

Engagement hangt samen met afname klachten.

Onderzoek naar de rol van engagement bij de programma's Piekeren, Paniek, Burnout en Somberheid van Therapieland

Hoofdconclusie

Voor alle vier de programma's geldt dat klachten significant zijn afgenomen na het doorlopen van het programma. Gebruikers die meer "engaged" (betrokken) zijn bij de e-Health programma's die ze volgen hebben een grotere afname van klachten. De mate van engagement is verschillend voor mensen met klachten van somberheid, paniek, piekeren en burn-out. Meer inzicht is nodig in hoe engagement kan worden vergroot bij verschillende psychische klachten.

Achtergrond

Onderzoek suggereert dat engagement een belangrijke rol speelt bij de effectiviteit van e-Health interventies. Zo zagen we in [ander onderzoek](#) dat gebruikers die aangeven zich geholpen te voelen na het doorlopen van een programma binnen Therapieland, gemiddeld hogere engagement scores hebben. Het huidige onderzoek bestudeert de rol van engagement en het feitelijke gebruik van de programma's Piekeren, Paniek, Burnout en Somberheid van Therapieland bij de afname van psychische klachten. Inzicht hierin biedt aanknopingspunten voor het beter laten aansluiten van programma's specifiek voor verschillende psychische klachten.

Onderzoeksmaten

Engagement

Dit is de betrokkenheid van de gebruikers met de e-Health module. Engagement wordt gemeten met de TWEETS vragenlijst (Twente Engagement with Ehealth Technologies Scale), ontwikkeld door Universiteit van Twente. Deze lijst meet 3 componenten van engagement:



Gedrags component:

mate van gebruik
(is het een routine?)



Cognitieve component:

motivatie voor het gebruik
(behaal ik mijn doelen?)



Affectieve component:

ervaring met het gebruik
(vind ik het leuk?)

Feitelijk gebruik

De gedragscomponent van engagement benaderen we daarnaast door het feitelijk gebruik in kaart te brengen:

- » Percentage van het aantal gemaakte huiswerkopdrachten
- » Percentage doorlopen stappen van het programma
- » Aantal actieve sessies in het programma





Piekeren

- » Het programma **Piekeren** van Therapieland is een kortdurende (begeleide) online interventie (5-8 weken) voor volwassenen met piekerklachten.
- » Piekerklachten worden gemeten met de Penn State Worry Questionnaire.

Paniek

- » Het programma **Paniek** van Therapieland is een 6-8 weekse begeleide online interventie voor volwassenen.
- » Panieklachten worden gemeten met de Panic Appraisal Inventory.



Overspanning

- » Het programma **Overspanning & burn-out** van Therapieland is een 8-16 weekse begeleide online interventie voor volwassenen.
- » Klachten worden gemeten met de Four-Dimensional Symptom Questionnaire.



Depressie

- » Het programma **Somberheid** van Therapieland is een (begeleide) online interventie voor volwassenen met depressieve klachten.
- » Depressieve klachten worden gemeten met de Patient Health Questionnaire 9.

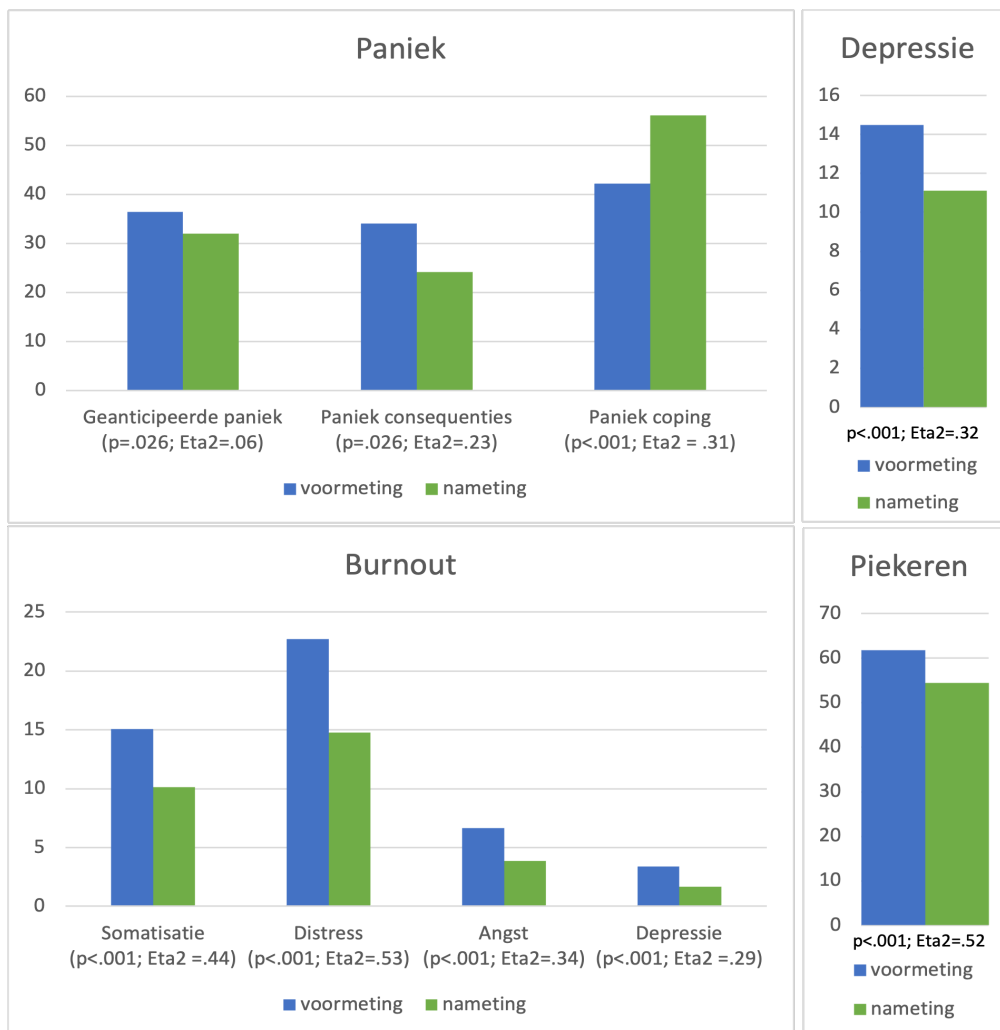


Deelnemers

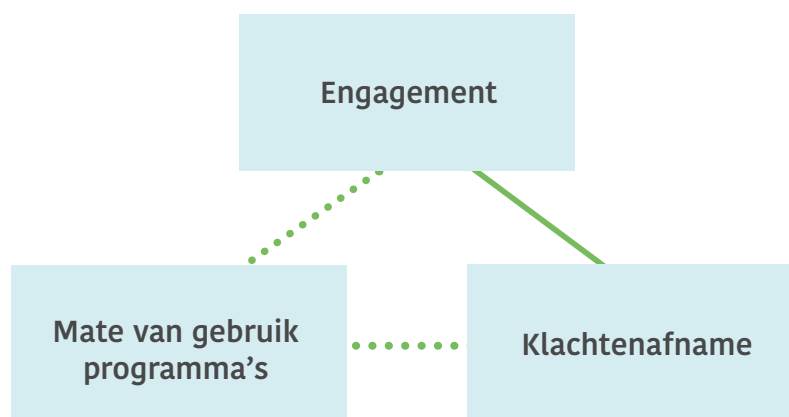
- » 1188 deelnemers, vanaf 18 jaar, die één van de volgende vier begeleide e-health programma's hebben doorlopen: Piekeren (n=258), Paniek (n=79), Burnout (n=754) of Somberheid (n=97) én die de TWEETS en een klachtenvragenlijst voor en na de interventie hebben ingevuld, met tenminste 3 weken hiertussen.

Bevindingen

- » Voor alle vier de programma's geldt dat de klachten significant afnemen na het doorlopen van het programma (methode: herhaalde metingen ANOVA).



- » Een hogere engagement score houdt significant verband met een grotere afname van klachten (methode: ANCOVA).
- » De mate van het feitelijke gebruik houdt slechts zwak verband met een afname van (sommige) klachten (methode: ANCOVA).
- » Er bestaat een zeer zwak significant verband tussen engagement en de feitelijke mate van gebruik voor de 4 programma's tezamen (methode: Pearson correlatie analyse)



Overige bevindingen

- » Er is verschil in mate van engagement en van het feitelijke gebruik voor de vier verschillende psychische klachten (methode: MANOVA):

Engagement:	Burnout > Depressie
Progressie:	Depressie = Piekeren = Paniek > Burnout
Huiswerkopdrachten:	Depressie > Piekeren > Burnout = Paniek
Aantal actieve sessies:	Burnout > Depressie = Paniek

Discussie

Voor alle vier programma's geldt dat engagement samenhangt met een afname van klachten. Gebruikers die meer engaged zijn bij de e-Health programma's die ze volgen hebben een grotere afname van klachten. De mate van engagement en het feitelijke gebruik is verschillend voor de programma's.

Het optimaliseren van engagement lijkt een pad te zijn om interventies zo effectief mogelijk te laten werken. Meer inzicht is nodig in de voorkeuren van mensen met verschillende klachten en de manier waarop zij engaged zijn (gedragmatig, cognitief en affectief). In vervolgonderzoek zijn we in gesprek met gebruikers die laag en hoog engaged zijn, om beter te begrijpen wat maakt dat zij zich al dan niet engaged voelen. Het uiteindelijke doel is dat we leren waar onze programma's zich op moeten richten, zodat zo veel mogelijk gebruikers met verschillende klachten en voorkeuren zich engaged en geholpen voelen.

De mate van het feitelijke gebruik houdt in dit onderzoek nauwelijks verband met de afname van klachten en met de mate van engagement. Oftewel, gebruikers die meer engaged zijn, lijken niet per definitie ook meer gebruik van de programma's te maken. Een mogelijke verklaring voor deze bevindingen is dat er weinig variatie was in de metingen van het gebruik. Dat wil zeggen, bijna iedereen doorliep alle stappen en maakte alle huiswerkopdrachten. Het kan zijn dat andere metingen de gedragscomponent van engagement beter benaderen. Zo kan logdata bijvoorbeeld meer inzicht geven in de routine, duur en manier van gebruik, specifiek voor verschillende onderdelen van programma's. Momenteel zijn we dergelijke, meer sensitieve, maten van engagement aan het onderzoeken.



Tot slot is in dit onderzoek de rol van de therapeut bij de engagement en de afname van klachten van de cliënt onbekend. In toekomstig onderzoek willen we meer inzicht krijgen in de rol van de therapeut hierin. Een manier om dit te onderzoeken is het vergelijken van online interventies waarbij wel en geen therapeut betrokken is (blended care versus zelfhulp). Daarnaast is het interessant om te onderzoeken hoe de engagement van de therapeut met de e-health van invloed is op de engagement en behandeluitkomsten van de cliënt.

**volledige rapportage:
scriptie**



IJ-lab