

# ONline medische hypnose oefeningen om de mentale gezondheid van langere school kinderen te verbeteren en toekomstige mentale problemen te voorkomen.

Gepubliceerd: 08-04-2025 Laatste bijgewerkt: 19-04-2025

De primaire doelstelling is om het effect te bestuderen van zes weken dagelijks luisteren naar de Breinbaas hypnose-opnames op het zelfbeeld in vergelijking met de controlegroep. Secundaire doelstellingen zijn het bestuderen van het effect van zes...

|                             |                                |
|-----------------------------|--------------------------------|
| <b>Ethische beoordeling</b> | Goedgekeurd WMO                |
| <b>Status</b>               | Werving nog niet gestart       |
| <b>Type aandoening</b>      | Angststoornissen en -symptomen |
| <b>Onderzoekstype</b>       | Interventie onderzoek          |

## Samenvatting

### ID

NL-OMON57387

### Bron

ToetsingOnline

### Verkorte titel

Hypnose om de mentale gezondheid van lagere school kinderen te verbeteren.

### Aandoening

- Angststoornissen en -symptomen

### Synoniemen aandoening

verbetering van zelfvertrouwen en weerbaarheid

### Betreft onderzoek met

Mensen

## Ondersteuning

**Primaire sponsor:** Sint Antonius Ziekenhuis

**Overige ondersteuning:** een deel wordt gefinancierd door de ontwikkelaar van de online hypnose oefeningen (=de Breinbaas academy BV). Een kleiner deel wordt gefinancierd door de Stichting Hypnose voor Kinderen

## Onderzoeksproduct en/of interventie

**Trefwoord:** hypnose, lagere school kinderen, weerbaarheid, zelfvertrouwen

## Uitkomstmaten

### Primaire uitkomstmaten

De primaire uitkomstmaat is het verschil in zelfvertrouwen op week 6 tov baseline. Dit wordt gemeten dmv de "Rosenberg Self Esteem Scale for Children". Dit wordt ook gemeten op 6 maanden als 1 van de secundaire uitkomstmaten.

### Secundaire uitkomstmaten

secundaire uitkomstmaten zijn het verschil tussen baseline en 6 weken cq 6 maanden op het gebied van weerbaarheid, gemeten dmv de "Connor-Davidson Resilience Scale for Children". Ook wordt op deze tijdstippen gekeken naar verbetering op het gebied van psychosociaal functioneren ("Strength and Difficulties Questionnaire"), stress ("Chronic stress questionnaire for children and adolescents") en slaap.

ook is er een korte zelf-ontworpen vragenlijst voor ouders naar korte termijn effecten op humeur, slaap, gedrag, en sociale contacten.

## Toelichting onderzoek

### Achtergrond van het onderzoek

De vroege adolescentie is een cruciale periode voor de ontwikkeling en het

ontstaan van mentale gezondheidsproblemen, die zich vaak manifesteren als stoornissen in de volwassenheid als ze niet vroegtijdig worden aangepakt. Bovendien is er een verhoogde prevalentie van stoornissen zoals angst en depressie in de adolescentie waarbij door lange wachtlijsten in de zorg adequate hulp lang op zich laat wachten. Preventie van deze mentale gezondheidsproblemen in de adolescentie is dan ook van groot belang.

## **Doel van het onderzoek**

De primaire doelstelling is om het effect te bestuderen van zes weken dagelijks luisteren naar de Breinbaas hypnose-opnames op het zelfbeeld in vergelijking met de controlegroep. Secundaire doelstellingen zijn het bestuderen van het effect van zes weken dagelijks luisteren naar de Breinbaas hypnose-opnames op veranderingen in veerkracht, psychosociaal functioneren, algemeen stressniveau, en andere effecten zoals slaap, in vergelijking met de controlegroep.

## **Onderzoeksopzet**

Dit is een gerandomiseerde gecontroleerde open-label studie met een duur van zes maanden. Alle kinderen van 1 school worden gerandomiseerd om direct te beginnen met het online programma (Groep A) of na zes maanden (Groep B). Groep B zal dus de controlegroep van A zijn.

## **Onderzoeksproduct en/of interventie**

Het online Breinbaas academieprogramma bestaat uit hypnose-audio-opnames die kinderen elke schooldag gedurende zes weken gevraagd worden te beluisteren. De hypnose-audio-opnames zijn gericht op het verbeteren van de mentale gezondheid van kinderen door hen suggesties te geven voor zelfvertrouwen, meer houden van jezelf, om kunnen gaan met tegenslag en dergelijke..

## **Inschatting van belasting en risico**

Hypnose is een zeer veilige interventie; het wordt in Nederland gebruikt door honderden kinderen met het prikkelbare darmsyndroom en functionele buikpijn. Bijwerkingen zijn zeldzaam. Sommige kinderen kunnen enige duizeligheid ervaren tijdens de eerste keer dat ze naar de oefeningen luisteren, en we raden hen dan aan om liggend in bed te luisteren. Zelden kunnen kinderen emoties ervaren, zoals verdriet. Dit kan optreden tijdens de ontspanning, die deel uitmaakt van de trance-inductie. Vooraf zal dit fenomeen worden besproken met tips hoe er mee om te gaan. De mogelijke voordelen zijn dat hypnose op korte termijn het zelfvertrouwen en veerkracht kan verbeteren, en hopelijk op langere termijn gevoelens van angst en depressie kan verminderen, en de kwaliteit van leven kan verbeteren.

## Contactpersonen

### Publiek

Sint Antonius Ziekenhuis

Koekoekslaan 1  
3435 CM Nieuwegein 3435CM Nieuwegein  
NL

### Wetenschappelijk

Sint Antonius Ziekenhuis

Koekoekslaan 1  
3435 CM Nieuwegein 3435CM Nieuwegein  
NL

## Locaties

### Landen waar het onderzoek wordt uitgevoerd

Netherlands

## Deelname eisen

### Leeftijd

Kinderen (2-11 jaar)

### Belangrijkste voorwaarden om deel te mogen nemen (Inclusiecriteria)

Kinderen uit groep 6 of 7 van de deelnemende scholen zullen worden gevraagd deel te nemen aan deze studie. Scholen worden geselecteerd in drie regio's: in en rondom de steden Eindhoven, Utrecht en Leiden. Om mee te kunnen doen moeten de kinderen

- vaardig zijn in de Nederlandse taal
- toestemming hebben van de ouders om deel te nemen aan de studie en om dagelijks te luisteren naar de breinbaas oefeningen (maximaal 20 minuten per dag)

c. toegang hebben tot een device om te kunnen luisteren naa de oefeningen zoals een telefoon, tablet of computer.

## Belangrijkste redenen om niet deel te kunnen nemen (Exclusiecriteria)

- a. kinderen die in de drie jaar voor inclusie behandeld zijn geweest met hypnotherapie.
- b. Kinderen die op het moment van inclusie onder behandeling zijn van een psycholoog/, orthopedagoog of kindercoach.

## Onderzoeksopzet

### Opzet

|                  |                       |
|------------------|-----------------------|
| Fase onderzoek:  | 3                     |
| Type:            | Interventie onderzoek |
| Onderzoeksmodel: | Parallel              |
| Toewijzing:      | Gerandomiseerd        |
| Blinding:        | Enkelblind            |

**Doel:** Preventie

### Deelname

|                         |                          |
|-------------------------|--------------------------|
| Nederland               |                          |
| Status:                 | Werving nog niet gestart |
| (Verwachte) startdatum: | 01-04-2025               |
| Aantal proefpersonen:   | 340                      |
| Type:                   | Verwachte startdatum     |

## In onderzoek gebruikte producten en hulpmiddelen

|              |                  |
|--------------|------------------|
| Registratie: | Geen registratie |
|--------------|------------------|

## Ethische beoordeling

Goedgekeurd WMO

Datum: 08-04-2025  
Soort: Eerste indiening  
Toetsingscommissie: MEC-U: Medical Research Ethics Committees United (Nieuwegein)

## 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     | NL87558.100.24 |