



Onderzoek: Goed leven met een bipolaire stoornis

Achtergrond, interventie & ervaringsverhalen

KenBiS meeting, 21 juni 2019

Jannis Kraiss
Liselore van Gerven

UNIVERSITY
OF TWENTE.

GGZ inGeest
partner van VUmc

ggz Drenthe
geestelijke gezondheidszorg

 **ZonMw**

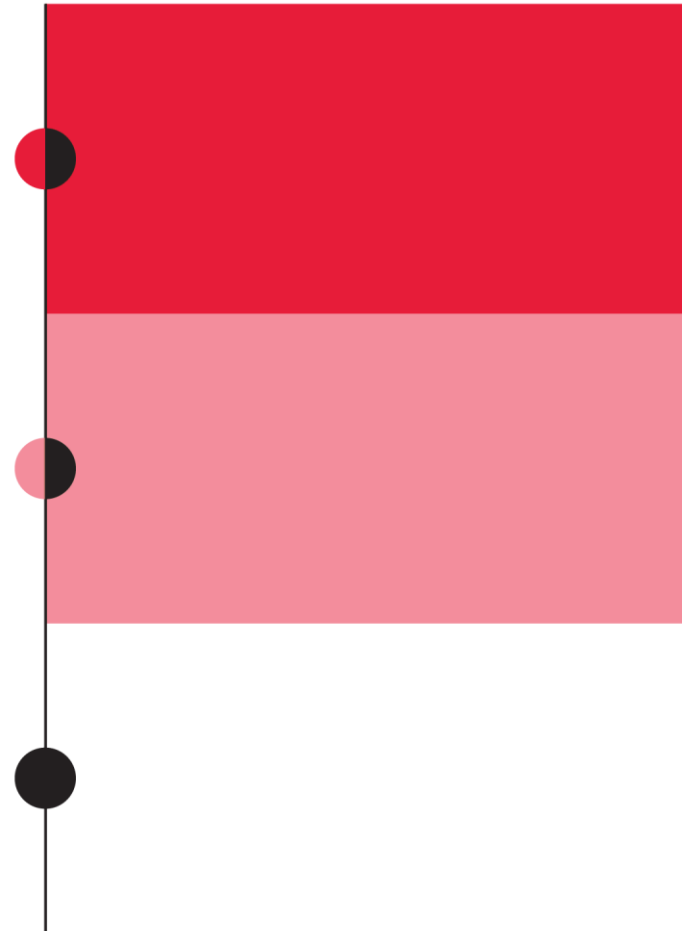
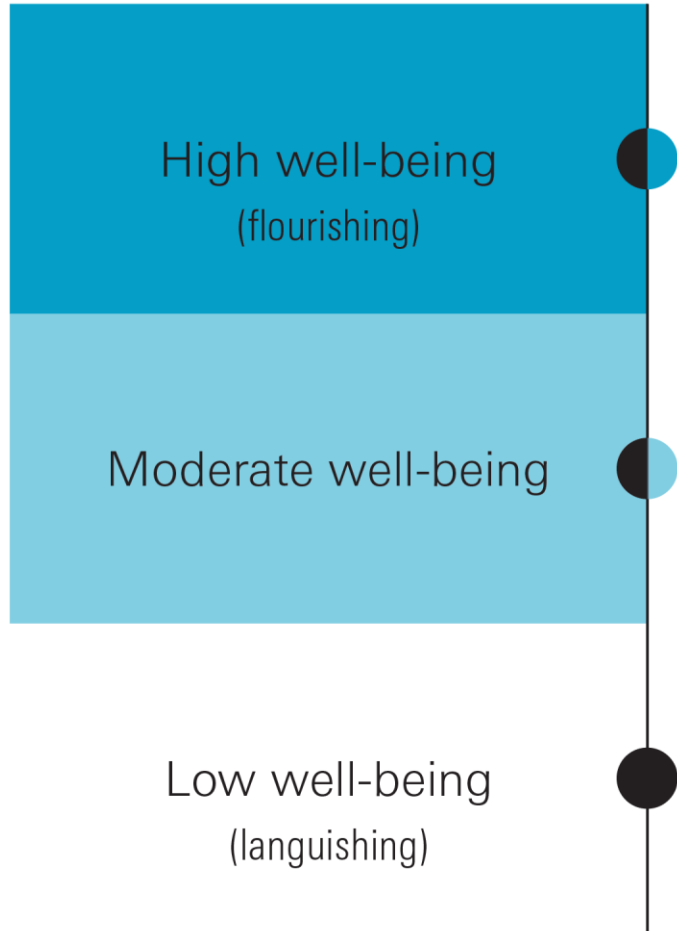
Dimence
SCBS Bipolaire Stoornissen

Mediant
geestelijke
gezondheidszorg

 **umcg**



Wat is mentale gezondheid?



Emotional well-being

Positive affect

The presence of positive emotions

Negative affect

The absence of negative emotions

Cognitive evaluation

Satisfaction with life

Psychological well-being

Autonomy

Is self-determining and independent.

Environmental mastery

Has a sense of mastery and competence in managing the environment.

Personal growth

Has a feeling of continued development; sees self as growing and expanding.

Positive relations

Has warm, satisfying, trusting relationships with others.

Purpose in life

Has goals in life and a sense of directedness

Self-acceptance

Posesses a positive attitude towards the self; accepts multiple aspects of self, including good and bad qualities.



Persoonlijk herstel

“having a satisfying, hopeful and contributing life, even with limitations caused by the illness” (Anthony, 1993)”



Wat is persoonlijk herstel?

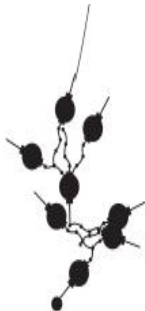
BJPsych

The British Journal of Psychiatry (2011)
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 Boutillier, Julie Williams and Mike Slade





Wat is persoonlijk herstel?

- 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 = CHIME

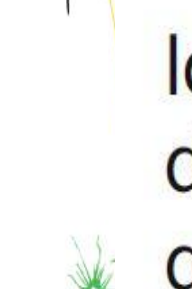


de Vos et al. *Journal of Eating Disorders* (2017) 5:34
DOI 10.1186/s40337-017-0164-0

Journal of Eating Disorders

REVIEW

Open Access



Identifying fundamental criteria for eating disorder recovery: a systematic review and qualitative meta-analysis



Jan Alexander de Vos^{1,2*} , Andrea LaMarre³, Mirjam Radstaak¹, Charlotte Ariane Bijkerk², Ernst T. Bohlmeijer^{1,4} and Gerben J. Westerhof¹





Het onderzoek



Ernst Bohlmeijer



Melissa Chrispijn



Peter ten Klooster



Anja Stevens



Ralph Kupka



Jannis Kraiss

Erica Neutel en Ruben Eijnsink, leden van de Vereniging voor Manisch
Depressieven en Betrokkenen (VMDB)

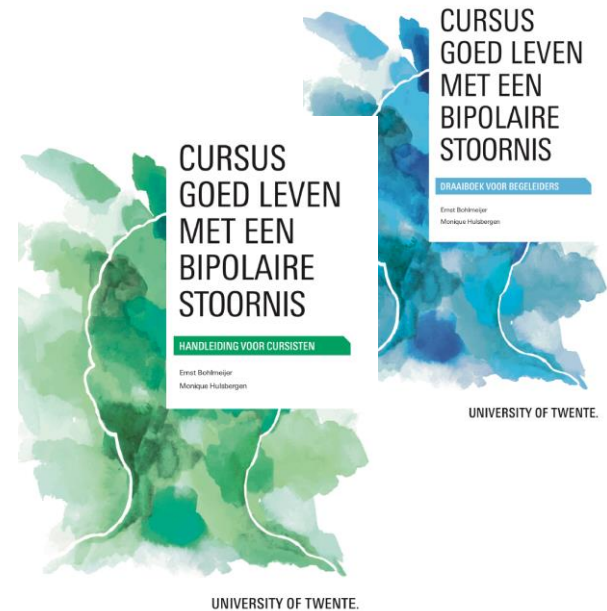
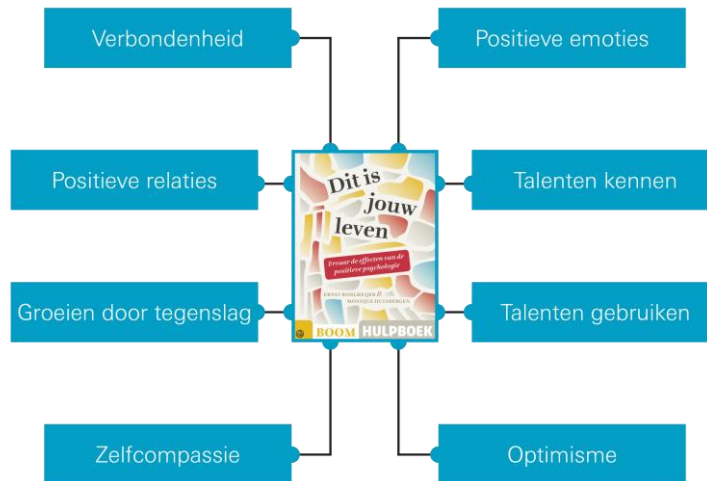




Positieve psychologie

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

Interventie



- *Dit is jouw leven* oorspronkelijk niet ontwikkeld voor BS, interventie voor de doelgroep aangepast
- 8-weekse interventie (1 sessie per week, 2 uur)
- Aangeboden in groepen (5 – 8 personen)



STUDY PROTOCOL

Open Access



B-positive: a randomized controlled trial of a multicomponent positive psychology intervention for euthymic patients with bipolar disorder - study protocol and intervention development

Jannis T. Kraiss^{1*} , Peter M. ten Klooster¹, Melissa Chrispijn², Hester R. Trompetter³, Anja W.M.M. Stevens², Erica Neutel⁴, Ralph W. Kupka⁵ and Ernst T. Bohlmeijer¹





Methode

- Doelgroep: euthyme patiënten met BS
- Doelen: welbevinden en persoonlijk herstel bevorderen, psychopathologie en terugval verminderen
- Controlegroep: CAU
- Vijf meetmomenten



Opbouw groeps cursus

1. Introductie, persoonlijk herstel, compassie
2. Compassie
3. Positieve emoties
4. Met angst voor terugval omgaan
5. Optimisme
6. Sterke kanten
7. Positieve relaties
8. Reflectie



Ervaringsverhalen



Bedankt!

Zijn er nog vragen of onduidelijkheden?

j.t.kraiss@utwente.nl