

Trimbos begint vervolgstudie begeleide online training lager opgeleiden

12 februari 2018



Het instituut wil met de vervolgstudie in kaart brengen of gerichte POH-GGZ begeleiding voor patiënten met een lagere sociaaleconomische status helpt om deze groep beter te bereiken. Eerder onderzocht het Trimbos al het effect van dergelijke trainingen zonder begeleiding.

De online trainingen worden op www.snelbeterinjevel.nl aangeboden en zijn kort en klachtgericht. Deelnemers kunnen zelf kiezen met welke klachten ze aan de slag gaan: slaap-, stress- of piekerklachten. Deze veelvoorkomende klachten hangen samen met depressie.

Lager opgeleiden risicogroep

Uit het eerdere onderzoek bleek dat zowel depressieve klachten als slaap-, pieker-, en angstklachten waren afgenomen en het welbevinden toenam. Veel deelnemers aan het eerdere onderzoek waren hoogopgeleid en vrouw. Bij het nieuwe implementatieproject wordt geprobeerd ook patiënten met een lagere sociaaleconomische status (SES) te bereiken, waar opleidingsniveau een indicator van is. Deze groep maakt volgens het Trimbos weinig gebruik van e-health, maar vormt wel een risicogroep voor het ontwikkelen van depressieve klachten.

Om patiënten met een lagere SES meer te bereiken, vindt het aanbieden van de trainingen plaats volgens een 'blended' format: patiënten volgen de online interventie in combinatie met (face-to-face) begeleiding door de POH-GGZ. Daarnaast isvvolgens het Trimbos uit de literatuur bekend dat het bieden van begeleiding het effect van online trainingen kan

vergroten.

Gerandomiseerde studie

In het gerandomiseerde onderzoek vergelijken de onderzoekers twee implementatiestrategieën met elkaar: een lagere SES implementatiestrategie en een 'gewone' implementatiestrategie. De POH's-GGZ zijn willekeurig toegewezen aan twee groepen. Bij de ene groep POH's-GGZ is er bij de implementatie specifiek aandacht voor patiënten met een lagere SES, bij de andere groep niet. Uiteindelijke doel is om te kijken of er verschil zit tussen de twee groepen in het bereik van de doelgroep met een lagere SES.

Het implementatieonderzoek vindt plaats in samenwerking met e-health aanbieder Therapieland. Dit houdt in dat de online trainingen gekoppeld zijn aan hun systeem voor behandelaars. De POH's-GGZ kunnen daardoor de voortgang van hun patiënten veilig monitoren. Verder wordt er samengewerkt met Zorggroep Almere, Indigo Rijnmond en Buro KLEI. Het implementatieonderzoek wordt gefinancierd door ZonMw en loopt tot en met 2020.

Uit eerder [recent onderzoek](#) van het Trimbos-instituut bleek dat patiënten met depressieve klachten eerder met een e-health zelfhulpprogramma beginnen wanneer zij doorverwezen worden door professionals zoals een POH-GGZ. Het onderzoek werd uitgevoerd in opdracht van ZonMw. Het is hierbij van belang dat de professional betrouwbaar en laagdrempelig is.