

Inleiding

Om meer gelijkwaardigheid na te streven, benadrukt het Verenigde Naties Verdrag inzake de rechten van personen met een beperking dat, onafhankelijk van het type beperking, mensen met een beperking meer kansen moeten krijgen om zelf invulling aan hun leven te geven en om zelf beslissingen te nemen (m.a.w. zelfdeterminatie). Dit is belangrijk, omdat zelfdeterminatie niet alleen een essentieel onderdeel is van kwaliteit van het leven van mensen met een (verstandelijke) beperking, maar in de afgelopen decennia is zelfdeterminatie ook vaak gekoppeld aan het optimaal functioneren van mensen met een verstandelijke beperking.

De Zelf-Determinatie Theorie (ZDT) is een theorie die een genuanceerd, geïntegreerd en wetenschappelijk ondersteund raamwerk biedt voor het begrijpen van de geestelijke gezondheid en het optimaal functioneren van mensen. Binnen ZDT staat de assumptie centraal dat een sociale omgeving die de drie psychologische basisbehoeften aan autonomie, verbondenheid en competentie ondersteunt belangrijk is. De bevrediging van deze drie basisbehoeften bevordert onder andere zelfdeterminatie, autonome motivatie voor activiteiten en een verhoogd subjectief welbevinden. Niet-gesteunde, of zelfs gefrustreerde, psychologische basisbehoeften dragen daarentegen bij aan een depressie, maar ook aan extrinsieke vormen van motivatie, zoals externe motivatie of geïntrojecteerde motivatie, of zelfs het verlies van motivatie.

Tot nu toe heeft onderzoek naar de toepasbaarheid van ZDT zich vooral gericht op populaties zonder een verstandelijke beperking; onderzoek bij mensen met een lichte verstandelijke beperking of zwakbegaafdheid zijn onderbelicht gebleven. Daarnaast ontbrak het aan valide en betrouwbare meetinstrumenten om de ZDT-concepten autonomie ondersteuning, behoeftebevrediging en autonome motivatie te meten in deze groep. Daarom werd in dit proefschrift de toepasbaarheid van de ZDT onderzocht bij mensen met een lichte verstandelijke beperking of zwakbegaafdheid. Binnen het proefschrift worden de resultaten van drie studies gepresenteerd.

Studie 1: Aanpassing en validering van zelfrapportage ZDT-vragenlijsten en toetsing van centrale assumpties ZDT

In Hoofdstukken 2, 3 en 4 wordt de aanpassing en validering van zelfrapportage vragenlijsten voor mensen met een lichte verstandelijke beperking of zwakbegaafdheid beschreven, die autonomie ondersteuning (Hoofdstuk 2), behoeftebevrediging (Hoofdstuk 3) en autonome motivatie (Hoofdstuk 4) meten. Op basis van een at random geselecteerde steekproef namen 186 mensen met een lichte verstandelijke beperking of zwakbegaafdheid deel aan dit onderzoek vanuit 4 zorgorganisaties in het zuiden van Nederland. Alle respondenten (110 mannen) waren ouder dan 18 jaar ($M = 40.3$, $SD = 14.9$, range = 18.1 – 84.8). Het gemiddelde IQ op basis van dossiergegevens betrof 67; 109 respondenten hadden een lichte verstandelijke beperking en 77 respondenten functioneerden op zwakbegaafd niveau.

Hoofdstuk 2 richtte zich op de constructvaliditeit en de betrouwbaarheid van de Health Care Climate Questionnaire – Intellectual Disability (HCCQ-ID). Deze vragenlijst stelt de mate vast waarin mensen met een verstandelijke beperking hun begeleiding als autonomie-ondersteunend ervaren. Net als bij de originele HCCQ liet de HCCQ-ID de verwachte 1-factor structuur zien. Zowel de interne consistentie ($\alpha = 0,93$) als de test-hertest betrouwbaarheid ($r = 0,85$) waren goed. De resultaten van de studie beschreven in Hoofdstuk 2 boden eerste aanwijzingen voor de constructvaliditeit en betrouwbaarheid van de HCCQ-ID voor mensen met een lichte verstandelijke beperking of zwakbegaafdheid.

In **Hoofdstuk 3** worden de resultaten gepresenteerd van een validatieonderzoek naar de Basic Psychological Need Satisfaction and Frustration Scale – Intellectual Disability (BPNSFS-ID) om de bevrediging en frustratie van de psychologische basisbehoeften aan autonomie, verbondenheid en competentie te operationaliseren. De resultaten lieten een adequate factorstructuur zien van de BPNSFS-ID, bestaande uit zowel bevrediging als frustratie van de drie basisbehoeften. Deze uitkomst komt overeen met recente studies bij mensen zonder een verstandelijke beperking en bevestigt het theoretische uitgangspunt dat behoeftebevrediging en behoeftefrustratie het beste gezien kunnen worden als onafhankelijke concepten met verschillende antecedenten die andere uitkomsten voorspellen. De constructvaliditeit van de vragenlijst werd bovendien ondersteund met sterke, significante Pearson correlaties, variërend tussen $r = 0,60$ en $r = 0,71$. Ook de interne consistentie ($\alpha = 0,92$) en een test-hertest betrouwbaarheid ($r = 0,81$ voor de samengestelde subschaal autonomie, $r = 0,69$ voor de samengestelde subschaal verbondenheid en $r = 0,85$ voor de samengestelde subschaal competentie) waren goed. De BPNSFS-ID bleek een valide en betrouwbare vragenlijst te zijn om de bevrediging en de frustratie van de psychologische basisbehoeften van mensen met een lichte verstandelijke beperking of zwakbegaafdheid in kaart te brengen.

In **Hoofdstuk 4** is de assumptie getoetst of de vier subtypen van extrinsieke motivatie (te weten: externe motivatie, geïntrojecteerde motivatie, geïdentificeerde motivatie en geïntegreerde motivatie) ook bij mensen met een lichte verstandelijke beperking of zwakbegaafdheid kunnen worden onderscheiden. In de studie werd gebruik gemaakt van een aangepaste versie van de Self-Regulation Questionnaire (SRQ), toegespitst op twee verschillende domeinen: beweging en ondersteuning. De resultaten ondersteunden het onderscheid tussen de vier subtypen van extrinsieke motivatie in beide domeinen. Daarnaast lieten de correlatie coëfficiënten zien dat aan elkaar aangrenzende subtypen meer gerelateerd zijn aan elkaar dan de niet-aangrenzende subtypen. Dat wil zeggen, de hoge correlatie coëfficiënten tussen externe motivatie en geïntrojecteerde motivatie (samen gecontroleerde motivatie) en tussen geïdentificeerde motivatie en geïntegreerde motivatie (samen autonome motivatie) lijken het onderscheid dat gemaakt kan worden tussen gecontroleerde motivatie en autonome motivatie te ondersteunen. Ook liet de studie zien dat de Cronbach's alfa's en de test-hertest betrouwbaarheid adequaat zijn. De resultaten van de studie bieden dus eerste aanwijzingen dat de vier subtypen van extrinsieke motivatie

onderscheiden kunnen worden bij zowel mensen met als zonder een verstandelijke beperking.

Na validering van de drie ZDT-vragenlijsten (beschreven in Hoofdstukken 2, 3 en 4) werden de assumpties van de ZDT getoetst bij mensen met een lichte verstandelijke beperking of zwakbegaafdheid in **Hoofdstuk 5**. De relaties tussen autonomie ondersteuning, behoeftebevrediging, autonome motivatie voor ondersteuning en subjectief welbevinden werden getoetst door middel van Structural Equation Modelling (SEM). De resultaten lieten zien dat autonomie ondersteuning door begeleiders positief samenhangt met autonome motivatie voor ondersteuning en met bevrediging van de basisbehoeften autonomie, verbondenheid en competentie. Daarnaast bleken autonome motivatie voor ondersteuning en behoeftebevrediging samen te hangen met een hoger subjectief welbevinden. Autonome motivatie en behoeftebevrediging medieerden bovendien de relatie tussen autonomie ondersteuning en welbevinden. Tot slot, bevrediging van de behoeften aan autonomie en verbondenheid hing negatief samen met gecontroleerde motivatie, terwijl bevrediging van de behoefte aan verbondenheid positief samenhangt met autonome motivatie. Als welbevinden vervangen wordt door depressie als uitkomstmaat, dan blijven de directe en indirecte relaties tussen de ZDT-concepten, ondanks dat ze omgekeerd zijn, vrijwel gelijk.

Studie 2: Aanpassing van Motiverende Gespreksvoering (MG) voor gebruik bij mensen met een lichte verstandelijke beperking of zwakbegaafdheid

Motiverende Gespreksvoering (MG) is een methode om autonome motivatie te stimuleren en wordt ook bij mensen met een lichte verstandelijke beperking of zwakbegaafdheid gezien als een veelbelovende methode om motivatie te verbeteren. Aangezien MG veel overeenkomsten heeft met de uitgangspunten van ZDT, is er binnen dit proefschrift voor gekozen om MG als methode te verkiezen boven andere methoden. Om MG toe te kunnen passen bij mensen met een lichte verstandelijke beperking of zwakbegaafdheid is het echter belangrijk om te weten of aanpassingen nodig zijn voor het gebruik van MG bij deze groep. Het doel van de studie uit **Hoofdstuk 6** was om aanpassingen in kaart te brengen opdat professionals MG kunnen gebruiken bij mensen met een lichte verstandelijke beperking of zwakbegaafdheid. Er zijn semi-gestructureerde interviews en focusgroepen gehouden met cliënten, ouders en professionals ($N = 26$). Dit resulteerde in diverse aanbevelingen: aanpassen aan taalniveau, aanpassen aan cognitieve mogelijkheden en rekening houden met sociale wenselijkheid van de antwoorden. Daarnaast werden enkele voorwaarden genoemd die gesteld worden aan professionals om MG toe te passen: betrouwbaarheid, betrokkenheid, acceptatie, empathie en eerlijkheid. Het dient opgemerkt te worden dat deze aanbevelingen ook voor optimale communicatie met mensen met een verstandelijke beperking in zijn algemeenheid van belang zijn.

Studie 3: Het stimuleren van autonome motivatie en het bevredigen van de basisbehoeften in de praktijk

In Hoofdstuk 6 wordt beschreven hoe professionals MG aan kunnen passen voor toepassing bij mensen met een lichte verstandelijke beperking of zwakbegaafdheid. In navolging hierop staat in **Hoofdstuk 7** een interventiestudie centraal, waarin een aantal hypothesen getoetst werden op basis van de voorgaande studies. We onderzochten of door middel van een interventie, 'Sterker dan de kick', autonome motivatie gestimuleerd kon worden om middelenmisbruik te veranderen op basis van een gevoel van vrije keuze en vrije wil. Deelnemers waren ouder dan 18 jaar, hadden een lichte verstandelijke beperking of functioneerden op zwakbegaafd niveau (IQ score tussen 50 en 85), misbruikten middelen, ontvingen geen andere behandelingen voor dit middelenmisbruik en waren (nog) niet autonoom gemotiveerd om het middelenmisbruik te veranderen. In zes gecontroleerde n=1 studies werd de dagelijkse motivatie (gemeten met de SRQ, Hoofdstuk 4) om middelenmisbruik (cannabis, alcohol, wiet) te veranderen in kaart gebracht. De interventie 'Sterker dan de kick' werd gegeven door een ervaren psycholoog en bestond uit tien individuele sessies. Bij vijf van de zes respondenten (één viel uit) veranderde het type motivatie van meer gecontroleerde typen motivatie (externe motivatie en geïntrojecteerde motivatie) tijdens de voormeting naar meer autonome typen motivatie na afronding van de interventie. Bovendien rapporteerden de respondenten na afloop van de interventie een toename in algemene behoeftebevrediging, in de bevrediging van de behoefte aan autonomie in het bijzonder, en een significante afname in algemene behoeftefrustratie. Op basis daarvan kan de conclusie getrokken worden dat het toepassen van de uitgangspunten van ZDT en MG in de interventie 'Sterker dan de kick' het type motivatie heeft veranderd. Bovendien ondersteunden deze experimentele effecten, in aanvulling op cross-sectionele resultaten beschreven in Hoofdstuk 5, de toepasbaarheid van de ZDT bij mensen met een verstandelijke beperking.

Algemene conclusie

De resultaten van dit proefschrift geven belangrijke inzichten in hoe de ondersteuning van mensen met een lichte verstandelijke beperking of zwakbegaafdheid kan worden vormgegeven opdat optimaal subjectief welbevinden bereikt kan worden. Autonomie ondersteunende begeleiders die in staat zijn om hun cliënten te stimuleren autonoom te voelen, in verbondenheid en met voldoende competenties, verhogen het subjectief welbevinden van hun cliënten. De ZDT biedt een kader om het subjectief welbevinden, en daarmee de kwaliteit van leven, van mensen met een lichte verstandelijke beperking of zwakbegaafdheid te verbeteren.