

TRAILS

ALCOHOL
GEBRUIK
en media
storm

TRAILS
GLOBAL

DE
50+
60
METING

TRAILS
NEXT
DE FOTOSHOOT

Kim
Polling
inter
view



trails

MAGAZINE

december 2015



Wie geregeld op onze website www.trails.nl kijkt, weet dat deze al weer een aantal jaren dezelfde vormgeving heeft. Naar aanleiding van de nieuwe metingen komt daar begin 2016 verandering in. Op de nieuwe website zullen deelnemers te zien zijn die allemaal professioneel op de foto zijn gezet. Ook alle medewerkers van TRAILS zijn gefotografeerd. Hieronder zie je een fotoreportage van die dag.



FOTO SHOOT



REDACTIE

Er gebeurt van alles rondom TRAILS, dus we vonden het tijd voor een nieuw magazine. In september 2015 zijn de eerste deelnemers van TRAILS-CC uitgenodigd voor de vijfde meting en voor de deelnemers van het bevolkingscohort zal de zesde meting begin 2016 van start gaan. Daarnaast zijn we inmiddels gestart met het deelonderzoek TRAILS-Next, waarin (aanstaande) ouders en hun kinderen gevolgd worden. Genoeg aanleiding om je in dit zesde TRAILS magazine op de hoogte te brengen van de ontwikkelingen en resultaten van verschillende onderzoeken, nieuws en achtergronden van TRAILS.

Judoka Kim Polling siert de voorpagina van dit magazine en is het nieuwe gezicht van TRAILS. We interviewden haar over de leuke en minder leuke kanten van judo en haar indrukwekkende carrière. Daarnaast zijn verschillende TRAILS-onderzoekers voor dit magazine geïnterviewd. In het interview met René Veenstra lees je over het ontstaan en de financiering van TRAILS. Sarai Boelema vertelt over haar onderzoek naar alcoholgebruik en de mediastorm die volgde nadat ze haar onderzoeksresultaten bekend had gemaakt. Karin Veldman vertelt welke invloed emotionele problemen en gedragsproblemen kunnen hebben op schoolprestaties en kansen op de arbeidsmarkt.

Tot ons plezier hebben ook verschillende TRAILS-deelnemers een bijdrage geleverd. Sanne interviewde Catharina Hartman, hoofdonderzoeker van TRAILS-CC en TRAILS-Next, en vroeg haar naar het ontstaan hiervan. Melissa brengt ons in TRAILS Global op de hoogte van haar gezinsleven op Curaçao. Janine, Kimberley, Natasha en Dennis en Sandra en Niels vertellen over hun ervaringen met TRAILS-Next. Verder vind je op pagina 10 foto's van deelnemers die model stonden voor de TRAILS website en de informatiefolder. Ook de medewerkers van het dataverzamelingsteam zijn daarvoor weer op de foto gezet.

We willen iedereen die een bijdrage heeft geleverd aan dit magazine hartelijk bedanken. Rest ons nog jullie veel leesplezier te wensen!

Tom Bak
Aukelien Mulder
Tineke Oldehinkel



COLOFON

TRAILS magazine is een uitgave van TRAILS en speciaal geschreven voor alle TRAILS-deelnemers. Het magazine wordt in een oplage van 4.500 exemplaren gratis verspreid onder deelnemers van TRAILS en andere geïnteresseerden.

REDACTIEADRES

Postbus 30.001
9700 RB Groningen
(050) 361 12 05
trails@umcg.nl
www.trails.nl

EINDREDACTIE

Tom Bak, Aukelien Mulder en Tineke Oldehinkel

MET MEDEWERKING VAN

Elise Bennik, Sarai Boelema, Sanne Booij, Catharina Hartman, Bertus Jeronimus, Lisette van der Knaap, Kim Polling, René Veenstra en Karin Veldman

FOTOGRAFIE

Reyer Boxem

ONTWERP EN ILLUSTRATIES

Rocket Industries, Groningen

DRUK

Drukkerij Tienkamp

RECHTEN

Alle rechten voorbehouden. Overname of verveelvoudiging van tekst of beeld uit deze uitgave is alleen toegestaan na toestemming van de eindredactie.

DUODNI

REDACTIE

TRAILS HEADLINES

Nieuwe metingen en aanspreekvorm

KIM POLLING

In the spotlight

TRAILS - TRACKING THE NEXT GENERATION

Deelonderzoek

TRAILS DEELNEMERS

Fotoshoot

SARAI BOELEMA

Effect van alcohol op het brein

RENE VEENSTRA

Interview

SANNE VS CATHARINA

Deelnemer interviewt onderzoeker

TRAILS GLOBAL

Gezinsleven op Curaçao

KARIN VELDMAN

Overgang van school naar werk

RESULTATEN IN PROEFSCHRIFTEN

Stress, lichaamsbeweging, emoties en epigenetica

TRAILS THANX

2

4

6

8

10

12

14

16

18

20

22

24



VIJFDE METING TRAILS-CC

In september 2015 zijn de eerste 150 deelnemers en hun ouders of verzorgers uitgenodigd voor deelname aan de vijfde meting van TRAILS-CC. Deze vijfde meting bestaat voor de deelnemers uit een schriftelijke (of online) vragenlijst en een interview. In het interview worden alle gebeurtenissen in kaart gebracht die de deelnemer sinds 1 januari 2008 heeft meegemaakt. Voorbeelden hiervan zijn het volgen of afronden van een opleiding, het krijgen van een (bij)baan, verhuizingen, het krijgen of kwijtraken van goede vrienden en het krijgen van serieuze relaties en mogelijk kinderen. Van alle gebeurtenissen willen we weten wanneer ze plaatsvonden; dit doen we met behulp van een kalender die tijdens het interview wordt ingevuld. Ook de ouders/verzorgers krijgen deze meting weer een vragenlijst voorgelegd. Nieuw is dat we daarnaast eventuele partners uitnodigen voor het invullen van een vragenlijst. Hoe meer verschillende informatiebronnen, hoe completer ons beeld van een deelnemer!

DE ZESDE METING

Begin 2016 gaat de zesde meting voor de deelnemers van het bevolkings-cohort van start. Deze keer bestaat de meting alleen uit een vragenlijst (dus geen interview) voor de deelnemers, een vragenlijst voor hun ouders of verzorgers en een vragenlijst voor hun eventuele partners. De vragenlijsten zijn nagenoeg hetzelfde als tijdens de vijfde meting, met een paar extra onderdelen over depressieve klachten, sociaal gedrag en het gebruik van internet en sociale media. Tot nu toe verstuurden we de vragenlijsten, met enige tussenpozen, in delen van ongeveer 500 deelnemers tegelijk; bij deze zesde meting zullen we alle deelnemers en hun ouders/verzorgers in één keer aanschrijven via e-mail. Voor ons is het van essentieel belang om over de juiste e-mailadressen te beschikken. Van de meeste deelnemers hebben we het juiste e-mailadres; alle ouders/verzorgers hebben onlangs een brief van ons ontvangen met het verzoek om hun e-mailadres aan ons door te geven.

TRAILS-NEXT



'TRAILS-Tracking the next generation' oftewel TRAILS-Next is een deelonderzoek waarin (aanstaande) ouders en hun kind vanaf de zwangerschap totdat het kind ongeveer 4,5 jaar oud is gevolgd worden. Dit deelonderzoek bestaat uit vier onderdelen: 1) een wekelijkse korte vragenlijst voor beide ouders vanaf de zwangerschap tot de baby 3 maanden oud is; 2) een vragenlijst voor ouders en een huisbezoek met interview en filmopnamen als de baby 3 maanden oud is; 3) een vragenlijst en een huisbezoek met filmopnamen als het kind 2,5 jaar oud is; en 4) een vragenlijst als het kind 4,5 jaar oud is. We zitten momenteel in de opstartfase. De eerste twee metingen zijn inmiddels in gang gezet, aan de derde en vierde meting wordt nog gewerkt.



VAN 'JIJ' NAAR 'U'

Voor elke meting van TRAILS hebben we toestemming nodig van de Centrale Commissie Mensgebonden Onderzoek (CCMO) in Den Haag. De CCMO kijkt niet alleen heel kritisch naar de opzet van de meting, maar beoordeelt bijvoorbeeld ook de inhoud van de informatiefolder en de uitnodigingsbrieven voor deelnemers, ouders/verzorgers en partners. Dit is goed en belangrijk, want daardoor wordt het onderzoek alleen maar beter. Maar soms vraagt de CCMO om veranderingen waar we wel even aan moeten wennen. Eén daarvan betreft de aanspreekvorm die we gebruiken in onze folders en brieven. Zoals onze deelnemende jongeren ongetwijfeld gemerkt zullen hebben, is deze veranderd van 'jij' naar 'u'. Ook vindt de CCMO dat we niet meer van 'jongeren' moeten spreken, maar van 'deelnemers', omdat de deelnemers inmiddels al lang volwassen zijn. Dat is natuurlijk ook zo en het is goed om het taalgebruik daaraan aan te passen. Ook al voelt het nu nog een tikkeltje onwennig....

Se
e
Z
L
D
A

IN THE SPOTLIGHT KIM POLLING

Hoe ben je met de judosport in aanraking gekomen?

Toen ik zes jaar oud was zag mijn moeder op school een formulier hangen over judo. Daarop stond dat judo goed zou zijn voor kinderen met ADHD, wat ik heb. Op mijn eerste judoclubs, in Marum en vervolgens Roden, kreeg ik al vrij snel door dat ik voor mijn leeftijd groot en sterk was. Omdat ik meer tegenstand wilde ben ik op mijn 15e gaan trainen bij Judo Groningen en vervolgens bij Topsport Talentschool Groningen, waar ik in twee jaar tijd enorm veel progressie boekte. Op mijn 17e ben ik verhuisd naar Haarlem om te kunnen trainen bij judoschool Kenamju en toen ging het snel: twee jaar later werd ik Europees- en Wereldkampioen bij de junioren (tot 20 jaar).

Wat vind je leuk en minder leuk aan judoën?

Het leukst aan judoën vind ik het op een mooie manier gooien van mensen! Van tevoren denk ik niet zoveel na over hoe ik dat het best kan gaan doen, ik weet dan alleen of iemand links- of rechtshandig is. Ik heb geluk dat ik veel talent heb: ik ben sterk en voel goed aan in welke richting ik iemand moet manoeuvreren om haar op de grond te krijgen. Soms lukt dat vrij snel maar soms ook niet, als ik bijvoorbeeld te maken krijg met judoka's die steeds in de verdediging blijven staan. Gelukkig wordt passief gedrag meestal door de scheidsrechter bestraft.

Minder leuk aan het judoën is dat veel mensen verwachten dat je altijd wint als je eenmaal aan de top zit. Zo won ik in 2013 zes van de acht toernooien, maar twijfelden sommige mensen of ze mij moesten feliciteren toen ik op een toernooi tweede was geworden, terwijl ik een geweldig jaar had en op dat moment de nummer 1 van de wereld was.

Wat is je mooiste prestatie?

Het winnen van de Grand Slam van Parijs in 2013! Ik won toen van de olympisch kampioen met een ippon, terwijl zij al vijf jaar niet meer op die manier verloren had. De ambiance in Parijs was super, 15.000 toeschouwers moedigden hun Franse idool aan, maar ik won in het hol van de leeuw door haar vol op de rug te gooien. Dit was eigenlijk mijn grote doorbraak bij de senioren.

Hoe bereid je je voor op een belangrijk toernooi?

Ik train zes dagen in de week: vier keer judotraining, een keer training met een fysiotherapeut i.v.m. een rugblessure en een keer krachttraining. De krachttraining doe ik alleen om mijn lichaam te onderhouden. Spieren heb ik genoeg, bovendien word ik van teveel spieren heel stijf en dat komt het judoën niet ten goede. De week voorafgaand aan een toernooi in het weekend train ik alleen nog op maandag, daarna geef ik mijn lichaam rust. Ik vind het fijn om dan afleiding te zoeken, zodat ik me niet alleen maar op het judoën hoeft te focussen. Het liefst vertrek ik op het laatste moment naar een toernooi, zodat ik me daar niet hoeft te vervelen.

Naast de vele hoogtepunten heb je ook te maken gehad met moeilijke momenten in je carrière, zoals angststoornissen. Hoe kwam dat?

In 2014 begonnen de klachten. Ik was van Haarlem naar Rotterdam verhuisd voor de trainingen van mijn toenmalige coach en deed daar een afstudeerstage voor mijn Pabo opleiding. Mijn stage op een VMBO-school was zwaar en de chemie tussen mij en mijn toenmalige coach was uitgewerkt. De druk om te presteren werd me teveel. Iedereen verwachtte dat ik wel even wereldkampioen zou worden, maar dat gaat niet vanzelf. Een week voordat ik mijn wedstrijden moest spelen stond ik nog tot laat in de kroeg om afleiding te zoeken, maar dat lukte niet. Toen vroeg ik mezelf wel af waar ik mee bezig was. Op een gegeven moment durfde ik de mat en zelfs de straat niet meer op, omdat ik te maken kreeg met extreme spanning en faalangst.

Kim Polling, momenteel de beste judoka ter wereld in haar klasse (tot 70kg), is het nieuwe gezicht van TRAILS en daar zijn we trots op! De topsportster sluit met haar leeftijd (geboren in 1991) perfect aan bij onze deelnemers en groeide bovendien ook op in Noord-Nederland. Naast de vele hoogtepunten vroegen we Kim onder andere naar de moeilijke momenten in haar carrière, de leuke en minder leuke kanten van de judosport en haar ambities voor 2016.



Hoe kwam je van je angststoornissen af en hoe gaat het nu met je?

Ik kwam van mijn angststoornissen af door rust te vinden bij mijn ouders in Zevenhuizen en gesprekken te voeren met een psychiater, waar ik toch al kwam in verband met mijn ADHD. Ik heb ook tijdelijk medicatie gebruikt op aanraden van de dokter/psychiater. Achteraf gezien had ik eerder en beter naar mezelf moeten luisteren door even afstand te nemen van het judoën. Maar nu gaat het weer goed! In het begin had ik nog wel de angst dat ik weer angststoornissen zou krijgen, maar dat is niet meer zo. Het EK in Baku in Azerbeidzjan (juni 2015) was voor mij een belangrijk moment. Ik had weer plezier in het judoën en werd voor de derde achtereenvolgende keer Europees Kampioen. De verhuizing van Rotterdam terug naar Haarlem heeft me ook erg veel goed gedaan. Naast dat ik weer plezier heb in het judoën, heb ik nu ook weer de wil om te winnen en gaat het judoën ook steeds beter.

Wat zijn je ambities voor 2016?

Momenteel ben ik aan het afstuderen aan de Pabo; ik hoop begin 2016 mijn diploma in ontvangst te nemen. Daarna wil ik in augustus natuurlijk dolgraag een medaille winnen op de Olympische Spelen in Rio de Janeiro! Natuurlijk ga ik voor goud, maar zilver of brons zou ik ook fantastisch vinden. Eerst moet ik met mijn nieuwe coach een goed trainingsplan bedenken, zodat ik tegen die tijd topfit en zonder blessures naar Brazilië kan afreizen.

TRAILS – Tracking the next generation

Bij dit onderzoek richten we ons op TRAILS-deelnemers die in de komende jaren vader of moeder zullen worden (of al zijn) en hun kinderen. Alle deelnemers van TRAILS hebben in februari 2015 de informatiefolder van TRAILS – Next ontvangen en naar aanleiding daarvan gaven meerdere deelnemers en hun partners aan een kindje te verwachten. De eerste TRAILS-Next baby's zijn in mei geboren en vanaf september vonden de eerste huisbezoeken plaats. Hieronder lees je de ervaringen van een aantal TRAILS-Next deelnemers.

Janine: De vragenlijst die ik wekelijks tijdens mijn zwangerschap ontving was kort en elke keer hetzelfde. Het was dus maar een kleine moeite om deze in te vullen. Na het invullen kreeg ik een prachtig voorbeeld van een echofoto te zien, waardoor ik een beeld kreeg van hoe je kindje er ongeveer uitziet. Het huisbezoek 3 maanden na de geboorte vond ik heel leuk en gezellig. Er wordt tijdens de meting echt rekening gehouden met jou en je kindje. Het filmen van mijn dochtertje vond ik ook heel leuk. Ik was heel benieuwd hoe ze het zou doen. Het filmen van de ouder-kind interactie lijkt erger dan het is. Je moet gewoon lekker jezelf blijven en dan valt het allemaal wel mee. Er wordt bovendien heel duidelijk aangegeven dat je het niet fout kunt doen, en dat is natuurlijk ook zo, elke ouder heeft een eigen manier van omgaan met zijn kind. Ik zou mijn dochter mee willen geven dat ze vooral zichzelf moet zijn en moet doen wat haar gelukkig maakt. Als moeder zal ik altijd van haar blijven houden en haar steunen.

Kimberley: De vragenlijsten tijdens mijn zwangerschap waren kort en dus makkelijk in te vullen. Toch merk je dat bij een drukke week het invullen er ook wel eens bij inschiet. Fijn is dat je nog een herinnering krijgt voor het invullen van het vragenlijstje. Tijdens het huisbezoek 3 maanden na de geboorte heb ik aangegeven niet gefilmd te willen worden, omdat ik denk dat je je anders voordoet als ouder en kind wanneer er iemand met een camera bij is. Daarom heb ik besloten alleen met de vragenlijsten mee te doen. Ik wil mijn zoon meegeven dat hij altijd eerlijk moet zijn en dat er geen probleem te groot is om over te praten.

Natasha en Dennis: Ik (Natasha) doe al sinds mijn 11e jaar mee aan TRAILS en ik vind het dan onwijs leuk dat nu ook ons zoontje gevolgd wordt. De vragenlijst was elke week hetzelfde waardoor het na een aantal keren routine, maar ook wat eentonig begon te worden. Het huisbezoek hebben we als een gezellige ochtend ervaren, lekker ontspannend in een fijne sfeer. Het filmen van de ouder-kind interactie klinkt spannender dan het is, want om eerlijk te zijn vergaten we de camera's toen mijn partner en ik met onze zoon speelden. Ook het filmen van zijn bewegingen was geen enkel probleem, want hij kan zichzelf heel goed vermaken op zijn speelkleed. We willen onze zoon Benjohn meegeven dat hij positief, eerlijk en oprecht moet zijn, moet vertrouwen op zijn intuïtie en moet genieten van de kleine dingen in het leven. Verder dat hij zichzelf moet durven zijn: durft te lachen, te huilen, te vragen en sorry te zeggen. Wij als papa en mama zijn zo ontzettend trots op onze zoon en houden onvoorwaardelijk veel van hem.

Sandra: mijn man **Niels** doet al sinds het begin mee aan het TRAILS-onderzoek en had de vraag uit de kwartaalmailing bevestigend beantwoord, vandaar dat wij nu samen aan TRAILS-Next meedoen. De informatie over het huisbezoek was duidelijk en dat vond ik erg fijn, vooral omdat onze zoon nog zo jong is. Het huisbezoek zelf was erg leuk en gezellig. Het filmen vond ik ook erg leuk, ik had namelijk niet verwacht dat onze zoon Dani zich 10 minuten alleen zou kunnen vermaken op zijn speelkleed. M.b.t. de ouder-kind interactie ben ik erg benieuwd of er veel verschillen zijn tussen mijn man en mij. Ik wens voor onze zoon Dani dat hij, met vallen en opstaan, zal opgroeien tot een verstandige volwassen man. Verder dat hij wordt wie hij wil zijn en zich daarin niet door anderen iets wijs laat maken. En dat wij als zijn ouders van hem houden!



trails

DEELNEMERS

Wat staat er bovenaan jouw bucketlist?

'Dat zijn eigenlijk twee dingen; helikopterskiën in Canada en een rondreis door Zuid-Amerika'.
Marit

Als je een eigen zaak zou beginnen, wat zou je dan verkopen?

'Als ik een eigen zaak zou beginnen zal dat iets zijn in de richting van de gaming industrie, zoals games en game merchandise maar ook kaartspellen en bordspellen'. **Sake**

Wat is het mooiste cadeau dat je ooit hebt gekregen?

'Het geld dat ik van mijn oma kreeg voor mijn rijbewijs'. **Lex**

In welke film zou jij de hoofdrol willen spelen?

'Dan zou ik in de film Tomb Raider Lara Croft (oftewel Angelina Jolie) willen spelen. Omdat ik al jaren fan ben van haar en het geweldig zou vinden als ik voor even haar zou mogen zijn. Ik bewonder haar heldhaftigheid, intelligentie en on-eindige dorst naar avontuur'. **Serap**

Met wie zou jij stiekem wel een beschuitje willen eten?

'Met Wentworth Miller, de hoofdrolspeler van Prison Break. Afgezien van het feit dat ik dan nog enigszins kans zou maken ben ik benieuwd of hij ook nog kan lachen'. **Rob**

Wanneer was je in de wolken?

'Letterlijk toen ik in het vliegtuig naar Lissabon zat voor een half jaar Erasmus, een studenten uitwisselingsprogramma. De leukste ervaring ooit!' **Jorien**

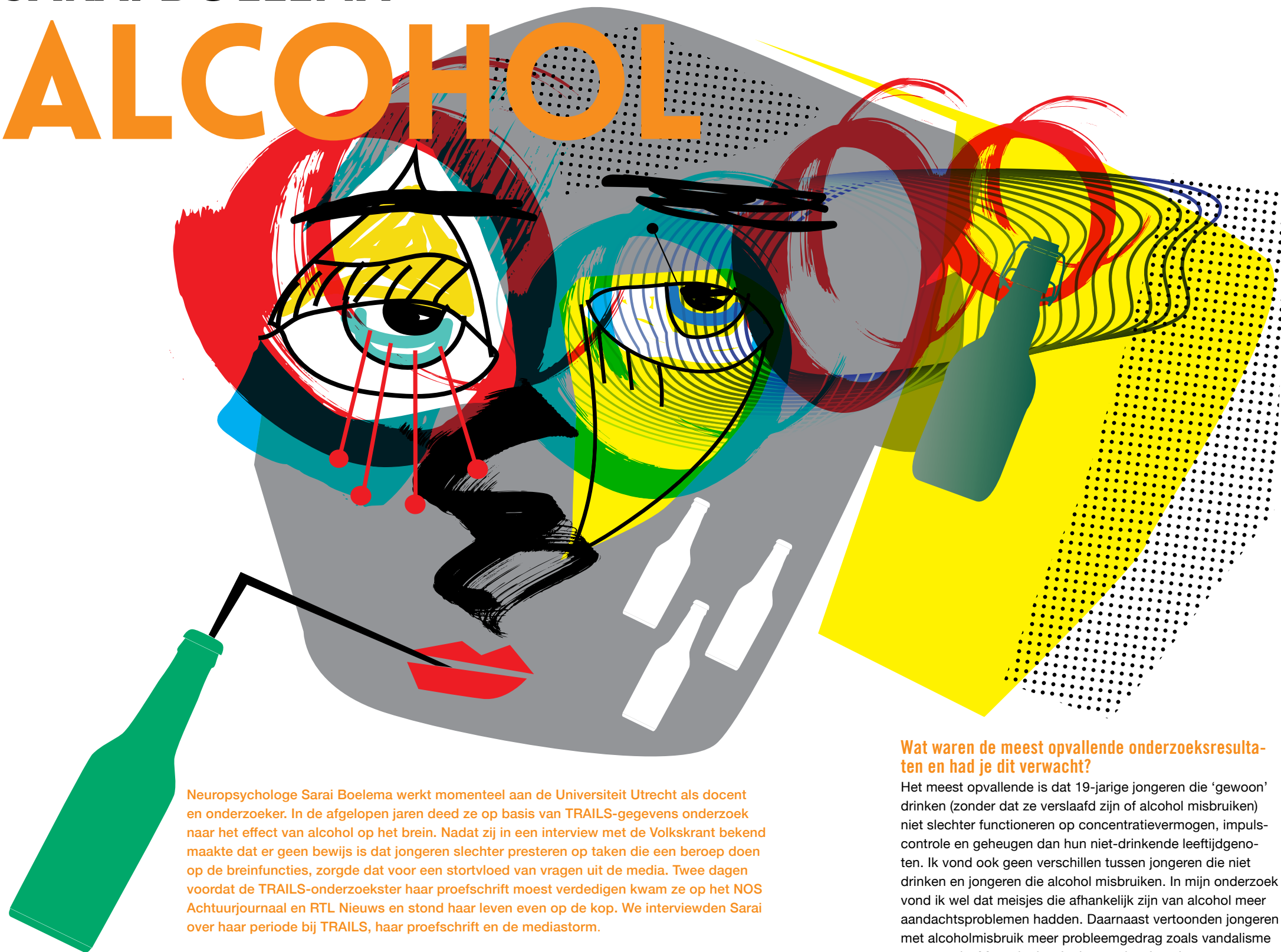
Kan jij een dag zonder je mobieltje en/of social media?

'Eigenlijk niet meer, ik gebruik mijn telefoon voor alles: routeplanner, contact met anderen en nieuws. Als ik een dagje weg ben en niet op mijn telefoon kan kijken mis ik hem niet echt, maar aan het eind van zo'n dag kijk ik graag mijn telefoon even na'. **Ninke**



SARAI BOELEMA

ALCOHOL



Neuropsychologe Sarai Boelema werkt momenteel aan de Universiteit Utrecht als docent en onderzoeker. In de afgelopen jaren deed ze op basis van TRAILS-gegevens onderzoek naar het effect van alcohol op het brein. Nadat zij in een interview met de Volkskrant bekend maakte dat er geen bewijs is dat jongeren slechter presteren op taken die een beroep doen op de breinfuncties, zorgde dat voor een stortvloed van vragen uit de media. Twee dagen voordat de TRAILS-onderzoekster haar proefschrift moest verdedigen kwam ze op het NOS Achtuurjournaal en RTL Nieuws en stond haar leven even op de kop. We interviewden Sarai over haar periode bij TRAILS, haar proefschrift en de mediastorm.

Hoe ben je bij TRAILS terechtgekomen en wat was je functie?

Na mijn studie Neuropsychologie ben ik 2 jaar werkzaam geweest als psychologisch assistent in een ziekenhuis, maar ik wilde graag het onderzoek in. Om die reden heb ik in 2008 bij TRAILS gesolliciteerd en werd ik aangenomen op een project vanuit de Universiteit Utrecht over cognitieve taken en alcoholgebruik. In de eerste jaren van dit project ben ik betrokken geweest bij de dataverzameling. Ik hield me bezig met het coördineren en afnemen van computertaken die iets over het functioneren van de hersenen zeggen, zoals een geheugentaak en taken om impulscontrole en concentratievermogen te meten. Ik ben heel blij dat ik zelf gegevens heb kunnen verzamelen, omdat het heel zinvol is om te weten hoe de deelnemers zijn en reageren. Vervolgens heb ik deze gegevens gebruikt om een proefschrift te schrijven.

Wat waren de meest opvallende onderzoeksresultaten en had je dit verwacht?

Het meest opvallende is dat 19-jarige jongeren die 'gewoon' drinken (zonder dat ze verslaafd zijn of alcohol misbruiken) niet slechter functioneren op concentratievermogen, impulscontrole en geheugen dan hun niet-drinkende leeftijdsgenoten. Ik vond ook geen verschillen tussen jongeren die niet drinken en jongeren die alcohol misbruiken. In mijn onderzoek vond ik wel dat meisjes die afhankelijk zijn van alcohol meer aandachtsproblemen hadden. Daarnaast vertoonden jongeren met alcoholmisbruik meer probleemgedrag zoals vandalisme en agressie. Maar dat hoeft niet met het functioneren van het brein te maken te hebben. Eigenlijk had ik op basis van de bestaande literatuur, maar ook op basis van de publieke opinie, verwacht dat alcoholgebruik een negatief effect zou hebben op het brein.

En toen?

Als je in je onderzoek iets anders vindt dan er in de literatuur bekend is, ga je als eerste samen met andere onderzoekers heel goed kijken of het onderzoek goed is uitgevoerd. Dat hebben we uitvoerig gedaan. Daarna zijn we heel kritisch

gaan kijken naar de literatuur en vonden we dat er eigenlijk helemaal niet zoveel overtuigend bewijs is dat alcohol schadelijk is voor de hersenen. Maar we hebben niet voor niets de leeftijd om alcohol te kopen naar 18 jaar verhoogd. Het is geen seconde door m'n hoofd gegaan om daar op basis van mijn onderzoeksresultaten aan te tornen, want beleid maak je niet op basis van één onderzoek. Sommige mensen hebben mijn boodschap ten onrechte opgevat als kritiek op het alcoholbeleid of een ontkenning van het feit dat alcohol schadelijk kan zijn. Ik vind juist dat er heel veel redenen zijn om aan te nemen dat alcohol slecht is voor jongeren en dat heeft echt niet alleen met het brein te maken.

Hoe kwam de media-aandacht op gang?

Ik was mij ervan bewust dat mijn onderzoek een gevoelige boodschap naar buiten bracht voor ouders en jongeren. Maar als je goed en degelijk onderzoek doet, moet je niet alleen je onderzoeksresultaten naar buiten brengen als je iets zegt wat de maatschappij wil horen. Om mijn resultaten op een juiste manier naar buiten te brengen heb ik contact opgenomen met de wetenschapsredactie van de Volkskrant voor een interview. Ik had met hen afgesproken eerst het artikel te controleren op de inhoud voordat het gepubliceerd zou worden. Nadat ik dat had gedaan kwam het artikel tot mijn verbazing op de voorpagina terecht! Dat heeft ervoor gezorgd dat er heel veel media, waaronder het NOS-Achtuurjournaal, RTL-nieuws, BNR en Radio 1 mij wilden interviewen.

Hoe ging je met alle aandacht om?

Niemand, ook de persvoorlichter niet, had deze media-aandacht zien aankomen. Ik had tegen de persvoorlichter gezegd dat ik wel radio-interviews wilde doen maar absoluut geen tv, maar daar kwam ik binnen 24 uur al op terug. Het heeft me wel overvallen hoe mensen van de media op een onderwerp kunnen duiken, wat ze van je willen en hoe ze je weten te vinden. Natuurlijk is het leuk dat je onderzoek op deze manier onder de aandacht wordt gebracht, maar ik vond het ook heftig omdat het twee dagen voor de verdediging van mijn proefschrift plaatsvond. Gelukkig ging mijn verdediging goed ondanks dat ik door alle hectiek niet helemaal scherp was.

Wat is er gebeurd na alle media-aandacht?

Er is een bijeenkomst georganiseerd samen met het Trimbos-instituut, de Stichting Nederlands Instituut voor Alcoholbeleid (STAP) en verschillende beleidsmedewerkers, omdat zij niet goed wisten wat ze met de onderzoeksresultaten aan moesten en hoe ze dat moesten interpreteren. We waren het er allemaal over eens dat we voorzichtig moesten zijn met wat met name beleidsmedewerkers naar buiten wilden brengen. We weten namelijk nog zoveel niet over het brein: hoe de hersenen zich ontwikkelen en wat externe invloeden op het brein in de adolescentie zijn. We hebben samen besproken hoe we die voorzichtige boodschappen goed kunnen uitleggen aan jongeren, ouders en leraren.

Welke ambitie heb je nog?

Ik streef ernaar om te onderzoeken of alcohol op een gegeven moment wel een rol gaat spelen op het cognitief functioneren. Ik wil begrijpen wat alcohol doet met het brein en wanneer alcoholgebruik schadelijk is. Wat dat betreft hoop ik heel erg dat er nieuwe (neuropsychologische) metingen, op latere leeftijd, zullen worden gedaan in TRAILS. Hoe meer data je verzamelt hoe waardevoller het cohort wordt!

RENE VEENSTRA

INTERVIEW

René Veenstra is professor in de gedragswetenschappen en onlangs genomineerd voor een prestigieuze onderzoeks-prijs. Hij heeft inmiddels landelijke bekendheid verworven met zijn wetenschappelijke onderzoek KiVa, een programma om het pesten op basisscholen terug te dringen, maar zijn roots liggen bij TRAILS. In 2000 is René begonnen als promovendus en momenteel is hij lid van het Management Team.

Wat is je functie bij TRAILS en hoe ben je daar terecht gekomen?

Ik ben in 1999 gepromoveerd als socioloog en was op zoek naar een nieuwe baan, toen ik de vacature bij TRAILS voorbij zag komen. Hoewel ik meerdere mogelijkheden had, heb ik voor TRAILS gekozen vanwege het langdurige karakter. Ik dacht dat als TRAILS een succes zou worden, dat wel eens het begin kon zijn van een voorspoedige carrière en zo is het ook gegaan. Vanwege mijn achtergrond was het mijn taak om vragen te onderzoeken die betrekking hadden op de rol van vrienden en leeftijdsgenoten van de deelnemers. We hebben daarbij gekeken naar zowel negatieve (wie pesten elkaar?) als positieve (wie helpen elkaar?) relaties. Daarnaast ben ik 5 jaar datamanager geweest en heb ik veel praktisch werk verricht, zoals het bezoeken van scholen voor het verzamelen van onderzoeksgegevens. Daarna werd ik universitair docent bij Sociologie, waar ik later doorgroeide ben tot hoogleraar.

Als socioloog richt ik me op groepsprocessen bij jongeren. Veel van mijn onderzoek gaat over het begrijpen en tegengaan van pesten. De eerste publicaties over pesten waren gebaseerd op de onderzoeksuitkomsten van TRAILS. Omdat de TRAILS-deelnemers inmiddels al te oud waren om zelf wat aan de onderzoeksuitkomsten op dit gebied te kunnen hebben, heb ik een nieuwe studie opgezet, KiVa geheten. Binnen KiVa wordt niet alleen het slachtoffer of de pester, maar de hele klas betrokken bij het tegengaan van pesten. Inmiddels doen 200 basisscholen en zo'n 20.000 leerlingen mee aan KiVa. We hebben aan kunnen tonen dat KiVa bijdraagt aan het terugdringen van pesten, maar er blijft ook op KiVa-scholen toch een groep kinderen over die nog steeds aangeeft gepest te worden. Hier wil ik me de komende jaren op richten.

Wat doet het TRAILS Management Team precies waar je deel van uitmaakt?

Hier worden de grote lijnen binnen TRAILS uitgezet en worden zaken besproken als wat er nodig is om bepaalde subsidies binnen te halen en hoe we de deelname kunnen verhogen. Daarnaast beoordelen we publicatievoorstellen.

Hoe is TRAILS ontstaan? Uit welke motieven is TRAILS opgezet?

Hier was ik zelf niet bij betrokken, maar Hans Ormel, socioloog en epidemioloog, en Frank Verhulst, kinder- en jeugdpsychiater, wel. Zij zijn de voormalige hoofd-onderzoekers van TRAILS. Hans en Frank vroegen zich af waarom er altijd een categorie mensen is met wie het minder goed gaat dan met de meeste andere mensen. De oorzaken hiervoor leken heel vaak in de kindertijd te liggen. Daarom is het plan ontwikkeld om een grote studie op te zetten, waarbij kinderen vanaf hun 11e jaar tot aan de volwassenheid gevolgd zouden gaan worden.



Hoe wordt TRAILS gefinancierd?

Het gros van het subsidiegeld komt van NWO, de Nederlandse Organisatie voor Wetenschappelijk Onderzoek. Het begon met een subsidie aan Ormel en Verhulst. Het geld was bedoeld om twee metingen uit te kunnen voeren, maar na één meting was het geld al bijna op. Dat kwam door de zeer uitgebreide eerste meting van TRAILS, waarbij niet alleen de deelnemers, maar ook ouders en leerkrachten als informant gebruikt werden. Daarnaast werden de deelnemers ook onderworpen aan allerlei computertaakjes en fysieke metingen (hartslag en bloeddruk). Daarna moest er dus voor elke meting opnieuw subsidie aangevraagd worden.

Hoe gaat het aanvragen van subsidie in zijn werk?

Dat verschilt nogal. Zo had NWO een speciaal programma opgezet voor langdurig onderzoek. Als een studie door de selectie heen kwam was het verzekerd van subsidie, mits buitenlandse beoordelaars het uiteindelijke plan goed genoeg vonden. TRAILS heeft zich in de afgelopen jaren twee keer aangemeld voor dit programma en ook twee keer de subsidie gekregen, dus dat is geweldig! In de periode daarvoor hebben we onder andere een grote subsidie gehad uit het zg. Geestkrachtprogramma van NWO, dat zich speciaal op onderzoek naar de ontwikkeling van de psychische gezondheid richtte. Verder heeft TRAILS ook een aantal keren geld gekregen uit zogenaamde Investeringsprogramma's. Die programma's zijn normaal gesproken bedoeld voor investeringen in apparatuur zoals scanners voor fMRI-onderzoek of telescopen, maar het verder opbouwen van het TRAILS-bestand door de afname van vragenlijsten, interviews en andere zaken, zoals bijvoorbeeld DNA, kwam er gelukkig ook voor in aanmerking. Het is altijd onzeker of het binnenhalen van een subsidie lukt. Het is in elk geval van belang om uiteen te zetten waarom TRAILS ooit is opgezet, de goede kwaliteit van de verkregen onderzoeksgegevens te benoemen en aan te geven wat de volgende logische stappen zijn in de studie, bijvoorbeeld het betrekken van de partners van de deelnemers bij TRAILS en, recentelijk, het volgen van kinderen. We hopen ook voor deze groep op meer subsidie, zodat we deze baby's tot minimaal aan hun puberteit kunnen volgen. Daarnaast is ook het in kaart brengen van de toetreding tot de arbeidsmarkt van onze deelnemers een logische stap. Ik ben dan ook blij dat we een subsidie hebben gekregen voor het uitvoeren van een zesde meting, die begin 2016 van start gaat.

Waarom is TRAILS zo belangrijk en wat maakt het onderzoek uniek?

Bij TRAILS hebben we in de afgelopen 15(!) jaar van verschillende informanten (ouders, broers/zussen, leerkrachten, partners) informatie gekregen over de deelnemers. Het responscijfer is nog steeds heel hoog. Het mooie is ook dat er veel gepubliceerd wordt met onderzoeksgegevens uit TRAILS en dat die publicaties veel door andere onderzoekers worden aangehaald, inmiddels al meer dan 7000 keer en dat aantal neemt snel toe. TRAILS is wat dat betreft echt een goudmijn!

Welk deuntje blijft in je hoofd hangen? 'Ik ben dol op muziek. Ik koop platen, op vinyl en ga graag naar concerten. Soms in de Oosterpoort (recent was ik bij de Alabama Shakes) en veel vaker in Vera. Wat nu in mijn hoofd zit is Firecracker van Frazey Ford'. I was a sailor, I was a sailboat, I was a firecracker explodin, Hallelujah, the sparks flew up to heaven. (René Veenstra, professor)



Catharina Hartman, hoofdonderzoeker van zowel TRAILS-CC als TRAILS-Next en sinds 2009 lid van het Management Team (MT) van TRAILS, is geïnterviewd door deelnemster Sanne. Sanne vroeg Catharina o.a. naar de achterliggende gedachten van TRAILS-CC en TRAILS-Next en naar de toekomst van TRAILS. Ook kwamen de leuke en minder leuke aspecten van haar werk aan bod.

SANNE VS CATHARINA

Wanneer is TRAILS-CC begonnen en waarom?

Het TRAILS-CC cohort is een paar jaar na het grote TRAILS cohort opgestart, omdat we bij TRAILS geïnteresseerd zijn in psychiatrische problemen en deze tijdens de eerste meting in het grote cohort tamelijk weinig voor bleken te komen. De TRAILS-CC deelnemers zijn via de polikliniek van Accare bij ons terechtgekomen en hadden daarom een grotere kans op allerlei problemen. Ik ben zelf vooral geïnteresseerd in de veranderingen bij de deelnemers op lange termijn. Deelnemers die op hun 10e 'iets' hadden, hebben nu mogelijk niets, maar ook andersom. De CC-deelnemers hebben waarschijnlijk een moeilijkere start gehad dan de andere deelnemers, maar met heel veel van hen gaat het nu hartstikke goed en dat is super.

Wanneer is TRAILS-Next begonnen en waarom?

TRAILS-Next is in 2015 begonnen en we hopen dat er de komende 10 jaar zoveel mogelijk (toekomstige) ouders aan mee zullen doen. Of het goed gaat met kinderen hangt vaak af van hoe ze opgroeien, dus van de omgeving en van de eigenschappen van ouders. Ook erfelijkheid speelt hierbij een rol. Dat is een van de redenen dat we in TRAILS de ouders van deelnemers ook vragenlijsten over zichzelf in hebben laten vullen. Nu onze deelnemers zelf kinderen beginnen te krijgen, is er een unieke kans om te onderzoeken hoe de kenmerken van TRAILS-deelnemers samenhangen met de ontwikkeling van hun kinderen en met de manier waarop ouder en kind met elkaar omgaan. Tijdens de zwangerschap en de eerste drie maanden na de geboorte van het kind beantwoorden de (toekomstige) ouders wekelijks acht korte vragen. Deze vragen zijn steeds hetzelfde. Dat kan misschien wat eentonig worden, maar is nodig omdat we willen weten hoe dingen zich ontwikkelen tijdens deze periode. Aan het eind hebben we unieke gegevens over hoe het iedereen verging tijdens de zwangerschap en de eerste weken na de geboorte.

Zit alles in TRAILS wat er in moet zitten om goed onderzoek te doen?

Alles wat we willen doen, kost tijd van de deelnemers en geld. TRAILS werkt met een heel goed team, dat heel efficiënt en goedkoop werkt, en we vragen elke keer weer best veel van de deelnemers. Meer dan we nu al doen, kunnen we niet. Maar als ik terugkijkend toch bedenk wat ik graag had gedaan maar financieel of praktisch niet haalbaar was, dan is dat vooral een interview op 11-jarige leeftijd bij deelnemers van TRAILS-CC om na te gaan of ze leden aan autisme of problemen die daarmee te maken hebben. Ook had ik enorm graag hersenscans gemaakt van de TRAILS deelnemers toen ze 11 jaar waren, om te kunnen onderzoeken of verschillen tussen kinderen in de structuur of het functioneren van de hersenen voorspellend zijn voor de latere ontwikkeling. Maar van dat laatste is nooit sprake geweest, vanwege de belasting van de deelnemers en de enorme kosten. Ik krijg soms de vraag of we in kaart hebben gebracht wat TRAILS-deelnemers hebben gegeten over de jaren heen. Dat hebben we niet of nauwelijks gedaan, omdat het heel veel tijd kost om dat goed te doen en de onderzoekers van TRAILS meer geïnteresseerd waren in andere thema's, zoals de emotionele en sociale ontwikkeling van jongeren. Voeding pastte er niet goed meer bij. Alles bij elkaar ben ik heel blij met wat we wel meten in TRAILS. Als ik kijk naar de huidige metingen die we nu doen, dan zit alles erin wat belangrijk is voor de jongvolwassenheid.

Hoe ziet TRAILS er over tien jaar uit?

Hoe langer dit onderzoek loopt, hoe beter. Ik hoop dat iedereen over 10 jaar nog meedoet en dat we dan nog steeds subsidies kunnen krijgen om metingen te verrichten. Daarmee wordt TRAILS steeds waardevoller. De jeugdhulpverlening houdt normaal gesproken op bij 18 jaar, dan moet je over naar de volwassenen. Deze breuk in de hulpverlening zie je ook vaak bij onderzoek terug; de meeste studies richten zich óf op kinderen, óf op volwassenen. Voor TRAILS geldt dat niet, onze metingen lopen vanaf de kindertijd door tot in de jonge volwassenheid. Dat maakt TRAILS wereldwijd uniek. Misschien blijkt bijvoorbeeld wel dat bepaalde problemen in de kindertijd later helemaal geen rol meer spelen. Zijn er bijvoorbeeld over 10 jaar nog steeds verschillen tussen de groepen deelnemers van beide TRAILS-cohorten? Dat is nog maar de vraag.

Wat vind je leuk en niet leuk aan je werk? Wat zijn je ambities?

Het leukste vind ik om met onderzoekers en medewerkers de opzet van een onderzoek uit te denken. Administratieve taken vind ik niet leuk. Het moeilijkste voor mij is om niet op teveel dingen 'ja' te zeggen, zodat ik wat meer tijd voor mijn gezin overhoud. Mijn ambities zijn om zoveel mogelijk goed onderzoek te doen en daar goede artikelen over te publiceren. Hoe komt het dat sommigen met een moeilijke start toch hun leven goed vorm weten te geven en anderen niet? Hoe komt het dat sommige mensen die het in hun jeugd heel makkelijk hadden, later toch in de problemen raken? Deze vragen wil ik enorm graag beantwoord zien. Longitudinaal onderzoek zoals TRAILS is daarvoor ideaal!

Wat wil je de deelnemers meegeven?

Ik zou alle deelnemers willen vragen om vooral mee te blijven doen aan TRAILS, dat is echt enorm waardevol voor ons. Zie het als een soort vrijwilligerswerk, het is een kleine moeite want er zijn echt wel vervelender taken te verzinnen, en voor het wetenschappelijk onderzoek is het van onschatbare waarde.

GLOBAL

trails



TRAILS GLOBAL

Waar hangen onze deelnemers uit?

Deelneemster Melissa emigreerde in 2014 samen met haar man en zoontje voor hun werk naar Curaçao. Op het grootste eiland van de Nederlandse Antillen werd hun tweede zoontje geboren en genieten ze met hun viertjes volop van het leven.

Hoe ben je op Curaçao terecht gekomen?

Mijn man en ik werken allebei bij de Koninklijke Marine en we kregen de mogelijkheid aangeboden om minstens twee jaar te gaan werken op Curaçao. Mijn man werkt als technicus en zelf werk ik binnen de afdeling Logistieke Dienst Verzorging. In mijn functie ben ik verantwoordelijk voor het verzorgen van de innerlijke mens, oftewel koken, bedienen en het in ontvangst nemen van goederen.

Hoe bevalt het leven op Curaçao?

Het eiland heeft een heerlijk warm en zonnig klimaat met een gemiddelde temperatuur van ruim 31 graden en een aangenaam windje. Curaçao kent andere seizoenen dan in Nederland, namelijk het regenseizoen (einde van het jaar), het windseizoen (begin van het jaar tot halverwege het jaar) en de zomer waarin het heel heet kan worden. Jullie vragen je misschien af of Curaçao echt de witte stranden en blauwe zee kent zoals in de vakantiefolders te zien is. Ja, dit eiland heeft supermooie stranden waar je lekker kunt vertoeven onder een palapa met een heerlijke cocktail, om daarna verkoeling te zoeken in het mooie blauwe zeewater. Het fijne van dit eiland is ook dat we hier makkelijk kunnen communiceren met andere mensen. Voor de oorspronkelijke inwoners van Curaçao is Papiamentu de moedertaal, maar er wordt gelukkig ook veel Nederlands gesproken.

En hoe is het leven daar voor jullie kinderen?

Voor onze kinderen is dit echt een paradijs: ze kunnen heerlijk buiten spelen met mooi weer en natuurlijk veel zwemmen in de zee. Ons oudste zoontje van 3,5 jaar kan daardoor al heel goed snorkelen. Onze jongste zoontje, een baby van bijna 5 maanden, ligt voortdurend in zijn rompertje buiten op onze veranda. Als mijn man en ik beiden aan het werk zijn gaan de jongens naar de kinderopvang, waar onze oudste zoon vriendjes heeft om mee te spelen. Als de oudste straks vier jaar wordt gaat hij naar een privéschool, omdat dit beter aansluit bij het Nederlandse onderwijs. Gelukkig worden de kosten vergoed door onze werkgever.

Mis je Nederland?

Vooral onze families en vrienden in Nederland mis ik, ondanks dat we hier ook een leuke vriendenkring hebben opgebouwd waar we regelmatig mee afspreken. Gelukkig houden we veel contact met hen door te skypen. Ook hebben onze ouders, vrienden en familie ons een keer opgezocht op Curaçao. Wat ik soms ook mis aan Nederland is de kou, de heerlijk frisse wind en de mogelijkheid om zomaar even naar de bossen toe te gaan of om even lekker te gaan shoppen. Dat kun je hier niet echt en bovendien is shoppen duurder dan in Nederland, omdat alles wordt geïmporteerd.

Hoe ziet je toekomst eruit?

Ons werkavontuur op Curaçao zit er in juli 2016 op; dan gaan we weer terug naar Nederland voor een nieuw avontuur. We zouden graag een huis willen kopen, maar eigenlijk ligt alles nog open en tot die tijd willen we nog lekker genieten van dit mooie eiland en het klimaat.

Sociologe Karin Veldman is promovendus bij TRAILS, vanuit de afdeling Gezondheidswetenschappen van het UMCG. In haar promotietraject, dat bijna ten einde is, deed zij onderzoek naar de overgang van school naar werk, met als focus de mentale gezondheid. We vroegen Karin naar haar ervaringen als promovendus en haar onderzoek.

Hoe ben je aan deze promotieplek gekomen?

Tijdens mijn studie Sociologie heb ik stage gelopen bij TRAILS. Ik kende TRAILS dus al en vond het een heel mooi onderzoek. Toen ik bijna klaar was met mijn studie, zag ik de vacature voor promovendus met als onderwerp 'Overgang van school naar werk: wat is de rol van mentale gezondheid?' Na een pittige sollicitatieprocedure ben ik uit 30 sollicitanten gekozen, tot mijn grote verrassing en vreugde.

Wat zijn leuke en minder leuke kanten aan promoveren?

Wat echt leuk is, is dat je je helemaal kunt focussen op het onderwerp. Binnen het onderwerp heb ik veel vrijheid gehad, wel binnen bepaalde kaders natuurlijk. De gegevens van TRAILS zijn uniek en bieden eindeloos veel mogelijkheden. Daarnaast ben ik twee maanden in Denemarken geweest voor het doen van onderzoek, wat echt een geweldige kans en ervaring was. Minder leuk is dat het werk nooit af is. Er is altijd wat te doen, ook 's avonds en in het weekend, zelfs tijdens mijn zwangerschapsverlof. Het is geen baan van 9 tot 5. Het onderwerp moet wel echt je hart hebben om er zoveel tijd in te stoppen, maar dat is met dit onderwerp voor mij gelukkig zo. Ik vind het echt heel erg leuk!

Wat is de stand van zaken met betrekking tot jouw proefschrift?

Een proefschrift bestaat uit 4 of 5 artikelen met een algemene inleiding en discussie zodat het een mooi geheel wordt. Inmiddels zijn drie van mijn artikelen gepubliceerd in wetenschappelijke tijdschriften en ben ik nog bezig met mijn vijfde artikel. Het is mij niet gelukt om mijn proefschrift in de daarvoor bedoelde tijd af te krijgen, dus ik moet hem nu afmaken in mijn vrije tijd (naast een baan van 4 dagen per week). Ik hoop dat ik begin 2016 alles zo ver klaar heb dat het naar de leescommissie kan. Dat is een commissie die beoordeelt of het proefschrift goed genoeg is om op te mogen promoveren. Daarna kan er een datum geprikt worden voor de promotie.

Wat heb je onderzocht middels dit proefschrift?

Ik heb onderzocht welke invloed emotionele problemen (zoals angst- en depressieve klachten) en gedragsproblemen (zoals delinquent of agressief gedrag) hebben op schoolprestaties en kansen op de arbeidsmarkt. Het lijkt voor de hand te liggen dat mensen met bijvoorbeeld angstklachten het minder goed op school en het daardoor ook op de arbeidsmarkt doen, maar is dat daadwerkelijk zo? Ook heb ik onderzocht welke invloed belangrijke meegemaakte gebeurtenissen hebben op schoolprestaties.

Wat waren de meest opvallende resultaten?

De verwachting was dat meisjes met emotionele problemen het minder goed zouden doen op school dan meisjes zonder problemen en dat blijkt ook uit ons onderzoek. Voor jongens met emotionele problemen werd dit niet gevonden, maar dat hadden we ook niet verwacht. Jongeren met gedragsproblemen deden het vaak minder goed op school. Met betrekking tot werk lagen deze zaken iets anders: het bleek dat zowel meiden als jongens met emotionele problemen het minder goed doen op de arbeidsmarkt dan jongeren, terwijl jongeren met gedragsproblemen het even goed doen op de arbeidsmarkt als jongeren zonder gedragsproblemen; ze werken bijvoorbeeld evenveel uren en zijn net zo tevreden over hun baan. Kennelijk laten de negatieve gevolgen van gedragsproblemen zich al eerder zien, bijvoorbeeld op school.

Zijn er onderzoeksuitkomsten die je niet verwacht had?

Opvallend is dat we hebben gevonden dat negatieve gebeurtenissen (overlijden, echtscheiding, pesten, etc.) alleen bij jongens invloed hebben op hun schoolprestaties. Het lijkt er dus op dat jongens meer moeite hebben om te gaan met negatieve gebeurtenissen dan meisjes. Mogelijk heeft dat te maken met hoe jongens omgaan met emoties; ze praten en huilen minder vaak dan meisjes.

Hoe denk je de vertaalslag van je onderzoeksuitkomsten naar de praktijk te gaan maken?

Dat is een lastige kwestie. De artikelen worden in Engelstalige wetenschappelijke tijdschriften gepubliceerd en het is de vraag of degenen voor wie ze bedoeld zijn (ouders, leerkrachten, werkgevers, beleidsmakers) de inhoud oppikken. Toch blijkt uit mijn resultaten een heel belangrijke boodschap, want schooluitkomsten hebben invloed op de rest van iemands leven. Hoe beter de schooluitkomsten, hoe meer kans op een betere baan, een beter huis en beter voedsel. Ik wil proberen om deze boodschap ook in Nederlandstalige vaktijdschriften gepubliceerd te krijgen. Het probleem is vaak tijdgebrek, maar ik voel het wel als mijn verantwoordelijkheid om de boodschap bij de juiste mensen te krijgen.

Heb je ideeën voor vervolgonderzoek?

In elk geval absoluut doorgaan met TRAILS! Het zou fantastisch zijn als TRAILS-deelnemers nog veel langer gevolgd worden, zodat de gehele toetreding tot de arbeidsmarkt in kaart kan worden gebracht, inclusief zaken als werkloosheid, de duur van de werkloosheid en hoe iemand dan uiteindelijk weer aan een nieuwe baan komt.

KARIN VELDMAN INTERVIEW

HOE
JONGENS
OMGAAN
MET
EMOTIES



Waar krijg je een ochtendhumeur van? 'Ik krijg een ochtendhumeur van geluiden in de ochtend, zoals (luid)pratende mensen, bladblazers, de buurman die hout zaagt of stenen stapelt, een snurkende bedgenoot, tv-geluiden (met name tekenfilms) en een collega die ontbijt met chips'. (Karin Veldman, onderzoeker)

Wat staat er op je bucketlist? 'Ik wil wel een kindje!' (Bertus Jeronimus, onderzoeker) 'Iets (goed) doen wat je moeilijk vindt om te doen'. (Elise Bennik, onderzoeker) 'Waar word jij echt gelukkig van?' (Sanne Booij, onderzoeker)

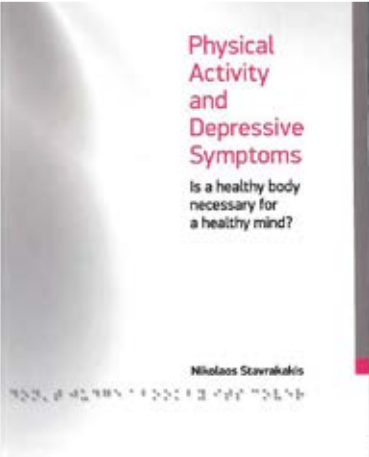
RESULTATEN IN PROEFSCHRIFTEN

Sinds de start van het onderzoek zijn al 35 onderzoekers gepromoveerd op resultaten uit TRAILS. Promovendi zijn mensen die na het afstuderen aan een universiteit een promotietraject ingaan om een doctorstitel te halen. Enkele onderzoekers die onlangs promoveerden zijn Nikolaos Stavrakakis, Bertus Jeronimus, Elise Bennik, Sanne Booij en Lisette van der Knaap. Hieronder vind je een korte beschrijving van hun proefschriften.

Nikolaos Stavrakakis

Faculteit Medische Wetenschappen RuG / UMCg
Titel proefschrift: *The associations between physical activity and depression in adolescents*

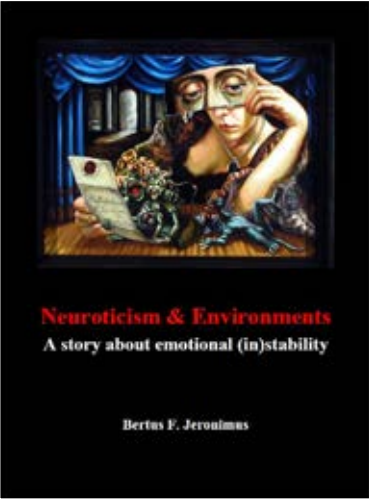
Dit proefschrift beschrijft de relatie tussen lichamelijke activiteit en depressieve symptomen bij jongeren en volwassenen. Uit het onderzoek blijkt dat voldoende lichaamsbeweging geen garantie geeft dat jongeren geen depressie ontwikkelen. Ook blijkt niet iedereen een betere stemming te krijgen van voldoende lichaamsbeweging, ongeacht of men depressieve klachten heeft of niet. Wel kan aan een depressieve periode een periode van minder lichamelijke activiteit voorafgaan en worden jongeren met depressieve symptomen vaak lichamelijk minder actief.



Bertus Jeronimus

Faculteit Medische Wetenschappen RuG / UMCg
Titel proefschrift: *Environmental influences on neuroticism: a story about emotional (in)stability*

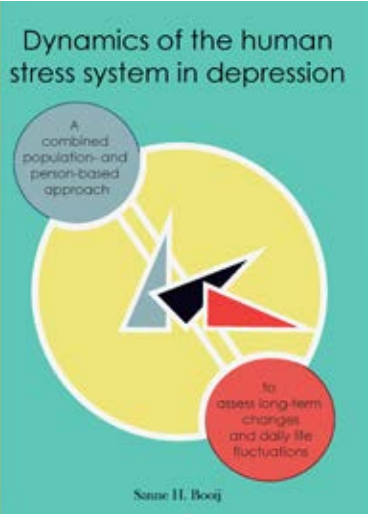
Bertus Jeronimus vond in zijn onderzoek dat onvoorspelbare, oncontroleerbare, onverwachte en ongewenste stressvolle gebeurtenissen kunnen leiden tot een langdurige verandering van iemands persoonlijkheid. Zo neemt de mate van neuroticisme, een persoonlijkheidstrekk die samenhangt met emotionele instabiliteit, toe. Andersom blijken positieve levensveranderingen tot een afname van neuroticisme kunnen leiden. Deze uitkomsten laten zien dat het neuroticisme-niveau van mensen veel veranderlijker is dan lang werd gedacht. Tot slot valt in dit proefschrift te lezen dat een hoog niveau van neuroticisme een belangrijke voorspeller is voor de ontwikkeling van veelvoorkomende psychische problemen, zoals depressie en angst.



Elise Bennik

Faculteit Medische Wetenschappen RuG / UMCg
Titel proefschrift: *Every dark cloud has a colored lining: The relation between positive and negative affect and reactivity to positive and negative events*

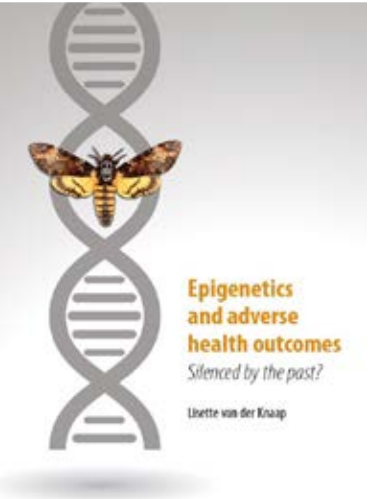
Het proefschrift van Elise Bennik richt zich op de vraag of jongeren met depressieve symptomen en jongeren die stressgevoelig zijn meer of minder positieve en negatieve gebeurtenissen meemaken en daar anders op reageren dan jongeren zonder deze symptomen of eigenschappen. Daarnaast onderzocht Elise in hoeverre positieve en negatieve emoties aan elkaar gerelateerd zijn. Ze vond onder andere dat jongeren die meer positieve dan negatieve ingrijpende gebeurtenissen meemaakten, minder last leken te hebben van depressieve symptomen dan jongeren bij wie die verhouding andersom was. Daarnaast kwam uit haar studies dat stressgevoelige jongeren weliswaar minder positieve gebeurtenissen rapporteren in hun dagelijks leven, maar niet per se minder goed reageren op die positieve gebeurtenissen.



Sanne Booij

Faculteit Medische Wetenschappen RuG / UMCg
Titel proefschrift: *Dynamics of the human stress system in depression: A combined population- and person-based approach to assess long-term changes and daily life fluctuations*

In dit proefschrift wordt nagegaan of depressieve symptomen samenhangen met de hoeveelheid cortisol, een stresshormoon, die jongeren afscheiden in stressvolle situaties. De relatie tussen depressie en cortisol bleek ingewikkeld: jongeren die korte tijd leden aan depressieve klachten bleken meer cortisol af te scheiden, maar jongeren die al langere tijd klachten hadden juist minder. Daarnaast onderzocht Sanne of regelmatig sporten samengaat met een verlaagde lichamelijke reactie op stress en minder ontstekingswaarden in het bloed; en of die veranderingen op hun beurt tot een stemmingsverbetering kunnen leiden. Uit de onderzoeksresultaten bleek dat dit inderdaad (enigszins) het geval was voor hartslagveranderingen bij stress, maar niet voor cortisol- of ontstekingswaarden.



Lisette van der Knaap

Kinder- en Jeugdpsychiatrie / Psychologie, Erasmus MC
Titel proefschrift: *Translating epigenetic research animals to humans: Epigenetic regulation of the glucocorticoid receptor*

Dit proefschrift gaat over de manier waarop het meemaken van negatieve levenservaringen later kan leiden tot psychische problemen. Het mechanisme hierachter was lange tijd onbekend, maar het antwoord ligt mogelijk in de zogenaamde epigenetica. Epigenetische veranderingen zijn aanpassingen van het DNA als reactie op omgevingssignalen. Daardoor gaan de genen anders werken en dat kan leiden tot gezondheidsproblemen. In TRAILS is onderzocht of epigenetische aanpassingen de relatie tussen stress en latere psychische problemen kunnen verklaren. Het ervaren van stress bleek samen te hangen met meer epigenetische aanpassingen en meer epigenetische aanpassingen bleken op hun beurt gerelateerd te zijn aan meer psychische problemen. Hieruit volgt dat epigenetica de relatie tussen stressvolle ervaringen en psychische problemen inderdaad deels kan verklaren.

HET ONDERZOEK VAN TRAILS WORDT GESUBSIDIEERD DOOR:

Nederlandse organisatie voor Wetenschappelijk Onderzoek (NWO) | www.nwo.nl

- ZonMw
- Gebied Maatschappij- en Gedragswetenschappen

Ministerie van Justitie | www.rijksoverheid.nl/ministeries/venj

European Science Foundation | www.esf.org

Biobanking and Biomolecular Resources Research Infrastructure BBMRI-NL | www.bbMRI.eu

DAARNAAST WORDT TRAILS ONDERSTEUND DOOR:

Universitair Medisch Centrum Groningen | www.umcg.nl; Rijksuniversiteit Groningen | www.rug.nl;
Erasmus MC Universitair Medisch Centrum Rotterdam | www.erasmusmc.nl;
Universitair Medisch Centrum Radboud | www.umcn.nl; Universiteit Utrecht | www.uu.nl;
Parnassia Bavo Groep | www.parnassiabavogroep.nl

ThankX



Welke vakantiegebeurtenis zal je nooit vergeten? Het leven in een klein dorpje tussen de locals in Thailand was onvergetelijk. Ook onvergetelijk was de tijd in een HIV/AIDS tempel: het fijne contact met de mensen die daar woonden (vanwege hun ziekte), de nieuwsgierige monniken die gretig waren om Engels te leren, de dagelijkse klusjes (onkruid wieden, puin ruimen, bladeren vegen) en de gong die om 4 uur 's ochtends ging... (Sanne Booij, onderzoeker)

trails