

Stimuleren van positief affect en psychologische hulpbronnen tijdens een burn out behandeling

Gepubliceerd: 12-10-2011 Laatste bijgewerkt: 15-05-2024

De volgende doelen worden onderzocht: 1) Het gebruik van PsyMate feedback in (werkgerelateerde) situaties leidt tot een toename van PA, een daling in NA en een toename in het gebruik van effectievere strategieën op het werk. 2) Het geven van feedback...

Ethische beoordeling	Goedgekeurd WMO
Status	Werving gestart
Type aandoening	Aanpassingsstoornissen (incl. subtypes)
Onderzoekstype	Interventie onderzoek

Samenvatting

ID

NL-OMON35867

Bron

ToetsingOnline

Verkorte titel

PsyMate interventie bij burn out

Aandoening

- Aanpassingsstoornissen (incl. subtypes)

Synoniemen aandoening

overspannenheid, surmenage

Betreft onderzoek met

Mensen

Ondersteuning

Primaire sponsor: Universiteit Maastricht

Overige ondersteuning: Ministerie van OC&W

Onderzoeksproduct en/of interventie

Trefwoord: burn out, ESM, Positief Affect, PsyMate

Uitkomstmaten

Primaire uitkomstmaten

doel 1: pre- post interventie: veranderingen in PA, NA, en persoonlijke strategieën, gemeten met de PsyMate.

doel 2: pre - post interventie: veranderingen in burn out symptomatologie (gemeten met UBOS) en bevlogenheid (gemeten met UWES).

doel 3: Follow up: veranderingen in burn out symptomatologie (gemeten met UBOS) en bevlogenheid (gemeten met UWES vragenlijst).

Secundaire uitkomstmaten

doel 4: De economische evaluatie van de interventie beslaat een kosteneffectiviteit-analyse, uitgedrukt in klinische uitkomstmaten en kostenutiliteits-analyse, uitgedrukt in Quality Adjusted Life Years (QALY's), gebaseerd op de EuroQol utiliteit scores, gemeten met de TIC-P, PRODISQ en EQ-5D. This economic evaluation will involve a combination of a cost-effectiveness analysis (CEA) and a cost-utility analysis (CUA). In a CEA effects are presented in clinical outcomes (in our study increase of work engagement, decrease of burn out and relapse). The primary outcomes measure for the cost-utility analysis will be Quality Adjusted Life Years (QALYs), based on the EuroQol utility scores, which is measured with the TIC-P, PRODISQ and EQ-5D. Zorgconsumptie en zorgkosten worden vergeleken tussen de twee groepen

bij baseline en na 12 en 24 weken.

doel 5: Veranderingen in dagelijkse ervaringen en de relatie met toekomstige

burn out klachten wordt gemeten met de PsyMate.

doel 6: niet van toepassing

Toelichting onderzoek

Achtergrond van het onderzoek

Burn out klachten zijn het resultaat van organisatorische factoren en een disbalans tussen een gebrekkige coping, toenemende werkdruk en/of een gebrek aan persoonlijke ondersteuning op de werkvloer. Burn out is een bekend risico voor mensen die onder continue stress werken. De nadruk in de wetenschappelijke literatuur op het gebied van arbeid en gezondheid lag aanvankelijk op burn out, de onderliggende factoren en methoden om een hoog stressniveau te voorkomen of verminderen. Onder invloed van de positieve psychologie is er in toenemende mate aandacht voor het algehele welzijnsniveau van medewerkers. Verschillende modellen op het gebied van arbeid en gezondheid nemen inmiddels zowel negatieve (burn out) als positieve ('bevlogenheid') aspecten van welzijn mee. De potentiële positieve aspecten van werk op gezondheid worden daardoor meegenomen.

Burn out is niet als een psychiatrische stoornis opgenomen in een classificatiesysteem zoals DSM-IV. Burn out wordt echter gedefinieerd als een syndroom dat bestaat uit uitputting, distantie en competentie. Uit recent onderzoek komt echter in toenemende mate naar voor dat uitputting en cynisme gezien kunnen worden als de kernaspecten van burn out. Bevlogenheid wordt als term vaak gebruikt om een positieve, voldoening gevende (mentale) toestand aan te geven in een werkcontext. Bevlogenheid wordt gekenmerkt door energie, toewijding en absorptie. Bevlogenheid is niet zozeer een momentane en specifieke toestand waarin men kan verkeren. Het gaat eerder om een langdurige en in elke situatie aanwezige affectieve-motivationele toestand. Bevlogenheid hangt daarmee niet specifiek samen met een bepaalde situatie, persoon of gedrag.

Bevlogenheid kan gezien worden als een gelijkaardig construct als Positief Affect (PA). Recent onderzoek geeft aan dat meer dagelijkse positieve emoties

leiden tot een toename van bevoegenheid en minder burn out klachten. Vertaald in termen van emoties, betekent dit een toename van PA en een afname van Negatief Affect (NA). Anderzijds kunnen dagelijkse negatieve gebeurtenissen leiden tot meer NA en een vermindering in PA, wat een hoger risico inhoudt tot het ontwikkelen van burn out klachten.

Het meten van emoties en emotionele reacties dient plaats te vinden op het moment dat een individu in interactie is met zijn omgeving. Alleen dan is het mogelijk om ecologisch valide informatie te vergaren. De Experience Sampling Methode (ESM) is geschikt voor dit doel. Er hebben al verschillende studies naar depressie plaatsgevonden met behulp van ESM waaruit een goede validiteit en betrouwbaarheid is gebleken.

ESM bleek ook over voldoende validiteit en betrouwbaarheid te beschikken bij het meten van directe effecten van dagelijkse stressoren op stemming.

Recent is er de mogelijkheid om het dagelijkse interactiepatroon van patiënten met de omgeving gedurende langere perioden (4-6 weken) te meten met behulp van een soort palmtop, de PsyMate. Deze palmtop is geschikt voor het gebruik van ESM, maar de PsyMate is ook in staat om alle informatie over dagdagelijkse situaties, gedrag, gedachten en gevoelens elektronisch samen te vatten.

Hierdoor ontstaat de mogelijkheid om feedback te geven over patronen in emotionele reacties op dagdagelijkse en werksituaties. Het krijgen van feedback op concreet gedrag kan resulteren in emotionele en gedragsmatige aanpassingen, zoals we die kennen op het vlak van gedragstherapie. Het geven van feedback geeft therapeutische mogelijkheden voor de burn out patient en mensen met een risicoprofiel. Voor de patient, kan de feedback leiden tot een groter inzicht in zijn persoonlijk functioneren, een bewustwording van de progressie, meer controle over de instandhoudende en oorzakelijke factoren van de klachten. Maar de feedback helpt patiënten ook beter gebruik te maken van persoonlijke hulpbronnen. De therapeut is met behulp van de PsyMate beter in staat om zowel compliance als therapie-effect te monitoren. Daarnaast kan de PsyMate mogelijk ook de therapeutische werkzaamheid doordat de patient actiever in de behandeling betrokken wordt.

De meeste therapieën op individueel niveau bij burn out zijn gebaseerd op cognitieve en gedragsmatige principes zoals stress-management en cognitieve therapie. In de huidige studie creëren we twee groepen van proefpersonen in een randomized controlled trial. De controlegroep krijgt Cognitieve GedragsTherapie (CGT) en de experimentele groep ontvangt CGT en een additionele PsyMate interventie.

De experimentele groep ontvangt gedurende zes weken persoonlijke feedback gericht op (positief) affect en zowel dagdagelijkse als werkgerelateerde situaties. De feedback heeft tot doel inzicht te vergroten in de verschillende patronen in activiteiten en de daarbij behorende positieve (werk)ervaringen. Hierdoor zijn patiënten mogelijk beter in staat om meer effectieve persoonlijke strategieën te ontwikkelen om hun dagdagelijkse (werk)patronen zodanig aan te passen dat ze meer positieve emoties ervaren en de bevoegenheid toeneemt.

Doel van het onderzoek

De volgende doelen worden onderzocht:

- 1) Het gebruik van PsyMate feedback in (werkgerelateerde) situaties leidt tot een toename van PA, een daling in NA en een toename in het gebruik van effectievere strategieën op het werk.
- 2) Het geven van feedback op werkgerelateerde activiteiten, NA en PA (door middel van de PsyMate) gedurende een CGT behandeling heeft een additioneel effect in termen van een directe vermindering in burn out klachten (gemeten met behulp van de UBOS) en een toename van bevoegenheid (gemeten met behulp van de UWES).
- (3) Persoonlijke feedback over dagelijkse situaties (gemeten met de PsyMate) zorgt voor een lager niveau van burn out klachten en een verlaagde kans op terugval (gemeten met de UBOS) en een hoger niveau van bevoegenheid (gemeten met de UWES) bij follow-up.
- (4) Het gebruik van PsyMate feedback naast CGT is kosteneffectief. De kosteneffectiviteit is gemeten met de TIC-P, PRODISQ en de EQ-5D.
- (5) Veranderingen emotionele reactiepatronen zoals toenemende waarden van PA (zowel in de experimentele als in de controle conditie) voorspellen toekomstige uitkomstwaarden (in termen van recidief risico en symptomen).
- 6) Als onderdeel van een grote collectie van ESM data en genetische informatie, wordt nagegaan in hoeverre genetische verschillen zijn geassocieerd met prospectief gemeten emotionele reacties in interactie met de dagdagelijkse context.

Onderzoekopzet

Een gerandomiseerde gecontroleerde trial wordt opgezet met twee interventiegroepen:

- De experimentele groep (PsyMate interventie; n=30) krijgt een 5 dagen durende pre- en post- PsyMate assessment en 6 weken PsyMate interventie (3 dagen per week) met feedback naast CGT.
- De controle groep (n=30) ontvangt een 5 dagen durende pre- en post- PsyMate assessment. Verder wordt deze controlegroep onderverdeeld in een groep (n=15) die geen additionele interventie tijdens CGT ontvangt en een controlegroep (n=15) die gedurende de CGT zes weken de psymate invult maar geen feedback ontvangt.

Onderzoeksproduct en/of interventie

De PsyMate interventie bevat feedback over activiteiten die leiden tot een toename van PA en bevlogenheid. De eerste twee sessies focussen op het verhogen van PA en het energieniveau door feedback te geven op activiteiten, slaappatroon, ontspanning, maar ook over de hoeveelheid van vermoeiende of stress-verhogende activiteiten. Feedback richt zich op de relatie tussen de inhoud van de activiteiten, positieve emoties en hun energieniveau. De nadruk ligt op activiteiten die leiden tot een toename in energie, positieve emoties en een vermindering in NA. De derde en vierde sessie richten zich op activiteiten waarbij mensen een succeservaring ervaren of waardering voelen voor wat ze doen. Successen verstevigen het geloof in zichzelf en de betrokkenheid bij het werk. Feedback richt zich op de mate van waardering die ze voelen in de huidige activiteit. Activiteiten waarbij men het gevoel heeft dat anderen hen appreciëren voor hun inspanning leiden tot positieve emoties. De patiënten ontvangen ook informatie over het thema van sessie 1-2. Sessie vijf en zes richten zich voornamelijk op positieve emoties in sociale interactie. Zich vriendelijk gedragen, goed nieuws en kleine successen delen met anderen, investeren in informeel sociaal contact met collega's en vrienden leidt tot positieve emoties, energie, zelfvertrouwen en betrokkenheid bij het werk. Feedback bestaat uit informatie over momentane emoties in relatie tot de verschillende sociale contacten en de wat de onderliggende intentie van het contact was. Ook wordt gekeken naar de progressie van het initiëren van contact in de loop van de tijd. De patiënten ontvangen echter ook informatie over de thema's uit sessie 1-4. De therapeut legt de informatie op een begrijpelijke wijze uit aan de patient zodat deze ook het verband kan leggen met de dagdagelijkse praktijk. Therapeut en patient kijken samen naar mogelijkheden om zijn dagelijkse routine aan te passen zodat hij meer positieve emoties kan ervaren.

Inschatting van belasting en risico

Er zijn met betrekking tot het onderzoek geen risico's voor de gezondheid.

Belasting:

De proefpersonen wordt gevraagd na een screeningsprocedure (ongeveer 3 uur) enkele vragenlijsten in te vullen en speeksel af te staan. Daarnaast doen alle proefpersonen mee aan twee PsyMate meetmomenten (pre en post gedurende telkens 5 dagen). Gedurende deze dagen moeten ze 10 keer per dag een korte vragenlijst op de PsyMate invullen (gemiddelde duur ongeveer 2 minuten per keer) over dagelijkse situaties en stemming. Deze meetmomenten vinden plaats in het dagelijks leven van betrokkene zodat de last van afname beperkt blijft. Voor de eerste PsyMate assessmentfase krijgen de patiënten specifieke instructies over de PsyMate en de procedure door de therapeut. Daarnaast krijgen de patiënten in de experimentele groep gedurende zes weken (telkens drie dagen per week en tien keer per dag, 2 minuten per keer) een korte vragenlijst over dagdagelijkse situaties en stemming. Gedurende deze fase hebben ze wekelijks contact met hun therapeut waarin ze de PsyMate feedback ontvangen.

Het invullen van de verschillende vragenlijsten (naast de PsyMate) op de verschillende momenten beslaat een tijdsinvestering van ongeveer 4 uur.

Contactpersonen

Publiek

Universiteit Maastricht

Vijverdalseweg 1
6226 NB Maastricht
NL

Wetenschappelijk

Universiteit Maastricht

Vijverdalseweg 1
6226 NB Maastricht
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)

(i) 18-65 jaar oud, (ii) voldoen aan de criteria van burn out met gebruikmaking van de UBOS vragenlijst, (iii) voldoende zicht en (iv) voldoende beheersing van het Nederlands.

Belangrijkste redenen om niet deel te kunnen nemen

(Exclusiecriteria)

aanwezigheid van een niet-affectieve psychose (vb. schizofrenie), schizoaffectieve stoornis (huidig) of een bipolaire stoornis.

Onderzoeksopzet

Opzet

Type:	Interventie onderzoek
Onderzoeksmodel:	Parallel
Toewijzing:	Gerandomiseerd
Blinding:	Open / niet geblindeerd
Controle:	Actieve controle groep
Doel:	Behandeling / therapie

Deelname

Nederland	
Status:	Werving gestart
(Verwachte) startdatum:	03-09-2012
Aantal proefpersonen:	60
Type:	Werkelijke startdatum

Ethische beoordeling

Goedgekeurd WMO	
Datum:	12-10-2011
Soort:	Eerste indiening
Toetsingscommissie:	METC academisch ziekenhuis Maastricht/Universiteit Maastricht, METC azM/UM (Maastricht)

Registraties

Opgevolgd door onderstaande (mogelijk meer actuele) registratie

Geen registraties gevonden.

Andere (mogelijk minder actuele) registraties in dit register

ID: 26760

Bron: Nationaal Trial Register

Titel:

In overige registers

Register	ID
CCMO	NL35703.068.11
OMON	NL-OMON26760