

Positieve Psychologie Interventies

PPI bij patiënten met bipolaire stoornis in de euthyme fase

Melissa Chrispijn
AIOS psychiatrie

**KenBiS Klinisch Wetenschappelijke Vergadering
16 december 2016**



Inhoud

- Achtergrond positieve psychologie
- Wat zijn PPI's?
- Onderzoeksopzet RCT
- Discussie
- Take home messages



Martin Seligman



Mihaly Csikszentmihalyi

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

Positieve psychologie

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

Positieve psychologie

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

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

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

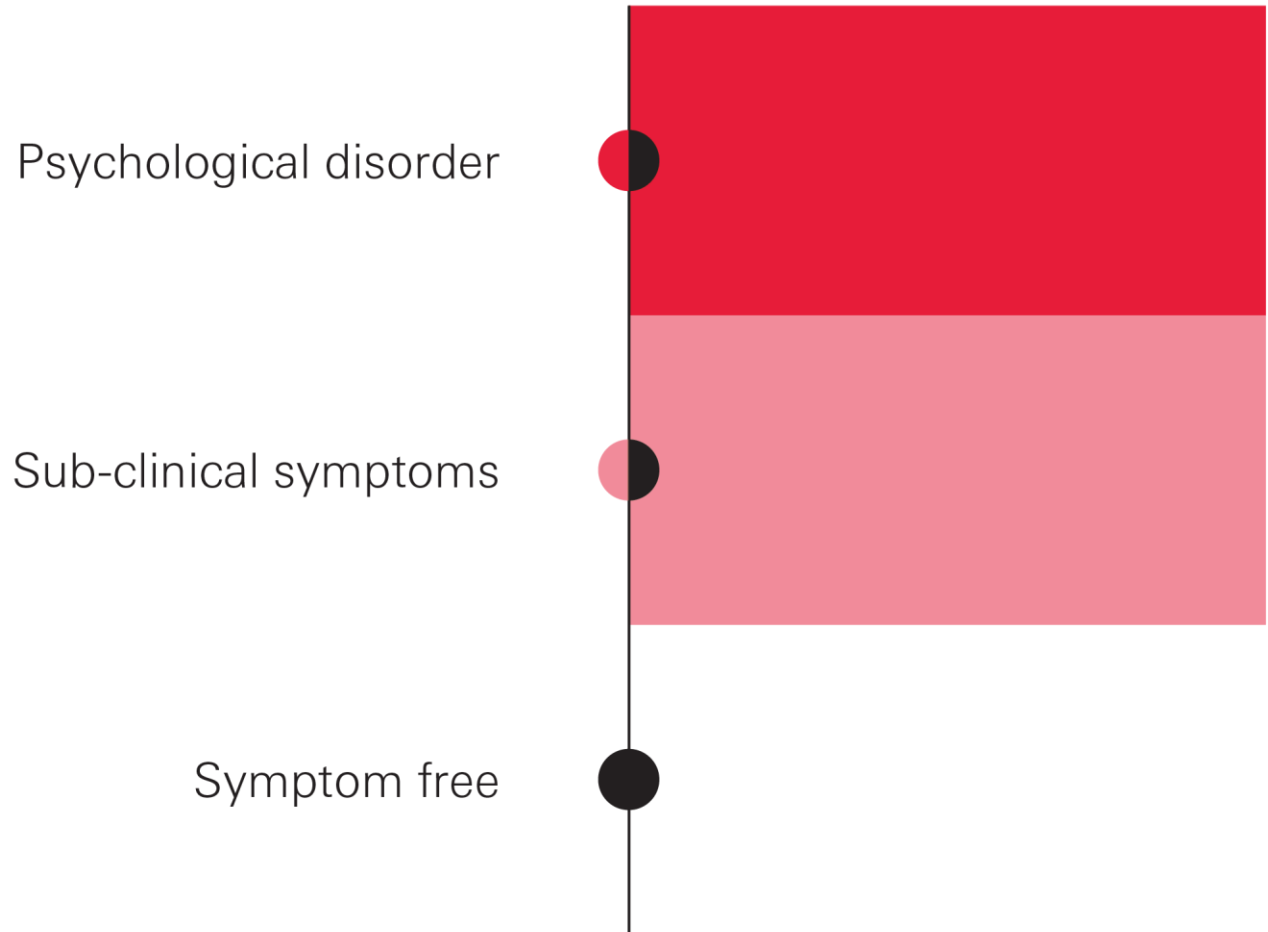
3 Lamers et al., 2011

4 Grant et al., 2013

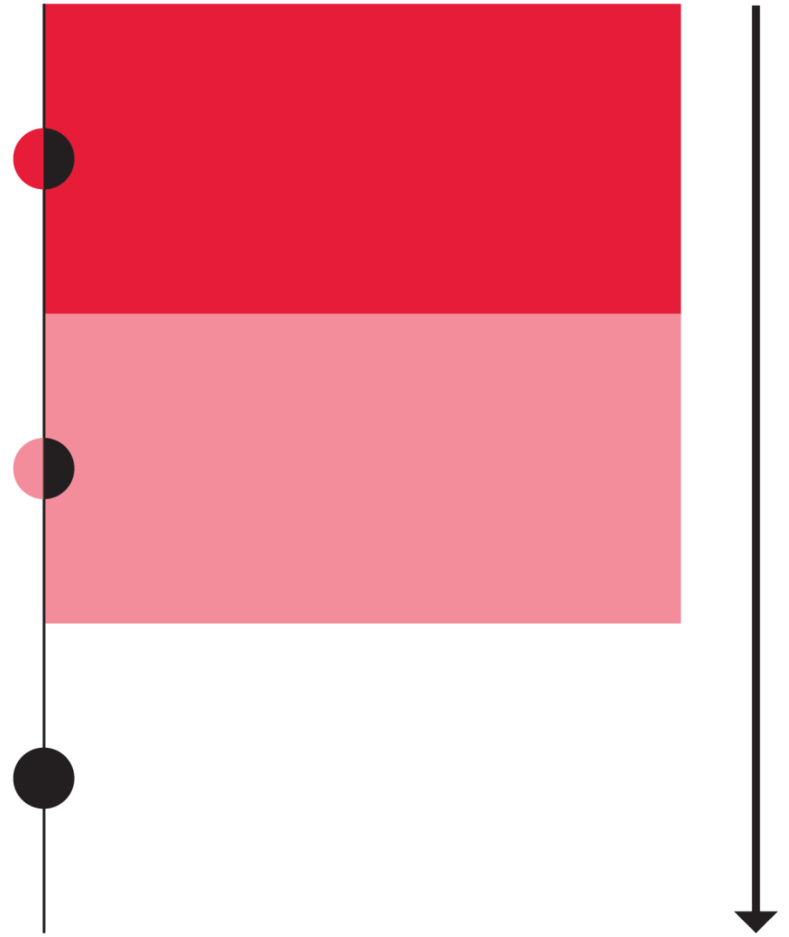
5 Lamers et al., 2015

6 Wood et al., 2010

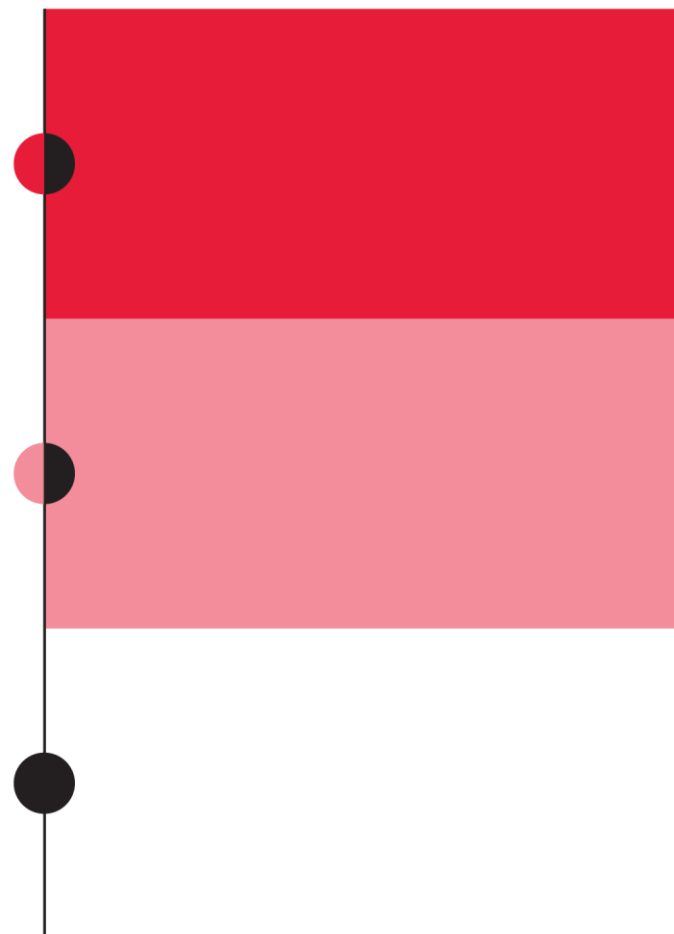
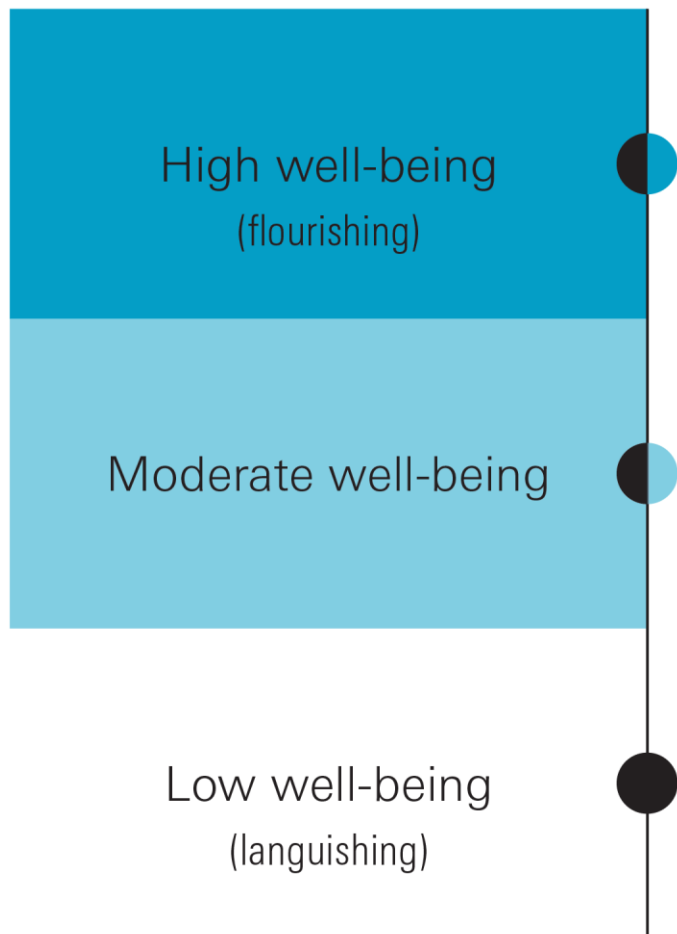


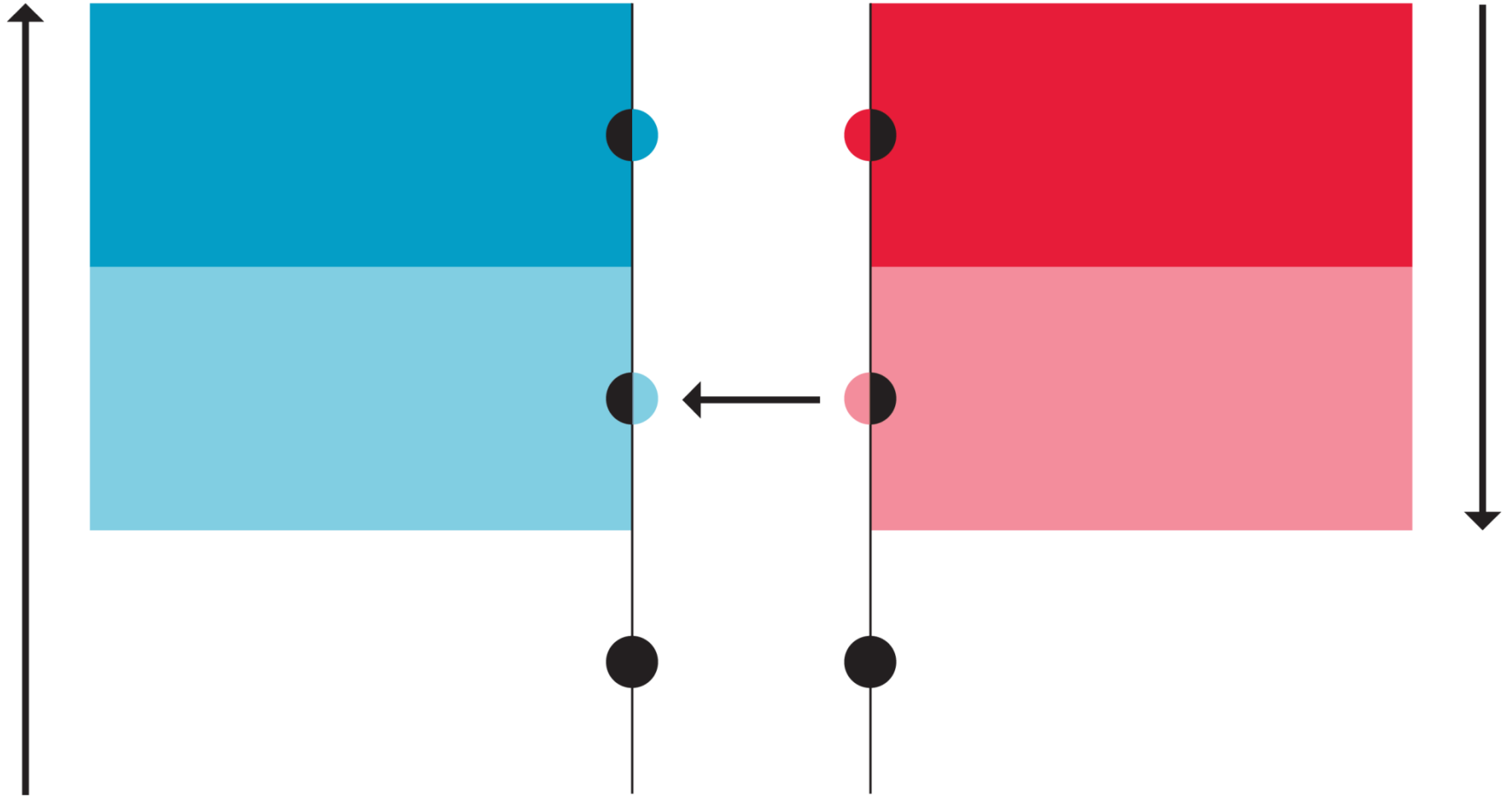


Afbeeldingen met dank aan prof. dr. E.T. Bohlmeijer



Afbeeldingen met dank aan prof. dr. E.T. Bohlmeijer



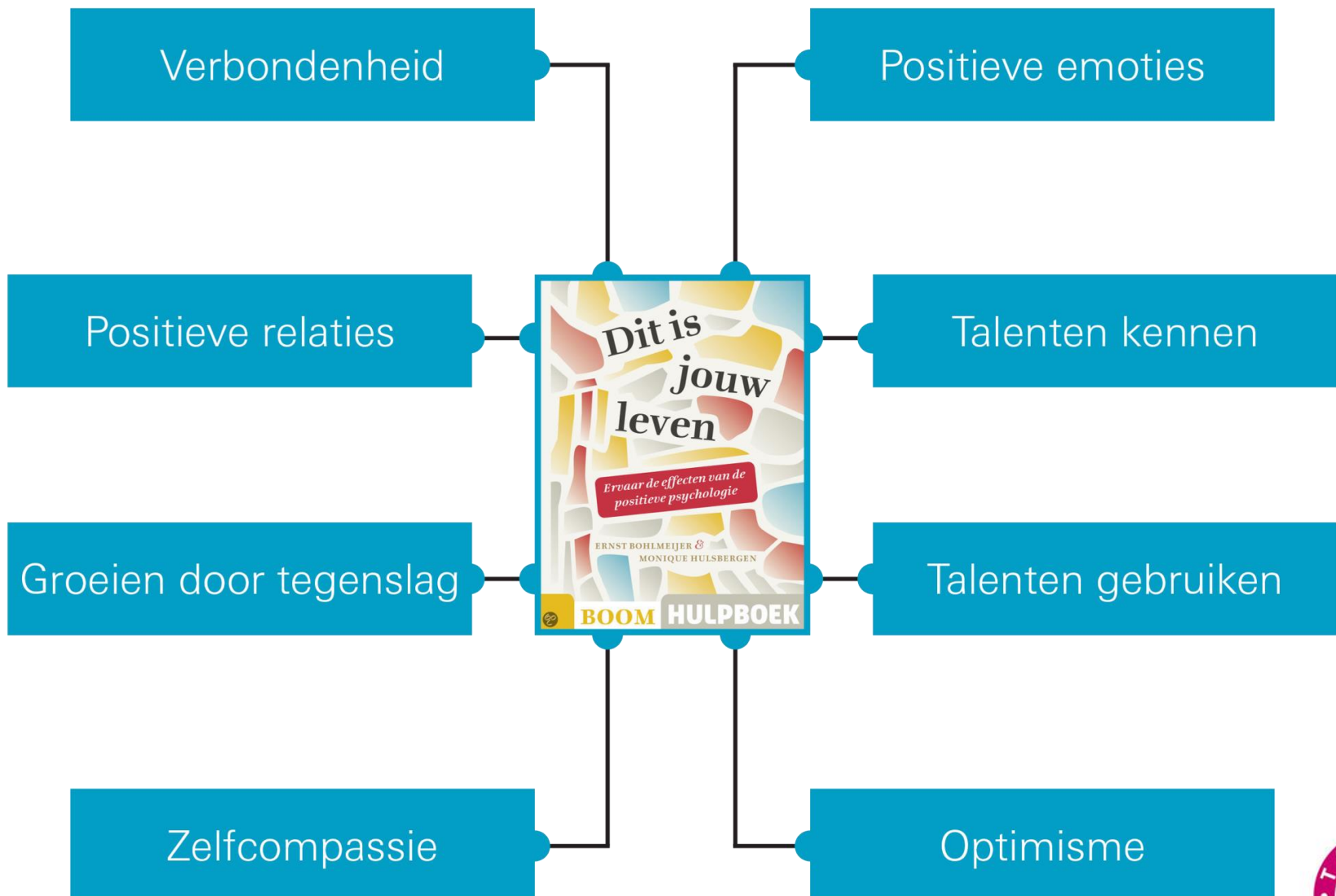


Afbeeldingen met dank aan prof. dr. E.T. Bohlmeijer

Wat zijn PPI's?

PPI

- Evidence based positieve psychologie oefeningen
- Door zelfhulp of onder begeleiding van therapeut (groep)
- Verschillende domeinen



PPI - voorbeelden

- Dagboek van plezierige emoties
- Drie goede dingen
- Overzicht van sterke kanten en aangeleerde vaardigheden

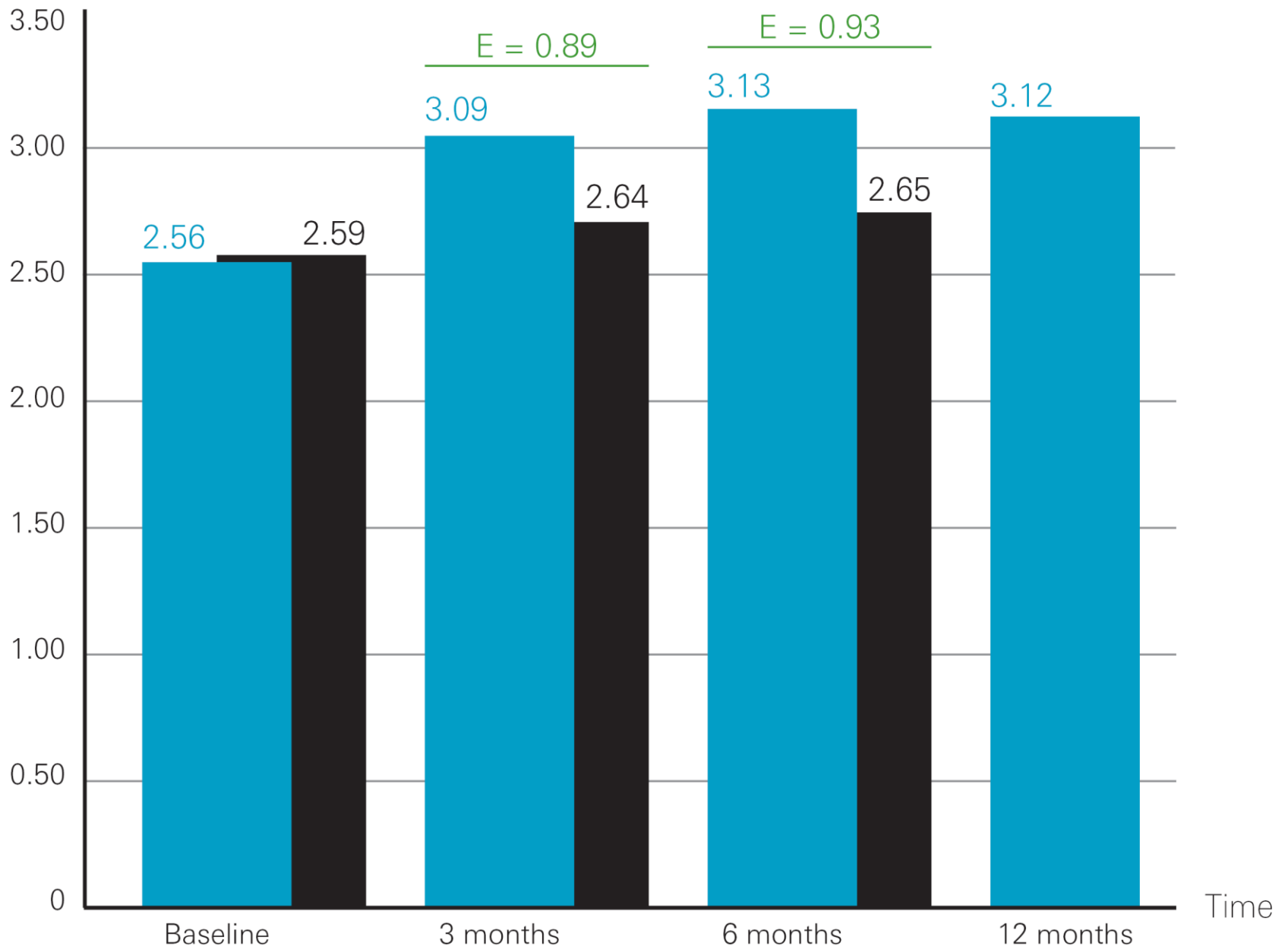
PPI - trial

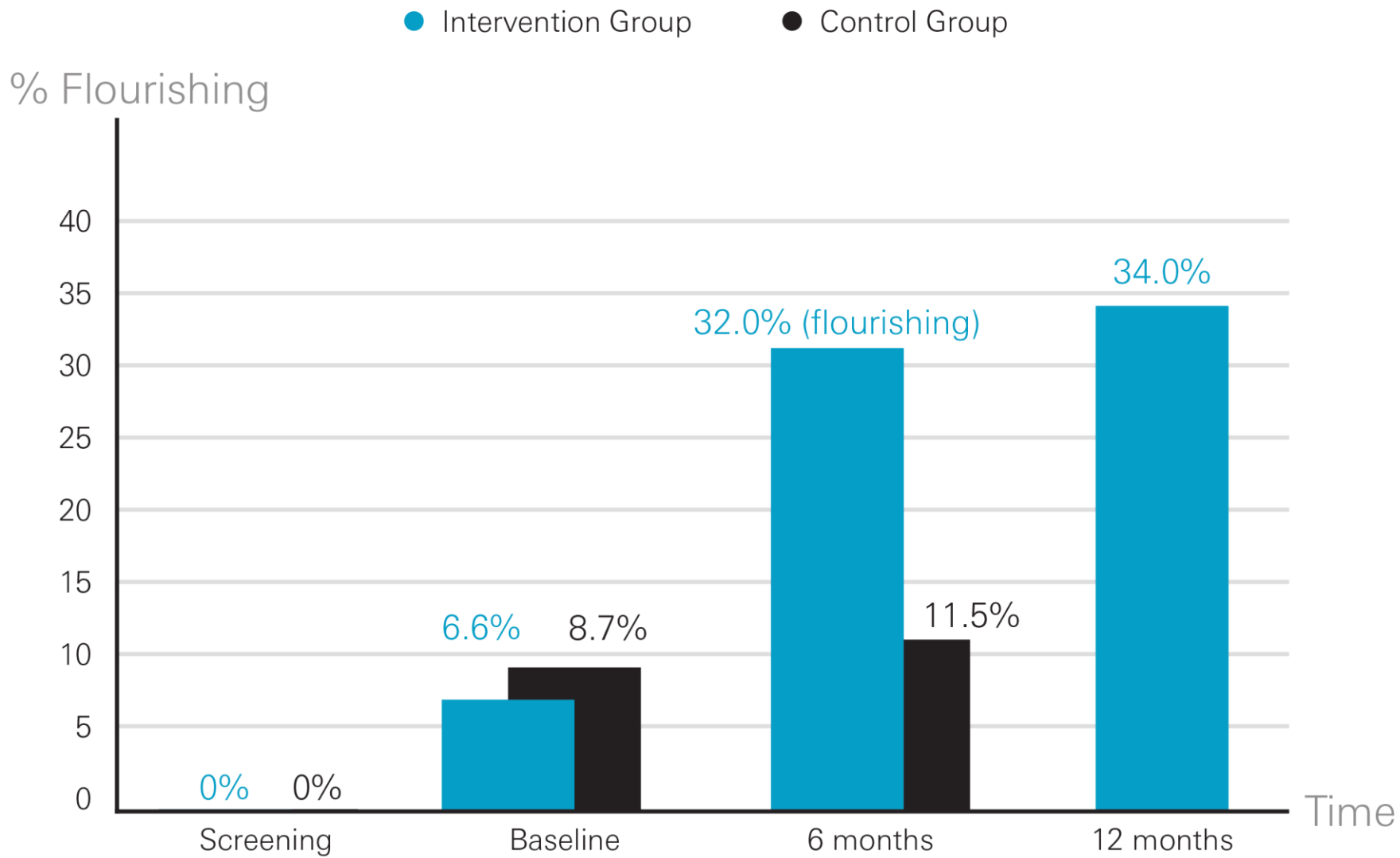
- Randomized controlled trial (n=260)
- Voor mensen die niet “flourishing” zijn
- “Dit is jouw leven” als begeleide zelfhulp versus wachtlijst
- Interventie: 8 lessen in 12 weken
- Wekelijks e-mailcontact
- Feedback aan gesuperviseerde studenten master positive psychology (UT)
- Controlegroep: wachtlijst van 6 maanden

MHC-SF

● Intervention Group

● Control Group





Klinische trial PPI bij bipolaire stoornissen

Achtergrond & doel

- PPI effectief bij reduceren depressieve symptomen¹⁻³
- Geen onderzoeken effect PPI op bipolaire stoornissen
- Depressie groot deel van tijd bij patiënten met bipolaire stoornis⁴
- Effect PPI bij patiënten met bipolaire stoornis in euthyme fase

1 Fava et al., 1998

2 Seligman et al., 2006

3 Santos et al., 2013

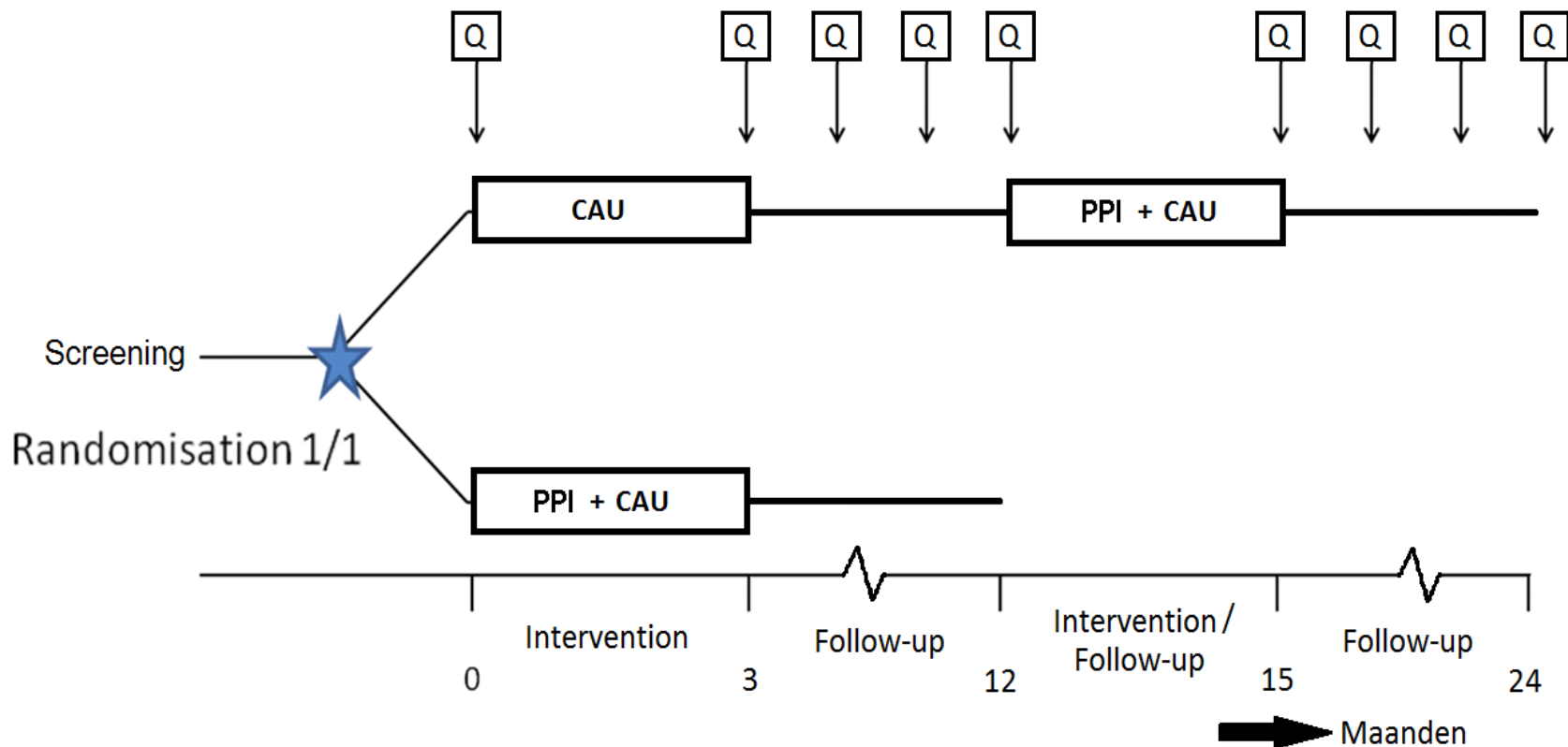
4 Kupka et al., 2007



Onderzoeksopzet

- Multicenter randomized controlled trial (RCT)
- Patiënten met bipolaire stoornis (type I of II)
- Tenminste een depressieve episode in afgelopen jaar
- Interventie (PPI) vs. wachtlijst (CAU) gedurende 12 weken
- Wachtlijst van 12 maanden

Onderzoeksopzet



Onderzoeksopzet

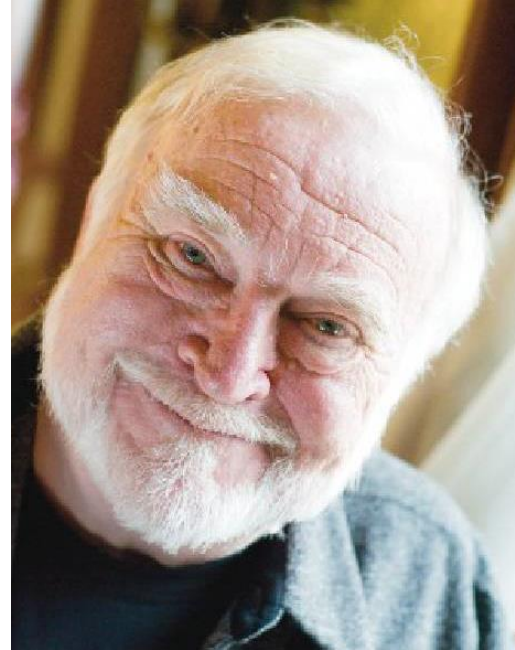
- Primaire uitkomstmaat: tijd tot recidief
- Uitkomstmaten:
 - Mate van depressiviteit (NIMH-LCM)
 - Mate van (hypo)manie (NIMH-LCM)
 - Ernst depressieve/(hypo)manische symptomen (IDS-SR/ASRM)
 - Welbevinden (MHC-SF), algemeen klachten-niveau (BSI) en kwaliteit van leven (SF-36)

Discussie

- Juiste vorm
(individueel/groep/multicomponent)
- Patiëntenpopulatie (uni- vs. bipolair)
- Uitlokken manie?

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



Vragen?