

IMPLEMENTATIE VAN EEN GEHEUGENTRAINING BIJ DEPRESSIE

Achtergrond: Stel dat je gevraagd wordt om een specifieke autobiografische herinnering op te roepen bij het woord 'blij', dan is dit een mogelijk antwoord: "Ongeveer een jaar geleden was er een feest van mijn goede vriend Pieter, toen voelde ik me blij. Ik herinner me dat ik veel gepraat heb over politiek met Karel en zijn vrouw. Ook herinner ik me de lekkere hapjes." Deze herinnering verwijst naar een welbepaalde gebeurtenis die op een specifiek moment plaatsvond. Niet iedereen is even goed in het ophalen van specifieke gebeurtenissen. Wanneer er sprake is van uitval op deze vaardigheid wordt dat een overalgemeen autobiografisch geheugen (OGM) genoemd. OGM is kenmerkend voor depressieve patiënten en blijkt meer dan louter een symptoom te zijn, het is een kwetsbaarheidsfactor voor depressie, die bovendien de kans op terugval verhoogt. Er zijn meerdere psychologische mechanismen die samengaan met OGM en die verklaren hoe OGM kan leiden tot het ontstaan of voortbestaan van depressieve klachten: (1) rumineren, een soort piekeren over eigen klachten en de oorzaken ervan, (2) minder goed zijn in probleemoplossende vaardigheden, (3) vaker wanhopige gedachten over de toekomst (door een verminderd vermogen om toekomstplannen te maken) en (4) een verhoogde kwetsbaarheid voor posttraumatische klachten (door een verminderde blootstelling aan negatieve herinneringen).

Professor Filip Raes (KU Leuven) en collega's ontwikkelden een Geheugenspecificiteitstraining (GeST) om deze kwetsbaarheidsfactor te remediëren. De voorlopige resultaten zijn positief: in alle (internationale) studies neemt de geheugenspecificiteit van de deelnemers toe. Er is ook evidentie voor de positieve impact van de training op de samenhangende mechanismen (zie boven) en de depressieve klachten. Bovendien is de verwachting dat deze patiënten door 'specifieker' te worden ook meer baat zullen hebben bij andere therapeutische interventies, gezien concreet zijn vaak een belangrijke hefboom is hierbij.

Doelstelling: We weten dat behandelingen of trainingen die in onderzoek werken niet zomaar gekopieerd kunnen worden naar klinische settings. Om deze reden gaat het doctoraatsproject van klinisch psycholoog en psychotherapeut Kris Martens over het aanpassen van GeST aan klinische settings in Vlaanderen. Dit is reeds gebeurd in een aantal GGZ-afdelingen, de ervaringen uit deze eerste implementaties leidden tot een online train-de-trainer protocol dat afdelingen maar ook ambulante teams in staat stelt om de training in deze aanvullende methodiek voor behandeling van depressie te implementeren op een flexibele manier.

Methode: Het implementatietraject van de GeST wordt in deelnemende settings en teams onderzocht op verschillende dimensies: (1) effectiviteit: leidt implementatie van de flexibele vorm van GeST tot verbeterde geheugenspecificiteit bij de patiënten? (2) attitudes van stakeholders: wat zijn de attitudes van teamleden (zowel leidinggevend als hulpverleners) over factoren relevant voor de effectieve implementatie op verschillende momenten in het implementatie-proces?, (3) fidelity: leidt het gebruik van het online train-de-trainer protocol tot een implementatie waarin de training gegeven wordt zoals bedoeld? (4) patiëntentevredenheid.



Planning: Team algemene psychiatrie doet mee aan deze studie. De onderzoeksaanvraag werd goedgekeurd door de stuurgroep Wetenschappelijk Onderzoek en Vorming van de Alexianen Zorggroep Tienen. De eerste drie stappen werden doorlopen (attitudes werden gemeten, het team kreeg toegang tot het online train-de-trainer protocol en de attitudes werden een tweede keer gemeten) en de start van de training staat gepland.

Conclusie: Het onderzoek naar de implementatie van de geheugenspecificiteitstraining werd in 2017 voorbereid en opgestart en zal in 2018 afgerond worden.

Kris Martens (KuLeuven), Prof. dr. Filip Raes (KuLeuven) en Gert Acke (AZT)