



---

# Uitkomstenmanagement: onze ACT-groepswerking



# Uitkomstenmanagement is nuttig...

---

- 'Meten is weten...'
  - Vaak geproclameerde stelling
- 'als je weet wat je meet.'
  - Eigen toevoeging

Wat we willen zeggen is dat je metingen moeten aansluiten op je model en je hypothesen

-> Uitkomstenmanagement moet doordacht zijn!



# In deze 15 minuten:

---

- Wat is ACT
  - Metingen
  - Resultaten
  - Discussie
- 
- Maar eerst: een korte kadering van ons project



# Kadering van ons project

---

- ACT-groepswerking (*mede gefinancierd door stad Sint-Niklaas*)
- Groepen van  $\pm 8$  personen
- 8 wekelijkse sessies van 2 uur
- Zowel met adolescenten als volwassenen
- Reeds 4 groepen gedaan, nog eens 4 eind 2009, ...



# Wat is ACT

---

- ACT staat voor Acceptance en Commitment Therapy, een recente derde generatie gedragstherapie (samen met oa MBCT, DGT, BA...) die wetenschappelijk onderbouwd is (RFT)
- Empirisch bruikbaar gebleken bij tal van problematieken zoals angst, depressie, PTSD, OCD, anorexia...



- 
- Is een model, geen set technieken
  - Is experiëntieel werken, geschikt zowel preventief als curatief, individueel als in groep
  - Uitgangspunt: normale menselijke processen kunnen lijden veroorzaken / instandhouden



- 
- Het proces/de val waar mensen door in problemen geraken/blijven, is experiëntiële vermijding
    - Dit is het (proberen) vermijden of veranderen van innerlijke ervaringen net zoals we zaken in de buitenwereld vermijden
  - Dit proces leidt vaak tot een escalatie van problemen (oplossing is deel van het probleem) én een inperking van de kwaliteit van leven



- 
- Acceptance en Commitment Therapy probeert:
    - Mensen hun gedachten, gevoelens, herinneringen...te leren aanvaarden zoals ze zijn  
(is niet hetzelfde als het goedkeuren!)
  - EN
  - Ondertussen hun leven waardevol vorm te geven



---

## DUS:

- We willen meer aanvaarding
  - Een vragenlijst hiervoor is essentieel
- We willen een betere kwaliteit van leven
  - Een vragenlijst hiervoor is eveneens essentieel
- Op termijn willen we ook een vermindering van symptomen
  - Best ook hiervoor een vragenlijst

-> drie vragenlijsten voor ons model



# Metingen

---

- Onze metingen: 3 instrumenten:
  - AAQ-II-NL (Jacobs et al, 2008): meting van aanvaarding, en dus de tegenhanger van experiëntiële vermijding en de procesvariabele waarop we willen inwerken
  - MANSA (Van Nieuwenhuysse, Schene, Koeter, 2000): meting van kwaliteit van leven
  - DASS (De Beurs et al, 2007): symptoomschaal depressie, angst, stress



---

□ 3 meetmomenten:

- T1: voor sessie 1
- T2: na sessie 8
- T3: 3 maand follow-up (volgende week)

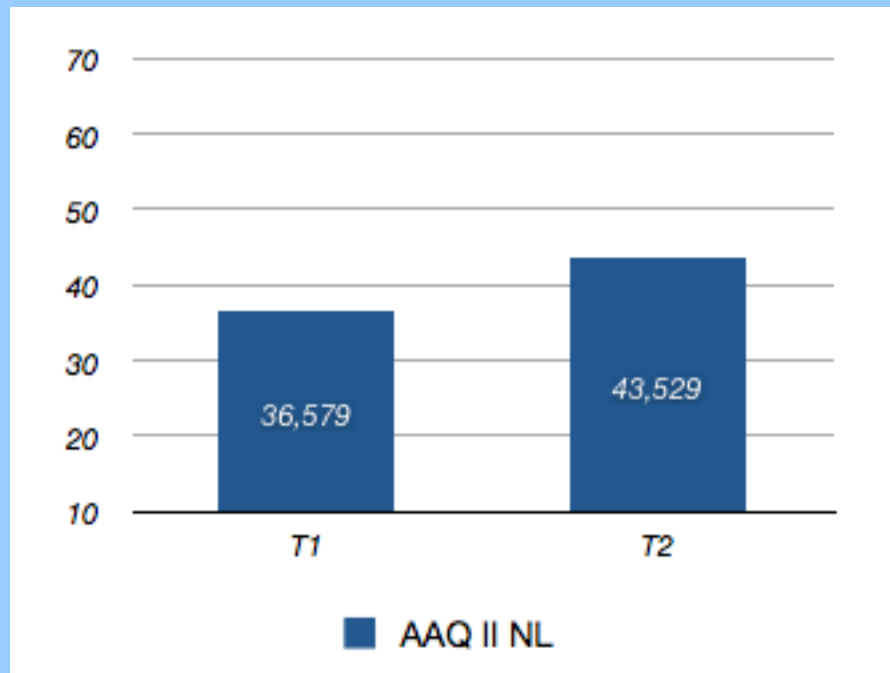
□ Hypotheses:

- 1°: stijging op de AAQ-II-NL (!)
- 2°: MANSA: eventueel stijging op T2, zeker op T3
- 3°: DASS: niets specifiek op T2 (!), daling op T3



# Resultaten

## □ AAQ-II-NL

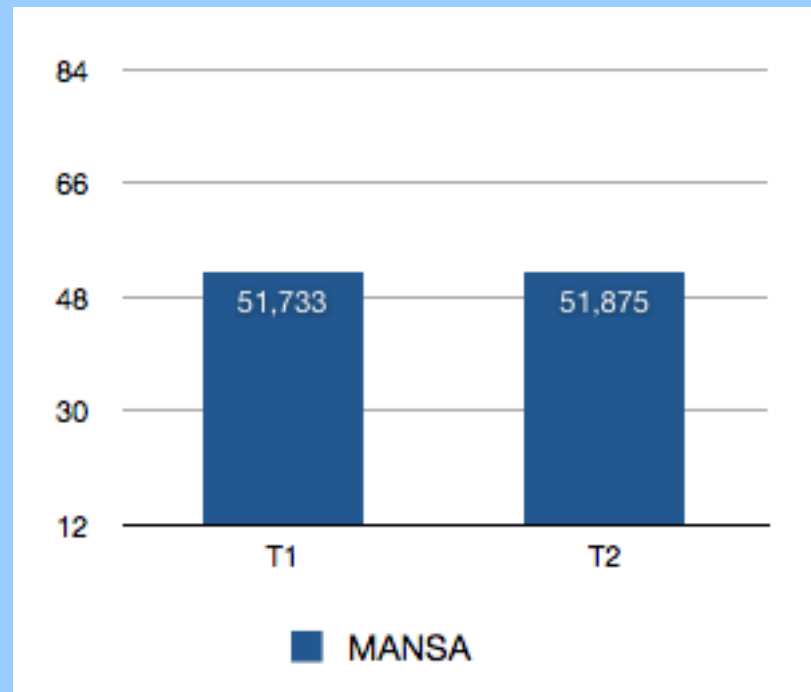


*significante verandering*

$t(16) = -3,709, p < .01$



## □ MANSA

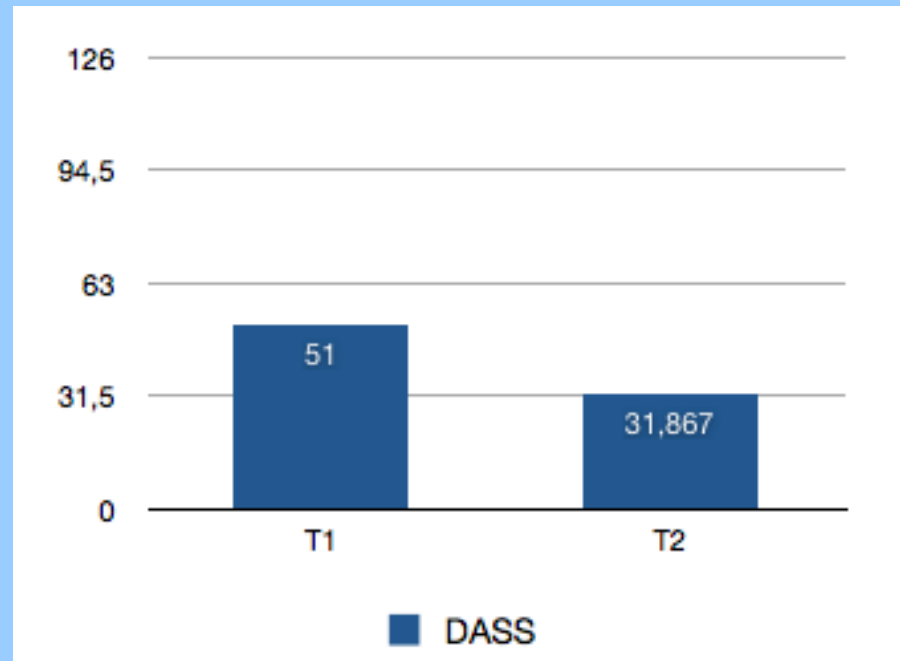


geen significante verandering

$t(11) = -0.342, p < .05$



## □ DASS



significante verandering

$t(13)=2.770, p < .05$



# Discussie

---

- Resultaten (enkel T1-T2)
  - AAQ stijgt significant: goed!
  - MANSA niet significant verschillend
  - DASS daalt significant (halveert zelfs): onverwacht goed, zeker gezien AAQ meting
- Opmerkingen:
  - DASS moet laag blijven op T3; wat met mediatie (met 3 metingen niet te weten)?
  - MANSA moet stijgen op T3



- 
- Meten is weten als je weet wat je meet:
    - Merk op dat we zonder de AAQ eerder gealarmeerd zouden zijn door de daling op de DASS
    - De daling van de DASS op T2 doet ons vragen stellen over de verwachte mediatie van aanvaarding.
      - Bij volgende groepen 5 metingen ipv 3 zodat we deze mediatie kunnen onderzoeken.
    - > Dus je opzet en gebruik van je metingen interpreteren en eventueel aanpassen.



- DUS: meten zonder weten wat je meet is als



- schieten met een boog zonder een doel te hebben; je weet nooit of je goed bezig bent!



---

# Bedankt voor jullie aandacht!

Meer weten over onze ACT groepswerking voor jongeren:

- Workshop morgen om ...u, lokaal...
- Workshopdag in Sint-Niklaas op 9 maart 2010