

# Groepsinterventie voor mensen met een bipolaire stoornis en hun partners

22 september 2017

Eline Regeer, psychiater

Susanne Demacker, GZ-psycholoog



# Achtergrond

- Uit onderzoek blijkt invloed op welbevinden partner en op de relatie

Goossens e.a. 2008, van de Voort e.a. 2009, Granek e.a. 2016

- Uit evaluaties PE cursus en individuele behandelcontacten:
  - behoefte aan specifieke interventie met aandacht voor omgang tussen patiënt en partner in relatie tot de bipolaire stoornis

# Focusgroepen patiënten en partners

- Meer structuur en regelmaat nodig dan zij zouden willen, verandering in sociale contacten
- Behoeften:
  - Verbeteren communicatie en interactie
  - Onderscheid gewone stemming en activiteit vs beginnende ontregeling
  - Uitwisselen ervaringen en tips
  - Minder focus op stoornis, meer aandacht voor mogelijkheden
- Gezamenlijke groep, 6 stellen, 8 bijeenkomsten

# Bestaande interventies

- *Multi family group* (MacFarlane e.a. 2002)
- *Family- Focused Therapy* (Miklowitz & Goldstein 2008)
- Groepspsycho-educatie voor naasten zonder aanwezigheid patiënt (Reinares e.a. 2008)
- Probleem-georiënteerde systeemtherapie
  - individueel vs multi family (Solomon e.a 2008)
- *Family-focused treatment* voor naasten zonder aanwezigheid patiënt (Perlick e.a. 2010)

# Veranderingen door manie

- Anders denken, voelen en gedragen
- Meer ruzie/ conflicten, over grenzen gaan
- Meer geld uitgeven waardoor schulden
- Verliefdheid, overspel
- Veel ideeën/ plannen > uitputting bij systeem
- Na afloop: schuld/ schaamte

# Veranderingen door depressie



- Minder energie/ minder actief
- Verantwoordelijkheden overnemen
- Gebrek aan activiteiten/ positiviteit

# Bipolaire stoornis en relatie

- Relatie onder druk/ veel stress
- Interactiepatronen veranderd
- Rolverandering (partner vaker verzorger en signaleringsfunctie)
- Herstel gelijkwaardigheid na een ziekte episode
- Angst voor ontregeling
- Rouwproces voor patiënt en partner
- Wat betekent dit voor toekomst?
- Wat is ziekte? Wat is partner?
- Wat is normaal?

# Expressed Emotions (EE)

- Overmatige emotionele betrokkenheid (kritisch, overbetrokken)
- Toename stress
- Toename ruzie/ conflicten
- Grotere kans op stemmingsepisode



# Doelgroep

- Stellen die ervaren dat zij problemen in hun relatie hebben als gevolg van de bipolaire stoornis
- Deelnemers hebben de reguliere psycho-educatiecursus reeds gevolgd
- De interventie is niet geschikt om ernstige relatieproblemen te behandelen

# Doelen

Patiënten en partners kunnen de gevolgen van de bipolaire stoornis op de relatie beter hanteren.

Subdoelen:

- Meer bewustzijn en inzicht in de gevolgen van de bipolaire stoornis op relatie en interactie
- Verminderen van *expressed emotion* door verbeteren communicatie en interactie en verminderen van de focus binnen de relatie op de ziekte
- Vergroten van welbevinden van de partner
- Hanteren van spanningsveld tussen signaalpersoon zijn en een gelijkwaardige relatie hebben
- Het gezamenlijk versterken van probleemoplossende vaardigheden
- Omgaan met de buitenwereld, hanteren stigma
- Vergroten aandacht positieve aspecten relatie

# Gebruikte methoden

- Psycho-educatie over de gevolgen die de bipolaire stoornis op de relatie kan hebben mbv CGT cirkel (Scott e.a. 2003)
- Verbeteren communicatievaardigheden (van Widenfelt & Schaap, 2011)
- Verwenkaarten (van Widenfelt & Schaap, 2011)
- Problem Solving Treatment (Schreuders e.a. 2005, vd Voort 2015)
- Lotgenotencontact
- **Opstellen zelfzorg plan voor partners** (Perlick e.a. 2010)

# Vorm

- Taxatie gesprek
- 5 wekelijkse bijeenkomsten van 2 uur
- 4-6 stellen
- Vragenlijsten
- Trainers: GZ-psycholoog en een psychiater
- Nagesprek:
  - evaluatie interventie
  - resultaten metingen bespreken
  - verdere behandeling nodig?

# Probleemoplossen

- Stap 1: bespreken van het probleem (gezamenlijk)
- Stap 2: brainstormen
- Stap 3: voor- en nadelen oplossingen
- Stap 4: kiezen beste oplossing
- Stap 5: maken van plan voor uitvoer oplossing
- Stap 6: evaluatie van het plan

# Probleemoplossen vervolg

## □ Stap 1: luisteren, samenvatten, valideren

Voorbeelden:

- Hoe kunnen we beter omgaan met periodes van prikkelbaarheid?
- Hoe kunnen we de gelijkwaardigheid in de relatie weer vinden?
- Hoe kunnen we zonder oordeel praten over de bipolaire kwetsbaarheid?
- Hoe kunnen we de kans op terugval verkleinen?

# Wie hebben deelgenomen?

Groep in 2016 en 2017	10 stellen*
Range leeftijd	36-60 jaar
Thuiswonende kinderen	8/10
Type bipolaire stoornis:	Bipolaire I stoornis 8 Bipolaire II stoornis 2
Rapid cycling patroon	5/10
Beperkingen in het functioneren tussen de episoden in	8/10
Betaald werk	patiënten: 6/10 Partners: 8/10

\* 11 stellen gestart, 1 stel heeft de groep niet afgemaakt omdat de meest recente manie te kort geleden was

# Evaluatie groep

- Merendeel vond groep (heel) goed aansluiten bij wensen en vragen
- Waarom: leren van elkaar en de specifieke aandacht voor de partner
- Ook: aandacht voor versterken onderlinge verbondenheid en positieve aspecten van de relatie
- Minder positief: communicatievaardigheden



# Resultaten



- Vermindering depressieve klachten (IDS-SR)
- Geen (hypo)manie ontstaan (ASRM)
- Level of Expressed Emotion Scale (LEE):  
geen verandering
- General Health Questionnaire (GHQ-12):  
lichte verbetering

# Conclusie



- De interventie wordt positief beoordeeld en voorziet in een behoefte als aanvulling op de psycho-educatie cursus
- Probleem oplossen belangrijke methodiek
- Verwenkaarten onverwachts succesvol

# Vragen en discussie



- Vergelijkbare initiatieven bij andere behandelcentra?
- Tips?
- Hoe effect meten?



Dank voor uw aandacht