

# Een Sprong Vooruit. Selectieve en geïndiceerde preventie van depressie en angst bij adolescente meiden

## Inside Out – Academische Werkplaats Jeugd Nijmegen

### Wat is het?

Een onderzoek naar de effectiviteit van depressie- en angstpreventie bij adolescente meiden met een verhoogd familiair risico.

### Aanleiding

Uit onderzoek blijkt dat kinderen van ouders met depressie of angststoornissen een verhoogd risico hebben om deze problemen zelf ook te krijgen. Om de overdracht van angst en depressie van ouders naar kinderen te voorkomen is het van belang preventie te richten op deze kinderen of jongeren.

### Het onderzoek

Om meiden met een hoog risico te selecteren voor het onderzoek, werden op 5 middelbare scholen 862 meiden in de leeftijd van 11 tot 15 jaar gescreend op depressie- en angstsymptomen en werd hen gevraagd naar kenmerken van psychische problemen bij hun ouders. Uiteindelijk bleken 142 van hen te voldoen aan de vooraf gestelde criteria. Zij vulden gedurende het onderzoek vragenlijsten in over onder andere depressie en angstsymptomen. Naast deze meiden deden 138 moeders en 113 vaders mee aan het onderzoek. Zij vulden vragenlijsten in over opvoeding en opvoedingsstress.

Het onderzoek naar de effectiviteit van depressie- en angstpreventie werd uitgevoerd door een non-blinded randomized controlled trial, waarbij meiden in de interventiegroep het preventieprogramma volgen en meiden in de controlegroep geen programma volgen. Het preventieprogramma 'Een Sprong Vooruit' is een groepscurcus, bestaande uit 6 lessen van 90 minuten en het bevat elementen van psycho-educatie, cognitieve gedragstherapie, activatie, exposure en versterking van het sociale systeem.

### Resultaten

Uit een vergelijking van de meiden uit de interventiegroep met die van de meiden uit de controlegroep bleek dat de depressie- en angstsymptomen in beiden groepen significant was afgenomen. Er bestond echter geen verschil in symptomen tussen de meiden uit de interventie- en controlegroep. Er kan dus niet geconcludeerd worden dat het preventieprogramma effectief was voor deze doelgroep.

### Toepassing en toekomst

Omdat de preventieve interventie niet effectief bleek te zijn voor adolescente meiden met een verhoogd familiair risico, zal deze dus niet in de praktijk worden geïmplementeerd. Echter, bij het selecteren van de meiden voor het onderzoek bleek dat vroegsignalering op middelbare scholen een succesvolle manier was om adolescenten met een ernstige depressie- of angststoornis of met suïcidale gedachten op te sporen en door te leiden naar specialistische hulpverlening. Daarnaast bleek het een goede manier om adolescenten met verhoogde symptomen te selecteren en toe te leiden naar een (ander) preventieprogramma.

Deze manier van vroegsignalering wordt sinds september 2015 toegepast op middelbare scholen in de regio Oss. Daar werken verschillende organisaties (GGD Hart voor Brabant, Indigo regio Brabant Centrum voor Jeugd en Gezin Maasland, GGZ Oost Brabant, Schoolmaatschappelijk werk Aanzet, Samenwerkingsverband VO Brabant noordoost en gemeenten) samen om regionale depressiepreventie op scholen te implementeren.

#### Projectgegevens

*Titel* Evaluatie van een preventie programma tegen angst en depressie bij kinderen met verhoogd familiair risico

*Uitvoering door* Inside Out – Academische Werkplaats Jeugd Nijmegen/GGZ Oost Brabant

#### Contactgegevens

Sanne Rasing  
[spa.rasing@ggzoostbrabant.nl](mailto:spa.rasing@ggzoostbrabant.nl)

augustus 2017

#### Producten en publicaties

- [www.insideout.nl](http://www.insideout.nl)
- [Nationale Jeugdhulpprijs 2014](#). Award uitgereikt door het Nederlands Jeugd Instituut (NJI), verkozen door cliëntenjury
- Een Sprong Vooruit: sterker staan in 6 stappen. Een depressie en angst preventie programma voor adolescenten met een verhoogd familiair risico (meer info via [spa.rasing@ggzoostbrabant.nl](mailto:spa.rasing@ggzoostbrabant.nl))
- Artikel in [BMC Psychiatry](#)
- Artikel in [Frontiers in Psychology](#)