

Het Effect van Rots en Water op het Psychosociale Welzijn via de Emotieregulatie van
Eerstejaars Vmbo-leerlingen in Nederland

Final Version - Master's thesis

Utrecht University

Master's program in Clinical Child, Family and Education Studies

Iris van Steen (I. A. G.), 4120191

Esther Mertens

Joyce Endendijk

31-03-2019

Word count: 4274

Samenvatting

Doel: In dit onderzoek is er gekeken of er een effect is van Rots en Water (R&W) training op het psychosociale welzijn van eerstejaars vmbo-leerlingen in Nederland en of dit effect gemedieerd werd door hun emotieregulatie. **Method:** Er zijn bij 616 eerstejaars vmbo-leerlingen van verschillende scholen in Nederland vragenlijsten afgenomen over hun emotieregulatie (*Difficulties in Emotion Regulation Scale*) en psychosociale welzijn (*Youth Self Report & KIDSCREEN-27*) voorafgaand aan en na afloop van de interventie. Van deze leerlingen waren er 324 jongens (52,60%) en 292 meisjes (47,40%) en was de gemiddelde leeftijd 12,87 (SD = 0,58). De scholen werden willekeurig ingedeeld in een controleconditie, waarbij *Care As Usual* werd verstrekt, en een interventieconditie, waarbij R&W-training werd gegeven. **Resultaten:** Uit de analyse van deze vragenlijsten bleek dat de condities niet significant gerelateerd waren aan het psychosociale welzijn op de nameting, noch aan de emotieregulatie van de nameting. Dit liet zien dat R&W-training niet effectief was in het verbeteren van het psychosociale welzijn en de emotieregulatie ten opzichte van de *Care As Usual* en dat er geen sprake was van een mediatie effect. **Conclusie:** Er moet meer onderzoek gedaan worden naar de (in)effectiviteit van verschillende interventies gericht op de verbetering van het psychosociale welzijn en de emotieregulatie van vmbo-leerlingen in Nederland en de onderliggende processen die hierbij een rol spelen. Met deze kennis kan er een weloverwogen keuze worden gemaakt over welke interventies moeten worden ingezet om hun psychosociale welzijn te verbeteren.

Sleutelwoorden: psychosociaal welzijn, emotieregulatie, Rots en Water, VMBO, adolescenten

Abstract

Objective: In this research it was investigated whether there was an effect of Rock and Water (R&W) training on the psychosocial well-being of first year prevocational education students in the Netherlands and whether this effect was mediated by their emotion regulation.

Method: 616 first year prevocational education students filled out surveys about their psychosocial well-being (*Youth Self Report & KIDSCREEN-27*) and their emotion regulation (*Difficulties in Emotion Regulation Scale*) before and after the intervention. The sample consisted of 324 boys (52,60%) and 292 girls (47,40%) and the average age of the students was 12,87 (SD = 0,58). The schools were randomly assigned to a control condition, in which the students received Care As Usual, and an intervention condition, in which students received R&W-training. **Result:** The results showed that the conditions were not significantly related to the psychosocial well-being, nor to the emotion regulation after the

intervention. This showed that R&W-training was not more effective in improving the psychosocial well-being and the emotion regulation than Care As Usual, and that there was no mediation effect. **Conclusion:** More research is needed on the effectiveness of different interventions aimed at the improvement of the psychosocial well-being and emotion regulation of prevocational education students in the Netherlands and on the processes that are involved in this improvement. With this knowledge, critical choices can be made regarding the interventions that should be used for improving their psychosocial well-being.

Keywords: psychosocial well-being, emotion regulation, prevocational education, Rock and Water, adolescents

Het Effect van Rots en Water op het Psychosociale Welzijn via de Emotieregulatie van Eerstejaars Vmbo-leerlingen in Nederland

Het psychosociale welzijn van vmbo-leerlingen, te definiëren als het ervaren van positieve emoties en de afwezigheid van internaliserende en externaliserende problemen (Robitail et al., 2007), is gemiddeld gezien minder hoog dan dat van vwo- en havo-leerlingen. Nederlandse vmbo-leerlingen laten namelijk gemiddeld meer probleemgedragingen zien dan leerlingen met hoger middelbaar onderwijs, zoals meer problemen met leeftijdsgenoten, meer middelengebruik en vroege seksuele relaties (Harakeh, Looze, Schrijvers, Dorsselaer, & Vollebergh, 2012; Schrijvers & Schuit, 2010; Stevens et al., 2018). In Nederland gaat het grootste deel van de middelbareschoolleerlingen naar het vmbo-onderwijs. Zo zaten er in het schooljaar 2017-2018 in de bovenbouw 38,71% leerlingen op het VMBO, 30,01% op de HAVO en 31,28% op het VWO (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2018). Aangezien een groot aantal leerlingen in Nederland naar het vmbo-onderwijs gaat en meer risico loopt op een lager psychosociaal welzijn dan leerlingen op de andere onderwijsniveaus, is het van groot belang dat er wordt ingezet op het verbeteren van het psychosociale welzijn van vmbo-leerlingen.

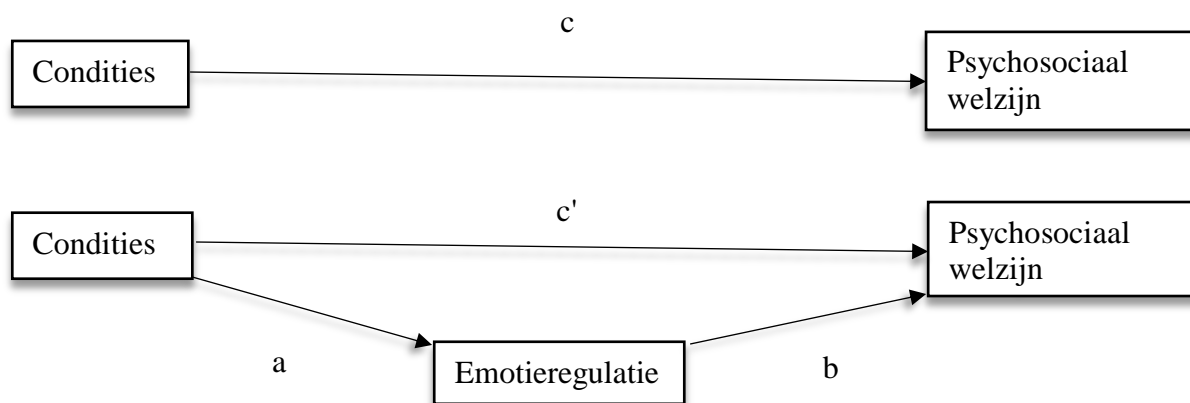
Er bestaan in Nederland verschillende programma's die erop gericht zijn om het psychosociale welzijn van leerlingen te verbeteren. Eén van deze programma's is Rots en Water (R&W) (Ykema, 2014). Hierbij wordt gebruik gemaakt van een psychofysieke aanpak, waarbij leerlingen via sport en spel fysiek contact maken met anderen en zo hun eigen grenzen en die van anderen leren kennen en respecteren. Tijdens R&W-trainingen worden meerdere thema's behandeld, zoals ontspanning, zelfbeheersing, communicatie, lichaamstaal, assertiviteit, groepsdruk, seksualiteit en seksueel geweld (Ykema, 2014). Doordat leerlingen via deze thema's bewust leren omgaan met eigen en andermans grenzen, zouden leerlingen minder in conflictsituaties terecht moeten komen. Hierdoor zouden ze minder negatieve emoties, internaliserende en externaliserende problemen moeten ervaren, wat zou leiden tot een hoger psychosociaal welzijn.

Een manier waarop R&W indirect zou kunnen bijdragen aan het psychosociale welzijn, is door de emotieregulatie van leerlingen te verbeteren. Adolescenten met problemen in de emotieregulatie blijken namelijk vaker internaliserende en externaliserende problemen te ervaren dan adolescenten met een goede emotieregulatie (Silk, Steinberg, & Morris, 2003). Een goede emotieregulatie hangt dus samen met een hoger psychosociaal welzijn. Emotieregulatie bestaat uit de extrinsieke en intrinsieke processen die gebruikt worden voor het monitoren, evalueren en aanpassen van emotionele reacties om doelen te bereiken (Gross

& Jazaieri, 2014; Thompson, 1994). Volgens de theorie achter R&W zouden leerlingen zich door de R&W-training meer bewust moeten worden van de fysieke weergave van hun emoties, zoals via spierspanning en onregelmatige ademhaling, wat voor bewustzijn van leerlingen over hun emoties zorgt (Ykema, 2002). Doordat leerlingen zich meer bewustzijn van hun emoties en deze beter kunnen herkennen, zou de emotieregulatie van leerlingen kunnen verbeteren (Boden & Thompson, 2015), waardoor de internaliserende en externaliserende problemen die zij ervaren kunnen verminderen en het psychosociale welzijn hoger kan worden.

Momenteel zijn er op 1718 scholen en organisaties in Nederland en Vlaanderen gecertificeerde R&W-trainers in dienst (Gadaku Instituut, z.d.). Ondanks deze brede implementatie van R&W, is er tot op heden nauwelijks onderzoek gedaan naar het effect van R&W-trainingen op het psychosociale welzijn van leerlingen. Er zijn wel verschillende kleinschalige evaluatieonderzoeken gedaan waaruit bleek dat deelnemers aan R&W-trainingen zich na afloop weerbaarder voelden, een positiever zelfbeeld ervoeren en meer actieve in plaats van passieve copingstrategieën gebruikten in moeilijke situaties (Ykema, Hartman, & Imms, 2006). Echter zegt dit niet direct iets over het ervaren van positieve emoties en de afwezigheid van internaliserende en externaliserende problemen, oftewel over het psychosociale welzijn van leerlingen, na afloop van R&W. Verder is er recent een onderzoek gedaan naar het effect van R&W op seksuele agressie, cognities en attitudes van jongens op vmbo-scholen in Nederland. Hieruit bleek dat deze leerlingen na R&W-training minder gebruik maakten van dwingende strategieën en verbale manipulatie en meer zelfregulatie en zelfbekwaamheid ervoeren dan voorafgaand aan de training (De Graaf, De Haas, Zaagsma, & Wijsen, 2016). Echter heeft deze studie zich voornamelijk gericht op seksuele agressie bij mannelijke vmbo-leerlingen, waardoor deze gegevens niet te generaliseren zijn naar de totale populatie vmbo-leerlingen.

Aangezien R&W gericht is op het verbeteren van het psychosociale welzijn en veel ingezet wordt in Nederland, is het van groot belang om te weten of R&W daadwerkelijk effectief is in het verbeteren van het psychosociale welzijn. Verder is het van belang om dit specifiek voor vmbo-leerlingen te onderzoeken, aangezien hun psychosociale welzijn gemiddeld minder hoog is dan het psychosociale welzijn van leerlingen op andere opleidingsniveaus. Bovendien is het van belang om de manier waarop een eventueel effect tot stand zou komen te onderzoeken, om meer inzicht te krijgen in de onderliggende processen die plaatsvinden bij het verbeteren van het psychosociale welzijn en om te controleren of dit overeenkomt met de theoretische onderbouwing van R&W. Daarom is er binnen dit



Figuur 1. Pijlschema van de mediatieanalyse van Rots en Water via emotieregulatie op het psychosociale welzijn.

onderzoek gekeken naar het effect van R&W op het psychosociale welzijn van eerstejaars vmbo-leerlingen in Nederland en of dit effect gemedieerd wordt door hun emotieregulatie (zie Figuur 1). Gezien de onderzoeken die er zijn gedaan naar R&W waarbij een positieve invloed op het zelfbeeld en de coping naar voren kwam, werd er hier verwacht dat R&W ook een positieve invloed zou hebben op het psychosociale welzijn van eerstejaars vmbo-leerlingen. Verder werd er verwacht dat R&W een positieve invloed had op de emotieregulatie van vmbo-leerlingen, aangezien deze theoretisch gezien na R&W-training zou moeten verbeteren. Als laatste werd er verwacht dat er een mediatie plaatsvond, waarbij R&W de emotieregulatie van leerlingen verbeterde en een hogere emotieregulatie een hoger psychosociaal welzijn van leerlingen voorspelde. Dit werd verwacht aangezien een goede emotieregulatie in verband staat met minder internaliserende en externaliserende problemen dan een problematische emotieregulatie.

Methodie

Procedure en Participanten

Om de effectiviteit van R&W op het psychosociale welzijn van eerstejaars vmbo-leerlingen te onderzoeken, zijn scholen uit verschillende delen van Nederland willekeurig ingedeeld in de interventieconditie of in de controleconditie. In de interventieconditie werd er een kernteam van docenten getraind door middel van een driedaags trainingsprogramma om gecertificeerd R&W-trainer te worden en de R&W-training te implementeren op school. In de controleconditie kregen de leerlingen *Care As Usual* (CAU), oftewel de methode die de school op dat moment al gebruikte om het psychosociale welzijn van leerlingen te verbeteren. Scholen werden benaderd via het netwerk van de ontwikkelaars van R&W, het Gadaku Instituut. Scholen die geïnteresseerd waren in deelname, konden zich aanmelden. Indien een school geschikt was om deel te nemen aan het onderzoek, werd het onderzoek verder toegelicht aan deze school. Als de school vervolgens instemde met de deelname, werden ze

geïnccludeerd in de steekproef. De scholen werden gestratificeerd op basis van de grootte van de school, namelijk klein tot gemiddeld (minder dan 100 leerlingen in de eerste klas) of groot (meer dan 100 leerlingen in de eerste klas), om een gelijkere verdeling van het aantal leerlingen per conditie te krijgen.

De leerlingen en de R&W-trainers kregen een informatiebrief om ze te informeren over R&W en het onderzoek. Daarnaast werden ouders uitgenodigd voor een ouderavond waarbij ze extra informatie over R&W kregen. Leerlingen gaven actieve en ouders passieve geïnformeerde toestemming voor deelname van de leerling aan het onderzoek. Bij weigering van deelname aan het onderzoek door de ouders en/of door de leerling, nam de leerling niet deel aan het invullen van de vragenlijsten, maar wel aan de R&W-lessen. De leerlingen kregen gedurende veertien weken in totaal veertien R&W-lessen van anderhalf uur per keer. Het psychosociale welzijn van de leerlingen en hun emotieregulatie is voorafgaand aan en na Tabel 1

Omschrijvende Statistieken van de Totale Steekproef en de Conditie

| | Totale steekproef (<i>N</i> = 616) | Controleconditie (<i>n</i> = 293) | R&W-conditie (<i>n</i> = 323) |
|---------------------------------|--|---------------------------------------|-----------------------------------|
| Jongens <i>n</i> (%) | 324 (52,60%) | 143 (48,81%) | 181 (56,04%) |
| Meisjes <i>n</i> (%) | 292 (47,40%) | 150 (51,19%) | 142 (43,96%) |
| Geboorteland <i>n</i> (%) | | | |
| Nederland | 558 (90,58%) | 274 (93,52%) | 284 (87,93%) |
| Suriname | 1 (0,16%) | 1 (0,34%) | 0 (0,00%) |
| Nederlandse Antillen/Aruba | 6 (0,97%) | 2 (0,68%) | 4 (1,24%) |
| Turkije | 7 (1,14%) | 1 (0,34%) | 6 (1,86%) |
| Marokko | 3 (0,49%) | 0 (0,00%) | 3 (0,93%) |
| Anders | 39 (6,33%) | 14 (4,78%) | 25 (7,74%) |
| Geen antwoord | 2 (0,32%) | 1 (0,34%) | 1 (0,31%) |
| Leeftijd <i>M</i> (<i>SD</i>) | 12,87 (0,58) | 12,78 (0,54) | 12,95 (0,60) |

afloop van de totale R&W-training gemeten. Dit is gebeurd via online vragenlijsten die op school zijn ingevuld door de leerlingen in aanwezigheid van een onderzoeker verbonden aan het R&W-onderzoek en een docent van hun school.

In totaal hebben er 739 leerlingen een vragenlijst ingevuld op de voor- en/of op de nameting. Een aantal leerlingen hadden een van beide metingen gemist, doordat ze tijdens het meetmoment afwezig waren of doordat ze tussen de metingen door van school gewisseld waren. Na het verwijderen van deze leerlingen, bleven er nog 616 leerlingen over. De steekproeven van controleconditie en de R&W-conditie bestonden respectievelijk uit 293 en 323 leerlingen. De overige demografische variabelen van de totale steekproef en de condities zijn te vinden in Tabel 1.

Meetinstrumenten

Het psychosociale welzijn van leerlingen werd gemeten aan de hand van 12 items van de verkorte versie van de *Youth Self Report* (YSR) (Verhulst, Van der Ende, & Koot, 1997), waarbij 6 items over internaliserende problemen (zoals “Ik maak me vaak zorgen.”) en 6 over externaliserende problemen (zoals “Ik ben snel kwaad.”) gingen. Hierbij waren de antwoordcategorieën 0 = *nooit*, 1 = *soms* en 2 = *vaak*. Verder werd het psychosociale welzijn van leerlingen gemeten aan de hand van de subschaal *Psychological wellbeing* van de KIDSCREEN-27 (Robitail et al., 2007), waarbij positieve en negatieve emoties werden gemeten (7 items, zoals “Heb je je verdrietig gevoeld?”). Hierbij werden de antwoorden op een 5-puntsschaal gegeven, (1 = *nooit* t/m 5 = *altijd*). Uit een factoranalyse bleken alle items van de YSR en de KIDSCREEN-27 op één schaal te laden. Bovendien was de betrouwbaarheid van deze schaal goed met een cronbach’s alpha van 0,83 voor de voormeting en van 0,87 voor de nameting. Daarom is er van al deze items één gecentraliseerde schaal gemaakt via de gemiddelden van de z-scores op de items.

De emotieregulatie van leerlingen werd gemeten aan de hand van 14 items van de *Difficulties in Emotion Regulation Scale* (Anderson, Reilly, Gorrell, Schaumberg, & Anderson, 2016). Hierbij werden 6 items van de subschaal *Impulse Control* (zoals “Als ik van streek ben, weet ik niet meer wat ik doe”) en 8 items van de subschaal *Strategies* (zoals “Als ik van streek ben, denk ik dat ik me heel lang zo zal voelen”) gebruikt. Deze subschalen maten de vaardigheid van de leerlingen om hun emotionele impulsen te beheersen en welke emotieregulatiestrategieën de leerlingen toepasten. De leerlingen konden hierbij antwoorden op een 5-puntsschaal met 1 = *bijna nooit* tot en met 5 = *bijna altijd*. Uit de factoranalyse bleken alle items op één schaal te laden. Bovendien bleek deze schaal betrouwbaar met op de voormeting een cronbach’s alpha van 0,88 en op de nameting een cronbach’s alpha van 0,91.

Van deze items zijn vervolgens de gemiddelden gebruikt om een gecentraliseerde schaal te maken.

Analyses

Om de eerste onderzoeksvraag te onderzoeken, namelijk het effect van R&W op het psychosociale welzijn van de leerlingen, is er ten eerste een regressieanalyse uitgevoerd met het psychosociale welzijn op de nameting als de afhankelijke variabele en de condities als onafhankelijke variabele. Hiervoor is eerst gecontroleerd of er aan de benodigde assumpties werd voldaan. Dit was het geval voor de assumpties van normaliteit, lineariteit en homoscedasticiteit van de residuen, bovendien was er geen sprake van multicollineariteit. Echter bleek dat de schaal van het psychosociale welzijn niet normaal verdeeld was, dat er meerdere normale en één extreme uitschieter waren en dat er uitschieters bij de gestandaardiseerde residuen waren. Er is gekozen om deze uitschieters te behouden voor het uitvoeren van de verdere analyses, om de dataset zo representatief mogelijk te houden. Vervolgens is er met behulp van een ANCOVA geanalyseerd of er verschillen waren in het psychosociale welzijn op de nameting tussen de twee condities, gecontroleerd voor het psychosociale welzijn op de voormeting. Dit is gedaan om te controleren of mogelijke verschillen tussen de twee condities op de voormeting een invloed hebben gehad op het psychosociale welzijn op de nameting. Hierbij bleek de Levene's test niet significant te zijn ($p = 0,127$), wat betekent dat er sprake was van homogeniteit van de variantie.

Om de tweede onderzoeksvraag te onderzoeken, oftewel of er sprake was van een mediatie van het effect van R&W op het psychosociale welzijn door de emotieregulatie van leerlingen, is er vervolgens een mediatieanalyse uitgevoerd op basis van de Baron & Kenny methode (1984). Eerst werden hiervoor de assumpties gecontroleerd, hieruit bleek de schaal voor de emotieregulatie niet normaal verdeeld te zijn. Vervolgens is er een regressieanalyse uitgevoerd met als afhankelijke variabele de emotieregulatie op de nameting en als onafhankelijke variabele de condities. Daarna is er een regressieanalyse uitgevoerd met het psychosociale welzijn op de nameting als afhankelijke variabele en zowel de emotieregulatie op de nameting als de condities als onafhankelijke variabelen. Doordat niet aan alle assumpties voor de verschillende analyses werd voldaan, moeten de resultaten van de analyses met voorzichtigheid worden geïnterpreteerd.

Resultaten

Beschrijvende statistiek

De gemiddelden en de standaarddeviaties van de variabelen zijn te vinden in Tabel 2. Hierbij

Tabel 2

Gemiddelden en Standaarddeviaties van het Psychosociale Welzijn en de Emotieregulatie op de Voormeting (T1) en de Nameting (T2) per Conditie

| | Totale steekproef (N = 616) | Controleconditie (n = 293) | R&W-conditie (n = 323) |
|--|--------------------------------|-------------------------------|---------------------------|
| <i>Psychosociaal welzijn T1 M (SD)</i> | | | |
| YSR T1 | 1,50 (0,31) | 1,45 (0,02) | 1,54 (0,02) |
| KIDSCREEN-27 T1 | 4,01 (0,67) | 3,95 (0,04) | 4,06 (0,03) |
| <i>Psychosociaal welzijn T2 M (SD)</i> | | | |
| YSR T2 | 1,59 (0,33) | 1,57 (0,02) | 1,60 (0,02) |
| KIDSCREEN-27 T2 | 4,01 (0,67) | 4,00 (0,04) | 4,01 (0,04) |
| Emotieregulatie T1 M (SD) | 3,89 (0,74) | 3,85 (0,05) | 3,93 (0,04) |
| Emotieregulatie T2 M (SD) | 3,97 (0,78) | 3,98 (0,05) | 3,96 (0,04) |

zijn de gemiddelden en standaarddeviaties van de YSR en de KIDSCREEN-27 apart weergegeven, aangezien de gegevens van de gestandaardiseerde schaal weinig informatie gaven over de scores van de leerlingen op het psychosociale welzijn. De correlaties tussen de variabelen zijn te zien in Tabel 3. Uit de correlatieanalyse bleek het psychosociale welzijn op de voormeting significant positief gecorreleerd te zijn aan de condities, het psychosociale

Tabel 3

Correlaties van de Condities en het Psychosociaal Welzijn en de Emotieregulatie op de Voormeting (T1) en de Nameting (T2)

| | Conditie | Psychosociaal welzijn T1 | Psychosociaal welzijn T2 | Emotieregulatie T1 | Emotieregulatie T2 |
|-----------------------------|----------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------|-----------------------|
| Psychosociaal welzijn T1 | 0,130** | - | 0,668** | 0,627** | 0,450** |
| Psychosociaal welzijn T2 | 0,031 | 0,668** | - | 0,512** | 0,642** |
| Emotie- regulatie T1 | 0,057 | 0,627** | 0,512** | - | 0,534** |
| Emotie- regulatie T2 | -0,010 | 0,450** | 0,642** | 0,534** | - |

** . p < 0,01

welzijn op de nameting, en de emotieregulatie op zowel de voor- als de nameting. Dit betekent dat bij een hoger psychosociaal welzijn op de voormeting, er een hoger psychosociaal welzijn op de nameting en een hogere emotieregulatie op de voor- en nameting te zien was. Daarnaast bleek het psychosociale welzijn op de nameting significant positief gecorreleerd te zijn aan de emotieregulatie bij zowel de voor- als de nameting, wat wil zeggen dat bij een hoger psychosociaal welzijn op de nameting er een hogere emotieregulatie op de voor- en nameting te zien was. Verder bleek dat de emotieregulatie op de voormeting significant positief gecorreleerd was aan de emotieregulatie op de nameting, oftewel dat er bij een hogere emotieregulatie op de voormeting een hogere emotieregulatie op de nameting te zien was. Als laatste bleken de condities niet significant gecorreleerd te zijn aan het psychosociale welzijn op de nameting en aan de emotieregulatie op de voor- en nameting.

Effect van R&W op het psychosociale welzijn

Om het effect van R&W op het psychosociale welzijn van de leerlingen te onderzoeken, is er ten eerste een regressieanalyse uitgevoerd met het psychosociale welzijn op de nameting als de afhankelijke variabele en de condities als onafhankelijke variabele. Hieruit bleek dat de condities het psychosociale welzijn op de nameting niet significant voorspelden. Hierbij voorspelde de conditie 0,10% van de variantie in het psychosociale welzijn (zie Tabel 5). Vervolgens is er met behulp van een ANCOVA gekeken of er verschillen waren in het psychosociale welzijn op de nameting tussen de twee condities, gecontroleerd voor het psychosociale welzijn op de voormeting. Hierbij was de covariaat de voormeting van het psychosociale welzijn, de afhankelijke variabele de nameting van het psychosociale welzijn en de onafhankelijke variabele de conditie. De condities bleken niet significant te verschillen in het psychosociale welzijn op de nameting na controle van het effect van het psychosociale welzijn op de voormeting, hierbij was er sprake van een kleine effectgrootte ($partiële-\eta^2 = 0,006$). Dit wil zeggen dat verschillen tussen de twee groepen in het psychosociale welzijn op Tabel 4

Resultaten ANCOVA van Psychosociaal Welzijn Nameting (T2)

| | <i>F</i> | <i>p</i> | <i>partiële-η^2</i> |
|-----------------------------|----------|----------|-------------------------------------|
| psychosociaal welzijn T2 | | | |
| Psychosociaal welzijn T1 | 499,16 | <0,001 | 0,449 |
| Conditie | 3,53 | 0,061 | 0,006 |

de nameting niet verklaard werden door de conditie.

Mediatie van het effect van R&W op het psychosociale welzijn door de emotieregulatie

Om te onderzoeken of er sprake was van een mediatie van het effect van R&W op het psychosociale welzijn door de emotieregulatie van leerlingen, is er vervolgens een mediatieanalyse uitgevoerd op basis van de Baron & Kenny methode (1984). Hiervoor is er eerst een regressieanalyse uitgevoerd met als afhankelijke variabele emotieregulatie op de nameting en als onafhankelijke variabele de condities. Hieruit bleek dat de condities de emotieregulatie op de nameting niet significant voorspelden. De condities voorspelden minder dan 0,01% van de variantie in de emotieregulatie.

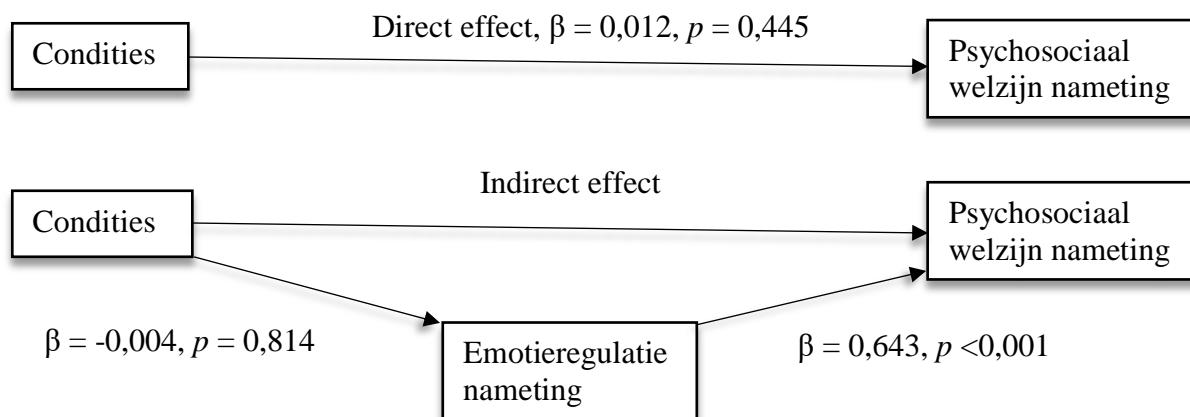
Daarna is er een regressieanalyse uitgevoerd met het psychosociale welzijn op de nameting als afhankelijke variabele en zowel de emotieregulatie op de nameting als de condities als onafhankelijke variabelen. Hieruit bleken de emotieregulatie en de condities samen significant het psychosociale welzijn op de nameting te voorspellen, waarbij ze samen 41,40% van de variantie in het psychosociale welzijn op de nameting voorspelden ($p < 0,001$). Hierbij voorspelden de condities het psychosociale welzijn op de nameting niet significant ($p = 0,195$), maar voorspelde de emotieregulatie op de nameting het psychosociale welzijn op de nameting wel significant ($p < 0,001$).

Aangezien de condities het psychosociale welzijn op de nameting niet significant voorspelden, de verschillen in het psychosociale welzijn op de nameting niet verklaard werden door de conditie en de condities de emotieregulatie op de nameting niet significant

Tabel 5

Overzicht van de Waarden uit de Regressieanalyses

| Voorspeller(s) – afhankelijke variabele | p | R^2 | p | β | B | SE |
|--|--------|--------|--------|---------|--------|-------|
| Conditie – psychosociaal welzijn T2 | 0,445 | 0,001 | 0,445 | 0,012 | 0,031 | 0,015 |
| Conditie – emotieregulatie T2 | 0,814 | <0,001 | 0,814 | -0,004 | -0,010 | 0,019 |
| Conditie & Emotieregulatie T2 – psychosociaal welzijn T2 | <0,001 | 0,414 | | | | |
| conditie – psychosociaal welzijn T2 | | | 0,195 | 0,040 | 0,015 | 0,012 |
| Emotieregulatie T2 – psychosociaal welzijn T2 | | | <0,001 | 0,643 | 0,528 | 0,025 |



Figuur 2. Pijlschema met de coëfficiënten van de mediatieanalyse van Rots en Water via emotieregulatie op het psychosociale welzijn.

voorspelden, was er geen sprake van een mediatie-effect. Een overzicht van de waarden uit de regressieanalyses is schematisch weergegeven in Figuur 2. Hierbij is het indirecte effect niet berekend, aangezien deze alleen relevant zou zijn als sprake was van een mediatie-effect.

Discussie

Er is in dit onderzoek gekeken naar het effect van R&W op het psychosociale welzijn van eerstejaars vmbo-leerlingen in Nederland en een eventuele mediatie daarvan door hun emotieregulatie. Er werd ten eerste verwacht dat het ontvangen van R&W een positieve invloed zou hebben op het psychosociale welzijn van deze leerlingen, aangezien eerder onderzoek een positieve invloed van R&W op het zelfbeeld en de coping van leerlingen liet zien (De Graaf et al., 2016; Ykema, 2006). Dit bleek echter niet het geval te zijn, omdat R&W niet effectief was in het verbeteren van het psychosociale welzijn ten opzichte van CAU. Een mogelijke verklaring voor deze bevinding is dat de invloed van CAU, waarbij de leerlingen de reeds gebruikte methode van school om het psychosociale te verbeteren ontvingen, gemiddeld gezien even groot was als de invloed van de R&W-training op het psychosociale welzijn van de leerlingen.

De invloed van R&W op het psychosociale welzijn zou wellicht kunnen worden verhoogd, door bij de implementatie van R&W de bredere omgeving van de leerlingen te betrekken. Volgens het sociaal-ecologische model van Bronfenbrenner (1979) wordt gedrag van een kind namelijk bepaald door de interactie van verschillende systemen die betrokken zijn bij het kind. In dit onderzoek werd er voor de interventieconditie een kernteam van docenten getraind om de R&W-training te implementeren op school, aangezien dit de meest voorkomende manier is waarop R&W gegeven wordt op scholen. Wanneer er bijvoorbeeld ook ouders en andere leerkrachten van de leerlingen worden betrokken bij het uitvoeren van

R&W, kan het zijn dat de invloed van de interventie op het psychosociale welzijn wordt verhoogd. In vervolgonderzoek zou er daarom kunnen worden onderzocht of het betrekken van het gezinssysteem en de rest van het schoolsysteem bij het implementeren van R&W effectiever is dan wanneer hier alleen een kernteam van docenten bij betrokken is.

Ten tweede werd er aan de hand van de theorie achter R&W verwacht dat het ontvangen van R&W-training een positieve invloed zou hebben op de emotieregulatie van vmbo-leerlingen (Ykema, 2002). Echter bleek dat R&W niet effectief was in het verbeteren van de emotieregulatie ten opzichte van CAU. Hierbij is er specifiek gekeken naar de impulscontrole en het gebruik van bepaalde emotieregulatiestrategieën van leerlingen, aangezien het gebruik van adaptieve emotieregulatiestrategieën samenhangt met een beter psychosociaal welzijn (Aldao, Nolen-Hoeksema, & Schweizer, 2010) en hiervoor een goede impulscontrole nodig zou zijn (Sheppes et al., 2014). Het zou zo kunnen zijn dat de R&W-training wel een effect had op het bewustzijn van leerlingen over hun emoties, maar dat dit niet doorwerkte in hun uiteindelijke impulscontrole en in hun keuze van emotieregulatiestrategieën. Door de ontwikkeling van de prefrontale cortex tijdens de adolescentie, is de impulscontrole van adolescenten namelijk nog niet optimaal (Casey et al., 2008; Steinberg, 2005). Hierdoor baseren ze hun reactie in een conflictsituatie vaak eerder op hun emoties dan op hun verstand (Casey, Jones, & Hare, 2008), dit kan ervoor zorgen dat kennis en bewustzijn over emoties geen direct effect heeft op hoe adolescenten hun emotionele reacties monitoren, evalueren en aanpassen. Om te onderzoeken of deze hypothese klopt, zou er in vervolgonderzoek kunnen worden gekeken in hoeverre R&W-training leerlingen meer bewust maakt van hun emoties en of dit samenhangt met hun emotieregulatie.

Als laatste werd er verwacht dat er een mediatie plaatsvond, waarbij R&W een positieve invloed zou hebben op de emotieregulatie van leerlingen en een hogere emotieregulatie een positieve invloed zou hebben op hun psychosociale welzijn. Dit werd verwacht aangezien een goede emotieregulatie in verband staat met minder internaliserende en externaliserende problemen dan een problematische emotieregulatie (Silk et al., 2003). De emotieregulatie op de nameting bleek hier gerelateerd te zijn aan het psychosociale welzijn op de nameting, maar de conditie had geen significant effect op de emotieregulatie op de nameting. Dit betekent dat er geen sprake kon zijn van een mediatie van het effect van R&W op het psychosociale welzijn, aangezien R&W geen effect had op het psychosociale welzijn en de emotieregulatie. De bevinding dat een hogere emotieregulatie samenhangt met een hoger psychosociaal welzijn op de nameting komt overeen met de hypothese en is van belang aangezien er in vervolgonderzoek rekening mee kan worden gehouden dat het verbeteren van

het psychosociale welzijn van leerlingen samenhangt met het verbeteren van hun emotieregulatie. Dit betekent dat het psychosociale welzijn van leerlingen gemedieerd zou kunnen worden door hun emotieregulatie en dat interventies die gericht zijn op het verbeteren van de emotieregulatie ook het psychosociale welzijn zouden kunnen verbeteren.

Bij het interpreteren van de resultaten van dit onderzoek, is het van belang om rekening te houden met een aantal sterke kanten en beperkingen van dit onderzoek. Zo werd er gebruik gemaakt van een grote steekproef met meerdere scholen uit heel Nederland. Hierdoor is de steekproef hoogstwaarschijnlijk representatief voor de populatie. Bovendien waren er bij het invullen van de vragenlijsten steeds onderzoeksassistenten en docenten in de klassen aanwezig, waardoor de leerlingen vragen konden stellen wanneer ze iets niet goed begrepen en de rust tijdens het invullen zoveel mogelijk werd bewaard. Dit kan een positief effect hebben gehad op de concentratie van de leerlingen en hun begrip van de vragen. Echter moet er ook rekening mee worden gehouden dat leerlingen door de persoonlijke vragen sociaal wenselijke antwoorden kunnen hebben gegeven en dat ze het wellicht lastig vonden om op zichzelf te reflecteren. In vervolgonderzoek zou het daarom wenselijk zijn om ook docenten en ouders van de leerlingen te vragen naar hun psychosociale welzijn en emotieregulatie voorafgaand en na afloop van R&W. Zo kan hier namelijk een completer, objectiever en betrouwbaarder beeld van ontstaan (Renk, 2005). Verder moeten de resultaten van dit onderzoek met voorzichtigheid worden geïnterpreteerd, aangezien er niet aan alle assumpties voor de analyses is voldaan.

Samenvattend bleek er uit dit onderzoek dat R&W niet effectief was in het verbeteren van het psychosociale welzijn en de emotieregulatie van eerstejaars vmbo-leerlingen, waardoor de emotieregulatie het effect van R&W op het psychosociale welzijn niet medieerde. Wel werd er gevonden dat de emotieregulatie en het psychosociale welzijn van de leerlingen op de nameting samenhangen. Wellicht kan vervolgonderzoek naar R&W meer helderheid geven over de invloed van R&W op het psychosociale welzijn als de bredere omgeving van de leerlingen hierbij betrokken wordt. Bovendien zou er kunnen worden onderzocht of R&W het bewustzijn van leerlingen over hun emoties beïnvloedt en of dit samenhangt met hun emotieregulatie. Tot slot is het van groot belang om meer inzicht te krijgen in de (in)effectiviteit van verschillende interventies gericht op de ontwikkeling van het psychosociale welzijn en de emotieregulatie van vmbo-leerlingen in Nederland, omdat met deze kennis een weloverwogen keuze kan worden gemaakt over welke interventies wel of niet toegepast moeten worden om het psychosociale welzijn van leerlingen op vmbo-scholen te verbeteren.

Referenties

- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review, 30*, 217-237. doi:10.1016/j.cpr.2009.11.004
- Anderson, L. M., Reilly, E. E., Gorrell, S., Schaumberg, K., & Anderson, D. A. (2016). Gender-based differential item function for the difficulties in emotion regulation scale. *Personality and Individual Differences, 92*, 87-91. doi:10.1016/j.paid.2015.12.016
- Boden, M. T., & Thompson, R. J. (2015). Facets of emotional awareness and associations with emotion regulation and depression. *Emotion, 15*, 399-410. doi:10.1037/emo0000057
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development*. Cambridge: Harvard University Press.
- Casey, B. J., Jones, R. M., & Hare, T. A. (2008). The adolescent brain. *Annals of the New York Academy of Sciences, 1124*, 111-126. doi:10.1196/annals.1440.010
- Centraal Bureau voor de Statistiek. (2018, 8 juni). *VO; leerlingen, onderwijssoort in detail, leerjaar* [Dataset]. Verkregen van <https://statline.cbs.nl/StatWeb/publication/?PA=80040ned>
- De Graaf, I., De Haas, S., Zaagsma, M., & Wijsen, C. (2016). Effects of Rock and Water: An intervention to prevent sexual aggression. *Journal of Sexual Aggression, 22*, 4-19. doi:10.1080/13552600.2015.1023375
- Gross, J. J., & Jazaieri, H. (2014). Emotion, emotion regulation and psychopathology: An affective science perspective. *Clinical Psychological Science, 2*, 387-401. doi:10.1177/2167702614536164
- Harakeh, Z., De Looze, M. E., Schrijvers, C. T. M., Van Dorsselaer, S. A. F. M., & Vollebergh, W. A. M. (2012). Individual and environmental predictors of health risk behaviours among Dutch adolescents: The HBSC study. *Public health, 126*, 566-573. doi:10.1016/j.puhe.2012.04.006
- Renk, K. (2005). Cross-informant ratings of the behavior of children and adolescents: The "gold standard". *Journal of Child and Family Studies, 14*, 457-468. doi:10.1007/s10826-005-7182-2
- Robitail, S., Ravens-Sieberer, U., Simeoni, M. C., Rajmil, L., Bruil, J., Power, M., ... & Auquier, P. (2007). Testing the structural and cross-cultural validity of the

- KIDSCREEN-27 quality of life questionnaire. *Quality of Life Research*, 16, 1335-1345. doi:10.1007/s11136-007-9241-1
- Gadaku Instituut. (z.d.). *Rots en Waterscholen en trainers*. Geraadpleegd van <https://www.rotsenwater.nl/inhoud-en-ontwikkeling/rots-en-water-scholen-en-trainers/>
- Schrijvers, C. T. M., & Schuit, A. J. (2010). *Middelengebruik en seksueel gedrag van jongeren met een laag opleidingsniveau: Aangrijpingspunten voor preventie* (RIVM Rapport 270372001/2010). Bilthoven: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. Verkregen van <https://www.rivm.nl/bibliotheek/rapporten/270372001.pdf>
- Steinberg, L. (2005). Cognitive and affective development in adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 9, 69-74. doi:10.1016/j.tics.2004.12.005
- Stevens, G., Van Dorsselaer, S., Boer, M., De Roos, S., Duinhof, E., Ter Bogt, T., ... & De Looze, M. (2018). *HBSC 2017: Gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland*. Utrecht: Universiteit Utrecht. Verkregen van <https://hbsc-nederland.nl/wp-content/uploads/2018/09/Rapport-HBSC-2017.pdf>
- Sheppes, G., Scheibe, S., Suri, G., Radu, P., Blechert, J., & Gross, J. J. (2014). Emotion regulation choice: A conceptual framework and supporting evidence. *Journal of Experimental Psychology: General*, 143, 163-181. doi:10.1037/a0030831
- Silk, J. S., Steinberg, L., & Morris, A. S. (2003). Adolescents' emotion regulation in daily life: Links to depressive symptoms and problem behavior. *Child development*, 74, 1869-1880. doi:10.1046/j.1467-8624.2003.00643.x
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 25-52. doi:10.1111/j.1540-5834.1994.tb01276.x
- Verhulst, F. C., Van der Ende, J., & Koot, H. M. (1997). *Handleiding voor de Youth Self-Report (YSR)*. Rotterdam, Nederland: Sophia kindziekenhuis/Erasmus MC.
- Ykema, F. (2002). *Het rots en water perspectief: Een psychofysische training voor jongens* (Basisboek). Amsterdam, Nederland: Uitgeverij SWP.
- Ykema F. (2014). *Rots en water praktijkboek*. In: Psychofysische training voor jongens én meisjes. Amsterdam, Nederland: Uitgeverij SWP.
- Ykema, F., Hartman, D., & Imms, W. (2006). *Bringing it together. Includes 22 case studies of Rock & Water in practice in various settings*. Callaghan: University of Newcastle, Family Action Centre and Gadaku Institute.