



Universiteit
Leiden
The Netherlands

Well-being and headache in adolescence : A self-regulation perspective

Massey, E.K.

Citation

Massey, E. K. (2009, April 21). *Well-being and headache in adolescence : A self-regulation perspective*. Retrieved from <https://hdl.handle.net/1887/13750>

Version: Not Applicable (or Unknown)

License: [Licence agreement concerning inclusion of doctoral thesis in the Institutional Repository of the University of Leiden](#)

Downloaded from: <https://hdl.handle.net/1887/13750>

Note: To cite this publication please use the final published version (if applicable).

Dutch Summary
Acknowledgements
Curriculum Vitae

Welbevinden en hoofdpijn bij adolescenten: de rol van zelfregulatie

In dit proefschrift is de rol van zelfregulatie processen voor het welbevinden van jongeren onderzocht onder zowel gezonde jongeren als onder jongeren met terugkerende hoofdpijn. Dit proefschrift verschaft nieuw inzicht in de gelijktijdige en prospectieve relaties tussen de problemen die adolescenten ervaren bij het nastreven van hun persoonlijke doelen, de strategieën die zij gebruiken om met deze doelfrustratie om te gaan en hun psychologisch welbevinden. Bovendien is dit het eerste onderzoek naar doelfrustratie en cognitieve coping in relatie tot een gezondheidsklacht tijdens de adolescentie. Hoofdpijn is een veel voorkomende gezondheidsklacht onder jongeren waarvan is aangetoond dat het veelal een grote invloed heeft op het welbevinden en de kwaliteit van leven.

Hoofdstuk Een bevat het theoretische kader van het onderzoek, te weten de zelfregulatie theorie. In *Hoofdstuk Twee* is een analyse gemaakt van de bestaande literatuur op het gebied van de inhoud van doelen en de daaraan gekoppelde cognities van jongeren. Het doel van deze analyse is om de literatuur die na de review van Nurmi in 1991 is verschenen samen te vatten en nieuwe wegen voor toekomstig onderzoek te identificeren. Voor dit literatuuronderzoek zijn 94 studies onderzocht. Uit deze studies blijkt dat doelen die jongeren nastreven afhankelijk zijn van hun persoonskenmerken (bijvoorbeeld geslacht en leeftijd) alsmede van hun omgeving (bijvoorbeeld familiale en culturele omgeving, educatieve omgeving en beschikbare middelen). Tevens blijkt dat de doelen die jongeren zichzelf stellen, de wijze waarop over de gewenste doelen wordt nagedacht en nagestreefd, verbonden te zijn met (gezondheids)risicogedrag en psychologisch welbevinden. Op basis van de bestaande literatuur kunnen echter geen conclusies getrokken worden over mogelijke causale relaties. Verder worden er in dit hoofdstuk verschillende aanbevelingen aangegeven voor toekomstig onderzoek. Zo blijkt dat er nog veel onbekend is over de doelen die jongeren zichzelf stellen en welke factoren bepalend zijn bij het stellen en het nastreven van doelen. Daarnaast is weinig onderzoek uitgevoerd naar de wijze waarop individuele- en omgevingsfactoren

gerelateerd zijn aan doelcognities en doelprocessen. Tegelijkertijd is duidelijk geworden dat verder onderzoek naar de relatie tussen doelprocessen, gedragskundige- en psychologische uitkomsten benodigd is. Tot slot dient er een grotere nadruk te komen op prospectieve of dagboek onderzoek. Deze aanbevelingen vormen de basis voor het empirisch onderzoek in de daar opvolgende hoofdstukken van dit proefschrift.

In *Hoofdstuk Drie* worden de uitkomsten van een cross-sectionele vragenlijst studie gepresenteerd. De belangrijkste onderzoeksvragen van deze studie waren allereerst in hoeverre de specifieke doelen en de doelcognities van jongeren gerelateerd zijn aan persoonskenmerken als geslacht, leeftijd, etniciteit en opleiding. De tweede onderzoeksvraag betreft in hoeverre de gerapporteerde doelen, percepties van haalbaarheid van de doelen, doel gerelateerde “self-efficacy” (eigen-effectiviteit), het ervaren van obstakels en doelfrustratie gerelateerd zijn aan het welbevinden bij adolescenten. Om deze onderzoeksvragen te beantwoorden, hebben 438 Nederlandse scholieren, in de leeftijdscategorie 12 t/m 19 jaar, een vragenlijst ingevuld. Om de eigen persoonlijke doelen vast te stellen is een open vraag gesteld over de belangrijkste persoonlijke doelen op verschillende terreinen (school/toekomst, vrijetijdsbesteding, relaties, zichzelf en gezondheid). Doelfrustratie is gemeten door te vragen naar de emotionele reactie, in het geval dat het nastreven van hun doelen niet verloopt als gewenst, ofwel in hoeverre er gevoelens van balen, stress en boosheid bestaan, wanneer ze geconfronteerd worden met obstakels bij het proberen te behalen van hun doelen. Meisjes rapporteren meer school-, relatie-, zelf- en lichaamsdoelen en oudere jongeren rapporteren meer toekomstgerichte doelen. Voorts blijken meisjes en allochtone jongeren vaker doelfrustratie te rapporteren. Door middel van hiërarchische regressie is aangetoond dat een lager welbevinden gerelateerd is aan een lagere “self-efficacy”, een hogere perceptie van doelmoeilijkheid, een grotere nadruk op zelfdoelen en een hogere doelfrustratie. In de vervolgstudie zijn deze relaties opnieuw getoetst onder jongeren met verschillende mate van hoofdpijn.

Hoofdstuk Vier bevat het onderzoek naar de mate waarin jongeren met verschillende mate van hoofdpijn verschillen laten zien in hun doelcognities, doelgerelateerde coping en welbevinden. In deze grootschalige studie hebben 1202 adolescenten tussen de 12 en 18 jaar een vragenlijst op school ingevuld. Het belang dat aan een doel wordt toegekend, en de daarmee samenhangende doelfrustratie, is gemeten aan de hand van een doelenlijst. Deze doelenlijst bestaat uit de zelfgegenereerde doelen zoals vastgesteld in *Hoofdstuk Drie*. Een belangrijke toevoeging aan deze studie is het meten van frustratie op verschillende doeldomeinen (persoonlijke waarden, zelfacceptatie, sociale acceptatie, school en gezondheid). In deze studie en in de navolgende dagboekstudie is coping gemeten met behulp van de Cognitieve Emotie Regulatie Vragenlijst (Garnefski, Kraaij & Spinhoven, 2002a). Adolescenten met wekelijkse, maandelijkse of geen hoofdpijnklachten tonen weinig verschil met betrekking tot de mate waarin belang wordt gehecht aan persoonlijke doelen. Daarentegen rapporteren adolescenten met wekelijkse hoofdpijn, in vergelijking met degenen die maandelijks of geen hoofdpijn rapporteren, een significant sterkere mate van frustratie in relatie tot het nastreven van zelfacceptatie, school- en gezondheidsdoelen. Ook scoren ze hoger op catastroferen (terugkerende gedachten over hoe verschrikkelijk iets is), rumineren (piekeren), jezelf de schuld geven, accepteren en relativieren in respons op doelfrustratie. Voorts blijkt dat een sterkere mate van doelfrustratie binnen het domein van zelfacceptatie en gezondheid, en het gebruik van jezelf de schuld geven, rumineren, catastroferen, en anderen de schuld geven, gerelateerd zijn aan een lager welbevinden en kwaliteit van leven voor alle drie groepen jongeren. Echter, een hogere doelfrustratie blijkt meer schadelijk te zijn voor jongeren met wekelijks hoofdpijn dan voor degenen zonder hoofdpijnklachten.

Deze resultaten bevestigen de bevindingen van de eerste empirische studie, gepresenteerd in *Hoofdstuk Drie*. Bovendien illustreert deze studie het belang van doelgerelateerde coping en laat zien dat in de context van frequente hoofdpijn, doelfrustratie belangrijke gevolgen kan hebben voor welbevinden en kwaliteit van leven van jongeren. De studie is evenwel beperkt door het cross-sectionele ontwerp. Om causaliteit tussen deze factoren wel te kunnen onderzoeken, is in de laatste studie gebruik gemaakt van een dagboekmethodiek.

Negenentachtig adolescenten, tussen de 13 en 21 jaar, hebben dagelijks een online dagboek bijgehouden gedurende drie weken. Frustraties zijn hierbij onderzocht in relatie tot de domeinen van school, thuis, relaties en vrije tijd. Omdat de bevindingen per domein nauwelijks van elkaar verschillen, zijn de resultaten gepresenteerd aan de hand van een totale frustratiescore. De bevindingen van deze studie worden in *Hoofdstuk Vijf* en *Zes* gepresenteerd.

In *Hoofdstuk Vijf* zijn de prospectieve relaties tussen hoofdpijn, dagelijkse frustratie, cognitieve coping en coping efficacy aan de enerzijds en positief en negatief affect (stemming) anderzijds onderzocht. Hoofdpijn en dagelijkse frustratie blijken gerelateerd te zijn aan een hogere mate van negatief affect en een lagere mate van positieve affect. Bovendien is vastgesteld dat het effect van doelfrustratie op affect van invloed is op de daarop volgende dag. Voorts blijkt negatief affect, zowel gelijktijdig als prospectief, gerelateerd aan het gebruik van de cognitieve strategieën rumineren en catastroferen en een laag gevoel van coping efficacy. Anderzijds, positief affect is gelijktijdig gerelateerd aan accepteren, concentreren op andere positieve zaken en een hoge coping efficacy. Ten slotte blijkt dat positief affect prospectief wordt voorspeld door een lagere mate van rumineren en een hogere mate van concentreren op andere positieve zaken.

In *Hoofdstuk Zes* is de invloed van dagelijkse frustratie op het nastreven van persoonlijke doelen en de wijze waarop jongeren daarmee omgaan onderzocht in relatie tot de mate van hoofdpijn. In dit hoofdstuk is gebruik gemaakt van dezelfde data als beschreven in *Hoofdstuk Vijf*. De resultaten bevestigen de bevindingen van de cross-sectionele studie. Een sterkere mate van doelfrustratie is gerelateerd aan hoofdpijn op dezelfde dag. Bovendien is er een significant prospectieve relatie tussen dagelijkse frustratie bij het nastreven van doelen en hoofdpijn de volgende dag aangetoond. Geen van de onderzochte coping strategieën blijken gerelateerd te zijn aan hoofdpijn. Coping efficacy is echter wel gerelateerd aan een lagere hoofdpijn tijdens de volgende dag.

Deze studies bieden belangrijke aanknopingspunten aan voor interventies die zich richten op het verbeteren van welbevinden van jongeren, zoals het bevorderen van zelf- en emotieregulatie vaardigheden. Zulke interventies dienen getoetst te worden op effectiviteit en onderliggende mechanismen. In de

toekomst is het ook belangrijk om longitudinale onderzoek uit te voeren om meer inzicht te krijgen de dynamische relaties tussen doelprocessen, coping en zowel lichamelijk als psychologische welbevinden.

