

Thuis oefenen bij CGT voor kinderen met angst

De rol van ouders



**Universiteit
Leiden**
The Netherlands

Annelieke Hagen, MSc
Psychologe en promovenda bij Universiteit Leiden
a.hagen@FSW.leidenuniv.nl



Disclosure/belangen spreker

Geen belangenverstrengeling

Geen (potentiële) belangenverstrengeling

Voor bijeenkomst mogelijk relevante relaties¹

- Sponsoring of onderzoeksgeld²
- Honorarium of andere (financiële) vergoeding³
- Aandeelhouder⁴
- Andere relatie, namelijk ...⁵

Bedrijfsnamen

-
-
-
-

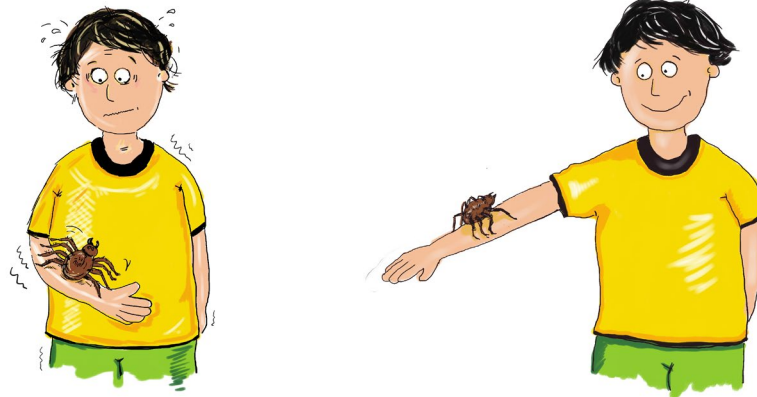
CGT & thuis oefenen

- Cruciaal
 - Versterken en behouden van effect, generalisatie
- Moeilijk
 - Motivatie
 - Tijd
 - Middelen
 - Onopvallend veiligheidsgedrag



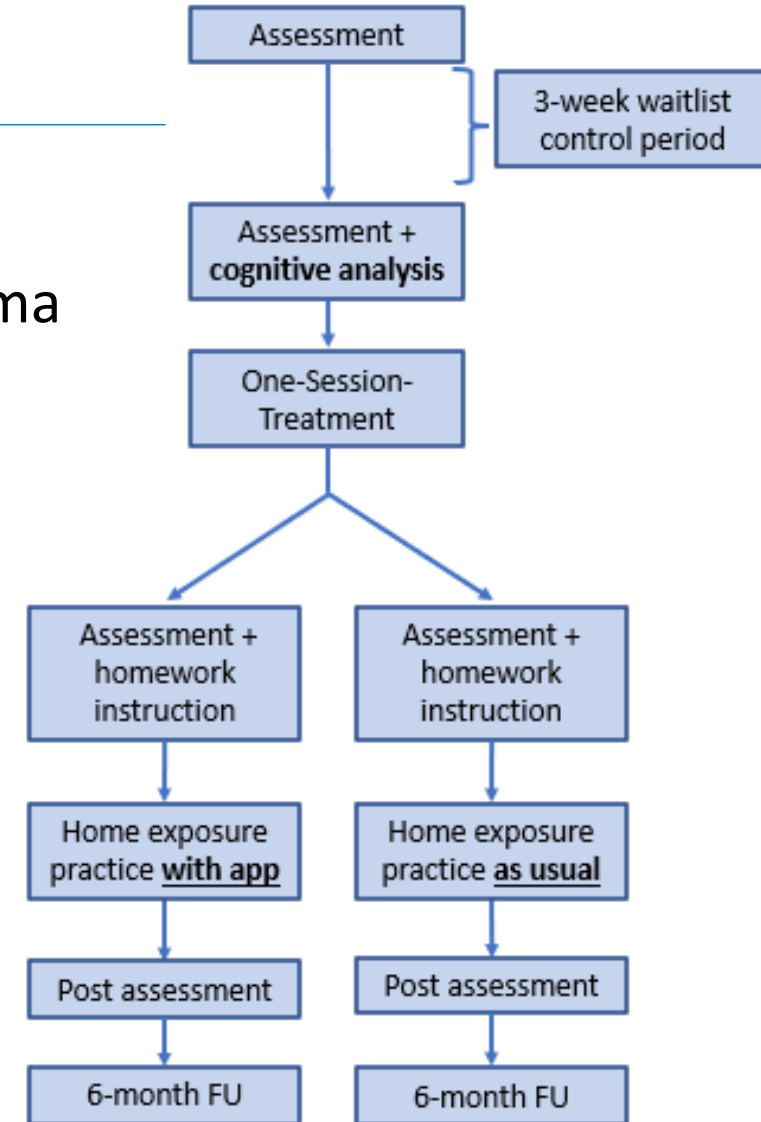
CGT & thuis oefenen

- Wat zegt de literatuur
- Hoe integreren we dit in de KibA studie



Kinderen bedwingen angst (KibA)

- Effectiviteit van OST in Nederland en Duitsland, RCT
- Toegevoegde waarde van een gestructureerd huiswerk programma via een app
- Alle fobieën welkom!
- Nog geen resultaten, maar veel geleerd (173 gezinnen)



One-session treatment

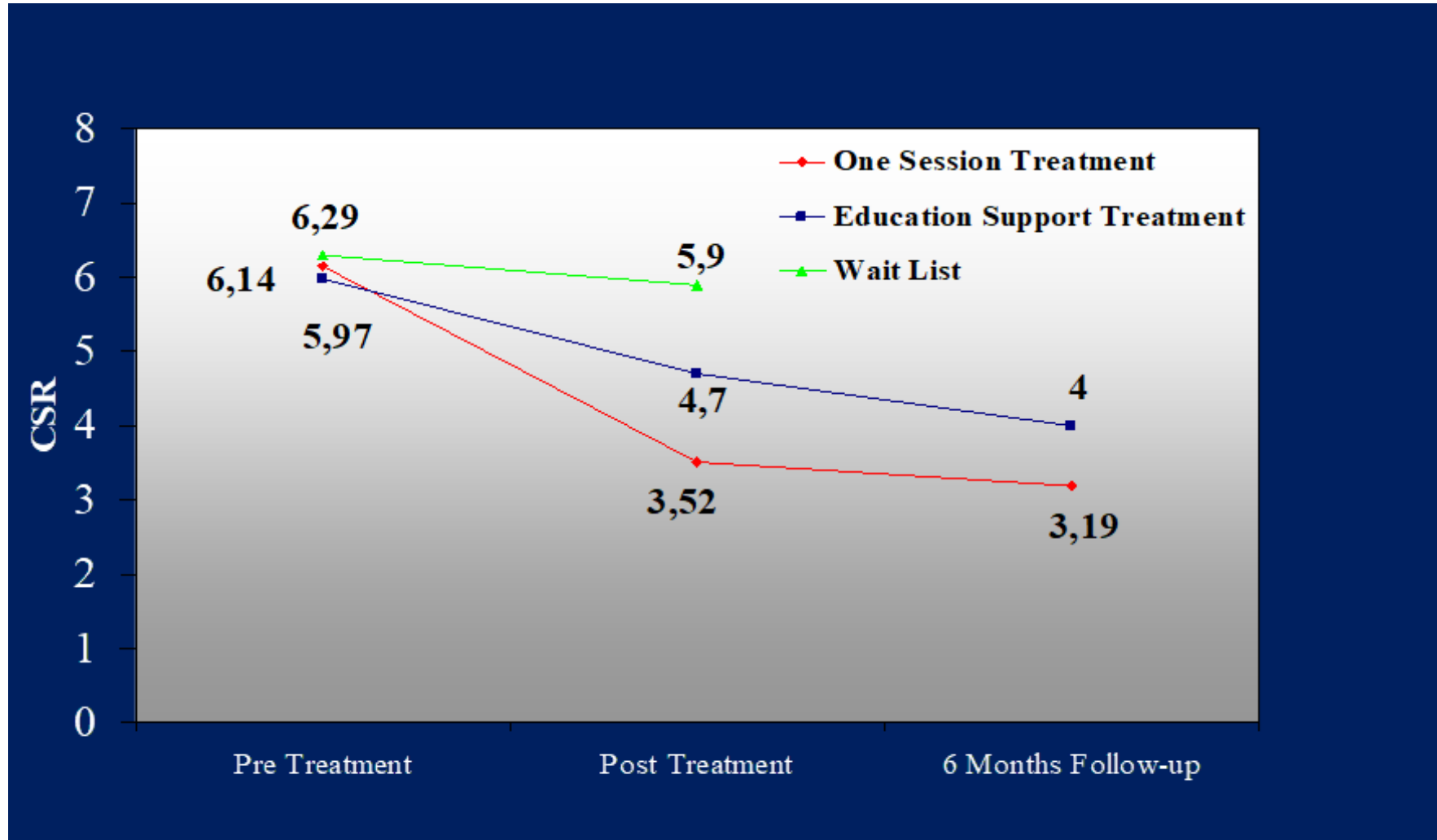
→ Nieuwe methode & meer doen wat werkt

- Bestaat uit 1 intensieve exposure sessie van 3 uur
 - in-vivo exposure, modeling, bekrachtiging
- Voorafgegaan door een cognitieve-gedragsanalyse
- Gevolgd door een periode van thuis oefenen

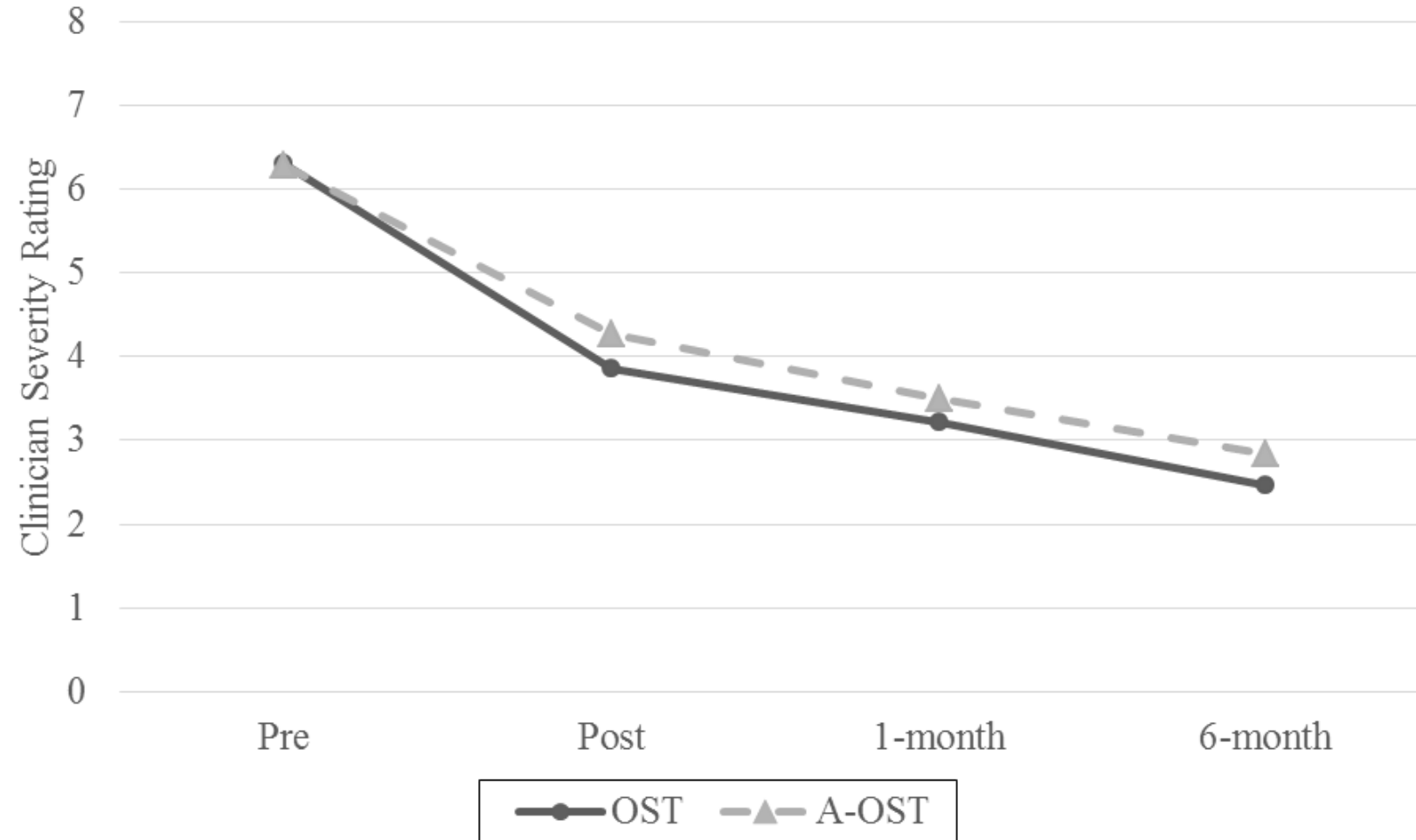


OST effectiviteit

Ernstbeoordeling clinicus op voormeting/nameting/6 maanden



OST en A-OST



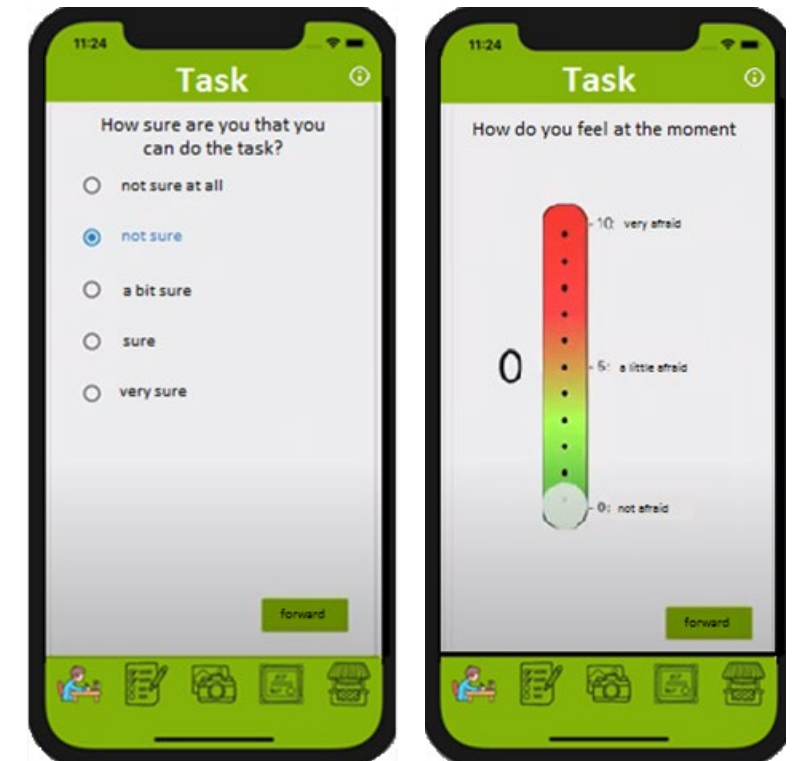
11 aandachtspunten voor goed huiswerk

1. Mogelijkheden creëren voor verwachtingsdisconfirmatie

- Cognitieve analyse & vragen over angstige verwachting voor en na de oefening

2. Gepersonaliseerde oefeningen

- Gemaakt door kinderen met hun therapeut (en hulp van ouders)

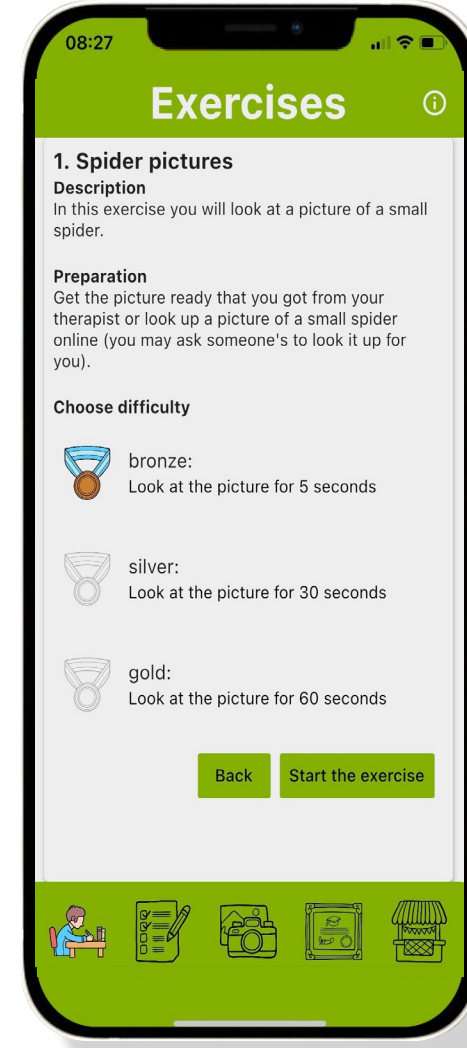
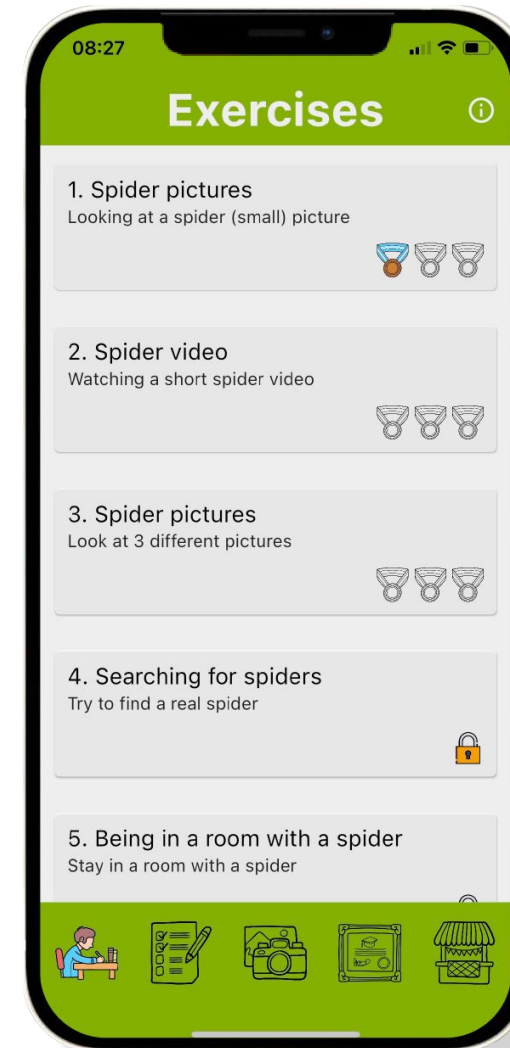


3. Meerdere contexten

- Oefen met verschillende interne en externe contexten

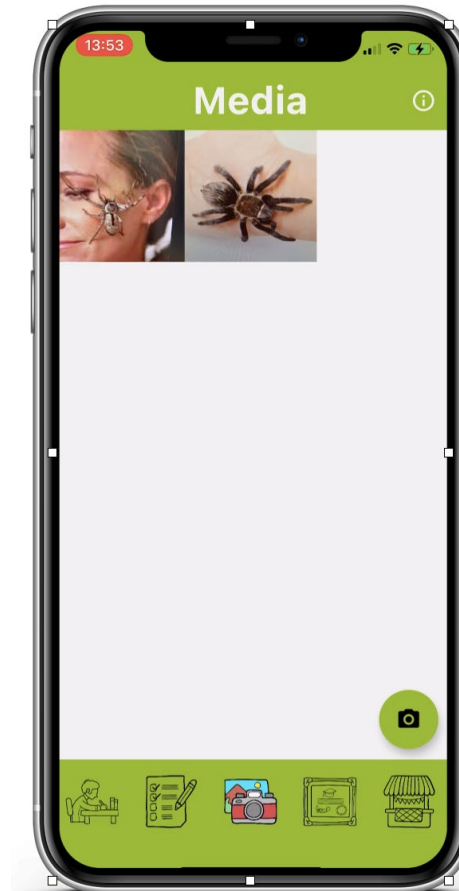
4. Graduele exposure?

- In KibA: levels ietwat gradueel; vrije taak keuze
- Bij volwassenen aanwijzingen dat flooding effectiever kan zijn – bij kinderen onduidelijk
- De Jong, 2023: Grote stappen niet effectiever dan kleine stappen
 - Meer stappen beter dan minder?



5. Mentale oefening/herhaling*

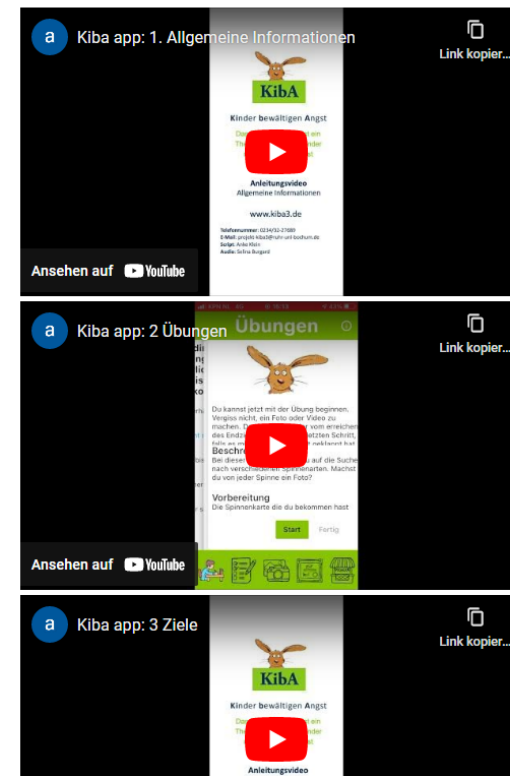
- Versterkt toegankelijkheid van de leerervaring (retrieval) en verhoogd motivatie



Video Deutsch

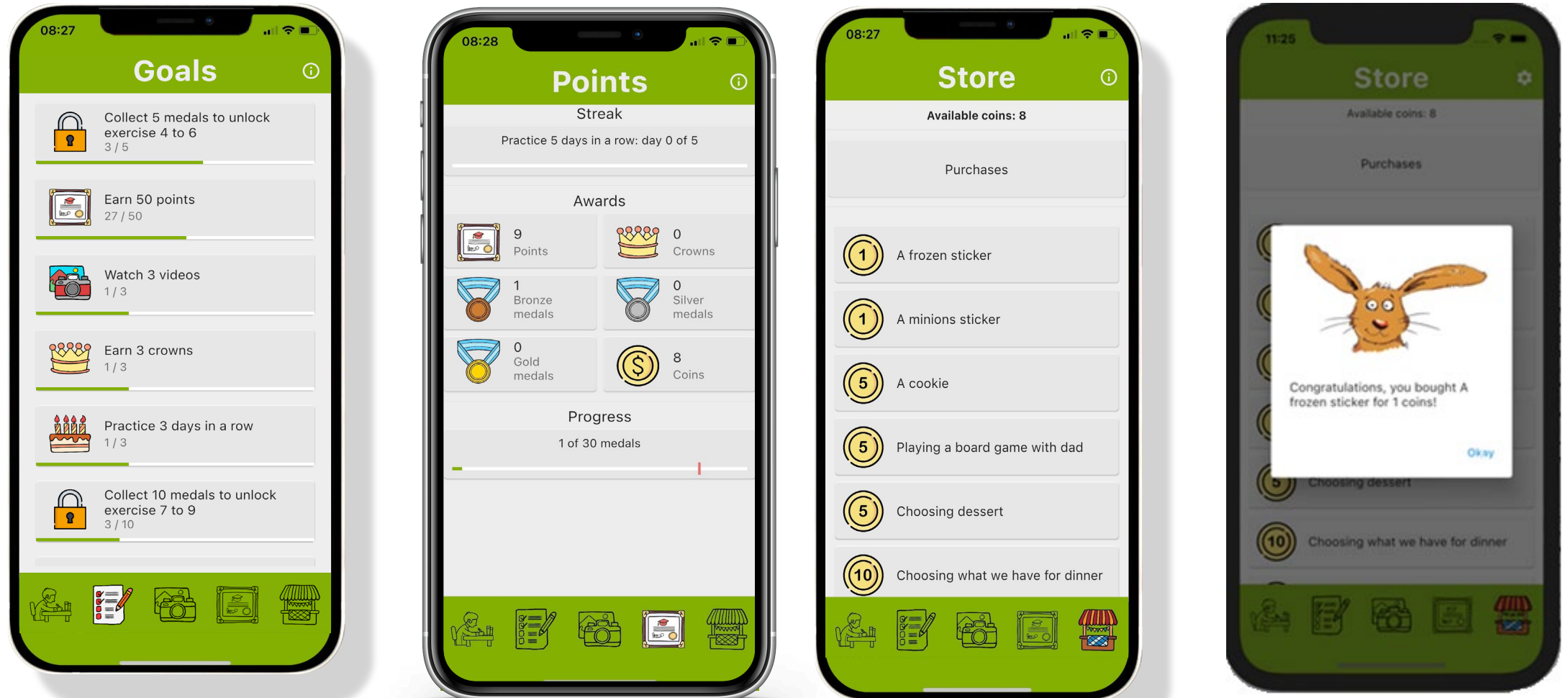
6. Psychoeducation

- Motivatie, betrokkenheid, goed oefenen



7. Contingency management

- Belongingen - gamification



8. Monitoren

- Kan helpen bij verwachtingsdisconfirmatie en geheugenconsolidatie
- Vragen voor en na de oefening

9. Samen ontwikkelen - gebruiksvriendelijkheid



10. Instructies en begeleiding van de therapeut

- Contact met de therapeut vergroot gebruik van programma's, motivatie, minder drop-out

11. Ouders/omgeving betrekken

- Toegevoegde waarde van ouders betrekken in therapie?
- Faciliteren
- Bewust van eigen rol, accommodatie, veiligheidspersoon

Ouders betrekken

- Exposure in sessie vs behoorlijk zelfstandig vs begeleid door ouders – nauwelijks verschillen!
 - Onderzoekscontext vs natuurlijke setting

Concluding remarks



- Exposure materiaal verzamelen is best lastig; al helemaal voor gezinnen!
- Werk samen en wees creatief



Dank voor de aandacht!

Research team

PI Dr. Anke Klein
Prof. Dr. Silvia Schneider
Prof. Dr. Tom Ollendick
Prof. Dr. Maaïke Nauta
Prof. Dr. Anika Bexkens
Dr. Esther de Bruin
Prof. Dr. Ron Rapee
Prof. Dr. Susan Bögels
PhD candidates:
Robin Zimmerman
Annelieke Hagen



Relevante Literatuur

- Craske, M. G., Treanor, M., Zbozinek, T. D., & Vervliet, B. (2022). Optimizing exposure therapy with an inhibitory retrieval approach and the OptEx Nexus. *Behaviour Research and Therapy*, 152, 104069.
- de Jong, R., Hofs, A., Lommen, M. J., van Hout, W. J., De Jong, P. J., & Nauta, M. H. (2023). Treating specific phobia in youth: A randomized controlled microtrial comparing gradual exposure in large steps to exposure in small steps. *Journal of anxiety disorders*, 96, 102712.
- de Jong, R., Lommen, M. J., van Hout, W. J., Kuijpers, R. C., Stone, L., de Jong, P., & Nauta, M. H. (2023). Better together? A randomized controlled microtrial comparing different levels of therapist and parental involvement in exposure-based treatment of childhood specific phobia. *Journal of Anxiety Disorders*, 100, 102785.
- Klein, A. M., Hagen, A., Mobach, L., Zimmermann, R., Baartmans, J. M., Rahemenia, J., ... & Ollendick, T. H. (2024). The Importance of Practicing at Home During and Following Cognitive Behavioral Therapy for Childhood Anxiety Disorders: A Conceptual Review and New Directions to Enhance Homework Using Mhealth Technology. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 1-24.