

Voel jij je wel eens bang?

Folder jongeren

Deze folder gaat over een onderzoek naar een nieuwe en veelbelovende behandeling van angst bij kinderen en jongeren



dr. Jeroen Legerstee
drs. Jasmijn de Lijster
Erasmus MC

Sophia Kinderziekenhuis
Afdeling Kinder- en Jeugdpsychiatrie/psychologie



Voel jij je wel eens bang?

Je bent niet de enige! Ongeveer 10 tot 15% van jongeren heeft een angststoornis. Zij vinden het bijvoorbeeld eng om met onbekenden te praten, te presenteren, om een injectie te krijgen, voor hoogtes of piekeren veel. Je hebt een angststoornis als je door je angst veel stress ervaart en situaties die je eng vindt uit de weg gaat. Zonder goede behandeling loop je het risico dat je andere psychische problemen krijgt of uitvalt op school. Daarom is het krijgen van de juiste hulp erg belangrijk.

Behandeling

Helaas kunnen we met de huidige behandeling niet alle jongeren genezen. Ongeveer 30% tot 40% van de jongeren met een angststoornis geneest niet met de huidige behandeling.

Daarom willen wij in het Sophia Kinderziekenhuis een nieuwe en veelbelovende behandeling onderzoeken, namelijk *online-aandachtsbehandeling*.

Ben jij tussen de **8 en 16 jaar** en ben je vaak **bang**? Dan is het onderzoek naar online-aandachtsbehandeling misschien wel wat voor jou.



ATTENTIO onderzoek

Het onderzoek naar het effect van online-aandachtsbehandeling heet het ATTENTIO onderzoek. Jongeren die meedoen aan het ATTENTIO onderzoek krijgen naast *cognitieve gedragstherapie* ook een *online-aandachtsbehandeling*. Cognitieve gedragstherapie is een bewezen effectieve behandeling voor angststoornissen. Hierdoor leren zij om positiever te denken en in stapjes te oefenen met dingen die zij eng vinden. Door ook thuis de online-aandachtsbehandeling te doen, leren zij om hun aandacht op leuke of neutrale dingen te richten. Wij verwachten dat hierdoor meer jongeren genezen kunnen worden van hun angststoornis.

Wat houdt het ATTENTIO onderzoek in?

Jongeren doen drie keer per week en drie weken lang de online-aandachtsbehandeling thuis op de computer. De helft van de jongeren krijgt de echte behandeling en de andere helft een placebo (nep) behandeling. Daarna krijgen alle jongeren cognitieve gedragstherapie. Cognitieve gedragstherapie duurt tien weken en jongeren volgen dan wekelijkse sessies in het Sophia Kinderziekenhuis.

Aanmelden/vragen

Heb je nog vragen of wil jij je aanmelden? Je kunt ons gerust bellen (**010-7040209**) of mailen (attentio@erasmusmc.nl). Meer informatie over het onderzoek kun je ook vinden op www.attentio-onderzoek.nl/informatie.