

# 'iamYu' toont hoe het écht met jongere gaat

## App biedt meer grip op veranderproces

Met de innovatieve app 'iamYu' willen de makers een meer gepersonaliseerde vorm van meten aanbieden. Zo krijgen professionals en jongeren gezamenlijk meer grip op het individuele ontwikkelingsverloop, is het idee.

● Anna Lichtwarck-Aschoff, Roy Otten, namens de iamYu-projectgroep\*

**U**it onvrede met een systeem waarin het meer om protocollen dan om de cliënt lijkt te gaan, ontstaat steeds meer ruimte voor een andere kijk op welzijn, psychopathologie en behandeling. De *evidencebased-practice* benadering, die veelal uitgaat van een one-size-fits-all-aanpak en geprotocolleerde behandelingen, lijkt onhoudbaar. Protocollen sluiten onvoldoende aan bij de behoeften van de individuele cliënt en gestandaardiseerde metingen bieden nauwelijks zicht op individuele veranderprocessen. Het gevolg hiervan is dat de effectiviteit van behandeling te wensen over laat en veel cliënten zich niet gehoord of geholpen voelen.

Centraal in het nieuwe denken staat de verschuiving naar een meer procesmatige benadering met oog voor het individu: van

classificatie naar een persoonlijke verklarende analyse; van klachten naar aandacht voor vaardigheden en competenties in alle leefgebieden; van gestandaardiseerde effectiviteitsmetingen naar

### Over de auteurs

A. Lichtwarck-Aschoff is projectleider van iamYu en werkt aan de Rijksuniversiteit Groningen, Orthopedagogiek; R. Otten, medeprojectleider van iamYu, werkt aan de Radboud universiteit, Ontwikkelingspsychologie.

\* Marcus Maringer, Ron Scholte, Imke Schoppink, Diana van Dijk, Joke Stoffelen, Harrie Hendriksen, Gelina Grad en Rudi Manhoef, projectgroepleden.  
E: a.lichtwarck-aschoff@rug.nl

### Trefwoorden

personalisatie, monitoren, app, gezamenlijke besluitvorming

doorlopend en gepersonaliseerd monitoren. Voor zorgprofessionals is afstemmen op individuele behoeften van cliënten de dagelijkse praktijk, maar zij missen praktische hulpmiddelen. Jongeren willen graag meer inspraak, maar missen vaak het inzicht in hun eigen veranderprocessen. Jongeren, professionals, onderzoekers en ontwikkelaars binnen de Academische Werkplaats Jeugd Nijmegen ontwikkelden samen de innovatieve app 'iamYu' om gepersonaliseerd te monitoren en individuele veranderprocessen te visualiseren.

### Aansluiten bij belevingswereld

De persoonlijke doelen of behoeften van de cliënt bepalen hoe iamYu wordt ingezet. Deze behoeften of doelen kunnen naast klachtgericht juist ook *krachtgericht* zijn. Jongeren noemden tijdens focusgroepen in 2021 bijvoorbeeld dat iamYu hen ondersteunde bij

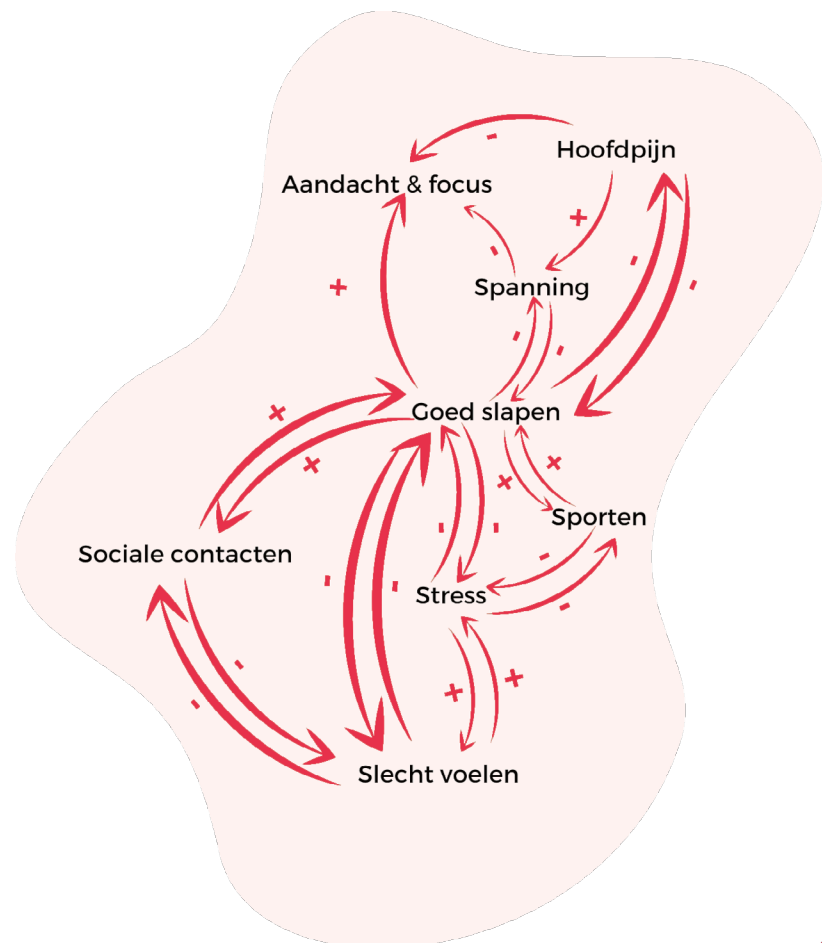




bewustwording van hun competenties en kwaliteiten. Geïnterviewde professionals in de jeugdzorg benadrukten het belang van positieve leerervaringen en het verkrijgen van inzicht in zaken die bij de jongeren positief verlopen. Boven alles is het cruciaal dat er gepraat en besloten wordt met de jongeren in plaats van over de jongeren. Elke jongere is uniek en wanneer je als professional echt zicht wilt krijgen op wat er speelt, is het belangrijk aan te sluiten bij de belevingswereld van de jongere en er samen achter te komen wat zinvol en waardevol is om te meten. Zowel jongeren als professionals hebben daarbij een onderzoekende houding nodig; ze gaan als het ware samen als detectives aan de slag om zicht te krijgen op zich herhalende patronen en hoe verschillende elementen met elkaar samenhangen. Om goed zicht te krijgen op iemands situatie en ontwikkeling zijn gepersonaliseerde vragen noodzakelijk. Een mogelijkheid om te komen tot gepersonaliseerde vragen is het creëren van een netwerk van aan elkaar gerelateerde elementen waarmee de persoonlijke situatie van een jongere in kaart wordt gebracht. Bij een dergelijk netwerk gaat het bijvoorbeeld erom hoe gedachten, emoties, of gedrag met

elkaar samenhangen en elkaar beïnvloeden (figuur 1). Plusjes verwijzen naar een positief verband ('Als ik goed geslapen heb, heb ik ook meer aandacht en focus'), terwijl minnetjes verwijzen naar een negatief verband ('Als ik

goed slaap, heb ik minder hoofdpijn'). Deze elementen kunnen vervolgens worden omgezet in gepersonaliseerde vragen, zoals 'Hoe goed heb ik vannacht geslapen?' of 'Hoe gespannen voelde ik me vandaag?'. Deze manier om iemands individuele situatie in kaart te brengen, is ontwikkeld door Schiepek en collega's (2003) en sluit aan bij de netwerkbenadering, verklarende analyses of case-conceptualisaties binnen de cognitieve gedragstherapie. Ook andere technieken, zoals motiverende gespreksvoering kunnen handvatten bieden voor het verhelderen van wat speelt bij een cliënt. De pilotstudies waarin we hebben gewerkt met deze aanpak



**Figuur 1** Voorbeeld van een Idiografisch systeemmodel

hebben ons geleerd dat een netwerk niet altijd volledig hoeft te zijn. Het is ook mogelijk om te beginnen met enkele relatief simpele vragen, zoals ‘Hoe goed zat ik vandaag in mijn vel?’ en ‘Wat heb ik vandaag voor activiteiten gedaan?’ en de vragen gaandeweg uit te breiden of aan te passen.

Als jongere en professional helder hebben wat ze willen meten, gaan ze naar de iamYu-omgeving. Dit is de online omgeving waarin ze samen de metingen ontwerpen, inplannen en de resultaten bekijken. De vragen worden omgezet in een meting. Eveneens gezamenlijk bedenken jongere en professional hoe lang en hoe vaak er gemeten gaat worden en of herinneringen voor het invullen gewenst zijn. Na het aanmaken van de metingen, kan de jongere de iamYu-app downloaden en met behulp van een QR-code wordt de telefoon aan de meting gekoppeld. Hierna kan de jongere beginnen met invullen.

### Visualisaties

iamYu onderscheidt zich van andere monitoringssystemen doordat het verzamelen, inspecteren en interpreteren van de gegevens een gezamenlijke inspanning is tussen jongeren, professionals en (iamYu-)onderzoekers. De jongere ontvangt directe feedback door altijd en overal toegang te hebben tot visualisaties van het proces dat wordt gemonitord. Jongeren kunnen variaties in mentale toestanden observeren en leren hoe hun dagelijkse activiteiten of context hier van invloed op zijn (figuur 2). Deze observaties vergroten het zelfinzicht, de zelfbeschikking en betrokkenheid bij het behandelingsproces.

## Het begint met gezamenlijk bepalen wat app gaat meten

De gevisualiseerde procesdata kunnen ook door jongere en professional gezamenlijk worden geïnterpreteerd in regelmatige feedbackgesprekken die makkelijk te integreren zijn in bestaande overlegmomenten. De gedetailleerde informatie die iamYu oplevert, wordt doorgaans niet opgepikt met de algemene vraag ‘Hoe was je week?’. De visualisaties bieden

daarom houvast om de huidige situatie met de jongere te bespreken, inzicht en wederzijds begrip te vergroten in de voortgang van het traject (of het ontbreken daarvan) en gepersonaliseerde (therapeutische) beslissingen te formuleren. Gepersonaliseerde zorg levert betere behandelresultaten op en minder uitval, en zorgt ook voor meer tevredenheid van jongeren over de behandeling en de therapeutische relatie. Ten slotte kunnen feedbackcycli tussen jongere en professional nog worden verrijkt met wetenschappelijke inzichten en analyses, waarbij het gaat om een wetenschappelijke benadering gebaseerd op *small data* of *n=1*-onderzoek. In plaats van een individu af te



**Figuur 2** Grafieken in de iamYu-app.  
© 2021 Small Data Institute

zetten tegen een groepsgemiddelde of normgroep gaat het bij small data om het afzetten van het individu tegen zijn eigen baseline: hoe verandert een individu met de tijd? Wanneer we vervolgens (behandel)trajecten van meerdere individuen verzamelen, biedt dit unieke mogelijkheden om op zoek te gaan naar wetmatigheden. Uit dit type onderzoek weten we bijvoorbeeld dat individuen zich niet in een rechte lijn ontwikkelen, maar dat verandering vaak gepaard gaat met plotselinge sprongen (denk aan een aha-moment, terugval in middelenmisbruik of sterke toename of afname in depressieve gevoelens). Hoewel deze plotselinge sprongen vaak onverwacht lijken, tonen studies aan dat het soms mogelijk is deze veranderingsmomenten te zien aankomen. Vlak voor een veranderingsmoment blijken emoties bijvoorbeeld sterker te wisselen. Deze instabiele periodes tijdig herkennen kan belangrijk zijn, omdat mensen dan mogelijk vatbaarder zijn voor interventies. Het detecteren van fasen van instabiliteit is een voorbeeld van de manier waarop gedurende het behandelproces analyses uitgevoerd kunnen worden in de iamYu-omgeving, met als gevolg dat professional en jongere daar samen op in kunnen spelen.

### Maatwerk

De iamYu-app is ontwikkeld voor en door jongeren en professionals uit de jeugdzorg, samen met ontwikkelaars, onderzoekers en patiëntvertegenwoordigers. Deze

## iamYu biedt jongere ook de visualisatie van veranderproces

samenwerking heeft subsidies (ZonMw VoorElkaar! 2019) en de Medische Inspiratorprijs (ZonMw, derde plek 2019) ontvangen voor de hoge mate van participatie door de eindgebruikers tijdens de ontwikkeling. De grote potentie van de app biedt echter geen garantie dat iamYu echt gebruikt gaat worden: jeugdzorg vernieuwen is complex. Daarom kiezen wij ook in ons implementatietraject voor een vraaggestuurde en participatieve aanpak. Technologie, zoals iamYu, mag geen doel op zich zijn, maar een middel dat ingepast moet worden in een specifieke context. 'Het is geen fabriekswerk, het is maatwerk', was ook de conclusie van acht focusgroepinterviews met jongeren en professionals over de implementatie van iamYu. Hun advies was om klein te beginnen en de applicatie vervolgens stap voor stap 'uit te rollen' in de dagelijkse zorg om te kijken hoe iamYu per doelgroep en locatie moet worden aangepast en ingevoerd. Momenteel wordt lokaal en samen met alle betrokkenen een geschikte implementatiestrategie ontwikkeld, waarmee wordt gewaarborgd

dat het aanbod optimaal aansluit bij de behoeften van jongeren en bij werkrouines van professionals. Zo is er een training ontwikkeld en een handleiding en kan iamYu worden gekoppeld aan BergOp, het huidige systeem waarmee de jeugdzorg wordt gemonitord. Hierdoor is de applicatie makkelijk toegankelijk en direct te implementeren in een groot aantal instellingen. Ook zijn we op dit moment de mogelijkheden aan het verkennen hoe iamYu ingezet kan worden om data te verzamelen bij het sociale netwerk van de jongere, bijvoorbeeld bij (pleeg)ouders. Het generieke karakter van iamYu maakt het mogelijk om ook bij andere doelgroepen en in andere behandelsettings gepersonaliseerd te meten. De jeugdzorg moet vooruit kijken. Door jongeren hun eigen verhaal als uitgangspunt te laten nemen, kan iamYu een belangrijke bijdrage leveren aan een meer gepersonaliseerde manier van monitoren en meer inzicht bieden in persoonlijke processen van verandering. En uiteindelijk vormt juist dat de basis voor efficiëntere en effectievere zorg voor jeugd, waar zoveel behoefte aan is. ●

### Kernreferentie

- Schiepek, G. (2003). A dynamic systems approach to clinical case formulation. *European Journal of Psychological Assessment*, 19(3), 175-184.

De volledige literatuurlijst is opvraagbaar bij het redactiesecretariaat: KAP@bsl.nl.