

Literatuurstudie

Psychologische e-health behandelingen voor mensen met een verstandelijke beperking

E-health behandelingen - oftewel behandelingen met behulp van digitale ondersteuning, zoals videobellen of apps - laten bij de algemene bevolking positieve effecten zien bij het verminderen van depressies, angsten, alcoholmisbruik en andere psychische problemen. De Academische Werkplaats Leven met een verstandelijke beperking (AWVB) inventariseerde of er ook voor mensen met een verstandelijke beperking psychologische e-health behandelingen worden ingezet, welke kenmerken deze behandelingen hebben en voor welk type problematiek ze geschikt zijn.

Over het onderzoek

Het onderzoek bestond uit een systematische literatuurstudie. Na de screening van artikelen zijn 33 wetenschappelijke studies geselecteerd waarin een vorm van e-health werd gebruikt in de behandeling van probleemgedrag en/of psychische problematiek bij mensen met een verstandelijke beperking. Van deze studies werd geregistreerd:

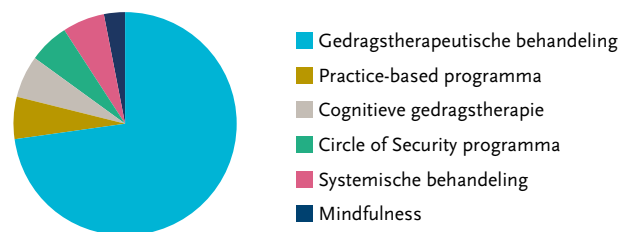
- 1) kenmerken van de psychologische e-health behandelingen
- 2) kenmerken van de behandelde deelnemer met een verstandelijke beperking
- 3) kenmerken van de behandelaar/trainer
- 4) inhoudelijke beschrijving van de e-health behandelingen

Resultaten

1. KENMERKEN VAN DE PSYCHOLOGISCHE E-HEALTH BEHANDELINGEN

De meeste e-health behandelingen worden individueel bij mensen met een verstandelijke beperking zelf uitgevoerd. Het valt op dat een groot deel van de behandelingen op de woning of werkplek (of dagbesteding) vorm krijgt. De inzet van e-health kan bijdragen aan het oplossen van praktische of logistieke problemen die het naar therapie gaan belemmeren. Ook kan e-health het toepassen van de geleerde vaardigheden uit de therapie in het dagelijks leven vergemakkelijken. De meest ingezette e-health behandelingen zijn gedragstherapeutische behandelingen.

Welk type behandeling werd ingezet?



2. KENMERKEN VAN DE BEHANDELDE DEELNEMER MET EEN VERSTANDELIJKE BEPERKING

Kinderen en volwassenen met een matig of ernstig verstandelijke beperking die zelfbeschadigend gedrag, stereotype gedrag of probleemgedrag laten zien, ontvangen het vaakst e-health behandelingen. De behandelingen bij deze doelgroep richten zich op het aanleren van adaptief gedrag en afleren van probleemgedrag. Een derde van de e-health behandelingen is gericht op angst- en stemmingsstoornissen bij mensen met een licht of matig verstandelijke beperking.

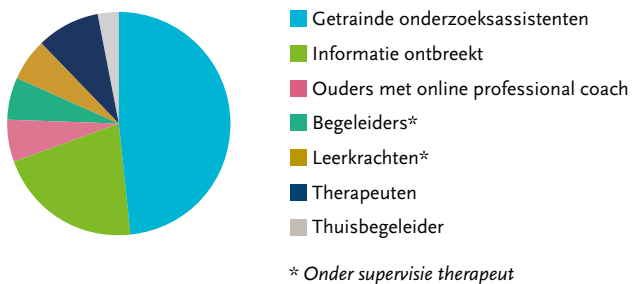
Niveau van cognitief functioneren deelnemers



3. KENMERKEN VAN DE BEHANDELAAR/UITVOERENDE PROFESSIONAL

Een therapeut als supervisor begeleidt en ondersteunt alle psychologische e-health behandelingen. Een enkele behandeling voert de therapeut ook zelf uit. Soms zijn begeleiders, leerkrachten en ouders degenen die de e-health behandeling uitvoeren. En soms zijn zij betrokken als informant met ervaringskennis over hun cliënt/leerling/kind.

Wie voert behandeling uit?



4. INHOUDELIJKE BESCHRIJVING VAN DE E-HEALTH BEHANDELINGEN

Er zijn vier vormen te onderscheiden in de manier waarop digitale ondersteuning wordt ingezet bij de e-health behandelingen. Deze sluiten elkaar niet uit en overlappen elkaar vaak deels:

a. Gebruik van afbeeldingen en videoclips om te communiceren over doelgedrag

Behandelingen waarbij de deelnemer via een tool - zoals een tablet - digitale afbeeldingen en videoclips bekijkt van het gewenste gedrag of van een aangeleerde vaardigheid. Dit gebeurt zowel vooraf, in de beoogde situatie zelf of achteraf in de situatie waarin het gewenste gedrag getoond zou moeten worden.

b. Mediatiebenadering met professionele ondersteuning op afstand

Bij behandelingen waarbij de professional de persoon met een verstandelijke beperking of zijn ouders coacht bij het omgaan met emoties en bij het aanleren van meer adaptief gedrag, is de professional op afstand en vindt de coaching plaats via direct contact (videobellen) of indirect contact (berichten).

c. Cognitieve gedragstherapie met ondersteuning van de computer

Bij behandelingen waarbij cognitieve gedragstherapie plaatsvindt via een computerprogramma, maakt dit programma gebruik van avatars (digitale personages), sociale verhalen of oefeningen om angst te verminderen. En om vaardigheden te trainen die gericht zijn op beter omgaan met angst.

d. Sensortechnologie

Voor gedragstherapeutische behandelingen van zelfverwondend, stimulerend of storend gedrag (zoals gillen) bij mensen met een ernstig verstandelijke en meervoudige beperking, wordt sensortechnologie ingezet. De sensors detecteren doelgedrag, waarna een favoriet muziekje of filmpje volgt als beloning voor gewenst gedrag. Of aversieve prikkels voor ongewenst gedrag.

Conclusies

E-health is steeds vaker een onderdeel van verschillende vormen van individuele behandeling voor probleemgedrag en/of psychische problematiek bij mensen met een verstandelijke beperking. Ook schept het de mogelijkheid om begeleiders en ouders direct en actief te coachen bij de uitvoering van de behandeling, onder supervisie van een gekwalificeerde behandelaar. Ondanks de beschreven resultaten is het belangrijk om op te merken dat psychologische e-health behandelingen bij mensen met een verstandelijke beperking nog in de kinderschoenen staan en verder onderzoek vragen.

Auteurs: Cathelijin Oudshoorn (ASVZ & AWVB), dr. Noud Frielink (AWVB), dr. Sara Nijs (AWVB) en prof. dr. Petri Embregts (AWVB)

Dit factsheet is gebaseerd op het artikel [Psychological eHealth interventions for people with intellectual disabilities: A scoping review](#) (C.E.M. Oudshoorn, N. Frielink, S.L.P. Nijs en P.J.C.M. Embregts, 2021)

Meer weten? Neem dan contact op met Lucienne Heerkens, kennismanager van de AWVB:
g.c.j.heerkens@tilburguniversity.edu

www.awvb.nl