



CRIME PREVENTION SCIENCE INSTITUTE

*DE POSITIEVE KANT VAN DE MEDAILLE:
POSITIEVE INTERVENTIES VOOR RESIDENTIËLE
JEUGDZORG*

[1] POSITIEVE PSYCHOLOGIE

Kwetsbare en kansarme jongeren lopen het risico op gedragsproblemen en komen vaak terecht in de residentiële jeugdzorg. De huidige behandelingen richten zich op de gedragsproblemen en zijn gefocust op het verminderen van het agressieve gedrag. Hoewel afleren van agressief gedrag van groot belang is, stellen wij dat het even belangrijk is om te proberen positieve eigenschappen bij jongeren te cultiveren en hen te helpen hun talent te ontdekken en te floreren in het leven.

Aandacht richten op de positieve aspecten van mensen is de hoeksteen van de positieve psychologie. Het doel van de positieve psychologie is om 'character strengths' (karaktersterkten) op te bouwen en welzijn en menselijke bloei te bevorderen (Wood & Johnson, 2016). Om dat doel te bereiken, is het cruciaal om onze aandacht niet alleen te richten op de gedragsproblemen van jongeren, maar ook op hun positieve eigenschappen. Deze benadering kan ons helpen om risicojongeren beter te begrijpen; het kan jongeren helpen om beter met stressvolle situaties om te kunnen gaan; zichzelf te empoweren door te begrijpen dat ze niet alleen worden gedefinieerd door hun gedragsproblemen; en het zal hun welzijn bevorderen.

De belangrijkste concepten van positieve psychologie zijn de primaire doelen van positieve psychologie-interventies (PPI's). De PPI's zijn gericht op het vergroten van positieve emoties in plaats van het verminderen van negatieve emoties om negatieve gebeurtenissen het hoofd te bieden en geluk te bereiken (Seligman, Rashid, & Parks, 2006). Ze omvatten strategieën om een aangenaam, betrokken en zinvol leven te bereiken door karaktersterkten en talenten te identificeren en te verbeteren en door positieve emoties te vergroten. Tal van eerdere studies hebben positieve interventies toegepast en vastgesteld dat deze het welzijn en de levenstevredenheid verbeterden (Bolier et al., 2013; Davis et al., 2016; Geerling et al., 2020; Schutte & Malouff, 2019; Sin & Lyubomirsky, 2009).

[2] INHOUD & DOEL

Deze workshop is bedoeld om de fundamenten van positieve psychologie te introduceren en deelnemers op te leiden in een uitgebreide positieve psychologie-interventie op maat gemaakt voor residentiële jongeren. Het bevat vier delen:

- Deel 1: Grondslagen en theorie van positieve psychologie
- Deel 2: Theorie, onderzoek en praktijk van positieve interventies
- Deel 3: Training in een positieve psychologische interventie voor residentiële en forensische jongeren
- Deel 4: Interactieve positieve activiteiten

De positieve interventie met meerdere componenten is ontwikkeld op de fundamentele van positieve psychologie en omvat empirisch onderbouwde positieve activiteiten die zijn afgestemd op de behoeften van residentiële en forensische jongeren. Het omvat drie componenten die gericht zijn op (1) het cultiveren van karaktersterkten, (2) het bevorderen van positieve emoties en (3) het helpen van jongeren bij het stellen en bereiken van hun doelen. Deze workshop introduceert en breidt je kennis over positieve psychologie uit en leert je een korte, gemakkelijk toe te dienen en heilzame interventie en geeft je de mogelijkheid om de voordelen van positieve activiteiten op een interactieve manier te oefenen en te ervaren. Je woont het hoorcollege bij, doet mee aan gedachte-experimenten, voert positieve activiteiten uit en neemt deel aan groepsdiscussies. Clinici kunnen deze interventie toepassen in hun klinische praktijk en studenten krijgen kennis en training over een andere benadering van behandeling en interventieonderzoek. De workshop wordt gegeven in 2 opeenvolgende dagen, elke dag omvat 6 contacturen en 2 uur literatuurstudie na de workshop.

[3] LEERDOELEN

De leerdoelen van de workshop zijn:

- 1) kennis en ervaring opdoen over de fundamentele van positieve psychologie;
- 2) kennis en ervaring opdoen over de praktijk van positieve psychologische interventies;
- 3) training in een specifieke positieve interventie met meerdere componenten die is ontworpen om aan de behoeften te voldoen van residentiële en forensische jongeren;
- 4) de praktijk van positieve activiteiten ervaren om de voordelen van positieve psychologie te mee te maken

[4] DOELGROEP

Gedragwetenschappers, Gz-psychologen, psychotherapeuten, psychiaters, maatschappelijk werkers, hulpverleners in de geestelijke gezondheidszorg of jeugdzorg plus en justitiële jeugdinrichting.

[5] PROGRAMMA

De workshop wordt gegeven in 2 aaneengesloten dagen van 6 contacturen van 10.00 tot 18.00 uur (inclusief lunchpauze en kleine pauzes). Op dag 1 zullen we ons concentreren op de theorie en praktijk van positieve psychologie en positieve psychologische interventies en op dag 2 zullen we ons concentreren op de training van de meervoudige positieve psychologische interventie voor residentiële en forensische jongeren en de ervaring van positieve activiteiten voor je eigen voordeel.

[6] LITERATUUR

Na de workshop ontvang je een gedetailleerde handleiding van de positieve psychologische interventie die je kunt gebruiken om deze interventie toe te passen in de klinische praktijk. Daarnaast ontvang je wetenschappelijke artikelen over positieve psychologie:

- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: the broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218.
- Gander, F., Proyer, R. T., Ruch, W., & Wyss, T. (2013). Strength-based positive interventions: Further evidence for their potential in enhancing well-being and alleviating depression. *Journal of Happiness Studies*, 14(4), 1241-1259.

- Seligman, M. E. P., Rashid, T., & Parks, A. C. (2006). Positive psychotherapy. *American Psychologist*, 61(8), 774–788.

LITERATUUR

- Bolier, L., Haverman, M., Westerhof, G. J., Riper, H., Smit, F., & Bohlmeijer, E. (2013). Positive psychology interventions: a meta-analysis of randomized controlled studies. *BMC Public Health*, *13*(1), 119.
- Davis, D. E., Choe, E., Meyers, J., Wade, N., Varjas, K., Gifford, A., ... & Worthington Jr, E. L. (2016). Thankful for the little things: A meta-analysis of gratitude interventions. *Journal of Counseling Psychology*, *63*(1), 20.
- Geerling, B., Kraiss, J. T., Kelders, S. M., Stevens, A. W. M. M., Kupka, R. W., & Bohlmeijer, E. T. (2020). The effect of positive psychology interventions on well-being and psychopathology in patients with severe mental illness: A systematic review and meta-analysis. *The Journal of Positive Psychology*, *15*(5), 572-587.
- Schutte, N. S., & Malouff, J. M. (2019). The impact of signature character strengths interventions: A meta-analysis. *Journal of Happiness Studies*, *20*(4), 1179-1196.
- Seligman, M. E. P., Rashid, T., & Parks, A. C. (2006). Positive psychotherapy. *American Psychologist*, *61*(8), 774-788.
- Sin, N. L., & Lyubomirsky, S. (2009). Enhancing well-being and alleviating depressive symptoms with positive psychology interventions: A practice-friendly meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, *65*(5), 467-487.
- Wood, A. M., & Johnson, J. (2016). *The Wiley handbook of positive clinical psychology*. UK: John Wiley & Sons, Ltd.

ventio

CRIME
PREVENTION
SCIENCE
INSTITUTE

INSTITUTE
SCIENCE
PREVENTION
CRIME

ventio