



UNIVERSITY OF TWENTE. 

Positieve Psychologie Interventies

Positieve psychologie bij patiënten met bipolaire stoornis in de euthyme fase

Melissa Chrispijn, AIOS psychiatrie/senior-onderzoeker
SCBS Bipolaire stoornissen


Jannis Kraiss, Promovendus
Universiteit Twente






RGOc Symposium NNNSA – voorbij gestandaardiseerde zorg
16-03-2018


Disclosure belangen spreker

(potentiële) belangenverstrengeling	Geen / Zie hieronder
Voor bijeenkomst mogelijk relevante relaties met bedrijven	Bedrijfsnamen
<ul style="list-style-type: none"> • Sponsoring of onderzoeksgeld • Honorarium of andere (financiële) vergoeding • Aandeelhouder • Andere relatie, namelijk ... 	<ul style="list-style-type: none"> • ZonMw • • •

UNIVERSITY OF TWENTE. 








UNIVERSITY OF TWENTE. 

ACHTERGROND POSITIEVE PSYCHOLOGIE


- Grondleggers: Seligman en Csikszentmihalyi (2000)
- 3 onderwerpen:
 - positieve ervaringen die mensen kunnen hebben, zoals geluk, hoop en liefde
 - positieve eigenschappen, zoals vitaliteit, doorzettingsvermogen en wijsheid
 - positieve instituties oftewel manieren waarop instellingen een positief verschil kunnen maken binnen de maatschappij




UNIVERSITY OF TWENTE. 

ACHTERGROND POSITIEVE PSYCHOLOGIE


- Traditionele psychologie: gericht op ontdekken en genezen van psychische problemen
- Positieve psychologie: gericht op versterken van welbevinden




UNIVERSITY OF TWENTE. 

ACHTERGROND POSITIEVE PSYCHOLOGIE


- Welbevinden (WHO 2005):
 - Emotioneel: subjectieve ervaring van welbevinden
 - Psychologisch: effectief functioneren individu (zelfrealisatie)
 - Sociaal: effectief functioneren in de maatschappij




UNIVERSITY OF TWENTE. 
Centrum Bipolaire Stoornissen

ACHTERGROND
POSITIEVE PSYCHOLOGIE


- Emotioneel welbevinden:
 - Mate waarin positieve gevoelens aanwezig zijn
 - Mate waarin negatieve gevoelens afwezig zijn
 - Mate waarin mensen tevreden zijn met hun leven
- Psychologisch welbevinden:
 - Doelgerichtheid
 - Persoonlijke groei
 - Autonomie
 - Omgevingsbeheersing
 - Zelfacceptatie
 - Positieve relaties



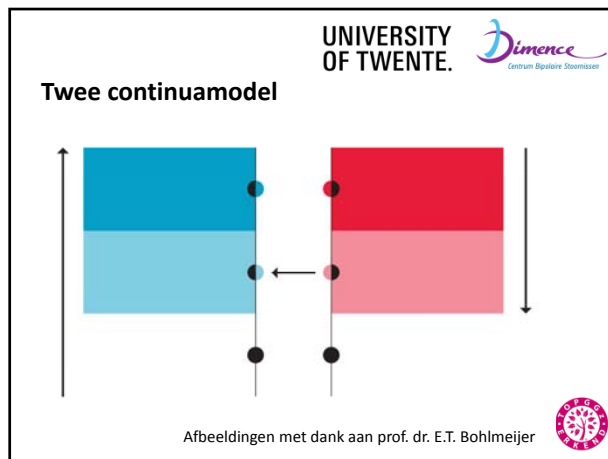
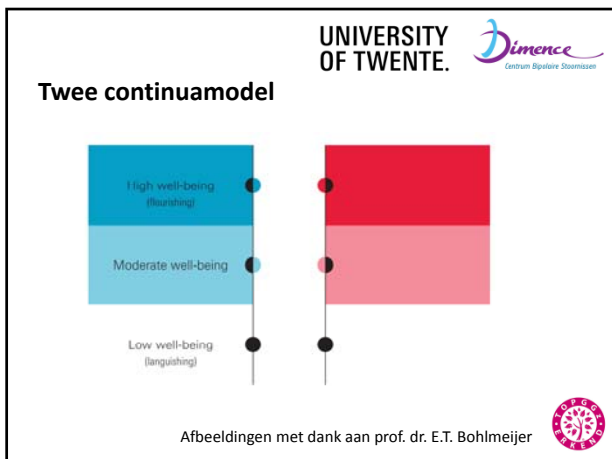
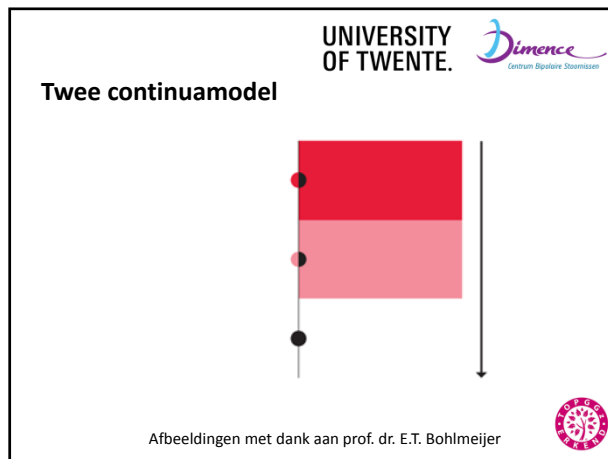
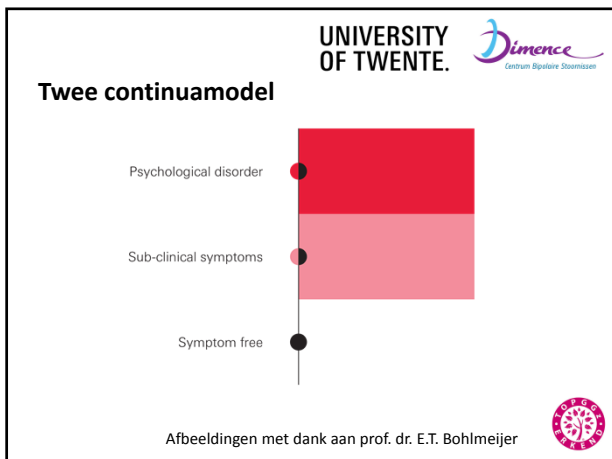
UNIVERSITY OF TWENTE. 
Centrum Bipolaire Stoornissen

ACHTERGROND
POSITIEVE PSYCHOLOGIE


- Hoger emotioneel welbevinden:
 - Gezonder en langer leven¹
 - Beter herstel en overleving mensen met lichamelijke aandoeningen²
- Lager welbevinden is een voorspeller van ontstaan van psychische klachten³
- Hoger welbevinden beschermend bij angst en depressie⁴⁻⁶



1 Diener et al., 2011 2 Lamers et al., 2011 3 Lamers et al., 2011 4 Grant et al., 2013
5 Lamers et al., 2015 6 Wood et al., 2010




Welbevinden bij psychiatrische stoornissen



	Any 3-year incident mood disorder Fully adjusted OR (95% CI)	Any 3-year incident anxiety disorder Fully adjusted OR (95% CI)
Flourishing	0.72 (0.54-0.96)	0.47 (0.34-0.64)
High hedonic well-being	0.52 (0.39-0.70)	0.48 (0.36-0.64)
High eudaimonic well-being	0.75 (0.57-1.00)	0.54 (0.40-0.73)



OR, odds ratios; CI, confidence intervals. Significant results ($P < 0.05$) are in bold. ORs were adjusted for gender, age, cohabitation status, having children, smoking in life-events and perceived social support.

Scotanus et al., 2016




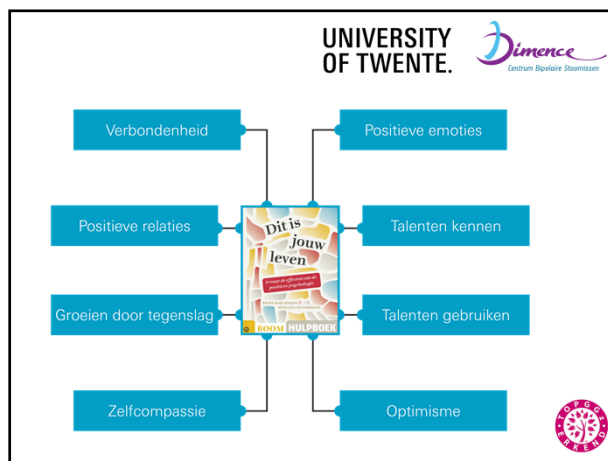


Wat zijn PPI's?

PPI

- Definitie (Wood & Tarrier, 2010): "PPIs zijn gericht op het bevorderen van positieve cognities, emoties of gedrag"
- PPI's zijn gericht
- Evidence-based positieve psychologie oefeningen
- Door zelfhulp of onder begeleiding van therapeut (groep)
- Verschillende domeinen



PPI : drie goede dingen

- Loop je dag eens na en sta stil bij 3 positieve ervaringen
- Wat is je vandaag voor goeds overkomen?
- Zijn er momenten dat je een positieve emotie hebt ervaren?
- Laat de ervaring op je inwerken
- Probeer de gebeurtenissen weer voor je te zien en te ervaren
- Geniet na




Onderzoek - Goed leven met een bipolaire stoornis

Achtergrond, onderzoeksopzet en interventie



Het Team



Ernst Bohlmeijer
Melissa Chrispijn
Peter ten Klooster
Anja Stevens
Ralph Kupka
Jannis Kraiss

Erica Neutel, lid van de Vereniging voor Manisch Depressieven en Betrokkenen (VMDB)

ACHTERGROND

HUIDIGE BEHANDELING BIPOLAIRE STOORNISSEN

- Euthyme fase = patiënten zijn relatief vrij van symptomen
- Huidige behandeling van patiënten in de euthyme fase¹
- Vaak restsymptomen in fases tussen de episoden
- 20 – 35% herstellen niet compleet van een episode²
- Risico op terugval is hoog

¹Kupka et al., 2015
²Fagiolini et al., 2013

ACHTERGROND

WELBEVINDEN EN PERSOONLIJK HERSTEL

Welbevinden
Emotioneel, psychologische en sociaal welbevinden

↓

Persoonlijk herstel³
„[...]een tevreden, hoopvol en betrokken leven leiden ondanks de beperkingen veroorzaakt door ziekte[...]“

³Slade, 2010

WAT IS PERSOONLIJK HERSTEL?

BjPsych The British Journal of Psychiatry (2010) 199, 445–452. doi: 10.1192/bjp.bp.110.083733

Review article

Conceptual framework for personal recovery in mental health: systematic review and narrative synthesis

Mary Leamy,* Victoria Bird,* Clair Le Boullier, Julie Williams and Mike Slade

WAT IS PERSOONLIJK HERSTEL?

CHIME

- Review en synthese van beschrijvingen en modellen over persoonlijk herstel
- 97 artikelen geïnccludeerd
- 5 centrale processen van persoonlijk herstel geïdentificeerd:

Connectedness, hope and optimism, identity, meaning in life and empowerment

ACHTERGROND

WELBEVINDEN EN PERSOONLIJK HERSTEL

Welbevinden
Emotioneel, psychologische en sociaal welbevinden

↓

Persoonlijk herstel
„[...]een tevreden, hoopvol en betrokken leven leiden ondanks de beperkingen veroorzaakt door ziekte[...]“

↓

Verbondenheid, hoop en optimisme, identiteit, betekenis in het leven, empowerment

↻



Artikel selectie

Uiteindelijk 18 studies geïnccludeerd,...

- ...die processen of criteria voor herstel bij eetstoornis rapporteren
- ... die individuen onderzoeken die hersteld zijn
- ...die een kwalitatief design gebruiken
- ...die gepubliceerd zijn in peer-reviewed journals



DOELEN

HET EFFECT VAN EEN MULTI-COMPONENT PPI

- Is de interventie 'Goed leven met een bipolaire stoornis' als aanvulling op CAU (care as usual) effectief om op korte en lange termijn...
- (1)...welbevinden te bevorderen?
- (2) ...persoonlijk herstel te bevorderen en psychopathologie te verminderen?
- (3) ...terugval te vermijden?
- (4) Is de interventie als aanvulling op CAU kosteneffectiever dan alleen CAU?

ONDERZOEKSOPZET


DESIGN & SETTING

- Multicenter non-blinded randomized controlled trial (GGz inGeest, Amsterdam; SCBS Dimence, Deventer)
- N = 112
- **Includeren:** minimale tot matig depressieve symptomen of minimale tot lichte manische symptomen
- **Excluderen:** ernstige depressieve symptomen of matig tot ernstige manische symptomen, optimaal niveau van welbevinden
- Vijf meetmomenten

ONDERZOEKSOPZET


METINGEN

- Primaire uitkomstmaat: Welbevinden
- Secundaire uitkomsten:
 - Persoonlijk herstel, sociale betrokkenheid
 - Terugval
 - Depressie, angst, manische symptomen
- Zelf-compassie, positieve emoties, positieve emotieregulatie
- Economische uitkomsten




INTERVENTIEONTWIKKELING GOED LEVEN MET EEN BIPOLAIRE STOORNIS

- *Dit is jouw leven* oorspronkelijk niet ontwikkeld voor BS
- Interventie wordt speciaal voor deze doelgroep aangepast




- 8-weekse interventie (1 sessie per week, 2 uur)
- Aangeboden in groepen (8 – 10 personen)



INTERVENTIEONTWIKKELING EVALUATIE DOOR PATIENTENPANEL

Patiëntenpanel van 5 patiënten
(mannelijk/vrouwelijk=2/3)

- Op polikliniek SCBS Dimence, Deventer
- In 3 bijeenkomsten 24 PPI's besproken
- Evalueren van de PPI's op uitvoerbaarheid, benodigde tijd, geschiktheid voor BS-populatie



INTERVENTIEONTWIKKELING OPBOUW

1. Introductie, persoonlijk herstel, compassie (bv. common humanity, jezelf iets goeds wensen)
2. Persoonlijke doelen en optimisme (bv. best possible self)
3. Positieve emoties (bv. drie goede dingen)
4. Met angst voor terugval omgaan
5. Krachten en talenten (bv. sterke kanten identificeren)
6. Positieve relaties (bv. acts of kindness)
7. Compassie
8. Reflectie




TIJDSPANNING DE VOLGENDE STAPPEN

Mei 2018: Begin werving



Juni 2018: Training hulpverleners


September/oktober 2018: Eerste interventiegroepen



TAKE HOME MESSAGES

- Positieve psychologie gericht op toename welbevinden i.p.v. focus op disfunctioneren
- PPI effectief bij angst en depressie
- Multicenter RCT om effect van PPI bij patiënten met bipolaire stoornis te onderzoeken





REFERENTIES

de Vos, J. A., LaMarre, A., Radstaak, M., Bijkerk, C. A., Bohlmeijer, E. T., & Westerhof, G. J. (2017). Identifying fundamental criteria for eating disorder recovery: a systematic review and qualitative meta-analysis. *Journal of eating disorders*, 5(1), 34.


Fagioli, A., Fargione, R., Maccari, M., Cuomo, A., Morana, B., Dell'Osso, M. C., ... & Rossi, A. (2013). Prevalence, chronicity, burden and borders of bipolar disorder. *Journal of affective disorders*, 148(2), 161-169.

Kupka, R. W., Goossens, P., van Bendegem, M., Daemen, P., Daggenvoorde, T., Daniels, M., ... & ter Kulve, E. (2015). Multidisciplinaire richtlijn bipolaire stoornissen.

Leamy, M., Bird, V., Le Boutillier, C., Williams, J., & Slade, M. (2011). Conceptual framework for personal recovery in mental health: systematic review and narrative synthesis. *The British Journal of Psychiatry*, 199(6), 445-452.

Schotanus-Dijkstra, M., ten Have, M., Lamers, S., de Graaf, R., & Bohlmeijer, E. T. (2017). The longitudinal relationship between flourishing mental health and incident mood, anxiety and substance use disorders. *European journal of public health*, 27(3), 563-568.

Slade, M. (2010). Mental illness and well-being: the central importance of positive psychology and recovery approaches. *BMC health services research*, 10(1), 26.



Bedankt voor uw aandacht

Hebt u nog vragen of opmerkingen?

Contact:
m.chrispijn@dimence.nl
j.t.kraiss@utwente.nl