

Patiënten aan het woord: de ACT in Daily Life smartphone applicatie

Amine Zerrouk, Midas Vanooteghem, Ana Teixeira, Jara Bouws, An
Henrard, Evelyne Van Aubel, & Inez Myin-Germeys

Center for Contextual Psychiatry
Department of Neurosciences
Center for Contextual Psychiatry



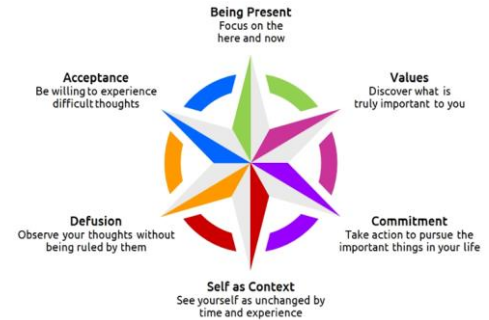
10^e

Vlaams Geestelijke
Gezondheidscongres

ONLINE

Acceptance and Commitment Therapy in het Dagelijkse Leven

- Ecological Momentary Intervention (EMI) dat streeft naar:
 - het verhogen van **psychologische flexibiliteit**;
 - het helpen van patiënten om vaardigheden die aangeleerd worden in de therapie te implementeren in het dagelijkse leven;
 - en het voorzien van gepersonaliseerde interventie op elk moment en vooral in tijden van nood.
- Blended care (aanvulling op face-to-face therapy).
- De Psymate app bestond uit dagelijkse ACT-oefeningen en ESM-vragenlijsten.



ACT-DL app: oefeningen



De app omvat oefeningen gerelateerd aan de ACT vaardigheden die aangeleerd werden in de therapie.

Oefeningen kunnen op elk moment zelf geïnitieerd worden door individuen.

Formaat van de oefeningen:

- Tekst
- Audio
- Afbeelding

ACT-DL app: ESM-vragenlijsten

- 8 beep's (half-willekeurige tijdsintervallen)
- 16 vragen
 - Positive en negatieve beïnvloeding
 - Psychotische symptomen
 - Context
- Gevolgd door een oefening of metafoor
- ACT-DL ochtend en avond vragenlijsten



Kwalitatieve studie

- Het doel van deze studie is om de meningen van patiënten over het gebruik van ACT-DL app te onderzoeken.
- Een gebruikersgerichte benadering volgend, streven we specifiek naar het ontdekken hoe INTERACT patiënten de ACT-DL app gebruikten tussen therapiesessies, hun waargenomen voor- of nadelen van het gebruik ervan en suggesties voor verbetering.
- Weinig studies examineerden app content op basis van het gebruikersperspectief of gingen hun voorkeuren na (Nicholas, Fogarty, Boydell et al., 2017).
- Bevindingen van deze kwalitatieve studie zullen ons informeren over hoe de ACT-DL app verbeterd kan worden en kan voldoen aan de voorkeuren van haar gebruikers.



Methode

Monster

- 15 deelnemers van de INTERACTIEVE studie (experimentele conditie)
 - Eerste-episode psychose (9 deelnemers) of in-risico mentale staat (6 deelnemers)
 - 5 mannen en 10 vrouwen
 - Leeftijd varieerde tussen 20 en 37 ($M = 28.8$, $SD = 4.90$)
 - Meerderheid van de deelnemers met een matig of hoog niveau van educatie
 - 2 studenten, 4 werkzamen, en 9 werklozen.

Procedures

- Semi-gestructureerde interviews
- Interviews werden opgenomen en getranscribeerd.

Data analyse

- Kwalitatieve Contentanalyse
- Nvivo software

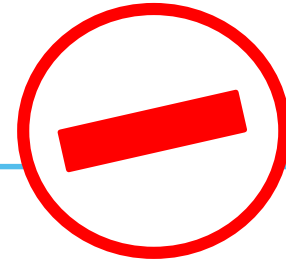
Resultaten



ACT-DL app



- De app is verbonden aan de sessies (5)
- Positieve opinie over de app in het algemeen (4)
- Drang om de app na de therapie nog te gebruiken (4)
- De app helpt om de ACT principes te integreren in het dagelijks leven (4)
- De app voegt waarde toe aan de therapie (3)
- Het gebruik van de app had geen negatieve invloed op het dagelijks leven (2)

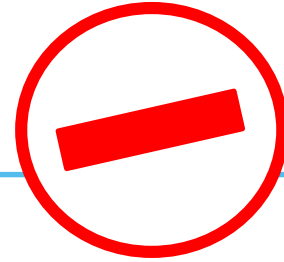


- Technische problemen met de app (6)
- Privacy in de werkplaats (2)
- Geen connectie tussen de app-vragenlijsten en de sessies (5)
- Ongemak door het gebruik van twee telefoons (2)
- Algemene negatieve mening over de app (5)
- De app biedt geen meerwaarde aan de therapie (2)

ACT-oefeningen



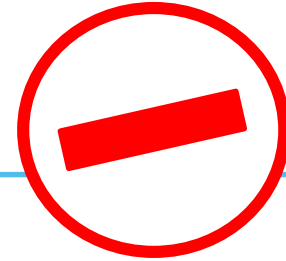
- Kunnen kiezen welke oefening te doen (4)
- Kunnen kiezen wanneer een oefening te doen (2)
- De app helpt om een oefening te herinneren en hem vaker te doen (2)



- De oefeningen van de app werkten niet goed of waren niet nuttig (2)
- Niet handig om een oefening te doen op het werk (1)
- Niet mogelijk om zaken in te vullen in de oefening op de app (1)



ESM-vragenlijsten



- Verhoogd bewustzijn van gevoelens, gedachten, en symptomen (7)
- Positieve opinie over vragen(4)
- Bekwaam om de vragenlijsten in te vullen in de meeste beep's. (3)
- Vragenlijsten duren niet te lang om in te vullen (3)
- Frequentie van de beep's waren doenbaar (2)
- Positieve opinie over ochten- en avond vragenlijsten (2)

- Onhandige tijd van de beep's (11)
- Grote hoeveelheid beep's (10)
- Neemt te veel tijd om in te vullen (5)
- Te veel (4) en herhaalde (4) vragen
- Weigering om beep's in te vullen (5)
- Vindt geen doel voor deelnemers (3)
- Sommige vragen waren niet van toepassing (3)
- Schuldgevoel wanneer deelnemers ze niet konden invullen (2)

Suggesties

- Minder beep's ontvangen (5)
- Feedback in de vorm van grafieken of spreken met therapeut over antwoorden (5)
- De app beschikbaar maken voor de algemene populatie (3)
- De app gebruiken op een persoonlijke smartphone (3)
- Gepersonaliseerde vragen/app (2)
- Vragen geassocieerd met therapiesessies (1)
- Minder repetitieve vragen (1)

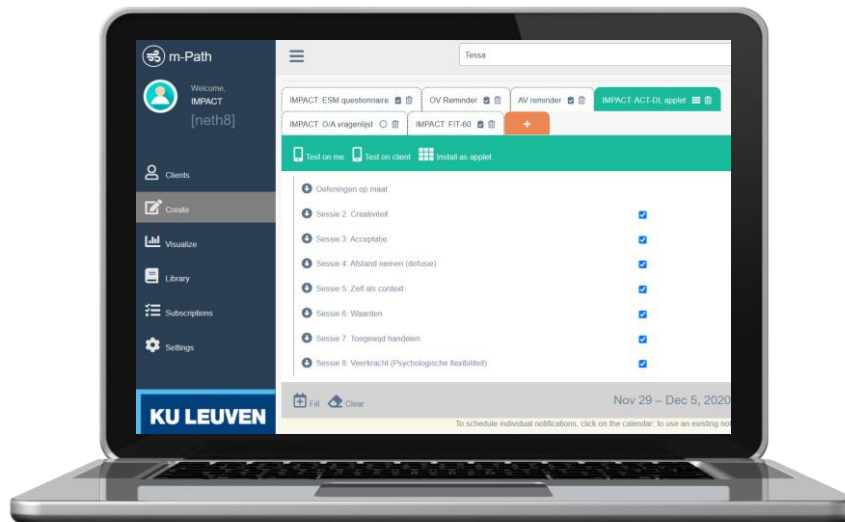
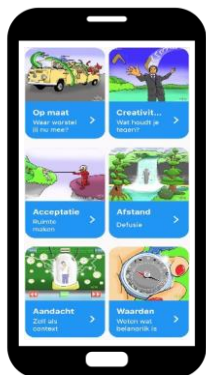


IMPACT: ACT-DL Optimalisatie



m-Path

Tool for blended care
m-path.io



DASHBOARD



Plan de ACT-DL interventie

Selecteer oefeningen en vragenlijsten

Plan notificaties in

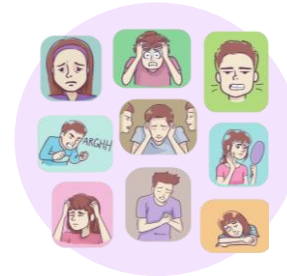
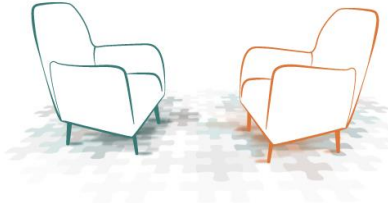
Visualiseer data met hun patiënten



VOLGENDE STAP: pragmatische pilot study

DOEL

Het onderzoeken van de haalbaarheid, bruikbaarheid, (voorlopige) effectiviteit, en generaliseerbaarheid van ACT-DL binnen de Vlaamse mental health care routine.



Bedankt voor uw aandacht!

Meer informatie over de IMPACT study

impact@kuleuven.be