

Een gerandomiseerde, gecontroleerde studie naar de effecten van een zelfhulp interventie gebaseerd op Acceptance and Commitment Therapy voor volwassenen met lichte tot matige psychische klachten

Gepubliceerd: 04-09-2009 Laatste bijgewerkt: 04-05-2024

Het doel van dit onderzoek is om een gerandomiseerd gecontroleerd effect onderzoek te verrichten naar de zelfhulpcursus 'Voluit leven' voor volwassenen met lichte tot matige psychische klachten. De onderzoeksvraag is als volgt: Wat zijn de...

Ethische beoordeling	Goedgekeurd WMO
Status	Werving nog niet gestart
Type aandoening	Stemmingsstoornissen en -afwijkingen NEG
Onderzoekstype	Interventie onderzoek

Samenvatting

ID

NL-OMON33448

Bron

ToetsingOnline

Verkorte titel

Acceptance and Commitment Therapy als een zelfhulp interventie

Aandoening

- Stemmingsstoornissen en -afwijkingen NEG

Synoniemen aandoening

depressie, somberheid

Betreft onderzoek met

Mensen

Ondersteuning

Primaire sponsor: Universiteit Twente

Overige ondersteuning: Fonds Psychische Gezondheid

Onderzoeksproduct en/of interventie

Trefwoord: Acceptatie, Mindfulness, Preventie van psychische stoornissen, Zelfhulp interventie

Uitkomstmaten

Primaire uitkomstmaten

Primair: vermindering van psychische klachten (depressieve klachten, angstklachten).

Secundaire uitkomstmaten

Secundair: verbetering van geestelijke gezondheid.

Toelichting onderzoek

Achtergrond van het onderzoek

Depressie en angststoornissen zijn veel voorkomende gezondheidsproblemen onder volwassenen in Nederland. Deze stoornissen hebben een grote negatieve invloed op het functioneren en de kwaliteit van leven van de patiënt. Bovendien leiden dergelijke stoornissen jaarlijks tot enorme zorgkosten. Naast behandeling is er toenemende mate evidentie voor preventie als kosteneffectief alternatief om de incidentie van psychische stoornissen te verminderen.

Door de Universiteit Twente is daarom de preventieve groeps cursus "Voluit leven" ontwikkeld, gebaseerd op Acceptance and Commitment Therapy, voor volwassenen met lichte tot matige psychische klachten. De groeps cursus "Voluit leven" is in 2008 in een gerandomiseerde, gecontroleerde studie onderzocht bij 93 volwassenen met diverse sub-klinische klachten. Uit dit onderzoek blijkt dat de cursus in vergelijking met een wachtlijst controlegroep leidt tot afname van depressieve klachten, angstklachten, vermoeidheid en een toename van de psychologische flexibiliteit en geestelijke gezondheid. Deze cursus is nu door de Universiteit Twente omgezet naar een zelfhulp cursus in de vorm van een boek, die mensen thuis in hun eigen tijd kunnen doorwerken met ondersteuning door een

counselor.

Doel van het onderzoek

Het doel van dit onderzoek is om een gerandomiseerd gecontroleerd effect onderzoek te verrichten naar de zelfhulpcursus "Voluit leven" voor volwassenen met lichte tot matige psychische klachten.

De onderzoeksvraag is als volgt:

Wat zijn de effecten van de preventieve zelfhulpcursus "Voluit leven" gebaseerd op Acceptance and Commitment Therapy en mindfulness op psychische klachten, vermoeidheid, mindfulness, psychologische flexibiliteit en geestelijke gezondheid in vergelijking met een wachtlijstgroep?

Onderzoeksopzet

Gerandomiseerde, gecontroleerde studie met drie parallelle groepen, namelijk:

1. Een experimentele conditie: de zelfhulpcursus * Voluit leven* met proces ondersteuning door counselor door e-mailcontact.
2. Een experimentele conditie: de zelfhulpcursus * Voluit leven* met proces en inhoudelijke ondersteuning door counselor door e-mailcontact.
3. Een controle conditie: een wachtlijstgroep waarbij de deelnemers na 3 maanden alsnog het zelfhulpboek krijgen.

Onderzoeksproduct en/of interventie

ZELFHULPCURSUS met proces ondersteuning door counselor: De zelfhulpcursus >Voluit Leven> bestaat uit een boek dat de proefpersonen thuis krijgen gestuurd met 9 modules die in 9 weken kunnen worden doorlopen. De zelfhulpcursus wordt gegeven met proces ondersteuning door een counselor door middel van e-mailcontacten. ZELFHULPCURSUS met proces en inhoudelijke begeleiding door counselor: Deze conditie is hetzelfde als de conditie hierboven beschreven, alleen hebben de deelnemers naast de proces ondersteuning ook inhoudelijke ondersteuning door de counselor door e-mailcontact. WACHTLIJSTGROEP: De mensen die op de wachtlijst worden gezet, ontvangen het zelfhulp boek na 3 maanden (na afloop van de interventie).

Inschatting van belasting en risico

Proefpersonen dienen bereid te zijn om gedurende 9 weken wekelijks 2 à 4 uur met de zelfhulpcursus bezig te zijn. Verder worden de proefpersonen gevraagd om op vijf momenten vragenlijsten in te vullen, dat een belasting geeft van ongeveer 4 uur in totaal. Verder verwachten wij weinig risico's, omdat het gaat om een relatief gezonde populatie zonder ernstige psychopathologie.

Contactpersonen

Publiek

Universiteit Twente

Postbus 217
7500 AE, Enschede
NL

Wetenschappelijk

Universiteit Twente

Postbus 217
7500 AE, Enschede
NL

Locaties

Landen waar het onderzoek wordt uitgevoerd

Netherlands

Deelname eisen

Leeftijd

Volwassenen (18-64 jaar)
65 jaar en ouder

Belangrijkste voorwaarden om deel te mogen nemen (Inclusiecriteria)

Volwassenen van 18 jaar of ouder met lichte of matige psychische klachten

Belangrijkste redenen om niet deel te kunnen nemen (Exclusiecriteria)

1. De aanwezigheid van ernstige stemmings- of angstklachten volgens de M.I.N.I.

2. Kort geleden gestart met medicatietherapie.
3. Het ontvangen van een lopende psychologische behandeling.
4. Ontbreken van klachten (minder dan 10 op de CES-D, minder dan 3 op de HADS-A)
5. Niet voldoende tijd om de cursus goed te volgen.
6. Slechte beheersing van de Nederlandse taal (lees of leer moeilijkheden)
7. Geen emailadres hebben.

Onderzoeksopzet

Opzet

Type:	Interventie onderzoek
Onderzoeksmodel:	Anders
Toewijzing:	Gerandomiseerd
Blinding:	Enkelblind

Doel: Preventie

Deelname

Nederland	
Status:	Werving nog niet gestart
(Verwachte) startdatum:	01-09-2009
Aantal proefpersonen:	184
Type:	Verwachte startdatum

Ethische beoordeling

Goedgekeurd WMO	
Datum:	04-09-2009
Soort:	Eerste indiening
Toetsingscommissie:	METC Universitair Medisch Centrum Groningen (Groningen)

Registraties

Opgevolgd door onderstaande (mogelijk meer actuele) registratie

Geen registraties gevonden.

Andere (mogelijk minder actuele) registraties in dit register

Geen registraties gevonden.

In overige registers

Register	ID
CCMO	NL28042.097.09