

Interventie

De Groeifabriek

Erkenning

Erkend door deelcommissie Jeugdgezondheidszorg, preventie en gezondheidsbevordering

Datum: 26 september 2019

Oordeel: Effectief volgens eerste aanwijzingen voor effectiviteit

De referentie naar dit document is: Verberg, Helmond (25 augustus 2019).

Databank effectieve jeugdinterventies: beschrijving 'De Groeifabriek: een online mindset interventie voor jongeren met een licht verstandelijke beperking'. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut. Gedownload van www.nji.nl/jeugdinterventies.

Inhoud

Inhoud.....	3
Samenvatting	4
Doelgroep.....	4
Doel	4
Aanpak	4
Materiaal	4
Onderbouwing.....	4
Onderzoek.....	5
1.Uitgebreide beschrijving.....	6
1.1 Doelgroep	6
1.2 Doel	6
1.3 Aanpak	7
2.Uitvoering.....	11
3. Onderbouwing	14
4. Onderzoek	18
4.1 Onderzoek naar de uitvoering	18
4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten	20
5. Samenvatting Werkzame elementen	22
6. Aangehaalde literatuur	23

Samenvatting

Jongeren met een licht verstandelijke beperking (lvb) hebben een grotere kans op mentale gezondheidsproblemen, zoals internaliserende, externaliserende, aandacht-hyperactiviteitsproblemen, dan jongeren zonder een lvb. Een vaste mindset is gerelateerd aan meer mentale gezondheidsproblemen, terwijl een groeimindset is gerelateerd aan minder mentale gezondheidsproblemen. Jongeren met een lvb hebben vaker een vaste mindset dan jongeren zonder een lvb. De Groeifabriek is een online interventie gericht op het verminderen van mentale gezondheidsproblemen van jongeren met een lvb door het ontwikkelen van een 'groeimindset'. De Groeifabriek bestaat uit zes sessies en boostersessie met animaties, interactieve opdrachten en filmpjes met testimonials van ervaringsdeskundigen leren jongeren over de plasticiteit van het brein, groeigedachtes, het nut van inzet, tegenslag, gebruik van verschillende strategieën en hulp van anderen. De (onbewuste) negatieve overtuigingen over veranderbaarheid worden doorbroken en jongeren leren geloven in hun eigen kracht om verandering in hun leven aan te brengen en hun doorzettingsvermogen vergroten.

Doelgroep

De Groeifabriek is ontwikkeld voor jongeren van 12 tot 23 jaar met een licht verstandelijke beperking in jeugdzorg of speciaal onderwijs.

Doel

Het doel van De Groeifabriek is om de mentale gezondheidsproblemen (internaliserende, externaliserende problemen, aandacht-hyperactiviteitsproblemen) van jongeren met een lvb te verminderen door het ontwikkelen van een 'groeimindset' waarbij jongeren leren geloven in hun eigen kracht om verandering in hun leven aan te brengen en hun doorzettingsvermogen vergroten.

Aanpak

De Groeifabriek bestaat uit zes online sessies en één boostersessie van 30 tot 45 minuten, individueel aangeboden o.b.v. een getrainde professional. Naast de sessies wordt er gebruik gemaakt van aanvullende opdrachten, een werkboek, tweewekelijkse reminders en attributen om de transfer te maken van de online interventie naar de dagelijkse praktijk.

Materiaal

- De online mindset interventie De Groeifabriek.
- Het werkboek voor deelnemers, tweewekelijkse reminders (per sms/mail) en attributen (magneetje met stappenplan hulpvragen, armbandje met groeirecept, hersenen stress balletje) voor jongeren.
- De trainershandleiding met theoretische achtergrond en opzet van de training en een uitgebreide beschrijving van de inhoud per sessie.

Onderbouwing

Jongeren met een lvb hebben een grotere kans op mentale gezondheidsproblemen, zoals

internaliserende, externaliserende, aandacht-hyperactiviteitsproblemen, dan jongeren zonder een lvb. Jongeren met een lvb hebben in vergelijking met leeftijdsgenoten zonder een lvb vaker een vaste mindset. Een 'vaste mindset' vormt een risico voor de schoolse ontwikkeling en mentale gezondheid van jongeren. Mindset interventies bij jongeren zonder een lvb laten veelbelovende resultaten zien op het aanleren van een groeimindset en de mentale gezondheid, zoals afname van internaliserende en externaliserende problemen en toename van zelfwaardering. De Groeifabriek is gebaseerd op de mindset theorie en bestaande effectieve mindset interventies en aangepast aan de specifieke leerbehoeften van jongeren met een lvb. Het doel van De Groeifabriek is om de mentale gezondheidsproblemen van jongeren met een lvb te verminderen door het ontwikkelen van een 'groeimindset' waarbij jongeren leren geloven in hun eigen kracht om verandering in hun leven aan te brengen en hun doorzettingsvermogen vergroten.

Onderzoek

De Groeifabriek is onderzocht in twee pilot studies en een gerandomiseerde effectstudie op uitvoerbaarheid, gebruikerstevredenheid en effectiviteit. De Groeifabriek is uitvoerbaar in de praktijk en de grote meerderheid van de jongeren voltooide de interventie en is tevreden over de interventie. Daarnaast laat de gerandomiseerde effectstudie met 119 jongeren (interventiegroep $n = 60$; controlegroep $n = 59$) met een lvb en bijkomende problematiek positieve effecten zien op doorzettingsvermogen, mentale gezondheidsproblemen (internaliserend, aandacht-hyperactiviteit en totale problemen) en samenwerking tussen jongere en mentor tot drie maanden na afronding van de interventie, maar er werden geen effecten gevonden op de overige uitkomstmaten.

1. Uitgebreide beschrijving

1.1 Doelgroep

Doelgroep

De Groeifabriek is ontwikkeld voor jongeren en jongvolwassenen (12-23 jaar) met een licht verstandelijke beperking (lvb) en bijkomende problematiek, zoals psychiatrische problematiek en/of lichamelijke beperkingen. De jongeren zijn in begeleiding of behandeling bij een zorginstelling of volgen speciaal onderwijs. De Nederlandse praktijkdefinitie van een lvb wordt aangehouden, waarbij de IQ-score tussen de 50 en 85 ligt en er sprake is van beperkingen in het sociaal aanpassingsvermogen zoals verwacht mag worden op basis van de kalenderleeftijd.

Selectie van doelgroepen

Voor De Groeifabriek gelden de volgende indicatie-criteria:

- De leeftijd van de jongere is tussen de 12 en 23 jaar.
- De jongere heeft een IQ van 50 - 85 (op basis van dossiergegevens).

Voor De Groeifabriek gelden de volgende contra-indicaties:

- Aanwezigheid van ernstige emotionele problemen welke deelname aan de interventie in de weg staan, zoals een acute onstabiele psychische conditie of extreme agressieproblemen. Dit wordt beoordeeld door de betrokken orthopedagoog/psycholoog.

Jongeren worden benaderd en aangemeld voor de interventie door begeleider, docent of orthopedagoog/psycholoog na toetsing van de in- en exclusiecriteria.

Betrokkenheid doelgroep

De Groeifabriek is een aangepaste, Nederlandse bewerking van Amerikaanse mindset interventies, waarvan de kracht in het regulier onderwijs reeds is bewezen (zie 3. Onderzoek - Verantwoording). De Groeifabriek is ontwikkeld met een team van professionals a.d.h.v. aanbevelingen van de Richtlijn Effectieve Interventies lvb (De Wit, Moonen, & Douma, 2011). Daarnaast zijn jongeren met een lvb betrokken geweest bij de ontwikkeling en gaven zij feedback op de vormgeving en de sessies. Tevens is de Cliëntenraad betrokken geweest in het ontwikkelproces. Na de ontwikkelfase is De Groeifabriek in een pilotstudie onderzocht op uitvoerbaarheid en gebruikersvriendelijkheid bij 59 jongeren in het speciaal onderwijs en 7 jongeren binnen een open residentiele instelling (zie 4.1 Onderzoek naar de uitvoering). De feedback uit de pilot studies is gebruikt om de interventie te verbeteren, zoals technische fouten, het optioneel maken van verplichte herhalingen, een meer begeleidende rol voor de trainer en toevoeging van een werkboek voor deelnemers.

1.2 Doel

Hoofddoel

Het doel van De Groeifabriek is om de mentale gezondheidsproblemen, zoals

internaliserende problemen, externaliserende problemen, aandacht-hyperactiviteitsproblemen, van jongeren met een lvb te verminderen door het ontwikkelen van een 'groeimindset' waarbij jongeren leren geloven in hun eigen kracht om verandering in hun leven aan te brengen en hun doorzettingsvermogen vergroten.

Subdoelen

- Kennis
 - Breinplasticiteit:
 - *Jongeren leren dat alles wat je doet, denkt en voelt, wordt geregeld in je hersenen.
 - *Jongeren weten dat door te 'trainen' je hersenen nieuwe verbindingen maken en verbindingen sterker kunnen worden.
 - *Jongeren leren dat we onze hersenen trainen om iets nieuws te leren of om ergens steeds beter in te worden.
 - Jongeren hebben inzicht in de verschillen tussen een vaste en groeimindset.
 - Jongeren hebben kennis van de kernbegrippen van een groeimindset: Inzet, Tegenslag en Kritiek of advies van anderen:
 - * Jongeren leren dat het belangrijk is dat je je best doet als je iets nieuws wilt leren.
 - * Jongeren leren dat je niet op geeft als het even niet lukt.
 - * Jongeren leren dat je gebruik maakt van kritiek of advies van anderen.
 - Jongeren leren dat ze gebruik kunnen maken van het groeirecept als ze beter willen worden of iets nieuws willen leren: inzet + de juiste strategie + hulp van anderen.
 - * Jongeren leren dat het belangrijk is dat je je best doet als je iets nieuws wilt leren.
 - * Jongeren leren dat je door verschillende manieren te proberen de juiste strategie kunt vinden waarop iets mogelijk wel lukt.
 - * Jongeren leren dat het kan helpen om je doelen te bereiken als je hulp van anderen kan vragen en accepteren.
 - Jongeren hebben kennis over (het verschil tussen) negatieve gedachtes en helpende gedachtes (zogenaamde 'groeigedachtes').
 - Jongeren weten dat je met een groeimindset beter kunt worden in dingen die je doet, maar dat je ook je emoties en gedrag kunt leren veranderen.
 - Jongeren weten dat een groeimindset veel voordelen heeft en dat je hiermee verder komt in het leven.
 - Jongeren weten dat verandering niet altijd makkelijk of zeker is, maar wel mogelijk!
 - Jongeren weten dat iedereen een groeimindset kan ontwikkelen.
 - Jongeren weten dat 'groeigedachtes' meehelpen om je doel te bereiken.
- Vaardigheden
 - Jongeren zijn in staat het groeirecept (inzet + juiste strategie + hulp van anderen) in te zetten.
 - Jongeren kunnen negatieve gedachtes ombuigen naar groeigedachtes.
 - Jongeren kunnen a.d.h.v. het stappenplan op een adequate manier om hulp vragen.

1.3 Aanpak

Opzet van de interventie

Routing:

1. De jongere is reeds bekend binnen een zorginstelling of school waar De Groeifabriek wordt aangeboden.
2. Er is een professional (bv docent, begeleider) in de zorginstelling of school aanwezig die de training van De Groeifabriek gevolgd heeft.
3. Een professional in de zorginstelling of school (bv orthopedagoog/psycholoog, docent, begeleider) meldt jongere(n) aan voor De Groeifabriek indien er overeenstemming is met de jongere(n) en ouders (of wettelijk vertegenwoordiger) dat De Groeifabriek ingezet wordt als interventie tijdens de behandeling of het schooltraject.
4. De trainer beschikt over een Groeifabriek account voor de jongere(n) en de benodigde materialen.

5. De trainer stemt met de jongere(n) een dag en tijdstip af voor het volgen van de interventie.
6. De trainer bereidt zich voor op de uitvoering van de sessies van De Groeifabriek. Voorafgaand aan de eerste sessie wordt de voormeting ingevuld. De jongeren volgen de sessies van De Groeifabriek onder begeleiding van de trainer. Na sessie 6 volgt de nameting. Drie maanden na sessie 6 wordt de boostersessie gevolgd.

De Groeifabriek bestaat uit zes online sessies en één boostersessie van 30 tot 45 minuten. Deze worden gedurende wekelijkse sessies individueel of in kleine groepjes aangeboden onder begeleiding van een getrainde professional. De inhoud van de interventie is voor iedere jongere gelijk, op twee filmpjes met ervaringsdeskundigen in sessie 3 en 4 na. In de variant voor jongeren met een lvb en lichamelijke beperkingen komen twee jongeren met een lichamelijke beperking aan het woord, terwijl in de variant voor jongeren met een lvb en psychiatrische problematiek ervaringsdeskundigen aan het woord komen die bekend zijn met psychiatrische problematiek. De verhaallijnen en gekoppelde opdrachten zijn verder identiek.

Inhoud van de interventie

Werving interventie

Een professional in de zorginstelling of school (bv orthopedagoog/psycholoog, docent, begeleider) meldt jongere(n) aan voor De Groeifabriek. De Groeifabriek is ontwikkeld en onderzocht bij jongeren tussen 12-23 jaar met een lvb (IQ 50 -85) in jeugdzorg of speciaal onderwijs. Veel jongeren kunnen profiteren van een mindset interventie en gebruik maken van de inhoud van De Groeifabriek, denk aan bewustwording eigen mindset en eventuele negatieve gedachten ombuigen naar 'groeigedachtes'. Daarnaast kan er aan een mindset interventie worden gedacht bij jongeren die uitspraken waarbij er sprake lijkt te zijn van een vaste mindset, zoals 'het lukt me toch niet', 'ik ben nu eenmaal zo' of bij voorbaat zeggen 'dit is te moeilijk' en snel zeggen 'ik geef het op'. In toekomstig onderzoek zullen we de invloed van het startniveau van de mindset van de jongeren op het effect van de interventie onderzoeken om te kijken of de interventie verschilt in effectiviteit voor jongeren die bij start een meer vaste of groeimindset hebben.

Duur interventie

De interventie bestaat uit zes wekelijkse sessie en een booster sessie van circa 30 tot 45 minuten. Daarnaast werken jongeren aan huiswerkopdrachten in het werkboek circa 15 minuten.

Opbouw interventie

Voor de eerste sessie start vult de jongere een voormeting in. Bij start van de eerste sessie kiest de jongere een 'maatje', die de jongere in alle sessies door de sessie heen begeleidt. Elke sessie van De Groeifabriek is op dezelfde manier opgebouwd. De sessie start met een animatie om de inhoud van de sessie uit te leggen. Daarna gaan jongeren met twee of drie interactieve opdrachten over de inhoud van de animatie aan de slag. Na de opdrachten volgt een samenvatting met de belangrijkste boodschappen van de sessie. Afsluitend vult de jongere een aantal vragen in over de tevredenheid over de sessie. Jongeren maken gedurende de week enkele huiswerkopdrachten in het werkboek en ontvangen via email en/of sms een tweewekelijkse mindset herinnering met een korte tekst of opdracht gerelateerd aan de voorgaande sessie. De huiswerkopdrachten en reminders worden voor aanvang van de eerstvolgende sessie samen met de trainer

besproken. Na de zesde sessie vult de jongeren een nameting in. Drie maanden na de zesde sessie volgt de boostersessie waarin alle belangrijke boodschappen van De Groeifabriek worden herhaald.

Strategieën en technieken

Er wordt gebruik gemaakt van een online mindset interventie die wordt uitgevoerd op een laptop/computer met geluid of koptelefoon. Er wordt gebruik gemaakt van animaties met visuele en auditieve ondersteuning om de inhoud van de mindset interventie over te brengen. Hieronder wordt de inhoud van de interventie verder toegelicht. De inhoud van de interventie is afgestemd op het niveau en informatieverwerking van jongeren met een lvb. Zo is de taal simpel, wordt er gebruik gemaakt van visuele en auditieve ondersteuning, interactieve opdrachten en indien gewenst herhaling en tips bij de opdrachten. Daarnaast ontvangt de jongere individueel afgestemde ondersteuning door de trainer bij de uitvoering van de interventie. De trainer ondersteunt de jongere bij het doorlopen van de interventie en gaat tijdens de sessie met de jongere in gesprek over hetgeen gezien of ingevuld is om de inhoud van de interventie te versterken. Net als in bestaande mindset interventies wordt gebruikt gemaakt van 'saying is believing' oefeningen waarin jongeren gevraagd wordt de informatie in hun eigen woorden aan anderen uit te leggen om de boodschap te versterken en internaliseren. In sessie 3 t/m 5 wordt tevens gebruik gemaakt van filmpjes waarin ervaringsdeskundigen aan het woord zijn om de relevantie van de mindset interventie voor het dagelijks leven te verduidelijken. Verder worden er cognitief gedragstherapeutische technieken gebruikt zoals het herkennen en ombuigen van negatieve gedachten naar 'groeigedachtes' en oefenen in rollenspel. Tot de gebruikte technieken behoren verder: reminders per tel en mail om jongeren aan te moedigen nog te oefenen met de lesstof, en wekelijkse evaluatie van de voorgaande sessie a.d.h.v. huiswerkopdrachten.

Thema en inhoud van de sessies

Hieronder volgt een toelichting per sessie. Sessie 1 en 2 zijn gedetailleerder uitgewerkt om een indruk te geven van de sessies. De overige sessies zijn beknopter uitgewerkt en wordt de inhoud van de sessie besproken.

Sessie 1: Breinplasticiteit.

Animatie: Jongeren leren dat alles wat je denkt, voelt en doet, wordt geregeld in de hersenen en dat je net als je spieren, ook je hersenen kunt trainen. Zo ontstaan er nieuwe verbindingen en worden verbindingen sterker.

Opdracht 1: Jongeren oefenen met het brein. Bijvoorbeeld: "*Je hebt net gezien dat alles wat je doet, denkt en voelt geregeld wordt in je hersenen. Je ziet hier een hoofd, klik de hersenen maar aan*" en "*Die verbindingen geven elkaar boodschappen door. Klik op één van de activiteiten om te zien wat er gebeurt in je hersenen*".

Opdracht 2: "*Leg uit hoe het komt dat je nieuwe dingen kunt leren of beter kunt worden in iets.*"

Opdracht 3: Jongeren kiezen telkens uit twee zinnen de juiste zin. Bijvoorbeeld: "*Door te trainen kan je nieuwe verbindingen maken en verbindingen sterker maken*" en "*Trainen heeft geen zin als je iets niet kunt*".

Afsluiting met samenvatting

Sessie 2: Vaste-Groeimindset

Terugblik vorige sessie; bespreken huiswerkopdrachten en reminders

Animatie: Jongeren leren over het concept 'mindset' en het verschil tussen een vaste en groeimindset in termen van de rol van inzet en reacties op tegenslagen en kritiek van anderen.

Opdracht 1: "*Kies tussen zinnen gerelateerd aan een groei of een vaste mindset*".

Opdracht 2: "*Welke mindset heb jij?*"

Opdracht 3: Jongeren schrijven 2 of 3 dingen op die zij hebben geleerd sinds ze zijn opgegroeid.

Afsluiting met samenvatting

Sessie 3: Groeimindset: Inzet, Tegenslag, Kritiek van Anderen

Animatie: Jongeren leren hoe mensen met een groeimindset kijken naar inzet, tegenslag en kritiek van anderen. Tevens wordt het gebruik van 'groeigedachtes' behandeld. Er komen twee ervaringsdeskundigen aan het woord.

Sessie 4: Groeirecept deel 1: Inzet + Juiste Strategie

Animatie: Jongeren leren het 'groeirecept = inzet + juiste strategie + hulp van anderen'. Jongeren leren dat niet alleen inzet belangrijk is, maar ook het vinden van een strategie die bij jou werkt ofwel de juiste strategie. Er komen twee ervaringsdeskundigen aan het woord.

Sessie 5: Groeirecept deel 2: Hulp van Anderen

Animatie: Jongeren leren dat hulp van anderen belangrijk kan zijn om iets nieuws te leren of iets aan jezelf te veranderen, zoals je gedrag of gevoelens. Jongeren leren dat hulp vragen niet altijd makkelijk is, maar dat hulp vragen heel normaal is en dat iedereen hulp nodig heeft. Jongeren leren het stappenplan 'hulp vragen'. Er komen twee ervaringsdeskundigen aan het woord.

Sessie 6 en boostersessie: Herhaling sessie 1 t/m 5

Animatie: In de laatste sessie worden in een compilatie animatie alle belangrijke boodschappen uit de vorige sessies herhaald, zoals neuroplasticiteit; vaste en groeimindset; inzet, tegenslag, kritiek; groeigedachtes; groeirecept: inzet, juiste strategie en hulp van anderen. Na drie maanden volgt de boostersessie. Dit is een herhaling van sessies 6 waarin de belangrijkste boodschappen van De Groeifabriek worden herhaald.

2. Uitvoering

Materialen

De materialen van De Groeifabriek bestaan uit:

- Een online mindset interventie: <https://degroeifabriek.pluryn.nl/home>.
Iedere jongere ontvangt een inlognaam en code en kan hiermee inloggen in zijn eigen Groeifabriek. In de online omgeving wordt de voormeting afgenomen, voeren jongeren de sessies uit, vullen zij hun tevredenheid in over de sessies in en wordt de nameting afgenomen.
- Een papieren werkboek met opdrachten, de reminders en een grote 'mindmap'.
De jonger vult bij iedere sessie de mindmap aan en zo vormt de mindmap aan het eind van de interventie een visueel overzicht van de belangrijkste leerpunten van de jongere.
- Attributen voor jongeren:
 - Een koelkastmagneetje met hierop het stappenplan 'hulp vragen' (na sessie 5).
 - Een polsbandje met hierop het groeirecept (na sessie 6).
- De basiscursus en trainershandleiding voor trainers met algemene inleiding en een gedetailleerde uitwerking en checklist per sessie. Met de checklist wordt gemonitord in hoeverre de subdoelen van de sessies zijn bereikt.

Een inlogcode, materialen en trainershandleiding zijn verkrijgbaar via de afdeling Pluryn Research & Development (senior onderzoeker Petra Helmond: p.helmond@pluryn.nl).

Locatie en type organisatie

De Groeifabriek is ontwikkeld voor jongeren met een lvb en kan door ambulante of residentiele zorginstellingen of in het speciaal onderwijs worden uitgevoerd. De Groeifabriek wordt begeleid door trainers die werkzaam zijn binnen een zorginstelling of het speciaal onderwijs die begeleiding en behandeling biedt aan jongeren met een lvb. Wegens het online format van De Groeifabriek is de interventie flexibel inzetbaar waarbij de organisatie moet beschikken over een laptop/computer met internet en geluid in een rustige omgeving.

Opleiding en competenties van de uitvoerders

De interventie wordt begeleid door een trainer, dit is een zorg of onderwijsprofessional (begeleider, docent, orthopedagoog/psycholoog) opgeleid op MBO, HBO, of WO-niveau. Affiniteit en klinische ervaring met (het werken met) jongeren met een lvb is een vereiste gezien de specifieke leerbehoefte- en ondersteuning van deze doelgroep. Professionals die trainer willen worden volgen een basiscursus waarin zij leren over de mindset theorie, over de inhoud van de interventie, de aanpassingen voor lvb jongeren en uitvoering van de interventie (technisch, ondersteunen, motiveren deelnemers). Het is van belang dat zij zich bewust zijn van hun eigen mindset(s), deze bij een ander kunnen herkennen en zodoende jongeren kunnen ondersteunen de shift te maken van een meer vaste mindset naar een groeimindset.

Kwaliteitsbewaking

Trainers volgen een basiscursus in de vorm van een training over de achtergrond en inhoud van De Groeifabriek om de kwaliteit van de uitvoering van de interventie te waarborgen. Daarnaast gebruiken trainers een gedegen trainershandleiding voor de uitvoering van de interventie. Deze is per sessie zo gedetailleerd mogelijk beschreven en de trainer vult, zoals beschreven in de handleiding, na iedere sessie een checklist en evaluatieformulier in. Hier wordt op genoteerd of de belangrijkste doelen van de sessie behaald zijn en hoe de afname verliep (mate van ondersteuning, begrip, pauze, houding, aandacht). Ook is er ruimte voor overige observaties en bijzonderheden. Deelnemers vullen een voormeting en nameting in om de opbrengsten van de interventie te monitoren. Na iedere sessie vult de deelnemer een aantal vragen in over de tevredenheid over de sessie (zie 4.1.1 instrumenten). Daarnaast wordt de kwaliteit van de uitvoering van de interventie mede bewaakt door de online vormgeving van de interventie waardoor alle onderdelen van de sessie vanzelf en herhaaldelijk aan bod komen. Op de website van De Groeifabriek worden nieuwe informatie en inzichten gedeeld. De afdeling Pluryn Research & Development aanspreekpunt en vraagbaak afnemers van de interventie (senior onderzoeker Petra Helmond: phelmond@pluryn.nl).

Randvoorwaarden

Voor een goede uitvoering van De Groeifabriek moet voldaan worden aan een aantal randvoorwaarden. De zorginstelling of school maakt budget en tijd vrij voor de implementatie en uitvoering van De Groeifabriek. De zorginstelling of school selecteert professionals om zich op te leiden tot Groeifabriek trainer. Het is belangrijk dat de professional die trainer wordt zelf achter de mindset theorie staan (geloven in de veranderbaarheid van eigenschappen), zodat zij de jongeren op een enthousiasmerende manier kunnen begeleiden (embodiment). De zorginstelling of school stelt de trainers in de gelegenheid zich conform het voorgeschreven traject (o.a. basiscursus, trainershandleiding) te verdiepen in de achtergrond en inhoud van De Groeifabriek. De trainer wordt in staat gesteld om alle sessies van De Groeifabriek voor te bereiden en is in staat jongeren te begeleiden bij het ontwikkelen van een groeimindset. Het is een pré als er binnen de gehele organisatie aandacht is voor het begeleiden van jongeren (en ouders/verzorgers) vanuit de mindset theorie om zo te zorgen voor een bredere inbedding van de training De Groeifabriek. Organisatorisch gezien is het belangrijk dat er een rustige, liefst aparte ruimte beschikbaar is met één (individueel) of meerdere (kleine groepje) laptop/computer(s) met geluid en een goede internetverbinding.

Implementatie

De Groeifabriek is ontwikkeld en onderzocht door Pluryn Research & Development (R&D). Het doel is om De Groeifabriek beschikbaar te stellen voor interne en externe belangstellenden, zodat het product breed in het veld gebruikt kan worden. Er wordt vanuit Pluryn R&D minimaal 1 a 2 keer per jaar een basiscursus georganiseerd voor professionals die interesse hebben om Groeifabriek trainer te worden. Zie de website <https://degroeifabriek.pluryn.nl/home> voor data voor de basiscursus. Wanneer organisaties De Groeifabriek willen implementeren kunnen zij contact opnemen met

Pluryn R&D (senior onderzoeker Petra Helmond: [pheelmond@pluryn.nl](mailto:phe尔蒙@pluryn.nl)). Inlogcode, materialen en trainershandleiding zijn tegen betaling verkrijgbaar via Pluryn Research & Development. Om De Groeifabriek te kunnen implementeren is het van belang dat zorginstellingen of scholen aan de hierboven beschreven randvoorwaarden kunnen voldoen.

Verder beoogt Pluryn R&D, onder voorbehoud van financiële middelen, De Groeifabriek verder te ontwikkelen. Denk hierbij aan het ontwikkelen van (1) psycho-educatie over het mindset concept voor de omgeving (ouders, docenten, begeleiders) van de jongere; (3) meerdere boostersessies om het langer termijn effect van De Groeifabriek te bestendigen; (4) een klassikale introductie van de sessies om hiermee groepsgewijze toepassing van De Groeifabriek te faciliteren; (4) het ontwikkelen van een online basiscursus voor professionals die trainer willen worden.

Kosten

De totale kosten voor de uitvoering van De Groeifabriek worden als volgt beraamd:

- Kosten aanschaf De Groeifabriek:

De kosten van de aanschaf van een account voor De Groeifabriek is in 2019/2020 geraamd op €50 voor externe professionals. Een account bestaat uit toegang tot de online omgeving, de trainershandleiding en de materialen (werkboek, koelkastmagneetje, polsbandje).

- Deelnemers:

Per jongere wordt de tijdsinvestering geschat op 11-12 uur:

- Volgen van 7 sessies van De Groeifabriek: 7 x 0,75 uur
- Huiswerkopdrachten en reminders: 7 x 0,25 uur
- Invullen vragenlijsten (voor- en nameting) t.b.v. monitoring: 2 x 0,5 uur

- Trainers:

Per trainer wordt de tijdsinvestering geschat op 14-16 uur:

- Basiscursus 3,5 uur
- Voorbereiding sessies (ruimte, computer, handleiding): 7 x 0,50-0,75 uur
- Begeleiding jongere tijdens interventie: 7 x 0,75 uur
- Documentatie/ verslaglegging: 7 x 0,25 uur

De kosten voor de uitvoering van de interventie voor trainers uit personele kosten en uit de kosten voor het volgen van de basiscursus. In 2019/2020 zijn de kosten voor de basiscursus €150 euro per persoon (inclusief één account).

3. Onderbouwing

Probleem

Nederland kent ongeveer 2,2 miljoen mensen met een IQ tussen 70 en 85 (Woittiez et al., 2014). Wanneer er daarnaast sprake is van een beperkt sociaal aanpassingsvermogen en bijkomende problematiek, zoals een psychiatrische stoornis, lichamelijke beperkingen, problemen in het gezin of leerproblemen, spreekt men van een licht verstandelijke beperking. Het SCP schat dit aantal in de Nederlandse bevolking in 2013 op 1,4 miljoen, waarvan ruim 240.000 kinderen en jongeren tussen 5 en 18 jaar (Stoll et al., 2002; Woittiez et al., 2014). Onderzoek toont aan dat jongeren met een lvb een kwetsbare doelgroep zijn. Zij missen vaak vaardigheden op het gebied van communicatie, zelfverzorging, zelfstandigheid, en sociale en relationele activiteiten waardoor er een verhoogde kans is op het ontwikkelen van lichamelijke en mentale gezondheidsproblemen in vergelijking met jongeren zonder een lvb (Cooper et al., 2015; Dekker & Koot, 2003; Munir, 2016). Zo rapporteren studies een 3 tot 7 keer grotere kans op de ontwikkeling van emotionele en gedragsproblemen, zoals agressief gedrag, angst- en depressieklachten (De Ruiter, Dekker, Verhulst, & Koot, 2007; Dykens, 2000; Einfeld, Ellis, & Emerson, 2011). Daarnaast blijkt er vaak sprake van een beperkte behandelmotivatie bij deze jongeren. De gevolgen hiervan zijn ongunstig. Gedragsproblemen gaan vaak samen met sociale problemen, verminderen kansen op participatie in de maatschappij en bemoeilijken behandeling van andere problematiek (Didden, 2005; Van Nieuwenhuijzen, Orobio de Castro, & Matthys, 2006). Daarnaast bemoeilijkt een beperkte behandelmotivatie progressie in de behandeling. Tevens dragen deze problemen bij aan hoge maatschappelijke kosten wegens (frequent) gebruik van de hulpverlening en sociale voorzieningen.

Oorzaken

Uit onderzoek blijkt dat meerdere factoren bij kunnen dragen aan het ontstaan en de instandhouding van emotionele- en gedragsproblemen bij jongeren met een lvb (Dykens, 2000). Ten eerste is er vaker sprake van biologische risicofactoren, zoals hersenbeschadiging of genetische afwijkingen, welke gepaard kunnen gaan met psychische aandoeningen ([Crocker, Prokić, Morin, & Reyes, 2014](#); [Goodman & Graham, 1996](#); [State, King, & Dykens, 1997](#)). Daarnaast groeien jongeren met een lvb vaker op in armoede en kennen vaker een verleden met traumatische en/of negatieve (faal)ervaringen, sociale afwijzing en stigmatisering. Deze omstandigheden kunnen bijdragen aan (het ontstaan of instandhouden van) psychosociale problematiek (Dykens, 2000; Corrigan, Markowitz, Watson, Rowan, & Kubiak, 2003; Hatton & Emerson, 2004; Power, 2008; Scior & Werner, 2016). Een andere, vooralsnog onderbelichte risicofactor voor gedragsproblemen is het feit dat jongeren met een lvb vaker een vaste mindset – de impliciete overtuiging dat persoonlijke kenmerken zoals intelligentie, emoties en gedrag vaststaande gegevens zijn – hebben dan jongeren zonder een lvb (Baird, Scott, Dearing, & Hamill, 2009; Koestner, Aube, Ruttner, & Breed, 1995; Verberg, Helmond, Otten, & Overbeek, 2019a). Deze mindset bepaald hoe iemand betekenis geeft aan en

reageert op dat wat er om hem heen gebeurt. Zo zullen mensen met een vaste mindset zich enerzijds minder inzetten of minder oefenen en anderzijds bij uitdagingen of tegenslag eerder terugdeinzen of opgeven, aangezien zij geloven dat verandering niet mogelijk is. Uit onderzoek blijkt een vaste mindset gerelateerd aan meer mentale gezondheidsproblemen, zoals meer internaliserende en externaliserende gedragsproblemen en minder zelfvertrouwen (Miu & Yeager, 2015; voor een meta-analyse zie Scheider et al., 2015). Ons recente onderzoek laat zien dat de relatie tussen mindset en mentale gezondheidsproblemen ook bestaat bij jongeren met een lvb. Ook bij jongeren met een lvb is een vaste mindset gerelateerd aan minder gevoel van empowerment, minder zelfwaardering en meer mentale gezondheidsproblemen, zoals internaliserende, aandacht/hyperactiviteit en externaliserende problemen (Verberg et al., 2019a).

Aan te pakken factoren

De Groeifabriek richt zich op het doorbreken van impliciete negatieve overtuigingen (vaste mindset) die jongeren met een lvb hebben over hun ontwikkelingsmogelijkheden door hen te leren denken met een 'groeimindset' – de overtuiging dat persoonlijke kenmerken wél vormbaar zijn. De inhoud van een groeimindset interventie benadrukt de plasticiteit van het brein en het belang en nut van inzet, doorgaan bij tegenslag en leren van kritiek en het vragen van hulp van anderen om te kunnen groeien. Jongeren leren negatieve gedachten (vaste mindset) herkennen en om te buigen naar groeigedachtes (groeimindset). Doordat jongeren leren geloven dat zij verandering in hun leven teweeg kunnen brengen (groeimindset) neemt het doorzettingsvermogen toe wat tezamen bijdraagt aan het verminderen van mentale gezondheidsproblemen, zoals internaliserende, aandacht/hyperactiviteit en externaliserende problemen.

Verantwoording

De Groeifabriek is met een team van professionals en jongeren met een lvb ontwikkeld aan de hand van de Richtlijn Effectieve Interventies LVB waarin aanbevelingen worden gedaan voor het aanpassen en uitvoeren van interventies bij lvb-jeugdigen (De Wit et al., 2011). Op basis van de aanbevelingen is gekozen voor een online benadering om goed aan te kunnen sluiten bij de specifieke leerbehoeften van jongeren met een lvb en tevens af te kunnen stemmen op de individuele ondersteuningsbehoeften. Zo wordt er in De Groeifabriek gebruik gemaakt van een gestructureerde opbouw, eenvoudig taalgebruik, (optionele) herhaling en auditieve en visuele ondersteuning middels animaties en filmpjes. Alle tekst wordt hardop voorgelezen. De animaties ondersteunen de uitleg en maken de inhoud concreet. Jongeren oefenen daarnaast aan de hand van interactieve opdrachten met de stof. Daar waar nodig kunnen zij hierbij gebruik maken van tips. Om de interventie te personaliseren kiezen jongeren in de eerste sessie een van de zes avatars als 'maatje' die hen iedere sessie door de sessie begeleidt. Om de transfer te maken van de online interventie naar het dagelijks leven en het geleerde te generaliseren naar andere situaties en omgevingen ontvangen jongeren tweewekelijks een tekst/mail bericht met een opdrachtje of reminder en een huiswerkmap. Tot slot is er aandacht voor een veilige en positieve leeromgeving. Zo worden jongeren individueel begeleid door een trainer die zijn begeleiding afstemt op (het niveau van) de jongere. De

trainer ondersteunt de jongere bij het doorlopen van de interventie, en gaat tijdens de sessie meerdere malen met de jongere in gesprek over hetgeen gezien of ingevuld is om na te gaan of de jongere het begrepen heeft en de inhoud van de interventie te versterken. Indien nodig ondersteunt de trainer bij het formuleren van antwoorden op de open vragen.

Om de verschillende subdoelen te bereiken wordt naast hierboven genoemde animaties en interactieve opdrachten gebruik gemaakt van werkzame elementen uit effectieve mindset interventies. De Groeifabriek is gebaseerd op impliciete theorieën over de veranderbaarheid van persoonlijke kenmerken van de Amerikaanse psycholoog Carol Dweck en collega's (1999) en bestaande effectieve mindset interventies (Blackwell et al., 2007; Miu & Yeager, 2015; Schleider & Weisz, 2016; Yeager et al., 2013; Yeager et al., 2016). Het effect van deze mindset interventies op het ontwikkelen van een groeimindset en bevorderen van een gezonde psychosociale ontwikkeling werd ruimschoots aangetoond in onderzoek bij jongeren zonder een lvb (Burgoyne et al., 2018; Miu & Yeager, 2015; Schleider & Weisz, 2016; Yeager et al., 2013; Yeager et al., 2016) en bij jongeren met een lvb in ons eigen effectiviteitsonderzoek (zie 4.2).

Een belangrijk kernprincipe van een groeimindset interventie is dat jongeren leren over het vermogen van het brein nieuwe verbindingen te vormen en bestaande verbindingen sterker te maken en over de invloed die jongeren hier zelf op uit kunnen oefenen (Dweck, 1999; Yeager & Dweck, 2012). Het belang van inzet, doorzetten bij tegenslag en proberen van nieuwe strategieën komen expliciet aan bod (Yeager & Dweck, 2012; Yeager et al., 2016). Daarnaast wordt er in de sessies gebruik gemaakt van 'saying is believing' oefeningen waarin jongeren de informatie in hun eigen woorden uitleggen aan anderen om de boodschap te versterken en internaliseren (Aronson, Fried & Good, 2002; Yeager & Walton, 2011). In alle sessies wordt veel nadruk gelegd op interactieve opdrachten waarin jongeren actief oefenen met de stof. Daarnaast wordt net als in bestaande mindset interventies gebruik gemaakt van filmpjes met testimonials van succesvolle rolmodellen (Yeager & Walton, 2011). Volgens de narratieve en sociaal-cognitieve theorie leiden testimonials in de vorm van echte, persoonlijke en spontane verhalen tot identificatie met de boodschapper en emotionele en rationele betrokkenheid bij het verhaal (transportatie). Identificatie en transportatie maken het mogelijk dat attitude- en gedragsverandering plaatsvinden (De Gee, Zijlstra-Vlasveld, Leone, Boon, & van der Poel, 2015), mits de boodschapper lijkt op de doelgroep en de boodschap past bij de boodschapper (Fix et al., 2012; Houston et al., 2011a). Door jongeren met een lvb te laten vertellen hoe een groeimindset hen geholpen heeft om een positieve gedragsverandering te bewerkstelligen of hun doelen te bereiken wordt getracht bovenstaande te bereiken. Tevens wordt middels deze vorm van 'modeling' op een laagdrempelige en effectieve manier de relevantie van de mindset interventie voor het dagelijks leven verduidelijkt. Verder wordt er in de sessies gewerkt met elementen uit de cognitieve gedragstherapie (CGT; Beck, 1964; 1976) waarbij met name het herkennen van negatieve en 'groeigedachtes' aandacht krijgen en jongeren oefenen met het vervangen van negatieve gedachten voor groeigedachten. Interventies die zijn gebaseerd op CGT laten positieve effecten zien in de behandeling van jongeren met een lvb (Didden

& Moonen, 2007). Tevens worden ervaringsgerichte oefeningen ingezet, zoals het spelen van een rollenspel. Andere technieken zijn de reminders tussen de sessies om jongeren aan te moedigen nog te oefenen met de stof en de wekelijkse evaluatie van elke sessie a.d.h.v. de huiswerkopdrachten en reminders. Tot slot worden jongeren bij verschillende opdrachten uitgenodigd gebeurtenissen of situaties uit hun eigen leven in te brengen.

4. Onderzoek

4.1 Onderzoek naar de uitvoering

4.1.1 Uitvoerbaarheid en tevredenheid van De Groeifabriek: pilotstudie cluster 4 speciaal onderwijs

a) Helmond, P., Verberg, F. L. M., & Overbeek, G. (2017). De tevredenheid van leerlingen uit het speciaal onderwijs cluster 4 over de online mindset interventie De Groeifabriek voor jongeren met LVB-problematiek. *LVB Onderzoek & Praktijk*, 15(2), 6-18.

b) **Design en steekproef**

Pilotstudie naar de uitvoerbaarheid en tevredenheid van De Groeifabriek in speciaal onderwijs cluster 4 school bij 30 leerlingen in de interventiegroep ($M = 14.5$ jaar, range 12-19 jaar, 80% jongen).

Instrumenten

Tevredenheid:

Deelnemers scoren na iedere sessie hun tevredenheid op drie manieren:

- Rapportcijfer (1 item, range 1-10)
- Session Rating Scale (4 items, range 1-5):
- Twee open over wat goed en minder goed was aan de sessie.

Uitvoerbaarheid:

- Succesvol voltooiën interventie (5 of 6 sessies afgerond)
- Opmerkingen observatie checklist trainers

c) **Resultaten en Conclusie**

De pilotstudie heeft aangetoond dat De Groeifabriek uitvoerbaar is binnen het speciaal onderwijs bij jongeren met een lvb en psychiatrische problematiek. De grote meerderheid (85%) van de deelnemers heeft De Groeifabriek succesvol afgerond en was tevreden over de interventie op de kwantitatieve uitkomstmaten ($M_{\text{rapportcijfer}} = 7.50$; $M_{\text{SRS-score}} = 3.67$) en de kwalitatieve uitkomstmaten. Jongeren waren tevreden over het gevoel van competentie of prestatie, de duidelijke uitleg en vormgeving van de interventie. Jongeren waren minder tevreden over de herhaling, technische fouten en sommige over amusementswaarde van de interventie. Randvoorwaarden voor de uitvoering zijn een goede internetverbinding en een rustige ruimte. De pilotstudie heeft informatie opgeleverd ter verbetering van de interventie (De Groeifabriek 2.0). Doorgevoerde aanpassingen betreffen de optionele i.p.v. verplichte herhaling van de animatie; verbetering van technische foutjes; verbetering implementatie digitale reminders; ontwikkeling werkboek; doorontwikkeling checklist en trainershandleiding en toevoeging van aanvullende CGT opdrachten.

4.1.2. Uitvoerbaarheid en tevredenheid van De Groeifabriek: pilotstudie open jeugdzorg

- a) Schuurmans, A. A., Verberg, F. L. M., Helmond, P., Omid, P., & Nijhof, K. S. (2019). *A Pilot Feasibility Trial of 'The Growth Factory', a Gamified Implicit Theory Intervention for Adolescents in Residential Care*. Manuscript ingediend, revisie in voorbereiding.
- b) **Design en steekproef**
Pilotstudie bij 7 adolescenten ($M = 13.4$ jaar, totaal IQ = 88, $SD = 5.59$; range 78-93) binnen een open residentiele jeugdzorg voor jongeren met psychische problemen.

Instrumenten

Zie 4.1.1

- c) **Resultaten en Conclusie**
De pilotstudie heeft aangetoond dat De Groeifabriek uitvoerbaar is binnen een open residentiele jeugdzorg. Alle deelnemers ronden De Groeifabriek succesvol af en de grote meerderheid was tevreden over de interventie op de kwalitatieve uitkomstmaten ($M_{\text{rapportcijfer}} = 8.70$; $M_{\text{SRS-score}} = 4.21$) en kwantitatieve uitkomstmaten. Jongeren zijn veelal tevreden over de vormgeving, maar minder tevreden over de herhaling. Voor jongeren zonder lvb had de interventie uitdagender mogen zijn. De pilotstudie heeft informatie opgeleverd ter verbetering van de interventie (De Groeifabriek 2.0).

4.1.3. Uitvoerbaarheid en tevredenheid van De Groeifabriek: effectstudie cluster 3 en 4 speciaal onderwijs en jeugdzorg

- a) Verberg, F. L.M., Helmond, P., Otten, R., & Overbeek, G. (2019b). *Effectiveness of the online mindset intervention "The Growth Factory" for adolescents with intellectual disabilities*. Manuscript ingediend.
- b) **Design en steekproef**
Gerandomiseerde effectstudie naar de uitvoerbaarheid en tevredenheid van De Groeifabriek 2.0 bij 60 jongeren uit de interventie groep met een lvb en bijkomende problematiek in jeugdzorg en/of speciaal onderwijs (zie verdere toelichting en effectiviteit 4.2.1.)

Instrumenten

Zie 4.1.1.

- c) **Resultaten en Conclusie**
De gerandomiseerde effectstudie toonde aan dat De Groeifabriek uitvoerbaar is bij jongeren met een lvb en bijkomende problematiek in jeugdzorg en/of speciaal onderwijs. De grote meerderheid (93%) van de deelnemers heeft De Groeifabriek succesvol afgerond en was tevreden over de interventie op de kwantitatieve

uitkomstmaten ($M_{\text{rapportcijfer}} = 7.50$; $M_{\text{SRS-score}} = 3.80$) en op kwalitatieve uitkomstmaten. Jongeren waren veelal tevreden over gevoelens van competentie of prestatie, amusementswaarde, vormgeving en duidelijke uitleg van de interventie. Sommige jongeren waren minder tevreden over de duur, het niveau, technische fouten en amusementswaarde van de interventie. De studie heeft informatie opgeleverd ter verbetering van de interventie (De Groeifabriek 3.0). Doorgevoerde aanpassingen betreffen de toevoeging van twee nieuwe filmpjes die beter aansluiten bij jongeren in cluster 4 onderwijs; het format van het werkboek en het opnemen van de aanvullende CGT opdrachten in de online omgeving van De Groeifabriek.

4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten

4.2.1 Effecten van De Groeifabriek: pilotstudie cluster 4 speciaal onderwijs:

- a) Helmond, P., Verberg, F. L. M., & Overbeek, G. (2019). *A Pilot Randomized Controlled Trial of The Online Mindset Intervention The Growth Factory for Youth with Emotional and Behavioral Difficulties*. Manuscript ingediend.

b) **Design en steekproef**

Pilotstudie (zie 4.1.1) naar de effecten van De Groeifabriek in speciaal onderwijs cluster 4 school bij 59 jongeren ($M = 14.5$ jaar, range 12-19 jaar, 78% jongen). De jongeren werden middels gerandomiseerde blokstratificatie toegewezen aan de interventie groep ($n = 30$) en controle groep ($n = 29$). De effecten van De Groeifabriek zijn gemeten met behulp van zelfrapportage vragenlijsten op vier metingen, namelijk een voormeting, nameting en twee follow-upmetingen (na 3 en 6 maanden).

Instrumenten en analyses

In de vragenlijsten werden de concepten mindset, empowerment, coping, self-esteem en mentale gezondheidsproblemen (internaliserende, externaliserende, aandacht-hyperactiviteit, totale problemen) gemeten. Voor de analyses werden Repeated measures ANOVA met een within x between subjects design in SPSS gebruikt.

c) **Resultaten en Conclusie**

De pilotstudie laat zien dat De Groeifabriek bijdroeg aan het ontwikkelen van een groeimindset en versterken van empowerment op korte termijn. De interventie had geen effecten op de overige uitkomstmaten. De pilotstudie heeft wegens de kleine steekproef een beperkte power en er kwamen verbeterpunten voor de interventie naar voren (zie 4.1.1). Daarom hebben we een grootschalige effectstudie uitgevoerd om beter inzicht te krijgen in de effecten van De Groeifabriek 2.0 (zie 4.2.2).

4.2.2. Effecten van De Groeifabriek: effectstudie cluster 3 en 4 speciaal onderwijs en jeugdzorg

- a) Verberg, F. L. M., Helmond, P., Otten, R., & Overbeek, G. (2019). *Effectiveness of the online mindset intervention "The Growth Factory" for adolescents with intellectual disabilities*. Manuscript ingediend.

b) **Design en steekproef**

Gerandomiseerde effectstudie (zie 4.1.3) naar de effecten van De Groeifabriek 2.0 bij 119 jongeren met een lvb en bijkomende lichamelijke of psychiatrische problematiek ($M = 15.8$ jaar; range 12-23 jaar; 58% jongen). De jongeren werden middels gerandomiseerde blokstratificatie toegewezen aan de interventie groep ($n = 60$) en controle groep ($n = 59$). De effecten van De Groeifabriek zijn gemeten met behulp van zelfrapportage vragenlijsten op vier metingen, te weten een voormeting, nameting en twee follow-upmetingen (na 3 en 6 maanden).

Instrumenten en analyses

In de vragenlijsten werden de concepten mindset/doorzettingsvermogen, empowerment, mentale gezondheidsproblemen (internaliserende, aandacht/hyperactiviteit, externaliserende, totale problemen), zelfwaardering, behandelmotivatie en therapeutische relatie gemeten. Voor de analyse werden lineaire regressieanalyses uitgevoerd in MPlus. De resultaten op de intention-to-treat en completers-only analyses waren vergelijkbaar.

c) **Resultaten en Conclusie**

Er werden direct en drie maanden na de interventie effecten gevonden op een toename van doorzettingsvermogen ($d = 0.43$; $d = 0.50$) en een afname van mentale gezondheidsproblemen, te weten internaliserende problemen ($d = -0.39$; $d = -0.47$), aandacht-hyperactiviteitsproblemen ($d = -0.40$; $d = -0.38$) en totale problemen ($d = -0.38$; $d = -0.44$). Verder was er een effect op samenwerking met de mentor ($d = .26$). Op de overige uitkomstmaten werden geen effecten gevonden. De verschillen tussen de interventie en controle groep waren zes maanden na de interventie niet meer significant. Jongeren in de interventie groep bleven stabiel, terwijl de jongeren in de controle groep een toename in doorzettingsvermogen en afname van mentale gezondheidsproblemen lieten zien. Aanbevelingen voor de toekomst betreffen het geven van psycho-educatie aan de omgeving van de jongeren (ouders, docenten, begeleiders) over de mindset theorie, uitvoeren van meerdere boostersessies en de ontwikkeling van een online trainingsmodule voor de trainers. De Groeifabriek lijkt bij te dragen aan een versnelde verbetering van doorzettingsvermogen en mentale gezondheid bij jongeren met een lvb en bijkomende problematiek en lijkt hiermee een waardevolle aanvulling op het bestaande onderwijs- en zorgaanbod voor jongeren met een lvb.

5. Samenvatting Werkzame elementen

Inhoudelijke elementen:

- Gebruik van de mindset theorie waarbij persoonlijke eigenschappen als vormbaar worden gezien vanuit de zogenaamde 'groeimindset'.
- Gebruik van kern principes uit de cognitieve gedragstherapie waarin jongeren leren over negatieve gedachtes ombuigen naar 'groiegedachtes' en gebruik van rollenspel om inhoud te oefenen.
- Gebruik van filmpjes met succesvolle ervaringsdeskundigen, waarbij deze jongeren uitleggen hoe een groeimindset hen geholpen heeft in hun ontwikkeling.
- Gebruik van 'saying is believing' oefeningen waarin jongeren informatie in hun eigen woorden aan anderen uitleggen om de boodschap te versterken en internaliseren.
- Online aanpak aansluitend bij specifieke leerbehoeften van doelgroep: auditieve en visuele ondersteuning; eenvoudig taalgebruik; gestructureerde opbouw, herhaling, interactieve opdrachten.
- Interventie 'op maat': optionele herhaling van onderdelen; optioneel gebruik van 'tips' bij opdrachten en begeleiding door een trainer.
- Werkboek met huiswerkopdrachten en tweewekelijkse reminders die de transfer van de online interventie naar de dagelijkse praktijk bevorderen.
- Monitoring van de interventie middels observatie, tevredenheid, checklist en voor- en nameting.

Praktische elementen:

- Kortdurende interventie; goed inpasbaar in het zorg- of schooltraject
- Ondersteuning tijdens uitvoering van de interventie
- Gebruik van aanvullend schriftelijk materiaal (werkboek, tekstberichtjes en attributen)
- Basiscursus voor professionals die zich willen bekwamen als Groeifabriek trainer
- Gedetailleerde handleiding voor trainers
- Eenvoudig toe te passen door trainers volgens gestructureerd online format

6. Aangehaalde literatuur

Aronson, J., Fried, C. B., & Good, C. (2002). Reducing the effects of stereotype threat on African American college students by shaping theories of intelligence. *Journal of Experimental Social Psychology*, 38, 113-125. <http://dx.doi.org/10.1006/jesp.2001.1491>

Baird, G. L., Scott, W. D., Dearing, E., & Hamill, S. K. (2009). Cognitive self-regulation in youth with and without learning disabilities: Academic self-efficacy, theories of intelligence, learning vs. performance goal preferences, and effort attributions. *Journal of Social and Clinical Psychology* 28, 881-908.

Blackwell, L. S., Trzesniewski, K. H., & Dweck, C. S. (2007). Implicit theories of intelligence predict achievement across an adolescent transition: A longitudinal study and an intervention. *Child Development*, 78, 246-263.

Cooper, S-A., McLean G., Guthrie, B., McConnachie, A., Mercer, S., Sullivan, F., & Morrison, J. (2015). Multiple physical and mental health comorbidity in adults with intellectual disabilities: population-based cross-sectional analysis. *BMC Family Practice*, 16:110. <https://doi.org/10.1186/s12875-014-0212-7>

De Wit, M. de, Moonen, X., & Douma, J. (2011). Richtlijn Effectieve Interventies LVB: Aanbevelingen voor het ontwikkelen, aanpassen en uitvoeren van gedragsveranderende interventies voor jeugdigen met een licht verstandelijke beperking. Utrecht: Landelijk Kenniscentrum LVG.

Dekker, M. C., & Koot, H. M. (2003). DSM-IV disorders in children with borderline to moderate intellectual disability. I: Prevalence and impact. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 42, 915-922.
doi:10.1097/01.CHI.0000046892.27264.1A

Didden, R. (Ed.) (2005). *In perspectief. Gedragsproblemen, psychiatrische stoornissen en licht verstandelijke beperking*. Houten: Bohn, Stafleu, van Loghum.

Didden, R. & Moonen, X. (Red.) (2007). *Met het oog op behandeling: Effectieve behandeling van gedragsstoornissen bij mensen met een lichte verstandelijke beperking*. Utrecht: VOBC LVG/de Borg.

Dweck, C. S. (1999). *Self-theories: Their role in motivation, personality, and development*. Philadelphia: Psychology Press.

Helmond, P., Verberg, F., Otten, R., & Overbeek, G. (2019). *A Pilot Randomized Controlled Trial of The Online Mindset Intervention The Growth Factory for Youth with Special Needs*. Manuscript in preparation.

Helmond, P., Verberg, F. L. M., & Overbeek, G. (2017). De tevredenheid van leerlingen uit het speciaal onderwijs cluster 4 over de online mindset interventie De Groeifabriek voor jongeren met LVB-problematiek. *LVB Onderzoek & Praktijk*, 15(2), 6-18.

Koestner, R., Aube, J., Ruttner, J., & Breed, S. (1995). Theories of ability and the pursuit of challenge among adolescents with mild mental retardation. *Journal of Intellectual Disability Research*, 39, 57-65.

Miu, A. S., & Yeager, D. S. (2015). Preventing symptoms of depression by teaching adolescents that people can change: Effects of a brief incremental theory of personality intervention at 9-month follow-up. *Clinical Psychological Science*, 3, 726-43.

Munir, K. M. (2016). The co-occurrence of mental disorders in children and adolescents with intellectual disability/intellectual developmental disorder. *Current Opinion in Psychiatry*, 29, 95-102. doi:10.1097/YCO.0000000000000236

Scheider, J. L., Abel, M. R., & Weisz, J. R. (2015). Implicit theories and youth mental health problems: A random-effects meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 35, 1-9.

Stoll, J., Bruinsma, W., & Konijn, C. (2004). Nieuwe cliënten voor Bureau Jeugdzorg? Jeugdigen met meervoudige problemen waaronder een lichte verstandelijke beperking en instrumenten voor herkenning en signalering. Utrecht: IZW Uitgeverij.

Van Nieuwenhuijzen, M., Orobio de Castro, B., & Matthys, W. (2006) Problematiek en behandeling van LVG jeugdigen. Een literatuurreview. *Nederlands Tijdschrift voor de Zorg aan mensen met verstandelijke beperkingen*, 32 (4), 211-228.

Verberg, F. L. M., Helmond, P., Otten, R., & Overbeek, G. (2019a). *Mindset and perseverance of adolescents with intellectual disabilities: Associations with empowerment, mental health problems, and self-esteem*. *Research in Developmental Disabilities*, 91, 1-12. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2019.103426>

Verberg, F. L. M., Helmond, P., Otten, R., & Overbeek, G. (2019b). *Effectiveness of an Online Mindset Intervention for Youth with Intellectual Disabilities*. Manuscript in preparation.

Yeager, D. S., & Dweck, C. S. (2012). Mindsets that promote resilience: When students believe that Personal characteristics can be developed. *Educational Psychologist*, 47, 302-314. <http://dx.doi.org/10.1080/00461520.2012.722805>

Yeager, D. S., Romero, C., Paunesku, D., Hulleman, C. S., Schneider, B., Hinojosa, C., ... Dweck, C. S. (2016). Using design thinking to improve psychological interventions: The case of the growth mindset during the transition to high school. *Journal of Educational Psychology*, 108, 374-391.

Yeager, D. S., & Walton, G. M. (2011). Social-Psychological interventions in education: They're not magic. *Review of Educational Research*, 81, 267-301. doi: 10.3102/0034654311405999

Yeager, D. S., Trzesniewski, K. H., & Dweck, C. S. (2013). An implicit theories of personality intervention reduces adolescent aggression in response to victimization and exclusion. *Child Development, 84*, 970-988. <http://dx.doi.org/10.1111/cdev.12003>

Samenwerking erkenningstraject

Het erkenningstraject wordt in samenwerking uitgevoerd door het Nederlands Jeugdinstituut (Nji), het RIVM Centrum Gezond Leven (CGL), het Nederlands Centrum Jeugdgezondheid (NCJ), het Kenniscentrum Sport & Bewegen, Vilans, het Trimbos Instituut en MOVISIE. Door samen te werken aan het beoordelen van interventies volgens eenduidige criteria streven wij naar kwaliteitsverbetering in de betrokken werkvelden.

