

Angst en depressie na hersenletsel

Infographic bij het proefschrift 'Anxiety and depression in people with acquired brain injury: Acceptance and Commitment Therapy as a possible intervention' van **Johanne Rauwenhoff**.

Mensen met niet-aangeboren hersenletsel hebben vaak stemmingsklachten, zoals angst- of depressieve gevoelens. Daarom ontwikkelden we een behandeling: **BreinACT**. BreinACT is gebaseerd op Acceptance and Commitment Therapy en is aangepast aan de behoeften en veelvoorkomende problemen van mensen met hersenletsel.



BreinACT en het meten van effecten

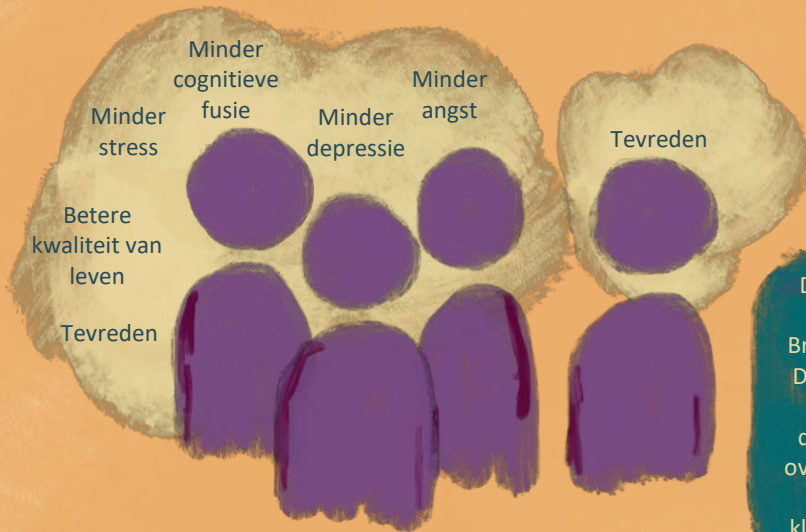


ACT leert mensen om (negatieve) gedachten en gevoelens niet te vermijden of ertegen te vechten, maar om er flexibel mee om te gaan en tegelijkertijd keuzes te maken op basis van wat echt belangrijk voor hen is. Dat wordt **psychologische flexibiliteit** genoemd.

Om te weten of BreinACT werkt willen we meten hoe flexibel mensen omgaan met de klachten waarvoor zij hulp zoeken. De vragenlijsten **Acceptance and Action Questionnaire voor Niet-Aangeboren Hersenletsel** en de **Cognitive Fusion Questionnaire** blijken geschikt voor mensen met NAH.



De eerste deelnemers aan BreinACT



Drie deelnemers hadden binnen 2-6 weken na BreinACT **minder klachten**. Dat was een jaar later nog steeds zo. De vierde deelnemer was **tevreden** over BreinACT, ondanks dat er geen verandering in klachten werd vastgesteld.

Welke behandeling werkt bij wie?

Niet elke behandeling werkt bij iedereen even goed. Sommige kenmerken kunnen het succes van een behandeling voorspellen. Als **persoonlijke voorspellers** ook voor ACT bepaald worden, dan helpt dat zorgprofessionals en patiënten in de toekomst om een behandeling met een goede kans op succes te kiezen.

Persoonlijke voorspellers van minder depressie na cognitieve (gedrags)therapie



Op dit moment voeren we een grootschalige studie uit waarin we BrainACT vergelijken met een psycho-educatie- en relaxatiebehandeling, om de effectiviteit van ACT van mensen met hersenletsel verder te evalueren. Inmiddels weten we dat zowel deelnemers als therapeuten over het algemeen tevreden zijn over BreinACT. De overige resultaten volgen in 2023.