

Onderzoekers

GGZ Oost Brabant
Rijksuniversiteit Groningen
Amsterdam UMC



Dr. Yvonne Stikkelbroek



Prof. Dr. Maaike Nauta



Prof. Dr. Claudi Bockting



Suzanne Robberegt, MSc.



Bas Kooiman, MSc.

Aanmelden

Mail naar info@stayfine.nl je:

- Naam
- Leeftijd
- Telefoonnummer
- E-mailadres



info@stayfine.nl



+31613902366



StayFine



StayFine app



stayfine.nl

Even appen?



**Positief herstellen na
angst en depressie?**



rijksuniversiteit
groningen



GGZ
Oost Brabant



Amsterdam
umc



accare

StayFine

Wetenschappelijk onderzoek naar positief herstel na angst en depressie bij jongeren

Iedereen heeft wel eens een dipje, maar wist je dat:

20% voor zijn 21e te maken krijgt met angst en/of depressie?

60% van alle jongeren die herstellen binnen drie jaar opnieuw angst- en/of depressieve problemen krijgt?

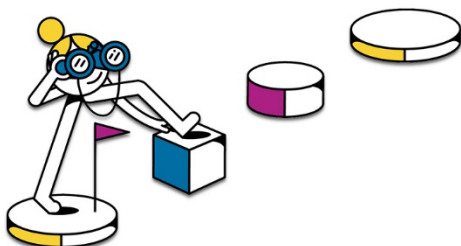
We hebben de StayFine app gemaakt om deze cijfers te verbeteren. Help je ons mee door de app te testen?

De StayFine app?

De app bestaat uit:

 **Monitoren:** gedurende 2 weken, 6 keer per dag, tijdens ± 3 minuten gevoelens, gedachten en gedrag bijhouden.

 **Modules:** 6 thema's, waarvan 3 samen met jou uitgekozen, geven tips en tricks om positief te herstellen na angst- en/of depressie. Een maatje met ervaring hiermee geeft feedback via de chat.



Kan de StayFine app het terugkeren van angst en depressie voorkomen?

Hiervoor vergelijken we het effect van "monitoren en de modules" met "alleen monitoren".

Wat houdt meedoen in?

Je doet in 3 jaar tijd vijf keer mee aan een online interview, vragenlijsten en monitoren. Je mag daarbij een horloge dragen die meet hoeveel je beweegt. Zo kijken we hoe het met je gaat, en of je (opnieuw) angst en/of depressieve klachten krijgt. Tussendoor krijg je hier ook af en toe vier vragen over. Toeval bepaalt of je de modules wel of niet krijgt.

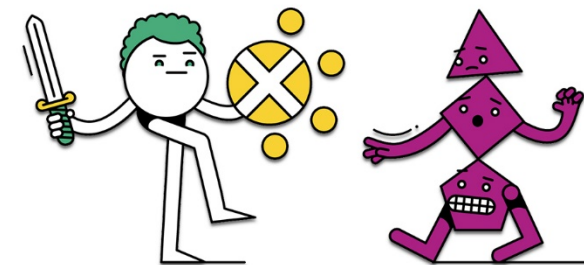


Wat kost en verdient het?

Meedoen kost tijd en daarvoor krijg je een vergoeding. Per meting (5x) ontvang je tot 18 jaar 5 euro, en vanaf 18 jaar 7 euro in de vorm van een cadeaukaart.

Het online interview kost de eerste keer ongeveer 1,5 uur en daarna steeds rond de 30 minuten. De online vragenlijst kost ongeveer een uur.

1. Het monitoren kost 4,2 uur per twee weken.
2. Als je de modules volgt, dan kost dat in totaal ongeveer $\pm 1,5$ uur per week.



Wie kan meedoen?

Elke jongere in Nederland kan **wel** meedoen aan het onderzoek als je:

- 📦 In het verleden last had van angst en/of depressie, maar nu niet meer zo'n diagnose hebt.
- 📦 13 t/m 21 jaar oud bent.
- 📦 Een smartphone met iOS of Android hebt.

Helaas kan je **niet** meedoen als je:

- 📦 Vaker dan 2 keer per maand professionele hulp krijgt voor psychische klachten.
- 📦 De Nederlandse taal onvoldoende spreekt of begrijpt.
- 📦 Ooit last had van een psychose of een bipolaire stoornis.

Belangrijk

- 📦 De StayFine app is in een pilotonderzoek **getest** op bruikbaarheid en positief ervaren.
- 📦 Het onderzoek is **vrijwillig**. Stoppen kan dus op ieder moment.
- 📦 Het onderzoek is **ethisch** goedgekeurd door de Medisch Ethische Toetsingscommissie.
- 📦 Het onderzoek valt onder **geheimhouding**: resultaten worden vertrouwelijk behandeld.
- 📦 Ben je onder de 16 jaar? Dan is er ook toestemming van je **ouders** nodig.