

# Dappere Kat; groepspreventieprogramma voor basisschoolkinderen met verhoogde angstklachten

## Inside Out – Academische Werkplaats Jeugd Nijmegen

### Wat is het?

Onderzoek naar de effectiviteit van de groepsversie van het angstpreventieprogramma Dappere Kat, aangeboden op basisscholen aan kinderen van 8–12 jaar met verhoogde angstklachten.

### Aanleiding

Angst is de meest voorkomende psychische klacht bij kinderen, adolescenten en jongvolwassenen. Op de basisschool heeft 5-30% van de kinderen al last van beginnende angstproblemen. Het trainingsprogramma Dappere Kat heeft zich als individuele aanpak in binnen- en buitenland bewezen. Als groepstraining is Dappere Kat alleen in de VS onderzocht en effectief bevonden. Deze versie is vertaald, bewerkt en ingekort tot 12 sessies. Het is een training waarin kinderen met beginnende angstproblemen van 8–12 jaar in 12 sessies op school werken aan hun angstklachten, weerbaarheid en zelfvertrouwen.

### Het onderzoek

Doel van dit onderzoek is (1) vast te stellen hoe effectief het groepsprogramma is bij Nederlandse kinderen in het verminderen van angstklachten en (2) vast te stellen wat de werkzame onderdelen van het groepsprogramma zijn. Op vijf basisscholen werden kinderen van 8–12 jaar gescreend met een angstvragenlijst (SCAS). Kinderen met verhoogde angstklachten werden uitgenodigd om deel te nemen aan het onderzoek en willekeurig verdeeld over twee groepen (de training of een controlegroep). De training werd aan 66 kinderen gegeven door getrainde psychologen en orthopedagogen. Voorafgaand, gedurende, na afloop van de training en nogmaals na 3 maanden werden vragenlijsten ingevuld over onder andere angstsymptomen, zelfvertrouwen en probleemoplossingsvaardigheden. De 75 kinderen in de controlegroep vulden alleen de vragenlijsten in en konden de training alsnog volgen na de laatste meting.

### Resultaten

Uit de ervaringen tijdens de training blijkt dat onder meer de nadruk op doen – in plaats van erover praten en denken – belangrijk is voor het succes van het programma. Dit maakt het bij uitstek geschikt voor jonge kinderen en ook voor kinderen die minder cognitief en taalvaardig zijn. In het groepsprogramma zijn de elementen uit het oorspronkelijke werkzame programma behouden gebleven, zoals blootstelling aan angstige situaties, ontspanning en cognitieve technieken. Factoren die verder van belang geacht worden, zijn het versterken van het sociale netwerk van kinderen, het kinderen leren gebruik te maken van sociale steun, het bevorderen van sociale vaardigheden en het oefenen in veel verschillende alledaagse situaties thuis en op school.

## Toepassing en toekomst

### Praktijk

In een implementatieproject wordt het programma in samenwerking met basisscholen en ouders doorontwikkeld en gebruiksvriendelijker gemaakt. Studenten van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen (HAN) brengen samen met Zorgbelang Gelderland de wensen en behoeften van leerkrachten, trainers, kinderen en ouders in kaart. Het programma wordt daaraan aangepast. Indien mogelijk zal dit programma ook nog in een pilot getest worden en zal het waar nodig verder bijgesteld worden. Naast een aangepaste versie van het programma met handleiding worden adviezen voor verdere implementatie ontwikkeld. Zo nodig zal het geüpdatete programma opnieuw onderzocht moeten worden op effectiviteit. Verdere implementatie zal gecoördineerd worden door het Trimbos Instituut.

Dappere Kat past binnen de doelstellingen die scholen in het kader van Passend Onderwijs nastreven. Ter discussie staat nog door wie Dappere Kat het best gegeven kan worden. Moet dat een ggz-professional (psycholoog/orthopedagoog) zijn of kan een getrainde intern begeleider van een basisschool het programma ook geven? In bovengenoemd implementatieproject zal ook verkend worden hoe diverse betrokkenen hier tegenaan kijken.

### Onderzoek

Indien het implementatieonderzoek leidt tot grote, fundamentele aanpassingen (bijv. verdere inkorting) zal het programma opnieuw onderzocht moeten worden op effectiviteit.

### Beleid

In overleg met de beleidsmakers (van bijvoorbeeld gemeenten), zorg (zoals de GGD) en het onderwijs zal gekeken moeten worden hoe de preventie van angstklachten structureel meer aandacht kan krijgen binnen basisscholen. Hierbij kan gedacht worden aan het regelmatig screenen op beginnende angstsymptomen. Ook zal besproken moeten worden hoe het programma ingebed kan worden binnen de structuur van het Passend Onderwijs in samenwerking met de Jeugdhulp.

#### Projectgegevens

*Titel* Dappere Kat; groepspreventie-programma voor basisschoolkinderen met verhoogde angstklachten

*Uitvoering door* Inside Out – Academische Werkplaats Jeugd Nijmegen

#### Contactgegevens

Rowella Kuijpers  
[r.kuijpers@ru.nl](mailto:r.kuijpers@ru.nl)

Manon van Starrenburg  
[m.vanstarrenburg@ru.nl](mailto:m.vanstarrenburg@ru.nl)

augustus 2017

#### Producten en publicaties

- [www.insideout.nl](http://www.insideout.nl)
- Artikel in *BMC Psychiatry*
- Artikel in *Prevention Science*
- Artikel *Mediators of (a group-based) cognitive behavioural therapy in children with elevated levels of anxiety* (submitted)
- Artikel *The role of therapeutic alliance during a group-based CBT in a prevention sample of anxious youth* (in preparation)
- Artikel *The moderating role of maternal anxiety and depressive symptoms and parenting behaviors on the effectiveness of an indicated group intervention for anxious children* (in preparation)