

HEBT U INTERESSE?

WILT U MEEDOEN?

Als u **geïnteresseerd** bent aan onze studie deel te nemen, neem dan **contact op met uw hulpverlener**. Hij of zij kan samen met u overleggen of het zinvol is dat u deelneemt aan de cursus. Mocht u meer informatie willen, dan kunt u ook **contact opnemen** met de uitvoerend onderzoeker.

CONTACT

Jannis Kraiss
Universiteit Twente
j.t.kraiss@utwente.nl
Telefoon: 053 – 489 7412

GOED LEVEN MET EEN PSYCHISCHE AANDOENING

DE DRAAD VAN HET
LEVEN OPPAKKEN
MET AANDACHT VOOR
PERSOONLIJK
HERSTEL

UNIVERSITY OF TWENTE.





PERSOONLIJK HERSTEL

WAAROM DEZE STUDIE?

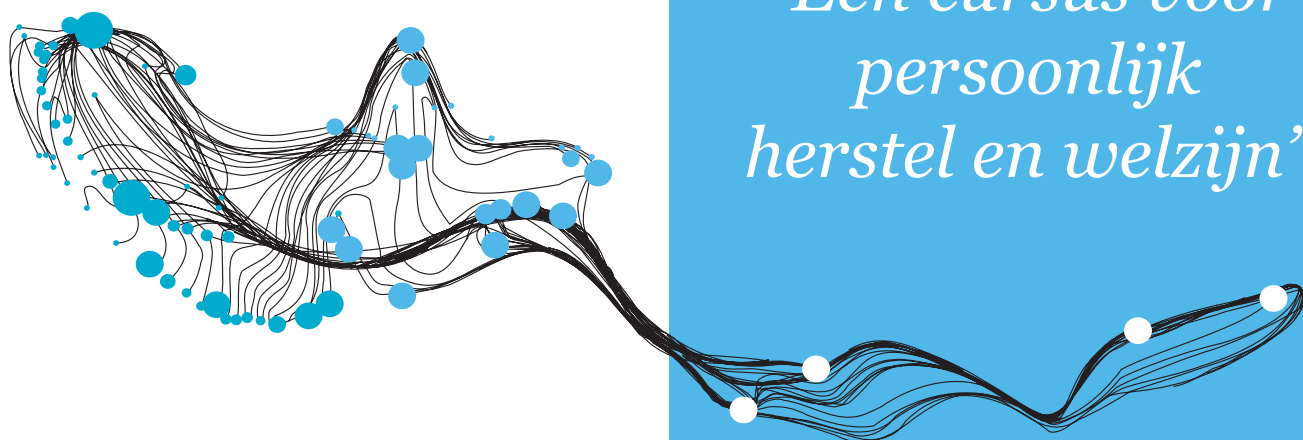
Mogelijk ontvang je al enige tijd een behandeling in de GGZ. Deze behandeling is meestal gericht op het omgaan met de klachten van een psychische aandoening en de gevolgen van de klachten. Vaak hebben mensen echter ook een andere zorgbehoefte, die gaat over 'persoonlijk herstel'. **Persoonlijk herstel** gaat vooral over het kunnen leiden van een zo plezierig, en betekenisvol mogelijk leven.

We willen graag onderzoeken of een **cursus gebaseerd op positieve psychologie** voor het verbeteren van het persoonlijk herstel effectief is.

VOOR WIE?

Heeft u een huidige diagnose psychische aandoening?
Bent u tussen 18 en 65 jaar?
Bent u redelijk hersteld?

Dan bent u geschikt voor dit onderzoek.



HET ONDERZOEK

CURSUS

De cursus bestaat uit **8 bijeenkomsten** van ieder 2 uur en vindt plaats in groepen van **8 tot 10 personen**. De cursus duurt 8 weken en elke week vindt een les plaats. Tijdens de cursus werkt u aan voor u waardevolle doelen en ontwikkelt u vaardigheden voor welzijn en persoonlijk herstel. In de cursus gaat u aan de slag met vaardigheden als het vergroten van positiviteit, ontdekken van sterke kanten, vriendelijk zijn voor jezelf en je lijden, het ontwikkelen van kalmte, versterken van veerkracht en positieve relaties. Daarnaast vragen we u ook om huiswerkhopdrachten van rond 15 minuten per dag te doen als u de cursus volgt.

UITVOERING VAN DE STUDIE

We willen onderzoeken of het volgen van de cursus als aanvulling op de gebruikelijke zorg effectief is om persoonlijk herstel te verbeteren. Als u deelneemt aan de studie volgt u dus de groepscursus van 8 weken in aanvulling op uw gebruikelijke zorg.

*“Een cursus voor
persoonlijk
herstel en welzijn”*



UW BIJDRAGE

WAT WORDT VAN U VERWACHT?

Dat u het belangrijk vindt om te **werken aan uw persoonlijk herstel** en onderwerpen als uw optimisme en hoop of vriendelijkheid voor uzelf. Daarnaast vragen we u om tijd en energie te investeren. Voor het onderzoek maken we gebruik van online vragenlijsten. Het is belangrijk dat alle deelnemers aan het onderzoek de vragenlijsten invullen.

PRIVACY EN VRIJWILLIGHEID

Alle gegevens die in dit onderzoek verzameld worden, zullen **vertrouwelijk** worden behandeld. U kunt alleen deelnemen aan de cursus als u ook meedoet aan het onderzoek. Het is belangrijk te beseffen dat **u zelf beslist** of u deel wilt nemen aan het onderzoek. Deelname is **vrijwillig** en heeft geen consequenties voor uw behandeling.

