



STAIRS (Storytelling and Training to Advance Individual Recovery Skills)

Het STAIRS-project is van start

Op 17 september startte een projectgroep met de ontwikkeling van STAIRS. Met deze aftrap is een begin gemaakt met de ontwikkeling van een programma voor patiënten met een depressie die aan het einde van de behandeling zitten en hun leven weer oppakken. STAIRS is een initiatief van het Universitair Centrum Psychiatrie (UMC Groningen), het lectoraat Rehabilitatie van de Hanzehogeschool Groningen, Stichting het Witte Bos uit Amsterdam (AllesGoed.org) en MIND (Landelijk Platform Psychische Gezondheid).

Wat beoogt STAIRS?

STAIRS (Storytelling and Training to Advance Individual Recovery Skills) biedt mensen heel concrete handvatten om de rol als ouder, werknemer, partner, vriend en andere weer op te pakken. Na een depressieve episode is dit voor veel mensen moeilijk; wat vertel je bijvoorbeeld over je depressie aan collega's of vrienden, hoe maak je duidelijk wat je wilt en wat er van jou verwacht kan worden, en hoe zorg je dat je weer grip krijgt (en houdt) op je leven? Binnen de reguliere behandeling is hier niet altijd ruimte voor. Patiënten worstelen vaak nog lange tijd met de gevolgen van een depressie op hun functioneren. Voor deze patiënten is er nog geen sprake van functioneel herstel en dit verhoogt de kans op het krijgen van een nieuwe depressie.

Er worden circa 8 modules ontwikkeld waarin deelnemers zelf in oefeningen en rollenspelen aan de slag gaan en elkaar feedback geven. We maken daarbij gebruik van voorbeelden; verhalen, ervaringen en tips van anderen die hiermee hebben geworsteld. Dit wordt grotendeels online aangeboden, zodat deelnemers hier ook buiten de bijeenkomsten mee aan de slag kunnen. De thema's van de modules worden in nauwe samenwerking met ervaringsdeskundigen gekozen en uitgewerkt. Ook in de bijeenkomsten hebben ervaringsdeskundigen een belangrijke rol doordat zij samen met een professional de bijeenkomsten voorzitten. Naast het betrekken van de persoonlijke en maatschappelijke context wordt ook expliciet aandacht besteed aan het betrekken van naasten bij behandeling en herstel.

Wie zitten er in de projectgroep en wanneer is het afgerond?

De projectgroep bestaat uit een projectcoördinator (onderzoeker/docent), vier ervaringsdeskundigen, een medewerker van Alles Goed (ook ervaringsdeskundige), drie professionals vanuit de afdeling depressie, twee professionals vanuit de afdeling arbeid/trajectbegeleiding en een familie ervaringsdeskundige.

In de maanden oktober t/m december worden de verschillende modules uitgewerkt. Hierna zal het programma in de eerste helft van 2020 uitgevoerd worden middels een pilot binnen het UCP. Vanaf eind 2020 wordt vervolgens een klinische trial gedaan met een RCT zodat het programma op effectiviteit onderzocht wordt. Wanneer dit positief is, zal STAIRS breder beschikbaar worden gemaakt.

Meer informatie?

Voor meer informatie over het project en bijbehorend onderzoek kunt u contact opnemen met David Wedema: d.wedema@pl.hanze.nl

Het project is mede mogelijk gemaakt door financiële ondersteuning van de Stichting tot Steun VCVGZ en Agis Innovatiefonds.

Lees ook over de [start van STAIRS op allesgoed.org](https://allesgoed.org).



Agis
innovatiefonds



umcg



Hanzehogeschool
Groningen
University of Applied Sciences



HET WITTE BOS

