

Inhoud

Voorwoord	13
-----------	----

DEEL 1

VEERKRACHT IN HET ALGEMEEN

Hoofdstuk 1	Wat houdt veerkracht eigenlijk in?	17
	1. Inleiding	17
	2. Definities	17
	3. Drie visies	18
	4. Niet al te krampachtig doen	20
	5. Tegenspoed en aanpassing	21
	6. Beschermende en risicofactoren	23
	7. Verschillen in invloed van risico- en beschermende factoren	24
	8. Drie verschillende rollen van veerkracht	26
	9. Hoeveel kinderen tonen veerkracht bij storm of tegenwind?	27
Hoofdstuk 2	Korte terugblik	29
	1. Inleiding	29
	2. Onderzoeksgolven	29
	3. Verschuiving in het denken over veerkracht	31
	4. Veerkracht in de tijd gezien	33
	5. Van ego-sterkte naar veerkracht	34
	6. Tot slot	35
Hoofdstuk 3	Geen veerkracht zonder coping	36
	1. Inleiding	36
	2. Wat houdt het begrip coping in?	36
	3. Copingcategorieën	37
	4. Concrete copingvaardigheden	38
	5. Ontwikkeling van copingvaardigheden	39

6.	Inschattingsproces (appraisal)	40
6.1	<i>Appraisal in drie fasen</i>	41
6.2	<i>Appraisal in twee fasen</i>	42
7.	De inschatting nader bezien	43
8.	Samenhang tussen coping en veerkracht	44
9.	Schematische weergave	46
10.	Het bepalen van copingvaardigheden	47
Hoofdstuk 4	Veerkracht: een kwestie van aanleg?	49
1.	Inleiding	49
2.	Opvoeden tot veerkracht	49
3.	Opvoeden tot regulering van emoties en gedrag	50
4.	Biologische basis van de regulering van emoties en gedrag	51
5.	Te veel en te weinig temperament	52
6.	Te veel vermijden en te weinig benaderen	53
7.	Geremd en ongeremd	54
8.	Met de bril van de psychoanalyticus	55
9.	Ter afsluiting	56
Hoofdstuk 5	Het veerkrachtige brein	57
1.	Inleiding	57
2.	Belangrijke hersengebieden	57
3.	Onderlinge samenhang	59
4.	Meest relevante neurotransmitters (hormonen)	60
5.	Het brein in ontwikkeling	64
6.	Verschillen tussen jongens en meisjes	65

DEEL 2

DRIE SPECIFIEKE THEMA'S: KWETSBAARHEID, INTELLIGENTIE EN TRAUMA

Hoofdstuk 6	Veerkracht en kwetsbaarheid: twee zijden van dezelfde medaille? Nee!	69
1.	Inleiding	69
2.	Definities van kwetsbaarheid	70

3.	Vormen van kwetsbaarheid	72
4.	Kwetsbare jeugdigen: wie zijn zij?	73
5.	De relatie tussen kwetsbaarheid en veerkracht	75
6.	Het bepalen van kwetsbaarheid	77
7.	Drie kritische kanttekeningen bij het bepalen van kwetsbaarheid	78
8.	Hoe kwetsbare kinderen te helpen?	79
Hoofdstuk 7	Moet je slim zijn om veerkracht te tonen?	82
1.	Inleiding	82
2.	Het klassieke beeld van intelligentie	82
3.	Emotionele intelligentie	83
4.	Definities en metingen	84
4.1	<i>Definities</i>	84
4.2	<i>Metingen</i>	85
5.	Emotionele intelligentie en veerkracht	85
6.	Emoties	86
7.	Ontwikkeling emotionele intelligentie	87
8.	Gevolgen	89
9.	De centrale rol van emotionele intelligentie	90
Hoofdstuk 8	Veerkracht en trauma	91
1.	Inleiding	91
2.	Geschiedenis van het begrip trauma.	91
3.	Het bepalen van een posttraumatische stressstoornis (PTSS)	92
4.	Traumatische gebeurtenissen/situaties	94
5.	Het verloop van een traumatische gebeurtenis	96
6.	Veerkracht in het verwerken van een traumatische gebeurtenis of situatie	96
7.	Programma's om na een <i>eenmalige</i> traumatische gebeurtenis een trauma te voorkomen.	98
8.	Het verwerkingsmodel van Horowitz	99
9.	Traumagerichte interventieprogramma's	100
10.	Sterker worden na een traumatische gebeurtenis	101
11.	Tot slot	102

DEEL 3
VEERKRACHT IN DE PRAKTIJK

Hoofdstuk 9	Veerkracht en kindermishandeling	104
	1. Inleiding	104
	2. Omvang en vormen	104
	3. Beschermende factoren	105
	4. Risicofactoren	106
	5. Gevolgen	107
	6. Kanttekeningen bij de gevolgen van kindermishandeling	108
	7. Copingvaardigheden	109
	8. Aantal 'overlevers'	110
	9. Tot slot	111
Hoofdstuk 10	Wat was veerkracht waard ten tijde van de covidpandemie?	114
	1. Inleiding	114
	2. Aantallen	114
	3. Problemen	115
	4. Hoe keken ouders en kinderen naar de pandemie?	118
	5. Kwetsbare jeugdigen	119
	6. Veerkrachtfactoren tijdens de covidpandemie	121
	7. Coping gedurende corona	123
	8. Veerkracht en coping tijdens corona	124
	9. Veerkracht onder professionele hulpverleners	125
Hoofdstuk 11	Helpt veerkracht suïcide voorkomen?	127
	1. Inleiding	127
	2. Aantallen en trends	127
	3. Korte schets van suïcidale jongeren	129
	4. Veerkracht en suïcidale gedragingen	130
	5. Copingvaardigheden	131
	6. Suïcidale gedragingen en ontwikkelingsfasen	132
	7. Hielp veerkracht ten tijde van de covidpandemie suïcidaal gedrag voorkomen?	133

DEEL 4
PROBLEMEN, PREVENTIE, METEN EN HELPEN

Hoofdstuk 12	Veerkracht en jongeren in residentiële instellingen	139
1.	Inleiding	139
2.	Het onoverzichtelijke terrein van de jeugdzorg	139
3.	Wie zijn de tehuisjeugdigen?	140
3.1	<i>Algemeen beeld</i>	140
3.2	<i>Overzicht van risico- en beschermende factoren</i>	141
4.	Veerkracht onder tehuisjongeren	142
5.	Interventies	143
5.1	<i>Versterken van de veerkracht</i>	144
5.2	<i>De rol van het leefklimaat</i>	145
5.3	<i>Het belang van de groepsleiding</i>	146
Hoofdstuk 13	De kwetsbare positie van pleegkinderen	149
1.	Inleiding	149
2.	Wie zijn de pleegkinderen?	150
3.	Begeleiding	151
4.	Veerkracht	152
5.	Beschermende en risicofactoren	152
6.	Onderwijs als sleutelfactor tot meer veerkracht	153
7.	Afsluitend	154
Hoofdstuk 14	Metingen van veerkracht	155
1.	Inleiding	155
2.	Veerkrachtmetingen	155
2.1	<i>De eerste veerkrachtschalen</i>	156
2.2	<i>De meest populaire en vaak herziene veerkracht- schalen</i>	157
2.3	<i>Twee opvallende veerkrachtschalen</i>	158
2.4	<i>Meting van veerkracht als uitkomst</i>	160
3.	Kanttekeningen	160
4.	Samenhang met problemen	163
Hoofdstuk 15	Versterken van de veerkracht	165
1.	Inleiding	165
2.	Het sociaal-ecologische model als richtsnoer	165

3.	Preventieprogramma's	166
4.	Hoe komt een preventieprogramma tot stand?	168
5.	Drie voorbeelden	169
6.	Effectiviteit	172
7.	Interventies of behandelingen	174
8.	Achterliggende theorieën	175
9.	Wat kunnen ouders doen?	177
10.	Wat kunnen ouders nog meer doen?	179

Nawoord		181
----------------	--	-----

BIJLAGEN

Bijlage 1	Overzicht van definities van veerkracht	186
Bijlage 2	Overzicht van veelgenoemde risicofactoren	187
Bijlage 3	Overzicht van veelgenoemde beschermende factoren	188
Bijlage 4	Profielchets Norman Garmezy	189
Bijlage 5	Profielchets Michael Rutter	190
Bijlage 6	Kidcope-vragenlijst ter bepaling van copingvaardigheden	192
Bijlage 7	Children's Vulnerability Questionnaire (CSVQ)	193
Bijlage 8	Psychological Vulnerability Scale	194
Bijlage 9	Kenmerken van PTSS in DSM-5	195
Bijlage 10	PCL-Checklist	197
Bijlage 11	Voorbeeld van beschermende factoren bij kindermishandeling	198
Bijlage 12	Beschermende factoren bij seksueel misbruik	199
Bijlage 13	Overzicht van relevante factoren in internationaal onderzoek onder tehuisjeugdigen	200
Bijlage 14	Ego-Resilience Scale (RES)	202
Bijlage 15	Child and Youth Resilience Measure (CYRM-12) van Russel	204
Bijlage 16	De Veerkracht Plus Schaal (VK+)	205
Bijlage 17	De Resilience Scale (RS-14)	207
Bijlage 18	Programma-onderdelen	208
Bijlage 19	Blik van drie pioniers op veerkrachtversterking	209

Literatuur 211

Trefwoordenregister 220