

Onderzoekers

GGZ Oost Brabant
Rijksuniversiteit Groningen
Amsterdam UMC



Dr. Yvonne Stikkelbroek



Prof. Dr. Maaike Nauta



Prof. Dr. Claudi Bockting



Suzanne Robberegts, MSc.



Bas Kooiman, MSc.

Aanmelden

Mail naar info@stayfine.nl:

- Naam
- Leeftijd
- Telefoonnummer
- E-mailadres
- Toestemming aan de onderzoekers om contact op te nemen over het StayFine onderzoek



info@stayfine.nl



+31613902366



StayFine



StayFine app



stayfine.nl

Even appen?



**Een app-interventie voor positief
herstel na angst en depressie
bij jongeren**



rijksuniversiteit
groningen



GGZ
Oost Brabant



Amsterdam
UMC



accare

StayFine

Wetenschappelijk onderzoek naar positief herstel na angst en depressie bij jongeren

Waarom

Meer dan één op de vijf jongeren krijgt voor zijn 21e te maken met angst en/of depressie. Van alle jongeren die op een bepaald moment herstellen, krijgt ongeveer 60% binnen drie jaar opnieuw angst- en/of depressieve klachten. De StayFine app is gemaakt met als doel om jongeren sterker te maken tegen het terugkeren van deze klachten. Om de app te testen, willen we 254 jongeren 3 jaar volgen.

StayFine App

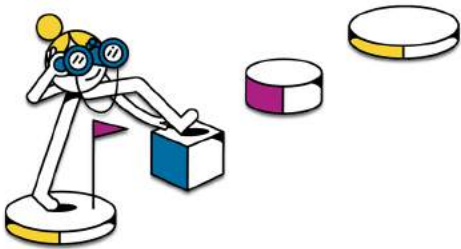
De app bestaat uit:



Monitoren: gedurende 2 weken, 6 keer per dag, tijdens ± 3 minuten gevoelens, gedachten en gedrag bijhouden.



Modules: 6 thema's, waarvan 3 door de deelnemer uitgekozen, geven informatie en opdrachten om een jongere te versterken tegen terugkerende angst- en/of depressieve klachten. Een ervaringsdeskundige (maatje) geeft hier feedback op via de chat in de app.

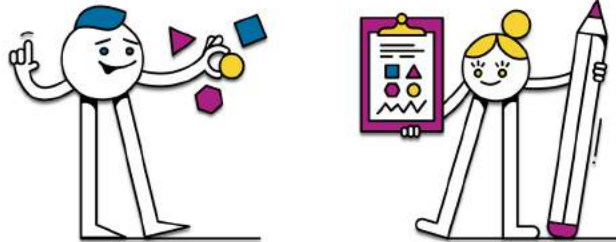


Kan de StayFine app het terugkeren van angst en depressie voorkomen?

Hiervoor vergelijken we het effect van "monitoren en de modules" met "alleen monitoren".

Meedoen

Een deelnemer doet in 3 jaar tijd vijf keer mee aan een online interview, vragenlijsten en monitoren. Ze mogen daarbij een horloge dragen die meet hoeveel ze bewegen. Zo kunnen we bijhouden hoe het met een jongere gaat, en of ze (opnieuw) angst en/of depressieve klachten krijgen. Tussendoor krijgt een deelnemer hier ook af en toe vier vragen over. Toeval bepaalt of een deelnemer de modules wel of niet krijgt.



Investering en vergoeding

Meedoen kost tijd en daarvoor krijgt de deelnemer een vergoeding. Per meting ontvangt een deelnemer tot 18 jaar 5 euro, en vanaf 18 jaar 7 euro in de vorm van een cadeaukaart.

Het online interview kost de eerste keer ongeveer 1,5 uur en daarna steeds rond de 30 minuten. De online vragenlijst kost ongeveer een uur.

1. Het monitoren kost 4,2 uur per twee weken.
2. Als een deelnemer de modules volgt, dan kost dat in totaal ongeveer $\pm 1,5$ uur per week.



Deelnemen

Elke jongere in Nederland kan **wel** meedoen aan het onderzoek als deze:

- In het verleden last had van angst en/of depressie, maar nu niet meer zo'n diagnose heeft.
- 13 t/m 21 jaar oud is.
- Een smartphone met iOS of Android heeft.

Helaas kan een jongere **niet** meedoen als deze:

- Vaker dan 2 keer per maand professionele hulp krijgt voor psychische klachten.
- De Nederlandse taal onvoldoende spreekt of begrijpt.
- Ooit last had van een psychose of een bipolaire stoornis.

Belangrijk

- De StayFine app is in een pilotonderzoek **getest** op bruikbaarheid en positief ervaren.
- Het onderzoek is **vrijwillig**. Stoppen kan dus op ieder moment.
- Het onderzoek is **ethisch** goedgekeurd door de Medisch Ethische Toetsingscommissie.
- Het onderzoek valt onder **geheimhouding**: resultaten worden vertrouwelijk behandeld.
- Ben je onder de 16 jaar? Dan is er ook toestemming van je **ouders** nodig.