarop een individu de tegenslag interpreteert en er betekenis aan geeft, ook in rekening moet worden gebracht. Het betreft hier de individuele inschatting en beoordeling van de tegenslag ('perceived severity' en 'appraisal'), en ook de initiële reactie daarop. Appraisal is een factor die door veel verschillende zaken bepaald kan worden, zoals sociale normen (hoe reageert de omgeving op de tegenslag), eerdere levenservaringen of een positieve ingesteldheid.

Op basis van voorgaande reflecties besluiten we dat, om veerkracht als een proces te operationaliseren, er niet zozeer nood is om de aard van de tegenslag in kaart te brengen, maar dat we vooral zicht moeten krijgen op de 'betekenis' van de tegenslag in het veerkrachtproces. Dat wil dus zeggen dat we tegenslag beschouwen als een trigger en een punt van demarcatie in het proces: veerkracht wordt pas zichtbaar op momenten waarop we met tegenslag en lijden te maken krijgen. Omgekeerd geeft de confrontatie met stress of tegenslagen ons net de kans om veerkracht te ontwikkelen.

### **Een proces van adaptatie of aanpassing**

Een tweede kerncomponent van veerkracht is de positieve adaptatie. Er is in de literatuur unanimitieit over het feit dat deze tweede kerncomponent een duidelijke procescomponent is.

Opnieuw zien we echter een tweevoudige invulling: bepaalde auteurs leggen veel nadruk op het copinggedrag. De focus ligt in dit geval op het in kaart brengen van de brede waaier van gedragingen die een individu kan inzetten om opnieuw evenwicht te vinden. We zien dat bijvoorbeeld terugkomen in onderstaande definite:

'(...) can include various self-regulatory efforts in the domains of affect, cognition, and behaviour, such as actively addressing the problem, planning, suppressing competing activities, seeking instrumental or emotional support, emotion regulation, acceptance, cognitive reinterpretation, and/or finding personal meaning in the situation' (Fisher et al., 2019)

Bij een tweede invulling gaat het niet zozeer over welk copinggedrag iemand stelt, maar veeleer over het flexibel kunnen inzetten van hulpbronnen (Hiebel et al., 2021; Ungar, 2021).

'Resilience generally implies the ability to make good use of resources when confronted with adversity (Southwick, Bonanno, Masten, Panter-Brick, & Yehuda, 2014). This implies that the resources needed to overcome adversity are also available in a given moment' (Infurna & Luthar, 2018)

'Resilience occurs when individuals are able to navigate their way to helpful resources and the individual's social ecology must have the capacity to provide resources in culturally meaningful ways' (Ungar, 2013)



Belangrijk is evenwel om erop te wijzen dat deze hulpbronnen geen synoniem zijn voor copinggedrag. Alternatieve benamingen voor 'hulpbronnen' zijn 'beschermende factoren' of 'veerkrachtbevorderende factoren' ('resilience promoting factors').

Volgens Ungar (2013) zijn hulpbronnen 'all the psychological, social, cultural and physical resources that sustain our well-being, and our capacity to negotiate, to ask for those resources to be given to us, in culturally meaningful ways'. Grosso modo kunnen deze hulpbronnen opgedeeld worden in twee groepen: interne hulpbronnen en externe hulpbronnen. Interne of persoonlijke hulpbronnen (assets) zijn de vaardigheden en competenties die een individu kan inzetten om het veerkrachtproces te faciliteren. Het zijn dus hoofdzakelijk psychologische hulpbronnen. Ook een aantal 'traits' (trekken) maken hier deel van uit. Externe hulpbronnen (resources) komen van buiten de persoon: het zijn hulpbronnen in de omgeving. Ze vinden hun oorsprong in interpersoonlijke relaties (bijvoorbeeld: iemand hebben bij wie je terecht kan, of een volwassen mentor hebben), maar situeren zich ook op mesoniveau (bijvoorbeeld: het gevoel hebben bij een groep of gemeenschap horen), én op macroniveau. (bijvoorbeeld: hoe een samenleving georganiseerd is).

Earvolino-Ramirez (2007) maakte een overzicht van hulpbronnen of beschermende factoren op basis van zes studies (zie Figuur 1. Het overzicht van factoren die significant samenhangen met meer veerkracht, bevat hoofdzakelijk interne hulpbronnen (zoals een 'rustig' temperament, het gevoel hebben waardevol te zijn, het gevoel controle te hebben). Tegelijkertijd wordt duidelijk dat het opnieuw over een brede waaier van factoren gaat. Slechts vijf factoren worden gerapporteerd in alle zes de studies: kunnen terugvallen om een positieve relatie, het gevoel hebben waardevol te zijn, geloof hebben in eigeneffectiviteit, gevoel voor humor hebben, en hoge verwachtingen hebben.

Het werk van Michael Ungar (2011; Ungar, 2013) vertrekt vanuit een sociaal-ecologisch perspectief en heeft in belangrijke mate inzicht in externe hulpbronnen. Ungar identificeerde zeven veerkrachtbevorderende processen, gebaseerd op patronen die hij observeerde in een onderzoek in 11 landen naar kinderen in risicomilieus. De jongeren die als veerkrachtig omschreven worden

1. hebben toegang tot basisbehoeften (onderdak, voedsel, kleding, onderwijs);
2. kunnen relaties onderhouden;
3. hebben een positieve identiteit;
4. maken cultureel contact;
5. ervaren eigeneffectiviteit;
6. hebben het gevoel erbij te horen;
7. en ervaren een gevoel van sociale rechtvaardigheid.





**Table 1. Protective Factors (by author)**

Protective factors	Anthony	Benard	Garnezy	Masten	Rutter	Werner
Good natured, easy temperament		X		X	X	X
Positive relationship	X	X	X	X	X	X
Communicates effectively			X		X	
Sense of personal worthiness	X	X	X	X	X	X
Sense of control over fate	X	X	X			
Effective in work, play, love			X			
Positive social orientation	X		X	X	X	X
Assertive/asks for help	X		X			
Above average social intelligence			X		X	
Informal social support network	X		X		X	X
Ability to have close relationships	X		X		X	
Healthy expectations and needs			X			X
Uses talents to personal advantage			X	X	X	
Delays gratification	X		X		X	X
Internal locus of control	X		X		X	X
Flexible	X		X		X	X
Believes in her or his self-efficacy	X	X	X	X	X	X
Desires to improve			X			
Interpersonal sensitivity					X	X
Problem-solving ability	X		X		X	X
Decision-making ability	X		X			
Future oriented					X	X
Trust in others/hope for the future	X	X	X	X		
Sense of humor	X	X	X	X	X	X
Productive critical thinking skills	X		X	X	X	X
Manages range of emotions	X			X		
Adaptive distancing		X				
High expectations	X	X	X	X	X	X

**Figuur 1: Overzicht van hulpbronnen zoals opgelijst door Earvolino-Martinez (2007)**

Hulpbronnen zorgen ervoor dat veerkracht zich kan ontwikkelen (c.q. dat het proces tot ontwikkeling kan komen), maar zijn op zichzelf onvoldoende om veerkracht aan te tonen. Anders gesteld: veerkracht komt pas tot ontwikkeling dankzij de aanwezigheid van beschermende factoren of determinanten die de stress of tegenslagen kunnen bufferen of overwinnen. Een ondersteunende, empathische en stimulerende omgeving (Masten, 2014b) nodigt uit om persoonlijke en externe hulpbronnen gevarieerd en flexibel te hanteren (Stainton et al., 2019; Worsley, 2015). De manier waarop dat gebeurt kan bij eenzelfde individu variëren doorheen de tijd en afhankelijk van de omstandigheden (Stainton et al., 2019; Windle, 2010). Het gaat dus over veel meer dan louter de beschikbaarheid van hulpbronnen, maar ook – en misschien wel in de eerste plaats – over het op de meest effectieve manier inzetten van de aangepaste interne en externe hulpbronnen op kritische momenten (Weinberg & Tomyn, 2015).



Ook met betrekking tot het proces van adaptatie nemen we een aantal zaken mee met het oog op het opstellen van een conceptueel kader (en de operationalisering ervan). Het is geen noodzaak om een gedetailleerd zicht te krijgen op de verschillende copinggedragingen die iemand stelt. Net zoals het, wanneer we veerkracht willen operationaliseren, minder relevant is om de aard van een tegenslag in kaart te brengen, is het ook het geval voor de aard van het copinggedrag. Om het proces te kunnen capteren, moeten we wel weten dat er copinggedrag gesteld werd, maar de focus ligt niet op welk copinggedrag dat was. Volgens Caldeira and Timmins (2016) wordt het proces gekenmerkt door 'positieve coping, controle and integratie'.

Dat proces wordt daarenboven in belangrijke mate aangestuurd door veerkrachtbevorderende factoren of hulpbronnen; die factoren beïnvloeden het proces in sterke mate, maar situeren zich buiten het proces zelf. We zullen ze dan ook op deze manier een plek moeten geven in een conceptueel model. Anderzijds is het wel belangrijk dat de veerkrachtbevorderende factoren gemeten worden, omdat ze in belangrijke mate de context schetsen waarin het veerkrachtproces tot ontwikkeling komt.

### **Terugveren naar het functioneren van voor de tegenslag (bouncing back)**

Een derde kerncomponent van veerkracht is het 'terugveren', waardoor er een beter of gunstiger resultaat wordt bereikt dan men gezien de omstandigheden verwacht (Wald, Taylor, Asmundson, Jang, & Stapleton, 2006). Er worden uiteenlopende termen gehanteerd om dat uiteindelijke resultaat een naam te geven, bijvoorbeeld: 'rebounding', 'thriving', 'recovery' (c.q. herstel, al deze laatste term lijkt wel uitsluitend gebruikt te worden als uitkomst voor volwassenen); of 'elasticity' en 'hardiness'.

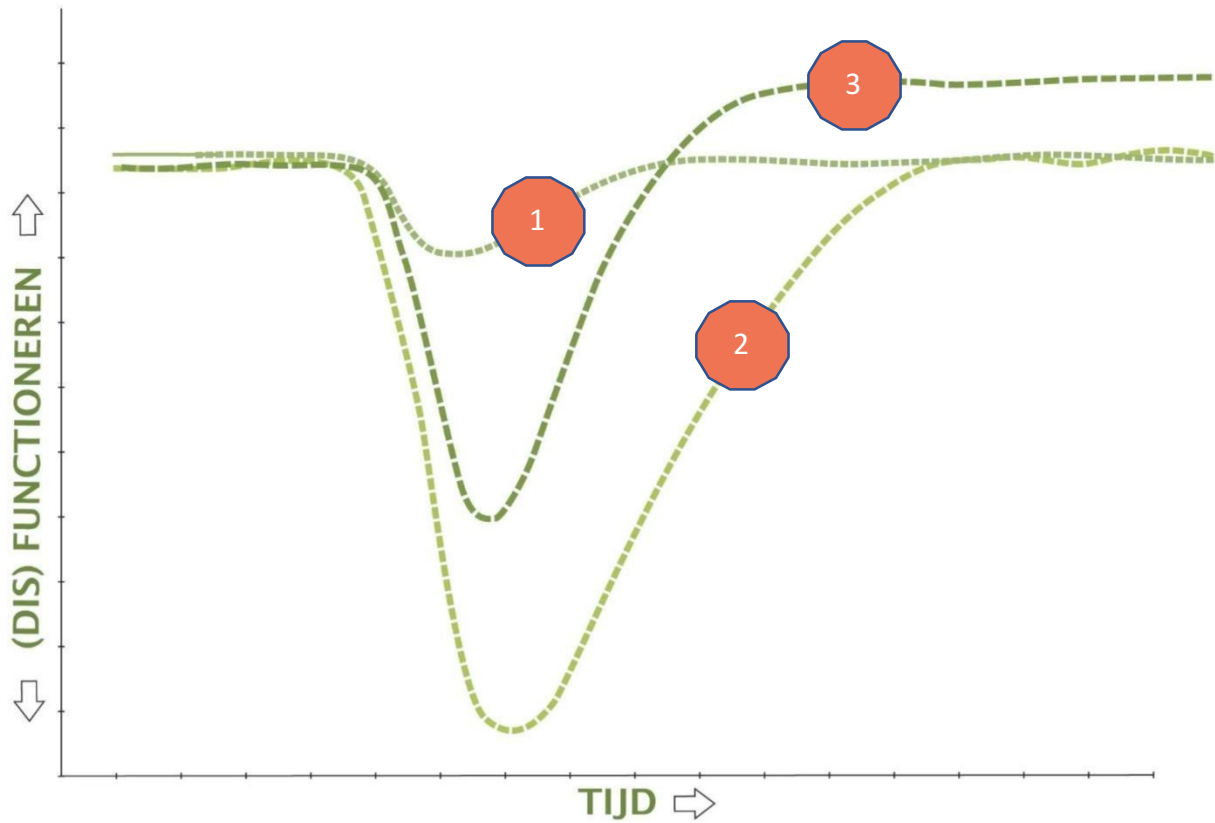
Het zijn een voor een eerder vage termen, waardoor er ook weinig eensgezindheid bestaat over het feit of er, als resultaat van dit 'terugveren', eenzelfde niveau van functioneren herwonnen moet worden, dan wel of het gaat over een beter of hoger niveau van functioneren. In een beperkt aantal definities die in de analyse opgenomen werden, wordt immers ook 'groei' vermeldt als uitkomst ('growth', 'post-traumatic growth'). Het lijkt er evenwel op dat deze groei wel een potentiële uitkomst kan zijn, maar dat dit niet als absolute voorwaarde beschouwd wordt om over veerkracht te spreken. Geen enkele van de geïntegreerde definities (zie hoger: Tabel 2) maakt gewag van 'groei'.

Dat betekent dat het veerkrachtproces eigenlijk op drie manieren tot uitdrukking kan komen:

1. het proces waarbij het functioneren behouden blijft (immunititeit of 'minimal impact resilience') (zie ook hoger – bespreking kerncomponent 'de aanwezigheid van moeilijkheden of tegenslag);
2. het proces waarbij er wel verlies is van functioneren, maar waarbij dat functioneren na verloop van tijd herwonnen wordt (terugveren of 'bouncing back');
3. het proces waarbij er verlies is van functioneren, maar waarbij dat functioneren na verloop van tijd geoptimaliseerd wordt (groei of 'growth').

In Figuur 2 worden deze drie potentiële veerkrachtprocessen visueel voorgesteld.





Figuur 2: Visuele voorstelling drie veerkrachtprocessen

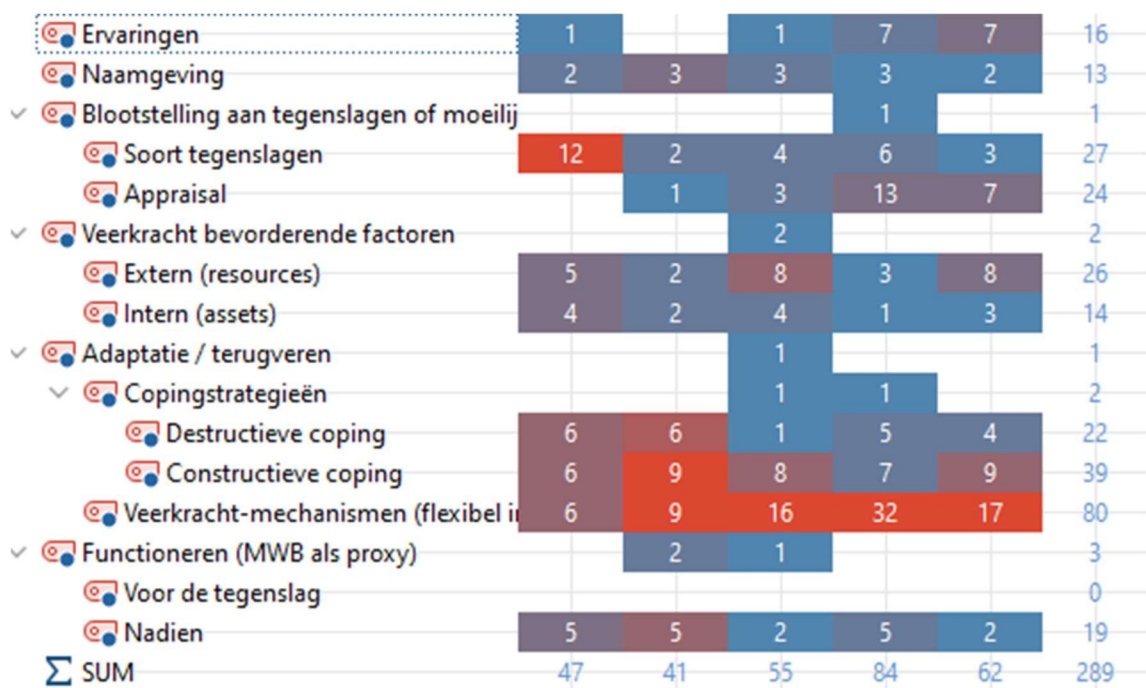
In functie van operationalisering moeten we ons evenwel de vraag stellen hoe we de uitkomst van een veerkrachtproces ('outcome') meetbaar willen maken. Daarvoor is een inschatting nodig van het functioneren. In heel wat onderzoek gebeurt dat door een inschatting te maken van de mentale gezondheid. Anders gezegd: mentale gezondheid wordt beschouwd als een 'proxy' voor veerkracht. Het is cruciaal daarbij aan te stippen dat mentale gezondheid dus niet veerkracht per se is. Twee andere zaken verdienen in deze discussie ook aandacht:

1. Eerder belichtten we reeds het belang van het in kaart brengen van het functioneren bij de start van het proces (beginsituatie – pre-adversity), als referentiepunt om onevenwicht na een tegenslag te kunnen beoordelen. Ook de uitkomst van een veerkrachtproces (c.q. het functioneren na het terugveren) zal tegen dat referentiepunt afgemeten moeten worden. Dat impliceert dat op verschillende meetmomenten (pre en post) functioneren op dezelfde manier bevraagd moet worden.
2. Mentale of geestelijke gezondheid kan best ruimer gedefinieerd worden dan louter op basis van de afwezigheid van psychische klachten of symptomen (Cosco et al., 2017). Een insteek gebaseerd op duale factormodellen van geestelijke gezondheid (Keyes, 2005; Suldo & Shaffer, 2008), waarbij ook aspecten van 'positieve geestelijke gezondheid' een plek krijgen, is een noodzaak. Ook Infurna and Luthar (2018) raden een 'single outcome' inschatting van functioneren af. Zij adviseren om mentale gezondheid aan de hand van verschillende deelconcepten te meten en een 'samengestelde score' voor het functioneren te berekenen.







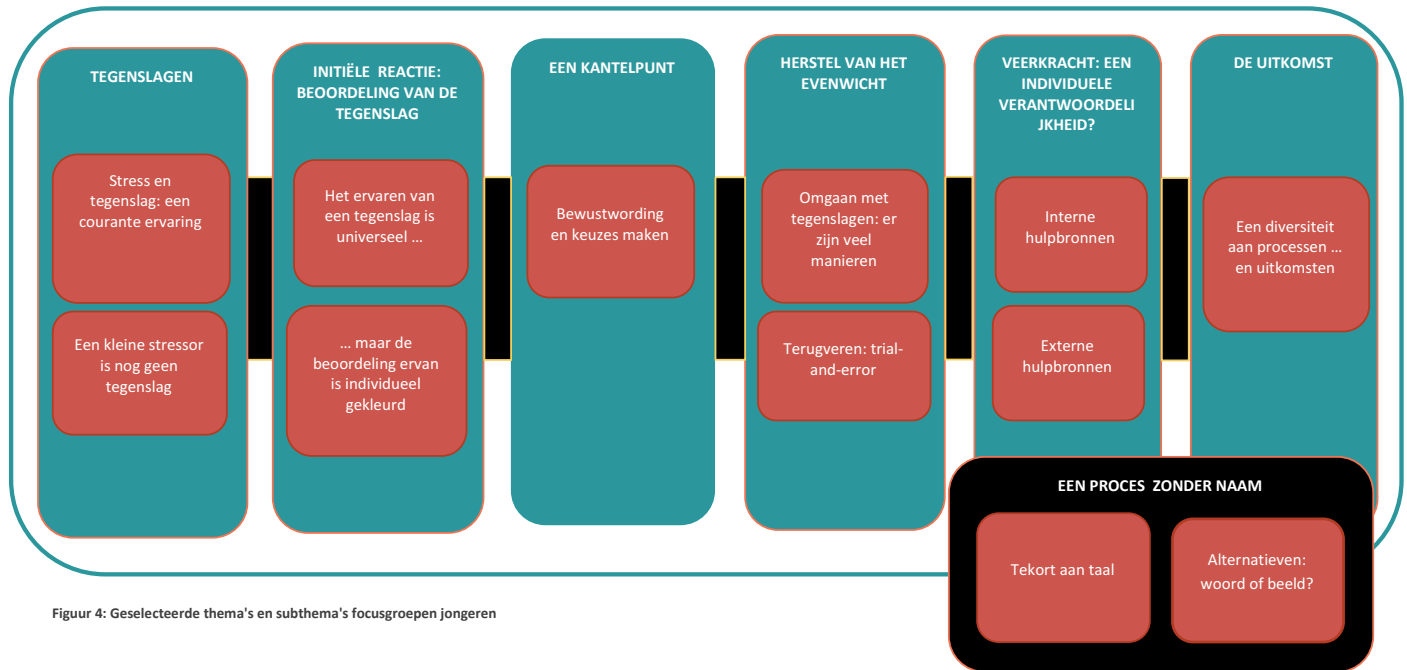


Figuur 3: Heatmap analyse focusgroepdata

In een tweede analysefase werden de initiële codes verfijnd en verder aangevuld volgens de procedure zoals beschreven door Braun & Clarke (2006). Figuur 4 geeft een overzicht van de thema's en subthema's die we selecteerden op basis van deze analyse.

In wat volgt bespreken we elk van deze (sub)thema's meer in detail; uitspraken van jongeren worden gebruikt om de thema's toe te lichten.





Figuur 4: Geselecteerde thema's en subthema's focusgroepen jongeren

### 1.2.1. Tegenslagen



#### **Stress en tegenslag: een courante ervaring**

Hoewel zeker niet elke jongere op de dag van de focusgroep al stress ervaren had, was dat voor de meerderheid van de jongeren wél het geval. In de meeste gevallen verwezen jongeren naar dagdagelijkse kleinere stressoren.

Meerdere deelnemers vernoemen bijvoorbeeld: stress om te laat komen, stress om de bus te missen (gekoppeld aan een slapeloze nacht, slecht slapen), stress over schoolwerk (toetsen, studeren – bij zichzelf of bij een sibling), stress over wat de focusgroep zal inhouden, of stress in de relatie met een andere persoon (die al dan niet aanwezig is in de groep).

Verscheidene deelnemers uit de focusgroepen in het jeugdwerk en in een behandelingscontext (FG\_5, FG\_6) verwijzen bij de vraag of ze op de dag van de focusgroep al met stress geconfronteerd werden, naar chronisch aanwezige stress of een stressor met een grote impact (bijvoorbeeld: “We zijn nu bezig met het zoeken naar een huis” (deelnemer FG\_5).

“Ik heb alle dagen stress... ik ga er mee om op mijn manier, ik weet het niet... veel te veel gaan werken. Ik heb al te veel op mijn neuze gehad, en dan werk ik heel vaak...” (deelnemer FG\_5)

“Ik ga niet in detail gaan, maar ik heb een trauma. En ik heb absoluut niet het gevoel dat het me sterker heeft gemaakt. Ik heb ook niet het gevoel dat ik daar verder in ben geraakt. En ik heb ook niet direct het gevoel dat eraan gewerkt is. Ik heb eigenlijk het gevoel dat dat enkel negatieve dingen heeft teweeggebracht.” (deelnemer FG\_6)

Ook in de overige focusgroepen komen ervaringen van chronische stress of ernstige problemen (met veel impact) aan bod, zij het later in het gesprek.

I: “Zijn er zaken in dit verhaal die je raken?” J: “... Die zelfmoordpoging – da’s heel... persoonlijk omdat mijn grootvader onlangs is overleden omdat die zelfmoord heeft gepleegd.” (deelnemer FG\_2)

#### **Een kleine stressor is nog geen tegenslag**

Over alle focusgroepen heen is er unanimiteit over het feit dat veerkracht gerelateerd is aan een ‘serieuze tegenslag’ of ‘constante stress’; het geconfronteerd worden of omgaan met kleinere stressoren zegt volgens jongeren niet meteen iets over veerkracht. Jongeren halen voorbeelden aan om duidelijk te maken dat de tegenslag ‘in je hoofd moet blijven zitten’, ‘moet blijven hangen’, ‘lang duurt’ of ‘veel gevolgen’ heeft. Er moet met andere woorden een duidelijke impact zijn.

“Een kleine stress gaat voorbij en neem je niet uw hele leven mee. Een grote tegenslag zoals misbruik neem je je hele leven mee - blijft heel lang duren of heeft lange gevolgen – het blijft altijd in je hoofd zitten.” (deelnemer FG\_3)

Een minderheid van de jongeren verwijst ook naar het feit dat verschillende kleine stressoren zich kunnen opstapelen en elkaar ook versterken, waardoor ‘iets kleins’ uiteindelijk ook een impact heeft.







**... Maar de beoordeling ervan is individueel gekleurd**

Toch worden ook nuances gemaakt: de ervaring van tegenslag mag dan wel universeel zijn, verschillende jongeren geven aan dat de beoordeling van een tegenslag erg individueel gekleurd is.

“Iedereen ziet alles anders of toch de meerderheid ziet de dingen anders dan de andere meerderheid. We zijn allemaal verschillende personen en die zien de dingen gewoon allemaal anders” (deelnemer FG\_5)

Er wordt gewezen op elementen die deze individuele beoordeling mee bepalen, zoals ervaringen in het verleden, zowel positief als negatief.

“Ik geloof heel graag in hoop en het komt wel goe, maar aah, mij frustreert dat zo van dat zeggen van ‘het komt wel goe’. Wie zegt dat het goe komt? (...) Ik moet het gezien hebben vooraleer ik het geloof, snapte? Als ik die hoop eenmaal heb gezien, dan kan ik wel zeggen, da stuk kan goed komen. Maar ik kan niet zeggen, dat komt sowieso goe, totdat het is goe gekomen.” (deelnemer FG\_6)

Daarnaast is er een ‘sociaal-relatieve factor’ die de beoordeling van een tegenslag mee kleurt (m.n. een inschatting: hoe gaan anderen dit probleem beoordelen?). Jongeren vergelijken zichzelf met anderen of andere situaties; ze zijn op zoek naar een ‘sociale norm’ over hoe zeer je uit evenwicht ‘mag’ zijn bij een tegenslag.

“J: Uzelf voorstellen dat het nog veel erger had kunnen zijn dan de situatie waarin dat je zit. I: Da’s een beetje relativeren dan waarschijnlijk...? J: Ja, da helpt wel.” (deelnemer FG\_5)

Deze afweging lijkt ook mee te bepalen of een jongere al dan niet externe hulpbronnen zal inzetten en bijvoorbeeld met anderen zal praten over de tegenslag of over wat de impact is van een tegenslag. Wanneer een bepaalde tegenslag door anderen afgedaan wordt als een futilliteit (of wanneer jongeren verwachten dat dat gaat gebeuren), verkleint de ‘handelingsruimte’ (de ruimte om er verder over te spreken). Omgekeerd helpt spreken over een tegenslag jongeren net om erkenning te krijgen voor de impact ervan.

“Als je iets vertelt tegen die mensen en ge denkt ‘amaai, da’s eigenlijk een belachelijk verhaal’, maar da die dat eigenlijk niet belachelijk vinden ... als dat voor u serieus is. Maar ge denkt: ‘dat komt belachelijk over’. Maar als die dan beginnen te zeggen ‘seg doe eens niet flauw’ ” (deelnemer FG\_2)

**1.2.3. Een kantelpunt**

**Bewustwording en keuzes maken**

Ondanks het feit dat jongeren het ‘uit evenwicht raken’ weinig expliciet benoemen of beschrijven, halen enkele deelnemers in focusgroep 5 en 6 aan dat er op een bepaald moment een kentering komt. In het proces is er sprake van een kantelpunt, waarbij het terugveren (‘bouncing back’) ingezet wordt. Uit evenwicht zijn, onaangename gevoelens of gevoelens van pijn ervaren, maken plaats voor een volgende fase in het proces: het herstellen van het evenwicht.

Gerelateerd aan dit kantelpunt benoemen jongeren twee zaken. Enerzijds is er een moment van bewustwording: het realiseren dat een tegenslag je uit evenwicht bracht.

////////////////////////////////////



“I don't know, I'm thinking, ...maybe I'm talking mostly for myself ... but I think that this 'pain makes you stronger' is wrong... 'what kills you makes you stronger' is wrong ... Because, I don't know about everyone else here... but sometimes your time sucked, and you have a moment when you realize everything what's happening. And that, I think, that is what makes you stronger. Because you realize it.” (deelnemer FG\_6)

De bewustwording draagt bij tot een proces van afwegen en uiteindelijk keuzes maken, over 'wat laat ik achter', maar ook 'waar wil ik naartoe' (wat is mijn doel). Onderstaand citaat maakt duidelijk dat dat geen evident proces is: het kan de nodige tijd vragen ('het blijft hangen en hangen').

“Maar... ge maakt keuzes in uw leven en op een bepaald moment weet ge da uw keuzes gevolgen gaan hebben. En elke keuze heeft gevolgen hé. (...) Ge kunt de keuze maken om te zeggen 'ik vertrek van thuis'. Ge kunt het daar heel moeilijk mee hebben. Da's normaal ... Het zit in uwe kop, op een bepaald moment toch, blijft het alleen maar alleen maar hangen en hangen, wat ook normaal is hé. ... Ik heb ook dippen hé... en serieuze dippen. Allez toch van de week al gehad in een totaal andere situatie...- Maar ge moet een keer, op een bepaald moment zeggen van, wil ik zo leven?” (deelnemer FG\_5)

#### 1.2.4. Herstel van het evenwicht



Het herstellen van het evenwicht na een tegenslag is de meest 'zichtbare', meest 'geëxpliciteerde' fase. Het is ook het thema wat het sterkst 'gestoffeerd' werd in de gesprekken: 144 van de 323 gecodeerde tekstfragmenten (42%) sluit bij dit thema aan (zie ook Figuur 3).

##### **Omgaan met de tegenslagen: er zijn veel manieren**

Jongeren uit alle focusgroepen sommen een breed arsenaal manieren of strategieën op die hen helpen om te gaan met tegenslagen. Vooral in focusgroep 1, 2 en 3 halen jongeren initieel eerder passieve coping strategieën aan: 'niets doen en wachten tot het voorbij gaat', 'er niet te veel mee bezig zijn', 'proberen er niet aan te denken', 'slapen', 'gewoon rustig blijven'.

“Nee, dat gaat wel over; het waait wel over – als het niet opgelost geraakt, dan wacht je tot het voorbij is – ja –” (deelnemer FG\_1)

Toch blijken jongeren dit 'er niet aan denken' veelvuldig aan te vullen met andere activiteiten, die kunnen helpen 'om je gedachten te verzetten': 'je hobby doen', gamen, muziek luisteren, rappen, zingen, lezen, iets doen met je vrienden, sporten, werken, eten ...

“Eten maken en eten... eten kan ook een manier zijn om er mee om te gaan – je kunt dingen vergeten door smaken te proeven” (deelnemer FG\_3)

Enkele jongeren wijzen wel op een aantal verschillen tussen al deze activiteiten: er zijn activiteiten die eerder helpen om je gedachten te verzetten, je af te leiden. Terwijl andere activiteiten eerder helpen om je af te reageren. Meerdere jongeren benadrukken hoe belangrijk

//







### **1.2.6. De uitkomst**

#### **Een diversiteit aan processen ... en uitkomsten**

Jongeren omschrijven de uitkomst van een veerkrachtproces op verschillende manieren. Er zijn sterke individuele verschillen mogelijk – er is een diversiteit aan processen, en ook de ‘uitkomst’ moet tegen die achtergrond bekeken worden. Er worden voorbeelden gegeven van het herwinnen, behouden of optimaliseren van het functioneren.

“Iedereen valt soms wel een keer in een put. Maar ge moet toch ook de kracht hebben om er uit te geraken en da’s van alle tijden. Da’s altijd al geweest. Maar iedereen moet er dan ook zien uit te komen op zijn eigen manier. En soms duurt dat heel lang, dat kan jaren duren en soms duurt dat 5 minuten bij wijze van spreken en ben je er terug uit. Maar dat ligt bij iedereen verschillend en ook, weeral, door wat je hebt meegemaakt, hoe je dat ziet, waarom dat iedereen andere opzichten heeft van gesprekken voeren.”  
(deelnemer FG\_5)

Een aantal deelnemers is van mening dat je pas over veerkracht kunt spreken wanneer je de situatie in haar globaliteit bekijkt (‘er zijn geen problemen meer’, ‘alles is terug goed’). Volgende uitspraak, aansluitend bij de discussie of er bij Eminem sprake is van veerkracht, illustreert dat:

“(...) omdat nu alles terug goed is, hij komt van heel veel miserie en nu is dat er niet meer” (deelnemer FG\_2)

De meeste jongeren verwijzen evenwel naar specifieke uitkomsten, zoals succesvol zijn (op school (‘goede punten halen’), of in de maatschappij (‘hij is uiteindelijk ergens geraakt, wat we oké vinden’, ‘hij rapt’, ‘hij verkoopt veel platen,’ ‘hij is getrouwd en heeft kinderen’) of jezelf kunnen zijn, je mentaal goed voelen, je gelukkig voelen.

### **1.2.7. Een herkenbaar proces zonder naam**

#### **Tekort aan taal**

Noch het woord ‘weerbaarheid’, noch het woord ‘veerkracht’ (en afgeleide woorden: veerkrachtig zijn, terug veren) zijn echt bekend bij de deelnemers van de focusgroepen. Ook het woord ‘tegenslag’ wordt door jongeren zelf niet actief gebruikt. ‘Coping’ ten slotte wordt af en toe gebruikt door de deelnemers uit focusgroep 6 (hulpverleningscontext). We kunnen dus besluiten dat deze woorden of termen geen deel uitmaken van het taalrepertoire van Vlaamse jongeren.

Een tweetal jongeren met een hulpverleningsachtergrond zijn wél vertrouwd met de term veerkracht, maar associëren het vooral met een containerbegrip.

‘Veerkracht, ... dat zit in alles’ (deelnemer FG\_5)

Ook na introductie van de termen in het groepsgesprek (door de interviewers) worden de termen niet opgepikt of verder gebruikt. Dat blijkt bijvoorbeeld bij het invullen van de testvragenlijst (na het focusgroeps gesprek): verschillende jongeren vragen uitleg bij het item ‘meestal zal ik terug veren na een ziekte, een blessure of andere tegenslagen’.

//

Anderzijds blijkt uit de groepsdiscussie dat jongeren goed begrijpen wat bedoeld wordt met weerbaarheid of veerkracht, en het zeker ook herkennen en kunnen toepassen op de eigen context en situatie.

“weerbaarheid,... dat is ‘nee’ durven zeggen, grenzen stellen” (deelnemer FG\_1)

“J: Is dit dan weerbaarheid in de zin van: weerbaar zijn tegen een situatie? Of tegen iets wat je hebt meegemaakt, waar je toch bent overgekomen? Want dan ben je daar niet weerbaar voor geweest, je hebt jezelf er door gesleurd zeg maar. Maar weerbaar zijn als een situatie nog eens voorkomt, dat je weet hoe je er mee moet omgaan... dat kan wel. I: Veerkracht. Vind je dat een beter woord? J: Ja, ...als je genoeg beuken krijgt duwt dat je terug recht” (deelnemer FG\_4)

**Op zoek naar alternatieven: woord of beeld?**

Jongeren hebben zelf weinig bruikbare alternatieven. Wanneer hen daarnaar gevraagd wordt, komen verschillende jongeren met voorstellen die gelinkt zijn aan vechten - strijden – overwinnen.

“Een soldaat... omdat soldaten doorzetten, ze hebben misschien angst, maar ze gaan dit niet tonen” (deelnemer FG\_1)

“Ja ik zie zo mensen die (...) worstelen een beetje als soldaten. Die elke dag opnieuw een nieuwe strijd moeten strijden.” (deelnemer FG\_6)

Verschillende metaforen worden overwogen.

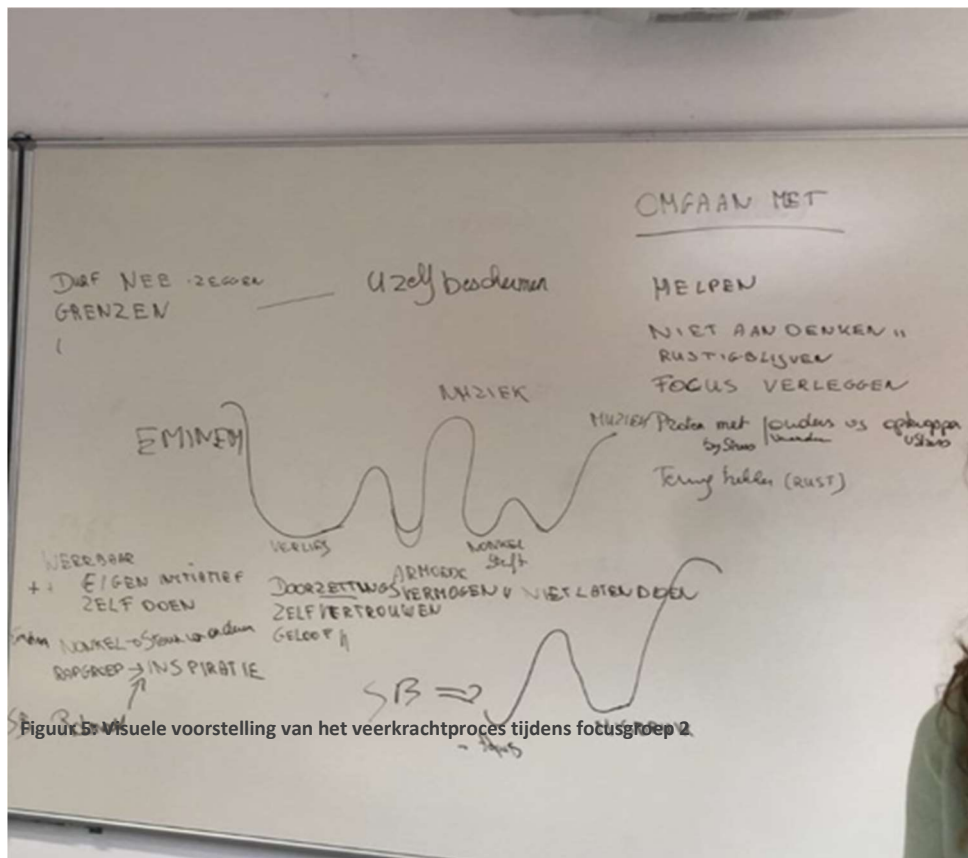
“Mag ook een soort voorbeeld? Pakt in het begin een grote kaars die brandt en dat er een tegenslag voorgesteld wordt als water, en dat de kaars op de duur op is en na veel water toch kan uitgaan.” (deelnemer FG\_4)

Bovenstaand citaat maakt duidelijk dat jongeren op zoek gingen in de richting van woorden die het (fluctuerend) proces – met ups & downs – beter beschrijven. Vergelijkbare voorstellen waren bijvoorbeeld: ‘een weg’, ‘een hartslag’ (deelnemers FG\_3)).

Omdat het vinden van woorden om dit proces te benoemen in de meeste groepen niet evident was, experimenteerden we echter ook met een visuele voorstelling van dit proces (zie Figuur 5). De reacties daarop waren positief: jongeren bevestigden dat deze weergave aansloot bij hoe ze het proces zouden beschrijven. In alle groepen was er erkenning voor een vergelijkbare figuur.







1.2.8. Conclusions

Op basis van de gegevens verzameld tijdens deze focusgroepen verkenden we of het voorlopig opgestelde conceptuele model stand hield en of er eventueel nog aanvullingen of wijzigingen nodig waren. We onthouden volgende zaken:

1. Stress en tegenslag maken deel uit van het leven van heel wat jongeren. ze zijn in staat om daar op een genuanceerde manier naar te kijken en over te praten en er vragen over te beantwoorden. Wat jongeren aanbrengen, sluit goed aan bij het eerder opgestelde conceptuele model. Ze zijn ook heel geïnteresseerd om hierover na te denken.
2. Veerkracht is voor jongeren eerder gelinkt aan 'serieuze' of 'ernstige' problemen; ze associëren het niet of in elk geval veel minder met dagelijkse stressoren. Anderzijds wordt doorheen de gesprekken bevestigd dat niet wat je meemaakt het belangrijkste is. Het gaat veeleer over de interpretatie ervan en hoe je daar verder mee aan de slag gaat.
3. Een aantal van de deelnemers geeft aan dat het expliciet benoemen of bevragen van ervaren moeilijkheden, tegenslagen of trauma's ... niet evident is. Omgekeerd is er een groep jongeren (in bijzonder zij die reeds veel tegenslagen kenden) die het belangrijk vindt dat er niet uitsluitend gefocust wordt op het positieve ('alles komt goed'). Bij het opstellen van een instrument zal het dan ook belangrijk zijn om een realistische maar evenwichtige vraagstelling te hanteren, met voldoende nuance.



4. Jongeren hadden een belangrijke aanvulling bij het conceptuele model: zij gaven aan dat in het proces er ook een kantelpunt (een 'turning point') is: een moment waarop een individu zich realiseert dat hij/zij uit evenwicht is; aansluitend neemt hij/zij impliciet of expliciet een beslissing over de start van het adaptatieproces. We voegen dit element toe in ons conceptuele model.
5. Jongeren wijzen op het feit dat zij leren uit eerdere ervaringen. Doorheen de tijd krijgen ze meer inzicht in hoe om te gaan met tegenslagen.
6. Veerkracht en weerbaarheid zijn als termen amper bekend bij de jongeren die aan deze focusgroepbevraging participeerden. Gebruik ervan (en ook van de afgeleide termen) kunnen we daarom best vermijden in een vragenlijst. Een visuele voorstelling van proceselementen lijkt een bruikbaar alternatief.

### **Beperkingen van deze bevraging**

Bij de interpretatie van de resultaten van de focusgroepgesprekken moeten we tot slot enkele belangrijke beperkingen in rekening brengen.

1. Er kon geen focusgroepgesprek ingepland worden met jongeren in de leeftijdsgroep 12-14 jaar. Dat is een belangrijk gegeven, aangezien het erop lijkt dat de groepen met jongere deelnemers (met name focusgroep 1, 2 en 3) iets minder gedetailleerd of genuanceerd het proces (kunnen) beschrijven. In die gesprekken legden de deelnemers meer de nadruk op individuele verantwoordelijkheid en zelf problemen oplossen ("blijven doorzetten, er niet aan denken"), in vergelijking met de iets oudere deelnemers in de overige focusgroepen (m.n. focusgroep 4, 5 en 6). Uiteraard kunnen we, gezien de kwalitatieve onderzoeksopzet, niet met zekerheid een uitspraak doen over het feit of leeftijd hier een verklarende factor is.
2. Het thema dat we behandelden was niet evident om in groep te bespreken. Sommige jongeren gaven aan dat spreken over tegenslagen moeilijk was. Het is dus mogelijk dat individuele gesprekken andere informatie hadden opgeleverd.

## **1.3. Integratie van de inzichten: een conceptueel model**

De inzichten uit de literatuur, aangevuld met relevante bedenkingen van jongeren uit de focusgroepen, brachten we samen in een finaal conceptueel model. Volgens Jabareen (2009) is een conceptueel model of kader een netwerk van onderling verbonden concepten, die samen een alomvattend begrip van een fenomeen (c.q. 'veerkracht') opleveren. De (deel)concepten of kerncomponenten die een conceptueel kader vormen, hebben elk hun eigenheid maar zijn tegelijkertijd ook met elkaar verbonden. Het is in die verbondenheid dat een kaderspecifieke 'filosofie' (c.q. de multimodale procesvisie) tot uiting komt.

////////////////////////////////////

### 1.3.1. Een model met vijf kerncomponenten

Het conceptuele model (zie Figuur 6) is opgebouwd uit vijf kerncomponenten, waarvan sommige nog verder onderverdeeld kunnen worden.



Het algemeen functioneren voorafgaand aan de tegenslag. Dit 'functioneren' kan betrekking hebben op verschillende levensdomeinen (bijvoorbeeld: schools presteren, sociaal-relationeel functioneren). Omdat dit onderzoeksproject focust op 'psychologische veerkracht', beperken we – in lijn met de internationale literatuur – functioneren tot 'mentaal functioneren' (c.q. mentale gezondheid als proxy).



De tegenslag – als een trigger, die het veerkrachtproces in gang zet. Deze tegenslag kan acuut zijn of chronisch; de tegenslag heeft het potentieel om het functioneren te destabiliseren.

Het veerkrachtproces, dat uit drie onderdelen bestaat:



De initiële reactie op de tegenslag. Het is mogelijk dat de initiële reactie samengaat met een beoordeling van de tegenslag: het gaat dan over een subjectieve inschatting van de ernst van de tegenslag, maar ook de betekenisverlening die eraan gegeven wordt.

In deze eerste subfase van het veerkrachtproces ontstaat een onevenwicht. Het kan gaan om een aanzienlijk onevenwicht, waardoor er een duidelijke impact is op het functioneren; maar het is ook mogelijk dat de impact op het functioneren eerder beperkt blijft. In dit laatste geval wordt veerkracht reeds zichtbaar in deze subfase (minimal impact resilience).



Het kantelpunt, een moment waarop het proces 'kantelt', in die zin dat – wanneer de tegenslag een impact had op het functioneren – dit functioneren na het kantelpunt geleidelijk aan weer in evenwicht gebracht wordt.

Het kantelpunt is het moment waarop een tweede subfase in gang gezet wordt. Het kan samenvallen met een bewust reflectiemoment, maar kan ook eerder impliciet tot stand komen.





Een fase waarin het evenwicht in het functioneren hersteld wordt. Dat gaat samen met zichtbare adaptatie. Hoewel hier in de literatuur doorgaans gesproken wordt over de 'adaptatiefase', gebruiken we deze term zelf niet in ons model, omdat er ook in de vorige subfase (initiële reactie) al enige adaptatie kan optreden – zij het meestal impliciet en onzichtbaar.

Tijdens deze fase stelt een individu verschillende vormen van copinggedrag. Het is een fase van trial-and-error – meerdere copinggedragingen worden uitprobeerde en flexibel ingezet. Dat wordt gestuurd en ondersteund door interne en externe hulpbronnen (zie veerkrachtbevorderende factoren).

We kunnen veronderstellen dat er doorheen het leven ook een zekere leercurve optreedt, waarbij een individu op basis van eerdere (levens)ervaring leert wat (c.q. welk copinggedrag) voor hem of haar het best werkt en wanneer bepaalde hulpbronnen het best aangesproken worden.

Doorheen dit veerkrachtproces is er sprake van verschillende veerkrachtmechanismen, die het verlies c.q. het herwinnen van veerkracht mee vorm geven. Op basis van het bestaande onderzoek is er evenwel nog maar weinig evidentie over hoe die veerkrachtmechanismen precies in hun werk gaan.

Het veerkrachtproces krijgt mee vorm onder de invloed van veerkrachtbevorderende factoren. Dat noemen we ook 'determinanten van veerkracht'. Het zijn factoren die het veerkrachtproces ondersteunen, maar op zich bieden ze geen garantie dat er ook effectief veerkracht optreedt. Veerkrachtbevorderende factoren zijn geen veerkracht per se. We spreken daarom over 'hulpbronnen'.

In de visuele voorstelling van het model (zie Figuur 6) krijgen de veerkrachtbevorderende factoren een plek onder het veerkrachtproces. Ze ondersteunen op die manier letterlijk het proces.

Twee soorten hulpbronnen kunnen onderscheiden worden: interne, persoonsgebonden hulpbronnen en externe hulpbronnen, die zich situeren in de omgeving van het individu.



Interne (persoonsgebonden) hulpbronnen zijn het geheel van (psychische) vaardigheden en competenties waarover een individu beschikt. Die vaardigheden zijn deels 'trainbaar'.

De meeste veerkrachtinterventies zullen in belangrijke mate focussen op deze kerncomponent, door interne hulpbronnen te ontwikkelen, trainen of versterken.





Externe hulpbronnen betreft relevante elementen in de micro-, meso-, en macro-omgeving. Op microniveau is het kunnen terugvallen op een betrouwbare volwassene een vaak vernoemde externe hulpbron; andere voorbeelden zijn een sterke verbondenheid in de klas, buurt of vereniging (mesoniveau)



Uitkomst. De uitkomst van het veerkrachtproces wordt bepaald op basis van het (algemeen) functioneren. Het is belangrijk dat dit functioneren wordt beoordeeld ten opzichte van een referentiepunt, m.n. het functioneren voor de tegenslag. We spreken over veerkracht wanneer het functioneren op hetzelfde niveau is als voor de tegenslag, of indien het algemeen functioneren als beter ingeschat wordt.

Voor een verdere inhoudelijke bespreking van de kerncomponenten: zie 1.1.2 (Kerncomponenten van veerkracht).

### 1.3.2. Een procesmodel

De verschillende kerncomponenten zijn ingebed in een assenstelsel, waarbij de X-as het tijdsverloop weergeeft en de Y-as de mate van positief functioneren versus disfunctioneren. Die twee procesfactoren zijn naast de vijf kerncomponenten ook van essentieel belang in het model.

#### **Tijd**

De kerncomponenten zijn in de eerste plaats met elkaar verbonden in een tijdsgebonden proces.

Op de X-as kunnen we in dit verband twee duidelijke demarcatiepunten identificeren (kerncomponent 2: tegenslag, en kerncomponent 3b: kantelpunt). Merk evenwel op dat, in realiteit, deze demarcatiepunten niet altijd heel exact kunnen afgebakend worden (c.q. verengd kunnen worden tot één moment): bij aanwezigheid van (een of meer) chronische stressor(en) bijvoorbeeld, wordt er op een bepaald moment wel een demarcatiepunt bereikt, wat aanleiding geeft tot een onevenwicht in het functioneren, maar voorafgaand aan dat moment staat het functioneren ook reeds onder druk.

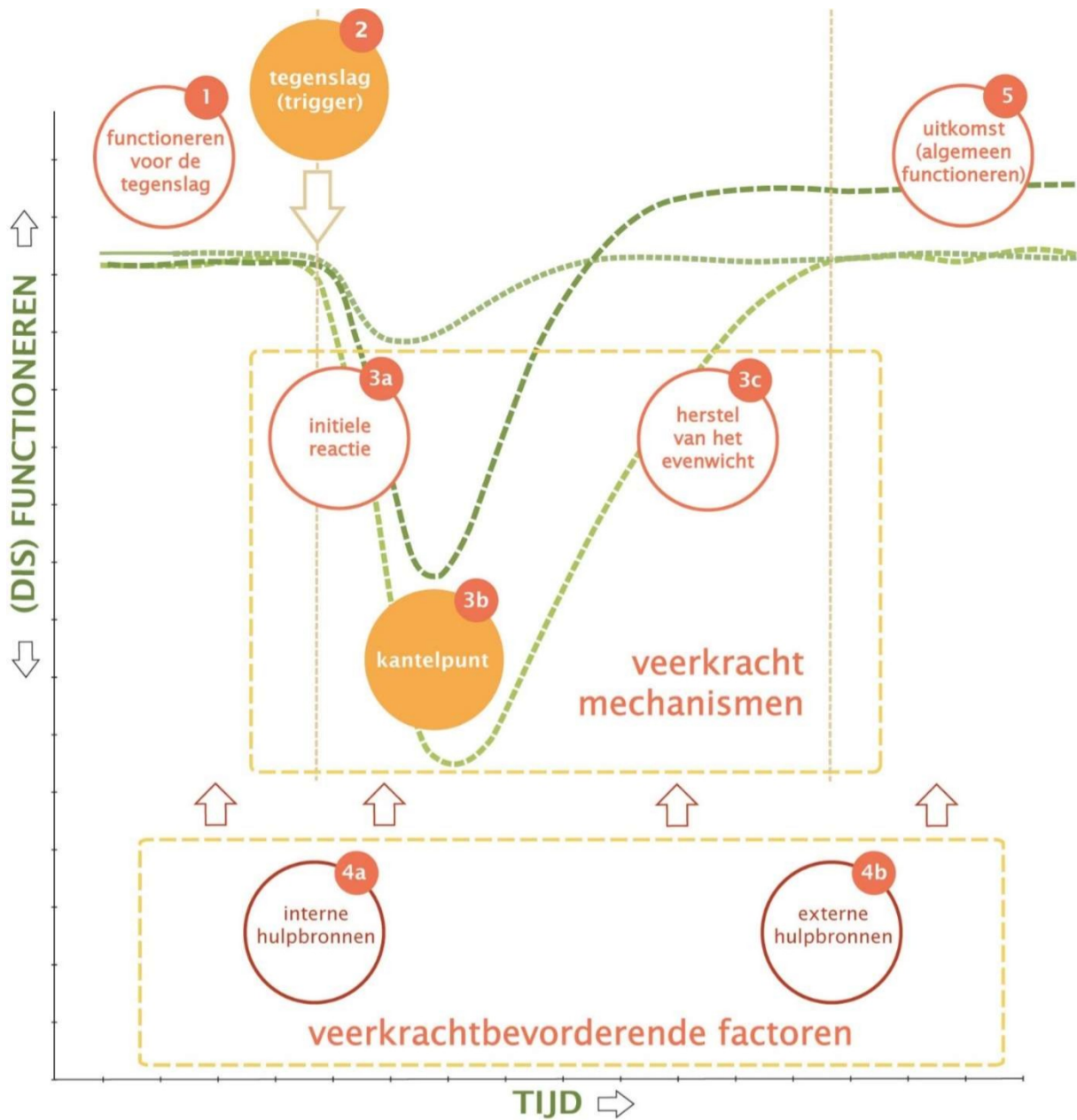
In de visuele voorstelling van het model (Figuur 6) krijgen de demarcatiepunten een specifieke (oranje) kleur, waardoor ze duidelijk onderscheiden kunnen worden van de overige kerncomponenten.

Het veerkrachtproces kan verder opgesplitst worden in twee subfases; elk van die subfases wordt ingezet na een demarcatiepunt (zie hierboven). De doorlooptijd van de fases is evenwel niet duidelijk af te bakenen. Op basis van bestaand onderzoek hebben we geen informatie over de (optimale) duur van een veerkrachtproces. Hoe lang duurt het (gemiddeld) vooraleer er een kantelpunt komt? En hoelang doet iemand erover alvorens opnieuw te functioneren zoals voor de tegenslag?





gezegd: wanneer we het functioneren van individuen op slechts één meetmoment in kaart brengen, kunnen we weinig zeggen over veerkracht.



Figuur 6: Conceptueel model veerkracht





Tabel 3: Weerhouden reviewstudies instrumenten veerkracht

	AUTEURS	PUBLICATIE JAAR	DOELGROEP	AANTAL INSTRUMENTEN
1.	Ahern, Kiehl, Lou Sole, & Byers	2006	Adolescenten  Review van de psychometrische kwaliteiten van instrumenten die gevalideerd zijn op een adolescentenpopulatie	6
2.	O'Donohue, Mesagno, & O'Brien	2021	Human participants of any age	10 self-report questionnaires  3 physiological measures (stress)  3-types of stress protocols
3.	Rassenhofer, Fegert, Plener, & Witt	2016	Unaccompanied refugee minors (URM)	5
4.	Seko, Lamptey, Nalder, & King	2020	Children and youth aged 0-18 years old with a childhood disability or chronic health condition and their families (e.g., parents, siblings, extended family members). Studies focusing on young adults were included if more than 50% of participants were aged 18 years or younger.	5
5.	Smith-Osborne & Whitehill Bolton	2013	General population across the life course	11 (waarvan 4 uitsluitend voor kinderen en / of jongeren)
6.	Vannest, Ura, Lavadia, & Zolkoski	2020	Children and youth participants defined as a Kindergarten-12th grade age range'  Genormeerd voor de U.S.A.	6
7.	Windle, Bennett, & Noyes	2011	General populuation	19

Over de verschillende artikelen heen zijn er een aantal instrumenten die relatief frequent vermeld worden. Twee instrumenten komen in zo goed als alle artikelen terug: het betreft de Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC, Connor & Davidson, 2003) en de Resilience Scale (RS, Wagnild, 2009; Wagnild & Young, 1993). In totaal identificeerden we op basis van de reviews negentien relevante instrumenten om veerkracht in kaart te brengen bij kinderen en/of jongeren. Door het

////////////////////////////////////





Tabel 4: Overzicht geselecteerde instrumenten

	Naam instrument (Afkorting)	Specifiek voor / versie voor adolescenten	Open source	Aantal items	Beschikbaar in het NL	Element conceptueel framework
1.	ADOLESCENT RESILIENCE QUESTIONNAIRE (ARQ)	Ja	Ja	88	Ja	Veerkrachtbevorderende factoren (interne en externe hulpbronnen)
2.	ADOLESCENT RESILIENCE SCALE (ARS)	+/- (studenten)  19-23 jaar	?	21	Neen	Veerkrachtbevorderende factoren (interne hulpbronnen) + herstel van het evenwicht (adaptatie)
3.	BRIEF RESILIENCE SCALE (BRS en BRS- NL)	Ja, studenten	Ja	6	Ja	Herstel van het evenwicht (terugveren)
4.	CONNOR-DAVIDSON RESILIENCE SCALE (CD-RISC)	Neen (gemiddeld 18,8 jaar), maar wel gebruikt / onderzocht bij kinderen en jongeren	Ja	25  10  2	Ja	Initiële reactie (beoordeling); herstel van het evenwicht (adaptatie), en veerkrachtbevorderende factoren (interne hulpbronnen) (zie ook definitie)

////////////////////////////////////















adolescenten (>18 jaar)). Dat is het geval voor ongeveer een vierde van de instrumenten in het overzicht (N=5), nl. de Adolescent Resilience Scale (ARS), de Brief Resilience Scales (BRS en BRS-NL), de Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), de Ego Resiliency – Youth; Ego Resilience Scale (ER89) en de Resilience Protective Factors Checklist (RPFC).

Aangezien we een instrument willen ontwikkelen voor kinderen en jongeren van 12 jaar en ouder, worden vragenlijsten die zich richten op oudere adolescenten/jongvolwassenen niet a priori uitgesloten. Wel zullen we in die gevallen grondig moeten nagaan of het taalgebruik afgestemd is op jongere adolescenten. Tevens moeten we dubbelchecken of de items in de schalen voldoende de leefwereld van jongere adolescenten weerspiegelt.

Tot slot moeten we ook een kanttekening maken bij de Ruggd Resilience Measure (RRM). Hoewel in de handleiding aangegeven wordt dat de vragenlijst ook geschikt is voor adolescenten, werd dat nog niet uitgetest en werd de vragenlijst nog niet gevalideerd bij die leeftijdsgroep. Hetzelfde kan gezegd worden van de Resilience Evaluation Scale (RES) – Veerkracht Evaluatie Schaal. Die vragenlijst werd speciaal aan het compendium toegevoegd omdat het een van de weinige schalen is (samen met de Jongerenveerkrachttest) die origineel in het Nederlands ontwikkeld werden. Op basis van de gevonden literatuur konden we evenwel geen onderzoek met de RES bij adolescenten/jongeren terugvinden. Er wordt ook nergens melding gemaakt dat het instrument bij deze doelgroep wordt toegepast. Daarom behouden we deze laatste vragenlijst niet bij de volgende stappen.

### **criterium 2: Toegankelijkheid en beschikbaarheid – open source**

Het instrument dat ontwikkeld wordt, moet gebruikt kunnen worden in breed opgezette bevragingen op populatieniveau (bijvoorbeeld impactmetingen). Wanneer bestaande schalen of vragenlijsten geïntegreerd worden in het te ontwikkelen instrument, zal het dan ook belangrijk zijn om vrij gebruik te kunnen maken van deze vragenlijsten.

6 van de 19 overblijvende instrumenten uit de overzichtslijst worden om die reden niet langer behouden. Het betreft de Jongerenveerkrachttest (JVK), de Resilience Scale (RS) (en aangepaste Nederlandse versie Veerkrachtschaal (VK+), de Resiliency Scale for Children & Adolescents (RSCA), de California Healthy Kids Survey: Resilience Youth Development Module (RYDM), de Social Emotional Assets and Resilience Scales (SEARS) en de Youth Resiliency: Assessing Developmental Strengths (YR-ADS).

Wat de Adolescent Resilience Scale (ARS) betreft konden we geen sluitende informatie vinden over het vrij gebruik van het instrument en konden we evenmin de auteurs van het instrument bereiken daarover.

### **criterium 3: Lengte van het instrument - aantal items**

Een meer uitgebreid instrument is niet noodzakelijk beter dan een instrument met een beperkt aantal items. Bovendien kan een instrument met veel items ook moeilijker ingepast worden in een ruimere bevraging of een omvangrijke vragenlijst. Om die reden voegden we tevens een criterium toe over de lengte van het instrument. We stelden daarbij een cut-off voorop van

//



Van de 5 instrumenten die op basis van criterium 1 tot 3 geselecteerd werden, zijn er 4 in het Nederlands beschikbaar. Enkel de Rugged Resilience Measure (RRM), die pas in 2021 ontwikkeld werd, is nog niet naar het Nederlands vertaald.

**Besluit**

Na aftoetsing van criterium 4 en 5 vallen er geen instrumenten meer weg uit de selectie. Tabel 5 geeft een overzicht van de niet-geselecteerde instrumenten per criterium.

Ondanks het feit dat er al heel wat instrumenten ontwikkeld werden om veerkracht bij kinderen en jongeren in kaart te brengen, behielden we na het toepassen van de vooropgestelde criteria slecht 5 instrumenten. Het gaat over de BRS-NL, de CD-RISC (2- of 10-item versie), de CYRM, de ER-11 en de RRM.

Tabel 5: Overzicht niet-geselecteerde instrumenten per criterium

	CRITERIUM 1	CRITERIUM 2	CRITERIUM 3
Instrumenten verwijderd o.b.v. criterium 1- Doelgroep	DECA RES		
Instrumenten verwijderd o.b.v. criterium 2 – Beschikbaarheid		JVK RS/VK+ RSCA RYDM SEARS YR:ADS	
Instrumenten verwijderd o.b.v. criterium 3 - Lengte			ARQ ER – Youth RASP READ RSAS  ARS 7C's of resilience tool RPFC



### 2.2.3. Reflectie-oefening 2: Inpassen van de bestaande instrumenten in het conceptuele kader

In deze tweede reflectieoefening gingen we na bij welk element / kerncomponent uit het eerder opgestelde conceptuele model voor veerkracht (zie hoger Figuur 6: Conceptueel model veerkracht), elk van de instrumenten uit het compendium (zie hoger Tabel 4: Overzicht geselecteerde instrumenten) aansluiting vindt. We evalueerden of het instrument bij één dan wel bij meerdere elementen uit het ontwikkelde model aansluit. Die oefening verhelderde tegelijkertijd welke elementen er nog niet of in onvoldoende mate geoperationaliseerd worden door de instrumenten die opgenomen werden in het compendium.



#### **Component 1: Algemeen functioneren voorafgaand aan tegenslag (mentaal welbevinden)**

Geen enkele van de geselecteerde instrumenten peilt naar het algemeen functioneren voorafgaand aan tegenslag.



#### **Component 2: Ervaren tegenslag**

Geen enkele van de geselecteerde instrumenten peilt naar aard van de ervaren tegenslagen.

Alle instrumenten die we in kaart brachten, gaan in se enkel na hoe individuen in het algemeen, en op basis van hun eigen inschatting, omgaan met tegenslagen. Geen enkele vragenlijst gaat na of er een recente tegenslag is.

#### **Component 3: Veerkrachtproces en veerkrachtmechanismen**

Binnen het veerkrachtproces, kunnen we drie deelcomponenten onderscheiden: (1) het initiële uit evenwicht raken; (2) een kantelpunt; (3) een herwinnen van het evenwicht.



De eerste deelcomponent (component 3a) kan nog verder onderverdeeld worden in enerzijds een beoordelingsfase, waarbij een individu de gebeurtenis capteert en daar een (subjectieve) inschatting van maakt. Die inschatting zal mee een invloed hebben op de mate waarin iemand uit evenwicht raakt ('disruption').



De CD-RISC-10 gaat in beperkte mate appraisal na (1 item).



De tweede deelcomponent (component 3b) gaat over het kantelpunt. Geen enkele van de weerhouden instrumenten peilt naar een kantelpunt.



De derde deelcomponent is het herstel van het evenwicht – of het terugveren, waarin adaptief gedrag duidelijk zichtbaar wordt. Meerdere instrumenten focussen op deze sub-fase. Van de 5 door ons geselecteerde instrumenten zijn er 3 die hier (bijna) volledig op focussen, m.n. de BRS, de ER89 /ERR (beperkt aantal items), en de CD-RISC-10 (meeste items).

**Component 4: veerkrachtbevorderende factoren**

Heel wat bestaande instrumenten bevragen veerkrachtbevorderende factoren, in het bijzonder interne hulpbronnen (dat volgt uit het feit de veerkracht lange tijd als een trek benaderd werd).



Van de 5 door ons geselecteerde instrumenten zijn er 3 hier (bijna) volledig op focussen. Het gaat over de ER89 / ERR (meerderheid van de items), de CD-RISC-10 (aantal items) en de RRM (alle items).



Verschillende instrumenten hebben 1 of enkele items over sociale steun of steunende relaties. 1 instrument focust bijna volledig op het in kaart brengen van externe hulpbronnen: de CYRM.

**Component 5: Algemeen functioneren na terugveren (uitkomst van veerkracht)**



Geen enkele van de geselecteerde instrumenten peilt naar het algemeen functioneren als uitkomst van een tegenslag.

De meeste studies rond veerkracht maken gebruik van een maat voor mentale (on)gezondheid of mentaal welbevinden, waarbij mentale gezondheid als proxy beschouwd wordt voor veerkracht.









### 3. Het veerkrachtproces

## veerkracht mechanismen

3a



#### ONEVENWICHT

- Mate uit balans (3-puntenschaal)
- Mate uit balans (schaalvraag)

1

1

Eigen vragen

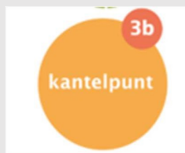
#### IMPACT

- Impact op dagelijks functioneren

10

Vragen over impact gebaseerd op Hardy-Gill Resilience Scale

3b



#### KANTELPUNT

- Duur alvorens weer in evenwicht

1

Eigen vraag

3c



#### HERSTEL




- Mate balans (3-puntenschaal)
- Brief Resilience Scale-NL

1

2

Versie Peilstationonderzoek Voortgezet Onderwijs

#### 4. veerkrachtbevorderende factoren

4a	 <p>4a interne hulpbronnen</p>	<p>INTERNE HULPBRONNEN</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rugged Resilience Measure (RRM)</li> </ul>	17	Vertaling (nog niet beschikbaar in het Nederlands)
4b	 <p>4b externe hulpbronnen</p>	<p>EXTERNE HULPBRONNEN</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Children &amp; Youth Resilience Measure</li> </ul>	12	Gevalideerd bij adolescenten
5	 <p>5 uitkomst (algemeen functioneren)</p>	<p>LEVENSTEVREDENHEID</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cantril ladder (levenstevredenheid)</li> <li>• Personal Wellbeing Index – School-aged children</li> </ul> <p>MENTAAL WELBEVINDEN</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS)</li> </ul> <p>PSYCHISCHE KLACHTEN</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Patient Health Questionnaire (PHQ-2)</li> <li>• In behandeling GGZ)</li> </ul>	1	(zie algemeen functioneren voor tegenslag)
			10	
			14	
			2	
			1	





### 2.3.2. Een eerste pilotering

In de periode oktober-november 2022 vroegen we een aantal groepen van jongeren, (via scholen) om de vragenlijst in te vullen en inhoudelijk te testen. Voor die testing werden een aantal extra evaluatievragen aan het instrument toegevoegd, die onder andere peilden naar moeilijkheidsgraad en tevredenheid (zie Bijlage 3). De bevraging die we opzetten was een niet-gecontroleerde cross-sectionele bevraging. Dergelijke bevraging heeft uiteraard zijn beperkingen, in bijzonder in functie van vragenlijstontwikkeling.

We willen dan ook uitermate voorzichtig zijn met betrekking tot het rapporteren van 'resultaten' van deze bevraging: de gegevens waarover we nu beschikken zijn geenszins representatief voor de Vlaamse populatie van jongeren tussen 12 en 18 jaar. Zoals eerder vermeld was het binnen het tijdsframe van het onderzoek ook niet mogelijk om een bevraging met meerdere meetmomenten op te zetten.

80 jongeren vulden de vragenlijst in, waarvan bijna drievierde een meisje was (N=59; 73,75%). Verder participeerden jongeren uit alle leerjaren uit het secundair onderwijs (1<sup>ste</sup>-7<sup>de</sup> jaar); er is ook hier duidelijk sprake van een scheve verdeling, waarbij meer jongeren uit het 4<sup>de</sup> tot en met 7<sup>de</sup>. De gemiddelde invultijd bedroeg 15,1 minuten. Tabel 7 geeft een overzicht van de scores (gemiddelde en spreiding) voor de evaluatievragen over het instrument.

Tabel 7: Scores evaluatievragen pilootbevraging

VRAAG	SCORE (gemiddelde (range))
Wat vond je van deze vragenlijst? (0 = een zeer slechte vragenlijst 10 = een zeer goede vragenlijst)	8.75 (3-10)
Hoe interessant vond je de vragenlijst? (0= helemaal niet interessant 10= heel interessant)	6.75 (2-8)
Hoe moeilijk vond je het om de vragenlijst in te vullen omdat je woorden of vragen niet begreep? (0= helemaal niet moeilijk 10= heel moeilijk)	3.38 (0-7)
Hoe moeilijk vond je het om de vragenlijst in te vullen omdat je je slecht of ongemakkelijk voelt door deze vragen? (0= helemaal niet moeilijk 10 = heel moeilijk)	3.62 (1-7)
Wat vond je van de lengte van de vragenlijst? (0 = zeer slecht veel te lang 10 = zeer goed de vragenlijst is precies lang genoeg)	6.25 (2-10)

# Hoofdstuk 3: Aanbevelingen

## 3.1. Veerkracht – een complex concept om te koesteren

Dit project is tot stand gekomen vanuit de vaststelling dat er heel wat conceptuele onduidelijkheid bestond (én bestaat) over veerkracht en weerbaarheid als concept. Dat is niet enkel zo in Vlaanderen, maar werd ook gereflecteerd in de internationale onderzoeksliteratuur.

Veerkracht is een rijk, maar complex concept. Het bestaat uit verschillende deelcomponenten, die allen nodig zijn om de brede definiëring te kunnen invullen en vatten. Het conceptuele model wat we doorheen dit onderzoeksproject opstelden, reflecteert deze complexiteit en kan een basis vormen voor verdere dialoog en juiste afbakening. We pleiten voor weloverwogen gebruik van het concept in zijn geheel, maar ook voor het aanwenden van de juiste terminologie om de verschillende deelcomponenten te benoemen, zowel in onderzoek als vanuit het beleid (bijvoorbeeld in beleidsdocumenten).

Vanuit onderzoeksperspectief dringt zich in bijzonder een reflectie op over de validiteit van het concept veerkracht. Immers, inherent aan een onduidelijk gedefinieerd concept is het risico op informatiebias. Dit onderzoeksproject heeft duidelijk gemaakt dat de bestaande onderzoeksinstrumenten ontoereikend zijn om veerkracht als een procesvariabele te meten. (zie ook aanbeveling 2). Het eigen instrument dat we opstelden, probeert daaraan tegemoet te komen.

Ook in de praktijk moeten we vermijden om veerkracht als ‘containerbegrip’ te hanteren als synoniem van allerlei gerelateerde concepten. Dat houdt immers het gevaar in dat het een betekenisloos begrip wordt, dat te weinig aanknopingspunten biedt voor actie of interventie, of dat op (te) veel verschillende manieren ingevuld kan worden. Dat zou erg jammer zijn, want veerkracht is een erg interessant concept, dat een brug kan slaan tussen een public health benadering van geestelijke gezondheid (met nadruk op geestelijke gezondheidsbevordering en preventie) aan de ene kant en geestelijke gezondheidszorg aan de andere kant.

De focusgroepbevraging van jongeren heeft ons duidelijk gemaakt dat ook jongeren veerkracht als concept genegen zijn: stress en tegenslagen maken deel uit van hun dagelijkse leven – en op basis van trial-and-error gaan ze op zoek naar hoe ze het best met die tegenslagen kunnen omgaan. Echter, de termen ‘veerkracht’ en ‘weerbaarheid’ maken geen deel uit van het dagelijkse taalgebruik van jongeren. Willen we jongeren sensibiliseren over weerbaarheid, veerkracht en mentaal welbevinden, dan is het van belang dat we dat doen in hun woorden, terwijl we tegelijkertijd ook correcte informatie moeten geven en het concept in het juiste perspectief moeten plaatsen. Het is daarom belangrijk om blijvend te investeren in public health literacy bij jongeren over veerkracht. Daarnaast kunnen ook professionals of intermediairen baat hebben bij deskundigenbevordering over veerkracht.

//

### 3.1.1. Vervolgstappen

Het Vlaams Instituut Gezond Leven vzw participeert als partner in het consortium van dit onderzoeksproject en voerde ook het merendeel van de onderzoekactiviteiten uit. Gezond Leven is een expertisecentrum inzake gezondheidsbevordering (GGB, gezonde leefstijl in een gezonde leefomgeving) en heeft op dit ogenblik een aantal beheersovereenkomsten met de Vlaamse overheid (Agentschap Zorg & Gezondheid), waaronder ook een beheersovereenkomst rond geestelijke gezondheidsbevordering. Binnen die opdracht hoort ook het versterken van health literacy en deskundigheidsbevordering van professionals. De basis daarvan wordt gevormd door kennisverhoging. Gezond Leven zal relevante kennis die binnen dit onderzoeksproject werd opgedaan (bijvoorbeeld over de definitie, conceptueel model) binnen de beheersovereenkomst verder verspreiden. Dat kan bijvoorbeeld via de algemene website (<https://www.gezondleven.be/themas/mentaal-welbevinden>), die zich naar professionals richt. We verkennen tevens de mogelijkheid om een e-learning over veerkracht aan te bieden via de Gezond Levenacademie <https://www.gezondleven.be/academie>.

We gaan tevens op zoek naar mogelijkheden om informatie uit dit onderzoeksproject ook naar jongeren zelf te implementeren, bijvoorbeeld via het online platform NokNok.be of in rechtstreekse contacten met jongeren via de verschillende communicatiekanalen van AWEL of vanuit BRUCC.

## 3.2. Veerkracht meten en monitoren – het liefst op langere termijn

Hoewel het concept veerkracht niet nieuw is, lijkt er vooral de afgelopen jaren een toegenomen aandacht om het concept vanuit een multimodale procesvisie te bekijken (zie 2.3). De zoektocht naar een heldere definitie en conceptafbakening heeft ook de discussie aangewakkerd over hoe het concept dan geoperationaliseerd en gemeten kan worden.

Binnen dit onderzoeksproject maakten we een overzicht van de bestaande instrumenten om veerkracht bij kinderen en jongeren te meten. Dat overzicht heeft duidelijk gemaakt dat de bestaande instrumenten de procesvisie op veerkracht in onvoldoende mate in kaart brengen. Met de ontwikkeling van een eigen instrument hebben we gepoogd daaraan tegemoet te komen.

Willen we veerkracht als procesvariabele in kaart brengen, dan is het aanbevolen om dat longitudinaal op te volgen, waarbij minimaal een cohorte jongeren over de tijd gevolgd wordt, die dan op verschillende meetmomenten de vragenlijst invult. Daarnaast is het dan ook belangrijk om het concept voldoende gedetailleerd te bevragen. Het is slechts op die manier dat we meer inzicht zullen krijgen in de onderliggende werkingsmechanismen van veerkracht; op die manier kan ook de té exclusieve focus op veerkracht als trek of als succesvolle outcome doorbroken worden.

Dit betekent evenwel niet dat cross-sectioneel onderzoek onmogelijk is. In dergelijke cross-sectionele studies kunnen deelconcepten uit het opgestelde conceptuele kader gehanteerd

////////////////////////////////////

worden. Het overzicht van vragenlijsten in Tabel 4 en het compendium kunnen daarbij ondersteuning bieden, zodat dit weloverwogen kan gebeuren.

De complexiteit van het concept veerkracht is een uitdaging voor monitoring. Heel wat populatiebevragingen, zoals de JOP-monitor, willen een breed beeld van de leefwereld van kinderen en jongeren, waarbij ook meerdere levensdomeinen bevraagd worden. Wanneer men veerkracht in dergelijke bevragingen wil meenemen, is er doorgaans slechts ruimte voor een zeer beperkt aantal items. Onderzoekers van dergelijke bevragingen kunnen een beroep doen op het compendium van instrumenten die veerkracht meten om een gepast instrument te selecteren. Zelf deden we een voorstel van twee items die voor monitoringdoeleinden gebruikt kunnen worden (Brief Resilience Scale - BRS (zie kerncomponent: adaptatie)).

### **3.2.1. Vervolgstappen**

Binnen dit onderzoeksproject hadden we slechts de ruimte om een eerste pilootversie van het instrument te ontwikkelen en beperkt uit te testen. Verder onderzoek is absoluut nodig om de psychometrische kwaliteit van het instrument te kunnen bepalen en ook de scoring van het instrument verder op punt te zetten. De link naar de vragenlijst wordt via de socialemediakanalen van AWEL nog steeds verspreid om de eerste pilootdata nog uit te breiden

Vanuit de BRUCC-onderzoeksgroep zal verkend worden om bijkomende onderzoeksmiddelen te verwerven, om de vragenlijst via een gecontroleerde studie met meerdere meetmomenten verder te evalueren.

## **3.3. Veerkracht, het belang van individuele én omgevingsfactoren**

Gezien de complexiteit van veerkracht moeten we er ons van bewust zijn dat het bevorderen of versterken van veerkracht bij kinderen en jongeren een meerlagig verhaal is. Het structureel versterken van veerkracht vergt m.a.w. actie op meerdere (beleids)domeinen en gedurende een langere periode.

Interventies die veerkracht versterken, beperken zich vaak tot bijvoorbeeld workshops (bestaande uit een beperkt aantal sessies) en/of kennisoverdracht via informatie-sessies. Ze zetten in op het versterken van de kerncomponent 'veerkrachtversterkende factoren' uit ons model, en meer specifiek 'interne hulpbronnen'. Zelfs als er een gecontroleerd en gerandomiseerd studiedesign gebruikt wordt, blijft het nog onduidelijk of die sessies er dan ook toe bijdragen dat jongeren bij een volgende tegenslag ook 'beter' terugveren. Er is met andere woorden weinig onderzoek dat kan aantonen dat de sessies ook effectief de veerkracht versterken. Het instrument dat we in dit onderzoeksproject ontwikkelden, kan de evaluatie van dergelijke interventies mee ondersteunen.

////////////////////////////////////



Het is daarnaast belangrijk dat niet enkel ingezet wordt op het versterken van interne hulpbronnen, maar dat ook externe hulpbronnen versterkt worden. De overheid kan een belangrijke rol opnemen in het versterken van die externe hulpbronnen op macroniveau, bijvoorbeeld door sociale grondrechten voor elk kind te garanderen.



## Referenties

- Abbott, J.-A., Klein, B., Hamilton, C., & Rosenthal, A. (2009). The impact of online resilience training for sales managers on wellbeing and performance. *E-Journal of Applied Psychology*, 5, 89-95. doi:10.7790/ejap.v5i1.145
- Aburn, G., Gott, M., & Hoare, K. (2016). What is resilience? An Integrative Review of the empirical literature. *Journal of Advanced Nursing*, 72(5), 980-1000. doi:https://doi.org/10.1111/jan.12888
- Ahern, N. R., Kiehl, E. M., Lou Sole, M., & Byers, J. (2006). A Review of Instruments Measuring Resilience. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 29(2), 103-125. doi:10.1080/01460860600677643
- Ayed, N., Toner, S., & Priebe, S. (2019). Conceptualizing resilience in adult mental health literature: A systematic review and narrative synthesis. *Psychol Psychother*, 92(3), 299-341. doi:10.1111/papt.12185
- Baggio, J. A., Brown, K., & Hellebrandt, D. (2015). Boundary object or bridging concept? A citation network analysis of resilience. *Ecology and Society*, 20(2), 2. doi:https://doi.org/10.5751/ES-07484-200202 http://dx.doi.org/10.5751/ES-07484-200202
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychology*, 59, 20-28.
- Bonanno, G. A., Romero, S. A., & Klein, S. I. (2015). The Temporal Elements of Psychological Resilience: An Integrative Framework for the Study of Individuals, Families, and Communities. *Psychological Inquiry*, 26(2), 139-169. doi:10.1080/1047840X.2015.992677
- Bowling, J., Jason, K., Krinner, L. M., Vercruysse, C. M. C., & Reichard, G. (2021). Definition and operationalization of resilience in qualitative health literature: a scoping review. *International Journal of Social Research Methodology*. doi:10.1080/13645579.2021.1903241
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 77-101. doi:10.1191/1478088706qp063oa
- Caldeira, S., & Timmins, F. (2016). Resilience: synthesis of concept analyses and contribution to nursing classifications. *International Nursing Review*, 63(2), 191-199. doi:https://doi.org/10.1111/inr.12268
- Castellano-Tejedor, C., Blasco-Blasco, T., Perez-Campdepadros, M., & Capdevila, L. (2014). Making sense of resilience: A review from the field of paediatric psycho-oncology and a proposal of a model for its study. *Anales De Psicologia*, 30(3), 865-877. doi:10.6018/analesps.30.3.154581
- Chmitorz, A., Kunzler, A., Helmreich, I., Tüscher, O., Kalisch, R., Kubiak, T., . . . Lieb, K. (2018). Intervention studies to foster resilience - A systematic review and proposal for a resilience framework in future intervention studies. *Clin Psychol Rev*, 59, 78-100. doi:10.1016/j.cpr.2017.11.002
- Christmas, C. M., & Khanlou, N. (2019). Defining Youth Resilience: a Scoping Review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17(3), 731-742. doi:10.1007/s11469-018-0002-x
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) *Depression and Anxiety*, 18, 71-82.
- Cooper, A. L., Brown, J. A., Rees, C. S., & Leslie, G. D. (2020). Nurse resilience: A concept analysis. *International Journal of Mental Health Nursing*, 29(4), 553-575. doi:10.1111/inm.12721
- Cosco, T. D., Kaushal, A., Hardy, R., Richards, M., Kuh, D., & Stafford, M. (2017). Operationalising resilience in longitudinal studies: a systematic review of methodological approaches. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 71(1), 98-104. doi:10.1136/jech-2015-206980
- Daly, L. M. (2020). Resilience: An Integrated Review. *Nursing Science Quarterly*, 33(4), 330-338. doi:10.1177/0894318420943141



- Johnston, M. C., Porteous, T., Crilly, M. A., Burton, C. D., Elliott, A., Iversen, L., . . . Black, C. (2015). Physical Disease and Resilient Outcomes: A Systematic Review of Resilience Definitions and Study Methods. *Psychosomatics*, 56(2), 168-180. Retrieved from <Go to ISI>://WOS:000350735400006
- Kalisch, R., Müller, M. B., & Tüscher, O. (2015). A conceptual framework for the neurobiological study of resilience. *Behavioral and brain sciences*, 38.
- Kaplan, H. B. (1999). Toward an understanding of resilience: A critical review of definitions and models. I. In G. M.D. & J. J.R. (Eds.), *Resilience and development: Positive life adaptations*. (pp. 17-83). New York: Plenum.
- Keyes, C. L. M. (2005). Mental Illness and/or Mental Health? Investigating Axioms of the Complete State Model of Health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(3), 539-548. doi:doi:10.1037/0022-006X.73.3.539
- Khanlou, N., & Wray, R. (2014). A Whole Community Approach toward Child and Youth Resilience Promotion: A Review of Resilience Literature. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 12(1), 64-79. doi:10.1007/s11469-013-9470-1
- Kim, G. M., Lim, J. Y., Kim, E. J., & Park, S. M. (2019). Resilience of patients with chronic diseases: A systematic review. *Health & Social Care in the Community*, 27(4), 797-807. doi:10.1111/hsc.12620
- Knight, L., Xin, Y. T., & Mengo, C. A Scoping Review of Resilience in Survivors of Human Trafficking, Trauma Violence & Abuse. doi:10.1177/1524838020985561
- Kuldas, S., & Foody, M. (2021). Neither Resiliency-Trait nor Resilience-State: Transactional Resiliency/e. *Youth & Society*, 54(8), 1352–1376. doi:10.1177/0044118x211029309
- Lau, J., Khoo, A. M. G., Ho, A. H. Y., & Tan, K. K. (2021). Psychological resilience among palliative patients with advanced cancer: A systematic review of definitions and associated factors. *Psycho-Oncology*, 30(7), 1029-1040. doi:10.1002/pon.5666
- 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
- Leung, D. Y. L., Chan, A. C. Y., & Ho, G. W. K. (2022). Resilience of Emerging Adults After Adverse Childhood Experiences: A Qualitative Systematic Review. *Trauma Violence & Abuse*, 23(1), 163-181. doi:10.1177/1524838020933865
- Luthar, S., & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: implications for intervention and social policy. *Developmental Psychopathology*, 12, 857-885.
- Luthar, S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, 71(3), 543–562. doi:10.1111/1467-8624.00164
- Masten, A. S. (2007). Resilience in developing systems: Progress and promise as the fourth wave rises. *Development and Psychopathology*, 19(3), 921-930. doi:10.1017/S0954579407000442
- Masten, A. S. (2014a). Global Perspectives on Resilience in Children and Youth. *Child Development*, 85(1), 6-20. doi:https://doi.org/10.1111/cdev.12205
- Masten, A. S. (2014b). Ordinary magic: Resilience in development. . New York: The Guilford Press.
- 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, 425-444. doi:doi: 10.1017/s0954579400005812
- Masten, A. S., & Monn, A. R. (2015). Child and Family Resilience: A Call for Integrated Science, Practice, and Professional Training. *Family Relations*, 64(1), 5-21. doi:10.1111/fare.12103
- McAslan, A. (2010). The concept of resilience: Understanding its origins, meaning and utility. In. Adelaide: Torrens Resilience Institute.
- McKenna, O., Fakolade, A., Cardwell, K., Langlois, N., Jiang, K. R., & Pilutti, L. A. Towards conceptual convergence: A systematic review of psychological resilience in family caregivers of persons living with chronic neurological conditions. *Health Expectations*. doi:10.1111/hex.13374



- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2013). *Qualitative data analysis: a methods sourcebook*. 3rd edition. . Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Miller-Graff, L. E. The Multidimensional Taxonomy of Individual Resilience. *Trauma Violence & Abuse*. doi:10.1177/1524838020967329
- O'Donohue, J. S., Mesagno, C., & O'Brien, B. (2021). How can stress resilience be monitored? A systematic review of measurement in humans. *Current Psychology*, 40(6), 2853-2876. doi:10.1007/s12144-019-00226-9
- Pangallo, A., Zibarras, L., Lewis, R., & Flaxman, P. (2015). Resilience Through the Lens of Interactionism: A Systematic Review. *Psychological Assessment*, 27(1), 1-20. doi:10.1037/pas0000024
- Peless, T., Chenneville, T., & Gabbidon, K. (2021). Challenges to the conceptualization and measurement of resilience in HIV research. *Aids Care-Psychological and Socio-Medical Aspects of Aids/Hiv*, 33(12), 1525-1533. doi:10.1080/09540121.2021.1871722
- Rassenhofer, M., Fegert, J. M., Plener, P. L., & Witt, A. (2016). Validated Instruments for the Psychological Assessment of Unaccompanied Refugee Minors - a Systematic Review. *Praxis Der Kinderpsychologie Und Kinderpsychiatrie*, 65(2), 97-112. doi:10.13109/prkk.2016.65.2.97
- Robertson, H. D., Elliott, A. M., Burton, C., Iversen, L., Murchie, P., Porteous, T., & Matheson, C. (2016). Resilience of primary healthcare professionals: a systematic review. *British Journal of General Practice*, 66(647), e423-e433. doi:10.3399/bjgp16X685261
- Rudzinski, K., McDonough, P., Gartner, R., & Strike, C. (2017). Is there room for resilience? A scoping review and critique of substance use literature and its utilization of the concept of resilience. *Substance Abuse Treatment Prevention and Policy*, 12. doi:10.1186/s13011-017-0125-2
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. . *British Journal of Psychiatry*(147), 598–611.
- Schultze-Lutter, F., Schimmelfmann, B. G., & Schmidt, S. J. (2016). Resilience, risk, mental health and well-being: associations and conceptual differences. In: Springer.
- Seko, Y., Lamptey, D., Nalder, E., & King, G. (2020). Assessing resiliency in paediatric rehabilitation: A critical review of assessment tools and applications. *Child Care Health and Development*, 46(3), 249-267. doi:10.1111/cch.12743
- Sisto, A., Vicinanza, F., Campanozzi, L. L., Ricci, G., Tartaglini, D., & Tambone, V. (2019). Towards a Transversal Definition of Psychological Resilience: A Literature Review. *Medicina-Lithuania*, 55(11). doi:10.3390/medicina55110745
- Smith-Osborne, A., & Whitehill Bolton, K. (2013). Assessing Resilience: A Review of Measures across the Life Course. *Journal of Evidence-Based Social Work*, 10(2), 111-126. doi:10.1080/15433714.2011.597305
- 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. doi:10.3402/ejpt.v5.25338
- Soyez, V., Vanlessen, N., & Verlinden, A. (2020). Onderbouwingstekst: Theoretische grondslagen voor de geluksdriehoek en bijhorende online toolbox. Retrieved from Brussel: Vlaams Instituut Gezond Leven:
- Stainton, A., Chisholm, K., Kaiser, N., Rosen, M., Uptegrove, R., Ruhrmann, S., & Wood, S. J. (2019a). Resilience as a multimodal dynamic process. *Early interventions in psychiatry*, 13, 4. doi: https://doi.org/10.1111/eip.12726
- Suldo, S. M., & Shaffer, E. J. (2008). Looking beyond psychopathology: The dual-factor model of mental health in youth. *School Psychology Review*, 37(1), 52-68.
- Ungar, M. (2011). The social ecology of resilience: addressing contextual and cultural ambiguity of a nascent construct. *The American Journal of Orthopsychiatry*, 81, 1-17. doi:https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.2010.01067.x

////////////////////////////////////

- Ungar, M. (2011). The social ecology of resilience: Addressing contextual and cultural ambiguity of a nascent construct. *American Journal of Orthopsychiatry*, 81(17).
- Ungar, M. (2013). Resilience, Trauma, Context, and Culture. *Trauma, Violence, & Abuse*, 14(3), 255-266. doi:10.1177/1524838013487805
- Ungar, M. (2018). Systemic resilience: principles and processes for a science of change in contexts of adversity. *Ecology and Society*, 23(4). doi:https://doi.org/10.5751/ES-10385-230434
- Ungar, M. (2021). Modeling multisystemic resilience: Connecting biological, psychological, social, and ecological adaptation in contexts of adversity. In *Multisystemic Resilience: Adaptation and Transformation in Contexts of Change* (pp. 6-31).
- van Bon-Martens, M., Kleinjan, M., de Beurs, D., Nuijnen, J., & van den Brink, C. (2021). Mentale gezondheid bij jeugd in kaart gebracht. Een participatieve benadering via group concept mapping. Retrieved from Utrecht:
- van Breda, A. D. (2018). A CRITICAL REVIEW OF RESILIENCE THEORY AND ITS RELEVANCE FOR SOCIAL WORK. *Social Work-Maatskaplike Werk*, 54(1), 1-+. doi:10.15270/54-1-611
- Vannest, K. J., Ura, S. K., Lavadia, C., & Zolkoski, S. (2021). Self-report Measures of Resilience in Children and Youth. *Contemporary School Psychology*, 25(4), 406-415. doi:10.1007/s40688-019-00252-1
- Wagnild, G. (2009). A review of the Resilience Scale. *Journal of nursing measurement*, 17(2), 105-113. Retrieved from <Go to ISI>://MEDLINE:19711709
- Wagnild, G., & Young, H. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of nursing measurement*, 1(2), 165-178.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.
- Wald, J., Taylor, S., Asmundson, G. J., Jang, K. L., & Stapleton, J. (2006). *Literature Review of Concepts: Psychological Resiliency*. Vancouver: Defense Technical Information Center.
- Weinberg, M., & Tomy, A. (2015). *Community survey of young Victorians' resilience and mental wellbeing*. Full report: part A and part B. Melbourne, Australia: Victorian Health Promotion Foundation.
- Werner, E. E. (1971). *The children of Kauai: A longitudinal study from the perinatal period to age ten*. Honolulu: University of Hawaii Press.
- Windle, G. (2010). The Resilience Network: What is resilience? A systematic review and concept analysis. *Reviews in Clinical Gerontology*, 21, 1-18. doi:10.1017/S0959259810000420
- Windle, G., Bennett, K. M., & Noyes, J. (2011). A methodological review of resilience measurement scales. *Health and Quality of Life Outcomes*, 9(1), 8. doi:10.1186/1477-7525-9-8
- Worsley, L. (2015). *The resilience doughnut: The secret of strong kids (Vol. 1)*: Australian eBook Publisher.
- Xue, X., Wang, L., & Yang, R. J. (2018). Exploring the science of resilience: critical review and bibliometric analysis. *Natural Hazards*, 90(1), 477-510. doi:10.1007/s11069-017-3040-y
- Ye, Z. J., Zhang, Z., Zhang, X. Y., Tang, Y., Chen, P., Liang, M. Z., . . . Yu, Y. L. (2020). State or trait? Measuring resilience by generalisability theory in breast cancer. *European Journal of Oncology Nursing*, 46, 101727. doi:https://doi.org/10.1016/j.ejon.2020.101727
- Yoon, S., Dillard, R., Pei, F., McCarthy, K. S., Beaujolais, B., Wang, X. F., . . . Cochey, S. (2020). Defining resilience in maltreated children from the practitioners' perspectives: A qualitative study. *Child Abuse & Neglect*, 106. doi:10.1016/j.chiabu.2020.104516
- Yoon, S., Howell, K., Dillard, R., McCarthy, K. S., Napier, T. R., & Pei, F. (2021). Resilience Following Child Maltreatment: Definitional Considerations and Developmental Variations. *Trauma Violence & Abuse*, 22(3), 541-559. doi:10.1177/1524838019869094
- Zhou, Y. J., Ishado, E., O'Hara, A., Borson, S., & Sadak, T. (2021). Developing a Unifying Model of Resilience in Dementia Caregiving: A Scoping Review and Content Analysis. *Journal of Applied Gerontology*, 40(10), 1377-1388. doi:10.1177/0733464820923549
- Zolkoski, S. M., & Bullock, L. M. (2012). Resilience in children and youth: A review. *Children and Youth Services Review*, 34(12), 2295-2303. doi:10.1016/j.childyouth.2012.08.009

# BIJLAGEN

- De bijlage maakt deel uit van het onderzoeksrapport, maar wordt als apart document beschikbaar gesteld. Ze bevat
  - een beschrijving van het consortium en de stuurgroep;
  - een voorstelling van het eerste conceptuele model;
  - de vragenlijst ‘Omgaan met tegenslagen’

→ [Bijlage bij het onderzoeksrapport](#)

- Het addendum bij het onderzoeksrapport geeft een gedetailleerde weergave van de verschillende stappen tijdens het onderzoek om tot de inhoudelijke concepten en het ontwikkelde meetinstrument te komen. Het addendum bespreekt ook de grenzen en uitdagingen van het onderzoek. Het geeft een weergave van
  - de methodiek voor de literatuurstudie;
  - het gebruik van focusgroepen doorheen het onderzoek;
  - finaliseren van het conceptueel framework;
  - de bestaande meetinstrumenten;
  - En de ontwikkeling van het eigen meetinstrument.

→ [Addendum bij het onderzoeksrapport: onderzoeksmethode](#)



Departement Cultuur, Jeugd en Media  
Arenbergstraat 9  
1000 Brussel  
[www.vlaanderen.be/cjm](http://www.vlaanderen.be/cjm)