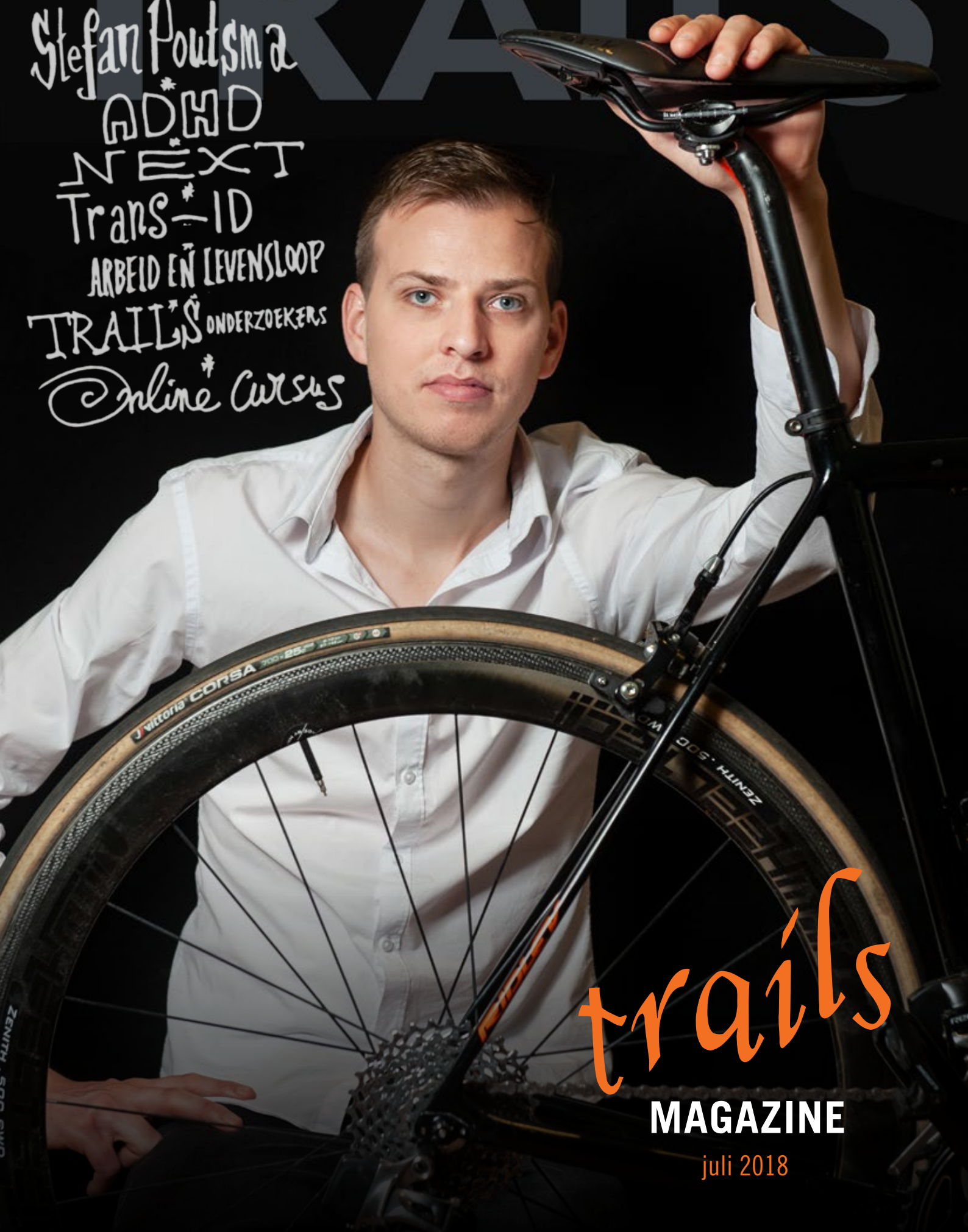


TRAILS

Stefan Poutsma
ADHD
NEXT
Trans-ID
ARBEID EN LEVENSLÖOP
TRAILS ONDERZOEKERS
Online cursus



trails

MAGAZINE

juli 2018



In dit magazine zijn diverse onderzoekers en medewerkers van TRAILS geïnterviewd. Om qua uitstraling in dezelfde sfeer te blijven als het voorgaande magazine en onze website www.trails.nl zijn alle geïnterviewden professioneel gefotografeerd. In onderstaande fotoreportage krijg je een kijkje achter de schermen hoe de fotoshoot in zijn werk is gegaan.

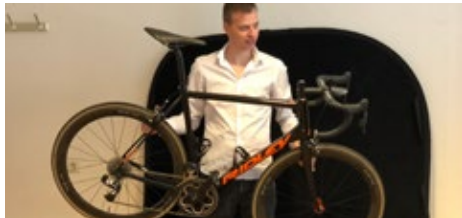


FOTO SHOOT



REDACTIE

Het laatste TRAILS magazine dateert alweer van december 2015. Hoog tijd voor een nieuw magazine vinden wij. Het resultaat ligt hier voor je: een fonkelnieuw magazine, geschreven voor en door TRAILS deelnemers en TRAILS onderzoekers. In dit magazine kun je lezen over de laatste stand van zaken van de verschillende TRAILS onderdelen. Naast de gewone metingen van TRAILS zijn dat TRAILS-Next en het relatief nieuwe onderzoek TRAILS TRANS-ID. We hebben hiervoor verschillende onderzoekers benaderd om hun TRAILS onderdeel nader toe te lichten.

Ute Bültmann heeft subsidie gekregen voor onderzoek op het gebied van werk. Zij richt zich in de zevende meting van TRAILS op de ervaringen van jongeren op de werkvloer. Bij TRAILS-Next worden, als vervolg op het huisbezoek bij 3 maanden, al weer geruime tijd huisbezoeken uitgevoerd als de kinderen ongeveer 2,5 jaar zijn. Michelle Bos vertelt wat er gebeurt tijdens dit huisbezoek. In de toekomst zullen ook metingen plaatsvinden op 4,5- en 6-jarige leeftijd. Tina Kretschmer heeft een grote Europese subsidie gekregen waarmee ze dit kan uitvoeren. Tina's onderzoek richt zich op de vroege sociale ontwikkeling van kinderen.

Ben je benieuwd wat er nu binnen TRAILS TRANS-ID gebeurt, lees dan het interview met onderzoekers Robin Groen en Marieke Schreuder. Zij vertellen over de dagboekstudie waarin zij zich richten op het verloop van de stemming van jongeren. Daarnaast vertelt Marieke Wichers elders in het magazine over het grote geheel van TRANS-ID waar TRAILS TRANS-ID onderdeel van uit maakt.

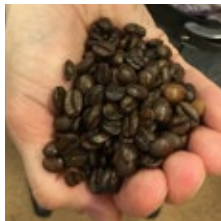
Ook nieuw is dat we een online cursus hebben ontwikkeld die een helder en nuchter overzicht geeft van de meest bekende psychische problemen. Hoofdonderzoeker Tineke Oldehinkel en coördinator Maaïke Meurs vertellen over de totstandkoming en inhoud van deze, voor iedereen gratis te volgen, online cursus.

De andere onderzoekers die aan het woord komen zijn bijna of helemaal klaar met hun promotie-onderzoek, dat ze hebben uitgevoerd op basis van gegevens uit het TRAILS-onderzoek. Dennis Raven richtte zich op jongeren in de geestelijke gezondheidszorg. Voor één van zijn artikelen heeft hij zelfs een prijs gewonnen. Het promotie-onderzoek van Djûke Brinksma richtte zich op het lange termijn verloop van ADHD bij opgroeiende jongeren.

Het nieuwe gezicht van TRAILS is voormalig topwielrenner Stefan Poutsma. Stefan vertelt over zijn ervaringen op wieler- en coaching gebied. In TRAILS Global kun je lezen over TRAILS deelnemster Amber. Zij heeft een tijdje in Australië gewoond en vertelt over haar ervaringen in dit land.

We willen iedereen bedanken voor hun bijdrage aan dit magazine en wensen je veel leesplezier!

Aukelien Mulder
Marjan Houwing
Tineke Oldehinkel



COLOFON

TRAILS magazine is een uitgave van TRAILS en speciaal geschreven voor alle TRAILS deelnemers. Het magazine wordt in een oplage van 4.500 exemplaren gratis verspreid onder deelnemers van TRAILS en andere geïnteresseerden.

REDACTIEADRES

Postbus 30.001
9700 RB Groningen
(050) 3618474
trails@umcg.nl
www.trails.nl

EINDREDACTIE

Aukelien Mulder, Marjan Houwing en Tineke Oldehinkel

MET MEDEWERKING VAN

Stefan Poutsma, Tina Kretschmer, Ute Bültmann, Marieke Wichers, Maaïke Meurs, Michelle Bos, Dennis Raven, Robin Groen, Marieke Schreuder, Djûke Brinksma en diverse TRAILS deelnemers.

FOTOGRAFIE

Reyer Boxem

ONTWERP EN ILLUSTRATIES

Rocket Industries, Groningen

DRUK

Zalsman Groningen B.V.

RECHTEN

Alle rechten voorbehouden. Overname of verveelvoudiging van tekst of beeld uit deze uitgave is alleen toegestaan na toestemming van de eindredactie.

DUODUO

REDACTIE

2

HEADLINES

4

Stand van zaken en wet persoonsgegevens

IN THE SPOTLIGHT

6

Stefan Poutsma

SOCIALE ONTWIKKELING VAN KINDEREN

8

Tina Kretschmer

ARBEID EN LEVENSLLOOP

10

Ute Bültmann

ONTSTAAN EN VERLOOP VAN DEPRESSIEVE KLACHTEN

12

Marieke Wichers

TRAILS ONDERZOEKERS

14

Foto pagina

ONLINE CURSUS PSYCHISCHE GEZONDHEID

16

Tineke Oldehinkel en Maaïke Meurs

HUISBEZOEK OP 2,5 JARIGE LEEFTIJD

18

Michelle Bos

TRAILS GLOBAL

20

Een periode in Australië

PRIJSWINNAAR VOOR BESTE ARTIKEL

22

Dennis Raven

STABILITEIT EN SAMENHANG VAN STEMMINGEN

24

Robin Groen en Marieke Schreuder

LANGE TERMIJN VERLOOP ADHD SYMPTOMEN

27

Djûke Brinksma



TRAILS-NEXT

Voor alle TRAILS deelnemers die kinderen krijgen of hebben.

Vanaf 2015 volgen we zwangerschappen en kinderen van TRAILS deelnemers en hun partners in het deelonderzoek TRAILS-Next. Dit deelonderzoek bestond uit vier verschillende metingen, te weten vragenlijsten tijdens de zwangerschap, vragenlijsten plus een huisbezoek als het kind 3 maanden oud is, vragenlijsten plus een huisbezoek als het kind 2,5 jaar is en vragenlijsten als het kind 4,5 jaar is. Dankzij een subsidie van Tina Kretschmer is het mogelijk om TRAILS-Next uit te breiden met twee extra huisbezoeken (op 4,5- en op 6-jarige leeftijd van het kind) waarin we een poppenkastspel gaan doen. Inmiddels zijn al meer dan 100 huisbezoeken bij baby's afgelegd en rond de 40 huisbezoeken bij peuters. De oudste kinderen die meedoen aan TRAILS-Next zijn inmiddels ruim 3 jaar oud en hebben al twee keer een huisbezoek van ons gehad.

TRAILS DEELNEMERS VAN 1989, 1990 EN 1991

In 2016 is de zesde meting, die uit een online vragenlijst voor deelnemers, ouders/verzorgers en partners van deelnemers bestond, afgerond. Nieuw was dat alle deelnemers een mailtje met de link naar de vragenlijst vanuit RoQua ontvingen. RoQua is een online vragenlijststelsel dat is ontwikkeld door het Universitair Centrum Psychiatrie, waar ook TRAILS deel van uitmaakt. De mensen die dit ontwikkelen zitten dus bij ons 'om de hoek', waardoor de samenwerking soepel verloopt. Nog steeds zijn we trots op ons aantal deelnemers; na 6 metingen in 15 jaar doet nog altijd zo'n driekwart van de oorspronkelijke deelnemers mee. Door een subsidie van Ute Bültmann is het mogelijk om een zevende meting te gaan houden. Deze online meting zal, naast een aantal vragenlijsten die al eerder zijn afgenomen, vragen bevatten over werk, gezin en de combinatie daarvan. De meting zal, zoals het nu lijkt, begin 2019 van start gaan.

TRAILS DEELNEMERS VAN 1993, 1994 EN 1995

Deze groep deelnemers is gemiddeld vier jaar jonger dan de andere groep en heeft in april 2017 de vijfde meting afgerond. Deze meting bestond uit een online vragenlijst en een interview over levensgebeurtenissen en de momenten waarop deze gebeurtenissen plaatsvonden. Ook in deze groep is aan ouders en partners van de deelnemers gevraagd een online vragenlijst in te vullen. In deze groep is het percentage deelnemers ook ongeveer 75%. De zesde meting zal bestaan uit een online vragenlijst voor deelnemers, ouders/verzorgers en partners en gaat starten na de zomer van 2019. Op dit moment vindt in de jongere TRAILS groep een deelonderzoek plaats, namelijk het TRAILS TRANS-ID onderzoek.



AVG

Het is je ongetwijfeld niet ontgaan: de nieuwe privacywetgeving die afgelopen mei van toepassing is geworden. Deze wet, de Algemene Verordening Gegevensverwerking (AVG), heeft veel aandacht gekregen in de media. Je hebt waarschijnlijk ook veel e-mailtjes gekregen van organisaties die hun privacy-reglement hebben aangepast. Toch is er voor wetenschappelijk onderzoek zoals TRAILS niet zo heel veel veranderd. TRAILS verzamelt gevoelige persoonsgegevens, bijvoorbeeld over iemands psychische gezondheid, en daarom moesten we altijd al voldoen aan strenge regels. Al sinds het begin van TRAILS is elke meetronde vooraf beoordeeld en goedgekeurd door de Centrale Commissie Mensgebonden Onderzoek (CCMO) in Den Haag. Wel veranderd is de "verantwoordingsplicht". Wij moeten met documenten aan kunnen tonen dat we ons aan de wet houden. Door de AVG worden de rechten van de deelnemers beter beschermd. Daarom geven wij je bij de volgende meetronde extra uitgebreide informatie over hoe wij met je gegevens omgaan en wat daarbij je rechten zijn.

S
e
Z
L
D
A
e
I

Stefan Poutsma is het nieuwe gezicht van TRAILS en dat vinden we super! Stefan was als wielrenner hard op weg om prof te worden en heeft door ernstige gezondheidsproblemen het roer volledig moeten omgooien. Hij heeft als 26-jarige een nieuw doel in zijn leven gevonden en heeft nu een coaching bedrijf in Groningen waarin hij wielrenners begeleidt om het beste uit zichzelf te halen. Wij vroegen Stefan naar zijn ervaringen in de wielersport en z'n plannen met zijn bedrijf.

Hoe ben je met de wielersport in aanraking gekomen?

Vroeger keek ik in de zomervakanties met mijn broer altijd naar de Tour de France. Dat was in de tijd van Michael Boogerd, Lance Armstrong en Erik Dekker. We konden daar dagenlang naar kijken. Daardoor kreeg ik zelf ook zin om te gaan fietsen en zo kwam het dat ik, in eerste instantie, op de mountainbike stapte. Ik begon fietsen steeds leuker te vinden en kwam door mijn bijbaan bij een restaurant toevallig in contact met wielrenners. Met hen heb ik keer mee gefietst en het bleek dat ik hard kon fietsen. Van mijn eerst verdiende geld heb ik een racefiets gekocht en ben ik gaan racefietsen. In het eerste jaar heb ik wat wedstrijdje voor mezelf gedaan om te kijken of ik het echt leuk vond. Dat bleek het geval te zijn, waarop ik me heb aangesloten bij een wielervereniging. Daar ging het heel goed en kwam ik steeds in een hogere categorie en uiteindelijk reed ik bij de top tien.

Wat zijn de hoogtepunten uit je wielercarrière?

Ik ben het meest trots op mijn overwinning in de Carpathian Tour in Polen in 2012. Dit is een 5-daagse tour voor renners onder de 23, een soort mini tour de France. De een na laatste dag van deze tour won ik de etappe waardoor ik de leiderstrui bemachtigde. De laatste dag hoefde ik deze alleen nog maar te verdedigen en dat is gelukt. Als jonge jongen keek je op naar de renners in deze wedstrijd en nu stond ik er zelf! Alle laatste winnaars van deze Tour zijn uiteindelijk profwielrenners geworden, behalve één, nl. ikzelf...

Mijn mooiste ervaring vond ook plaats in 2012: de WK ploegentijdrit in Italië. Als kleine profploeg rijd je dan mee op het allerhoogste niveau, fantastisch was dat.

Op een gegeven moment moest je noodgedwongen stoppen met wielrennen. Wat was de aanleiding daarvoor?

Nadat ik me volledig op het fietsen ben gaan richten heb ik op twintigjarige leeftijd drie maanden in de wintermaanden in Spanje gewoond om daar te trainen. Terugkijkend is het daar mis gegaan. Ik kon geen rust vinden, ik moest steeds meer en harder trainen van mezelf. Mijn lichaam vroeg om rust, maar ik gaf daar niet aan toe en heb mezelf daarmee geforceerd. Dat merkte ik toen ik terugkwam in Nederland, ik was niet vooruit te branden. Tijdens een sprintje heb ik toen kort iets gevoeld in mijn hartslag. Later heb ik dit verschillende keren weer gevoeld. Uit onderzoeken kwam niets, alles leek goed te zijn. Totdat in augustus 2016, tijdens de Hel van Voerendaal, mijn hart op hol sloeg en ik in het ziekenhuis in Heerlen terecht kwam. In één klap was mijn droom van profwielrenner voorbij. Daarna moest ik revalideren en weer bij nul beginnen.

Onlangs ben je een coaching bedrijf gestart, In Topvorm Coaching. Hoe ben je daartoe gekomen?

Toen ik uit het ziekenhuis kwam, moest ik rust nemen, maar ik was bang om in een zwart gat te vallen. Daarom ben ik de opleiding tot fitness trainer A gaan volgen en op zoek gegaan naar werk. Ik vond een baan in een fietsenwinkel. Tijdens mijn werk ontmoette ik iemand die van Pieterburen naar Vaals wilde fietsen en me vroeg om een trainingsschema te maken. Dat vond ik zo leuk om te doen dat ik daar wel meer mee wilde doen. Ik zag intussen in dat een trainingsschema heel goed is. Dat heb ik me niet gerealiseerd toen ik zelf op topniveau fietste, maar door mijn ervaring met het teveel trainen in Spanje ben ik me bewust geworden van het belang van een goed trainingsschema met voldoende rustmomenten en het luisteren naar je lichaam. Ik heb vervolgens mijn opleiding tot fitness trainer afgerond en via contacten vanuit de fietswereld kreeg ik steeds vaker verzoeken voor een trainingsschema en toen is het balletje gaan rollen en ben ik een bedrijf gaan opzetten.

IN THE SPOTLIGHT STEFAN POUTSMA

HOE VERDER
ALS JE DROOM
IN DUVIGEN
VALT
?

Wat is je doel met je bedrijf?

Ik geef personal training op het gebied van fietsen. Als een klant bij mij komt begint het met een sporttest bij een sportmedisch centrum. Ik weet dan dat mensen gezond zijn en wat hun basisniveau is. Op basis van die gegevens stel ik een trainingsschema op. Ik probeer mijn klanten er bewust van te maken dat, als je prestatiegericht wilt fietsen, je prestatiegericht moet trainen: trainen met een bepaald plan. Niet alleen een super strak trainingsschema volgen, ondanks dat je dat misschien wel zou willen doen.

Als klanten met vragen of problemen zitten kunnen ze altijd bij me terecht voor overleg en advies. Dagelijks app ik met mensen om te overleggen wat ze wel of niet zouden kunnen doen. Bij problemen vraag ik door naar eventuele achterliggende redenen. Vervolgens kom ik dan met een advies. Het kan bijvoorbeeld goed zijn om even niet te fietsen, of het schema wat aan te passen. Het komt ook voor dat ik iemand naar de huisarts stuur omdat er wellicht meer aan de hand is.

Werk je fulltime als coach?

Naast mijn bedrijf werk ik nu ook nog drie en een halve dag in een fietsenwinkel. Ik ontmoet hier natuurlijk veel mensen die gaan fietsen. Als ik iemand hoor vertellen dat hij een mooie tour gaat fietsen, word ik er mee geconfronteerd dat ik dat niet meer kan. Dat vind ik wel moeilijk. Dat is anders in mijn werk als personal wielrencoach. Dan voelt het als 'onderdeel zijn van'. Als een klant dan een mooie prestatie neerzet, voelt dat ook als mijn prestatie. Dat geeft me voldoening. Uiteindelijk hoop ik in de toekomst wel honderd procent van mijn bedrijf te kunnen leven. Maar ik vind het werken in de winkel nu nog veel te leuk, daar zou ik nog niet mee willen stoppen.

Tina Kretschmer is geboren en getogen in Duitsland en werkzaam als associate professor bij de Vakgroep pedagogiek. Na haar studie pedagogiek in Duitsland is zij gepromoveerd in Engeland op de relaties tussen broers en zussen en de invloed daarvan op de sociale ontwikkeling. Zij heeft in de zomer van 2017 een Europese subsidie van 1,5 miljoen euro gekregen om onderzoek te doen naar de sociale ontwikkeling bij jonge kinderen. Dit onderzoek zal plaatsvinden in TRAILS-Next, het deelonderzoek van TRAILS waarin we de kinderen van onze TRAILS deelnemers volgen.

Hoe ben je in aanraking gekomen met TRAILS?

Na mijn promotie heb ik voor de ALSPAC studie in Londen gewerkt. ALSPAC staat voor Avon Longitudinal Study of Parents And Children, dus een studie die vergelijkbaar is met TRAILS. Het lastige bij de ALSPAC studie was dat er bij verschillende metingen soms verschillende meetinstrumenten gebruikt werden, dus de resultaten waren moeilijk met elkaar te vergelijken. In die tijd las ik veel over TRAILS en vond ik het bijzonder interessant dat bij elke meting ongeveer dezelfde vragenlijsten werden gebruikt. Toen René Veenstra (lid van het Management Team van TRAILS en professor in de gedragswetenschappen) een vacature van twee jaar bleek te hebben voor een postdoc bij TRAILS, heb ik toegehoopt. Daarna kon ik via Tineke Oldehinkel (hoofdonderzoeker TRAILS) aan de slag via het programma Zwaartekracht waar TRAILS-Next onder valt en nu ben ik dan associate professor bij pedagogiek. Hoogleraar worden is wel mijn doel, omdat ik dan zelf kan beslissen wat ik wil gaan doen in onderzoeksland. Ook wil ik graag jonge onderzoekers helpen om hun passie te vinden en me bezighouden met vernieuwingen op onderwijsgebied, bijvoorbeeld nieuwe lesmethoden ontwikkelen.

Jij hebt vorig jaar een enorme Europese subsidie binnen gehaald. Hoe heb je dat voor elkaar gekregen?

Een deel van mijn werk is om subsidies binnen te halen, idealiter om in mijn eigen salaris te kunnen voorzien. Aan sommige subsidies zijn bepaalde voorwaarden gesteld, zoals bijvoorbeeld dat je een subsidie-aanvraag kunt doen binnen drie jaar na je promotie. De Europese Research Council staat heel erg open voor vernieuwende ideeën, daarom heb ik in oktober 2016 bij hen een subsidie-aanvraag ingediend. Vervolgens kreeg ik in maart 2017 bericht dat ik door ging naar de tweede ronde en dat ik een presentatie moest houden van 5 minuten in Brussel voor een stuk of 20 deskundigen. Ik weet het nog heel goed, dat was op 12 juni, de belangrijkste dag van 2017 voor mij. Na mijn presentatie hadden de deskundigen nog 20 minuten tijd om mij vragen te stellen. Op 13 juli kreeg ik een mailtje dat ik de subsidie gekregen had. Ik kon het gewoon niet geloven, want het was echt maar één simpel mailtje. Ik ben toen eerst lekker op vakantie naar Zweden gegaan om bij te tanken en toen ik mijn werkmail checkte, bleek dat ik binnen drie weken allerhande aanvullende stukken moest opsturen. Balen, want ik heb mijn vakantie toen af moeten breken. In september heeft de ERC officieel bekend gemaakt aan wie de subsidies uitgedeeld zijn. Mijn telefoon is echt ontploft op die dag.

Wat ga je met het geld doen?

Veel geld zal aan salarissen opgaan, niet alleen die van mezelf, maar ik kan nu ook een postdoc en een promovendus aannemen. Daarnaast gaat het geld op aan reiskosten, congressen, overhead, het maken van codeboeken en aan de dataverzameling van TRAILS-Next. Binnen Next wil ik me gaan richten op de sociale ontwikkeling van jonge kinderen. Invloed van leeftijdsgenoten is waarschijnlijk net zo belangrijk voor de sociale ontwikkeling van pubers als de invloed van hun ouders. Zo kunnen leeftijdsgenoten invloed hebben op de partnerkeuze. Als je bijvoorbeeld gepest bent, kun je onzekerder en banger zijn om iemand te vertrouwen. Tot nu toe is hier heel weinig onderzoek naar gedaan. Ik vind het daarom niet meer dan logisch om te onderzoeken hoe jonge kinderen zich ontwikkelen en wil hierbij vooral ook de gegevens van de ouders betrekken. Want de kenmerken van zowel ouders als puber spelen een rol bij de opvoeding en sociale ontwikkeling van hun kinderen. Omdat we de TRAILS deelnemers vanaf hun 11e jaar gevolgd hebben is er veel bekend over hun puberteit en is het daarom fantastisch om hun kinderen nu ook te kunnen volgen.

Met de verkregen subsidie hebben we de mogelijkheid om extra huisbezoeken aan TRAILS Next toe te voegen. Tot nu toe deden we op twee momenten een huisbezoek, namelijk als de baby 3 maanden oud is en als de peuter 2,5 jaar is. Nu gaan we ook huisbezoeken doen als de kinderen 4,5 en 6 jaar zijn, want dit zijn belangrijke leeftijden als het gaat om sociale ontwikkeling. Vanaf die leeftijd zijn er al heel veel verschillen te zien, kijk bijvoorbeeld maar eens naar het tv-programma "Het Geheime Leven van 4-jarigen" van de NPO. Kinderen brengen op die leeftijd al veel tijd buitenshuis door, omdat ze naar school gaan. Relaties zijn al redelijk stabiel en soms worden kinderen al buitengesloten. Tijdens de huisbezoeken zal er een poppenkastspel gedaan worden met het kind, waarbij twee identieke poppen, Iggy en Ziggy genaamd, met elkaar in gesprek gaan en het kind hierbij betrekken. Onderwerpen die hierbij aan de orde komen zijn vriendjes, eigen gedrag en gedrag van andere kinderen. Iggy en Ziggy vertegenwoordigen heel verschillende meningen, waardoor het kind begrijpt dat alle antwoorden goed zijn. Het leuke is dat we zo niet alleen óver kinderen praten, maar vooral ook mét ze. Ook is het onze bedoeling om een kinderfeestje te organiseren in een overdekte speeltuin als de kinderen ongeveer 4,5 jaar zijn, waarbij ze een GPS tracker om krijgen om te kijken wat ze doen. Spelen ze met andere kinderen of spelen ze alleen? Hier zie je sociale interactie bij uitstek!

Wat hoop je te kunnen doen met de verzamelde gegevens?

Ik hoop op meer kennis over de hele vroege sociale ontwikkeling. Ik wil onder andere weten waarom het voor sommige jonge kinderen al moeilijk is om vriendjes te maken. Dit zou niet mogen afhangen van de ervaringen van hun ouders. Ik hoop ouders bewust te maken dat hun opvoedingsstijl van grote invloed is op relaties met leeftijdsgenootjes van hun kinderen. Tot nu toe hebben we nog geen toegepast onderzoek gedaan, maar hier hoop ik ook op, dus het toepassen van de kennis die uit onderzoek wordt verkregen. Ook hoop ik op meer subsidie voor TRAILS-Next, zodat we uiteindelijk dezelfde metingen kunnen doen bij de kinderen van onze deelnemers als die ze zelf vroeger ook gehad hebben. Dat zou echt geweldig zijn!

TINA KRETSCHMER INTERVIEW



ARBEID EN LEVENSLLOOP

UTE BÜLTMANN

Δ
HOE
-BELANGRIJK-
IS WERK
NOU ECHT VOOR
IEMAND?

Kun je wat vertellen over je eigen levensloop wat werk betreft?

Ik ben geboren en getogen in Duitsland en heb fysiotherapie in Utrecht gestudeerd. Daarna ben ik Gezondheidswetenschappen in Maastricht gaan studeren om vervolgens in een promotietraject terecht te komen bij de Faculteit Geneeskunde (Epidemiologie) in Maastricht. Ik ben gepromoveerd op het ontstaan van psychische klachten en vermoeidheid onder werkenden. Na ruim anderhalf jaar als postdoc in Maastricht gewerkt te hebben, ben ik voor zo'n 3,5 jaar naar Denemarken vertrokken om onderzoek te kunnen doen naar de consequenties van psychische problemen bij werkenden. In 2007 kwam ik bij het UMCG terecht als Rosalind Franklin Fellow voor onderzoek naar werkherleving bij psychische problemen en daar zit ik nu nog steeds. Ik ben dus altijd al geïnteresseerd geweest in het functioneren van mensen op de werkvloer, van zowel mensen met als mensen zonder gezondheidsproblemen. In de afgelopen jaren zijn de inhoud van het werk en de arbeidsmarkt enorm veranderd. Oudere werknemers zijn over het algemeen begonnen zonder computers; dat is voor de jongere generatie nu niet meer voor te stellen. Ook echt anders zijn tegenwoordig de tijdelijke, vaak korte, contracten; er zijn nog maar weinig werkenden die hun hele leven bij dezelfde werkgever blijven. Uit eerder onderzoek bij werkenden is gebleken dat het gevoel om zelf dingen te kunnen regelen in het werk belangrijk is om niet overbelast te raken. Dit willen we ook onderzoeken bij de TRAILS deelnemers.

THE
BIG
FIVE

Hoe kwam je bij TRAILS uit om onderzoek naar arbeid en levensloop te kunnen doen?

Om dit soort onderzoek goed te kunnen doen, is het belangrijk om een groep deelnemers te hebben die allemaal op ongeveer hetzelfde moment toegetreden zijn tot de arbeidsmarkt. Uiteraard was ik van het bestaan van TRAILS op de hoogte en jaren geleden heb ik al contact gezocht met hoofdonderzoekster Tineke Oldehinkel over mijn ideeën en de mogelijkheden binnen TRAILS. TRAILS leent zich perfect voor onderzoek op het gebied van arbeid en gezondheid met een levensloopperspectief, zeker ook omdat de deelnemers al vanaf hun 11e gevolgd worden en we ervan uit gaan dat de meesten inmiddels aan het werk zijn. Het grote voordeel van TRAILS is dat er elke meting naar dezelfde dingen wordt gevraagd. Misschien is dat soms wat saai en voorspelbaar voor de deelnemers, maar juist door steeds dezelfde dingen te vragen, kun je het beloop in tijd daarvan goed onderzoeken. Er is in TRAILS heel veel bekend over de psychische gezondheid van de deelnemers, waardoor onderzoek naar arbeid en familie extra interessant is. Want hoe vergaat het de deelnemers op de arbeidsmarkt? Zijn er verschillen tussen deelnemers met en zonder psychische klachten? Wat zijn de verschillen en hoe ontstaan ze? Hoe gaan mensen om met klachten als vermoeidheid en burn-out? Zijn ze ooit langere tijd ziek geweest en zo ja, hoe keerden ze terug op de werkvloer na het ziekteverzuim? Hoe is de balans tussen werk en privé-situatie? Hebben deelnemers relaties? En zo ja, met werkende of niet-werkende partners? Zijn er kinderen in het spel? Hoe is dan het werk verdeeld? Hoe is de kinderopvang geregeld? Kortom: heel veel vragen waar we graag antwoord op zouden willen hebben.

Ute Bültmann is professor Arbeid en Gezondheid vanuit het Levensloopperspectief bij de afdeling Gezondheidswetenschappen van het UMCG. Ute heeft in het voorjaar van 2017 een zogenaamde VICI-subsidie gekregen van de Nederlandse Organisatie voor Wetenschappelijk Onderzoek (NWO) om de komende vijf jaar onderzoek te doen naar het thema 'De jeugd van heden vormt de werkenden van morgen'. Ute gaat een deel van haar subsidie gebruiken voor de uitvoering van een volgende meting in TRAILS, meting zeven. Wij vroegen haar naar haar ideeën voor de inhoud van deze meting.

Was er niet iets met the big five?

Precies! Niet die vijf soorten dieren die je in Afrika tijdens je safari tegen zou willen komen, maar in een mensenleven spreken we ook van the big five als het om transities gaat. Met transitie bedoelen we een overgang van de ene naar de andere fase. Op weg naar de volwassenheid maken mensen transities door op vijf verschillende gebieden: opleiding, werk, onafhankelijkheid, relaties en ouderschap. Heel veel van deze zaken zijn al eerder gemeten in TRAILS, maar dankzij die subsidie kunnen we het thema werk nu meer uitdiepen.

Hoe gaat het er in de praktijk uitzien?

Op dit moment zijn we druk bezig met brainstormen over de vragen die we willen gaan stellen. Zoals ik net ook al aangaf, is de basis van de vragenlijsten van TRAILS steeds hetzelfde en kunnen daarnaast extra vragenlijsten toegevoegd worden. Omdat we de deelnemers niet willen overbelasten, moeten we heel zorgvuldig overwegen wat we wel en niet toe kunnen voegen aan de basisset van vragenlijsten. Zodra er duidelijkheid is over welke vragenlijsten we willen gebruiken, zullen we de Medisch Ethische Commissie om een beoordeling vragen over de opzet van de zevende meting. Daarnaast zou ik ook heel graag bij een aantal deelnemers een interview willen afnemen om zo echt in gesprek te kunnen gaan over wat belangrijk is op het gebied van werk. Hoe belangrijk is werk nou echt voor iemand? Ook hier zijn we nog over aan het nadenken. Als alles volgens plan verloopt, hopen we begin volgend jaar de volgende online meting te kunnen versturen naar de TRAILS deelnemers.

En verder?

Er bestaat een soortelijk onderzoek in Denemarken, het Vestliv onderzoek, waaraan 3800 deelnemers meedoen. Het thema 'werk' is daar al in een meting uitgebreid aan de orde gekomen en zal in de toekomst verder in kaart gebracht worden. Denemarken is op veel gebieden heel goed vergelijkbaar met Nederland, maar op het gebied van opleiding, arbeidsmarkt en sociale zekerheid zijn er juist verschillen. De omgeving is dus ook heel belangrijk. Gaan Deense jongeren anders met werkzaken om dan Nederlandse?

MARIEKE WICHERS

ONTSTAAN EN VERLOOP VAN DEPRESSIEVE KLACHTEN

Marieke is hoogleraar psychologie bij het Interdisciplinair Centrum voor Psychopathologie en Emotieregulatie bij het UMCG in Groningen en doet o.a. onderzoek naar het ontstaan en verloop van depressieve klachten.

trails
TRANS-ID

Idee voor TRANS-ID

Het idee voor TRANS-ID heeft een geschiedenis. De eerste zaadjes hiervoor zijn al geplant in 2012, tijdens een brainstormsessie met collega's die zich bezighielden met onderzoek naar kantelpunten in complexe systemen zoals klimaat en samenleving. Dit zijn systemen waarin je niet weet wat er gaat gebeuren. Bij klimaatverandering heeft men ontdekt dat er bepaalde waarschuwingssignalen zijn waaraan te zien is of een systeem instabiel wordt en naar een ander evenwicht gaat verschuiven, bijvoorbeeld de verschuiving ooit van de ijstijd op aarde naar een meer gematigd klimaat.

Doel van TRANS-ID

Marieke onderzoekt of dit idee van het meten van instabiliteit ook in het systeem psychopathologie mogelijk is. Het onderliggende idee hierbij is om, op dezelfde manier als bij het klimaat, waarschuwingssignalen zien op te pikken die aangeven dat er een omslagpunt in klachten staat aan te komen.

Het is pionieren in dit onderzoek. Men had in de jaren '90 al wel de theorie dat psychopathologie lijkt op een complex systeem. Er waren toen echter geen goede middelen om dit te onderzoeken. Door alle digitale mogelijkheden van de huidige tijd kan gedurende de dag veel worden gemeten over een lange tijdsduur. De techniek maakt het nu mogelijk om veel gegevens over een persoon snel en makkelijk op te slaan. Bovendien zijn deze gegevens meteen beschikbaar. Nu is het mogelijk om proefondervindelijk te testen of het systeem van de complexe problematiek van toepassing is op de psychopathologie.

In de praktijk is dit uitgevoerd bij een patiënt die ook onderzoeker was. Hij gebruikte antidepressiva, was stabiel en wilde daarom met de medicijnen stoppen. Hij wilde tijdens het afbouwen precies in de gaten houden of hij kwetsbaarder zou worden in die periode. Daarvoor hield hij dagelijks, via een dagboekstudie, bij hoe hij zich voelde. Na 6 weken kreeg hij een terugval. Achteraf is gekeken of er signalen waren die aangaven dat dit er aan zat te komen en het bleek dat enkele weken voor zijn terugval al aan zijn emoties te zien was dat dit zou kunnen gebeuren. De patiënt/onderzoeker is gevraagd of hij zelf de terugval aan heeft zien komen en dat was niet het geval. Deze studie gaf dus reden te denken dat er inderdaad signalen zijn die aangeven dat er een omslagpunt aan staat te komen in depressieve klachten die de patiënt zelf zich niet realiseert.

Het idee ontstond om op individueel niveau te gaan monitoren en te kijken of te voorspellen is wanneer er instabiliteit ontstaat. Het uiteindelijke doel is dat men in de toekomst eerder kan ingrijpen op basis van waarschuwingssignalen die bij het monitoren naar voren komen.

Deelonderzoeken

TRANS-ID bestaat uit 3 deelonderzoeken; bij alle drie gaat het om een dagboekstudie. Deelnemers houden dagelijks een dagboek bij waarin ze aangeven hoe ze zich voelen en wat ze hebben meegemaakt.

TRANS-ID afbouw: hierin worden deelnemers gevolgd tijdens het afbouwen van de antidepressiva. Deze dagboekstudie duurt 4 maanden en 5 keer per dag vindt een meting plaats. **TRANS-ID herstel:** deelnemers die onder behandeling gaan vanwege hun depressieve klachten worden hierin gevolgd. Hierbij wordt gekeken naar de ontwikkeling van de klachten. Het verloop van het herstelproces wordt gevolgd. Deze dagboekstudie duurt 4 maanden en 5 keer per dag vindt een meting plaats.

TRAILS TRANS-ID: TRAILS deelnemers die geboren zijn in 1992, 1993 en 1994 en zich hiervoor hebben aangemeld worden hierbij 6 maanden gevolgd. Per dag vindt er één keer een meting plaats. Dit deelonderzoek wordt uitgevoerd door onderzoekers Robin Groen en Marieke Schreuder en wordt elders in dit magazine uitgebreid beschreven. De deelnemers van al deze drie deelstudies krijgen inzage in hun eigen gegevens. Ze kunnen dan terugzien hoe hun scores over de tijd veranderen.

De praktijk

De dagboekstudie zou toegepast kunnen worden in de dagelijkse praktijk. Sommige behandelaren willen graag zelf dagboekjes kunnen gebruiken. Patiënten kunnen dan samen met een behandelaar het verloop van hun stemming en gevoel bekijken. Ze zouden dan bijvoorbeeld kunnen analyseren hoe actief de patiënt is op welke momenten, hoe vaak hij of zij piekert en wanneer de patiënt vaak positieve emoties ervaart. Ook na afloop van de behandeling zou de dagboekstudie kunnen worden ingezet om de patiënt te blijven volgen. Als er waarschuwingssignalen worden ontdekt zouden deze ook in deze dagboekjes kunnen worden meegenomen, waardoor er een soort voorspelling van een omslagpunt kan worden gegeven voor de patiënt en er aan de hand daarvan actie genomen kan worden om het omslagpunt voor te zijn.

Vervolg

Een volgende stap na het TRANS-ID onderzoek is om te onderzoeken of het mogelijk is om op tijd in te grijpen als er waarschuwingssignalen aanwezig zijn en om na te gaan wat er moet gebeuren om deze mogelijkheid vervolgens breder toe te passen.

trails

onderzoekers

"Sinds kort ben ik me gaan verdiepen in espresso. Echt fascinerend! En met verrassend veel parallellen met wetenschappelijk onderzoek. Zo vereisen beide veel toewijding en nauwkeurigheid, en uiteraard een vleugje liefde. En voor allebei geldt: hoe meer je je erin verdiept, hoe meer je beseft wat je nog niet weet." *Dennis*

Ik heb een foto meegenomen van IJsland. Ik houd van IJsland, sinds 15 jaar is het mijn favoriete bestemming. IJsland..., een bovennatuurlijk mooi eiland vol contrasten: vuur en ijs, winterdonker en midzomerzon, bruisende cultuur en puur natuur! *Ute*

Ik heb een boeddha meegenomen als symbool voor het bezig zijn met meditatie. In het dagelijks leven ben ik vaak heel druk met van alles en nog wat maar ik houd er ook van om – en juist daarom waarschijnlijk – me af en toe terug te trekken in stilte om te mediteren. Ook in de zomer ga ik weer een maandje de stilte in. Heerlijk vind ik dat. Even terug naar gewoon puur het leven ervaren en ervan genieten. Ook helpt het me om mezelf heel goed te leren kennen. Van alles doen de hele dag is erg leuk maar terug naar de stilte is voor mij ook essentieel. Die 2 kanten drukte en stilte typeren mij. *Marieke*

Dit moestuinboekje staat voor mijn liefde voor tuinieren. Ik hou heel erg van de natuur en buiten bezig zijn en probeer duurzaam te leven. Zelf voedsel verbouwen speelt daarbij een grote rol. Toen ik nog in de stad Groningen woonde had ik maar een klein tuintje bij een volkstuinvereniging, maar nu ik in een klein dorpje woon kan ik volop bezig zijn. De vriezer ligt al vol met sugar snaps en spinazie, vanochtend heb ik nog rabarberjam gemaakt en de bomen hangen vol met kersen en appels. Heerlijk!! *Tina*

Ik ga zelden of nooit op pad zonder een – vaak flink uitgevallen – tas, omdat ik van het beter-mee-verleggen-dan-om-verleggen slag ben; ik sleep een grote hoeveelheid zaken mee die misschien nog wel eens van pas komen. *Tineke*

Ik heb een hardloepschoen meegenomen, omdat ik het leuk vind om hard te lopen! Wat ik er leuk aan vind is dat je het buiten doet (heel prettig, aangezien mijn werkdagen zich vooral achter de computer afspelen). En het is voor een belangrijk deel 'mentaal', soms denk ik dat het eigenlijk een denksport is. Overigens krijgen mijn hardloepschoenen altijd binnen de kortste keren een gaatje in de voorkant, volgens verkopers omdat ik 'jubeltenen' zou hebben. Hoewel de schoen daardoor wat versleten oogt, is hij wel heel waardevol. *Marieke*

Ik heb mijn rugtas meegenomen omdat die voor mij reizen symboliseert. Ik ben vaak onderweg, zowel voor werk als in mijn vrije tijd. Van reizen kan ik erg genieten en ik vind het heel leuk om vrienden en familie in het binnen en buitenland op te zoeken. *Robin*



Winnaar beste artikel
pag. 22,23

Meting 7
pag 10,11

TRANS-ID
pag 12,13

TRAILS-Next
pag 8,9

Online cursus
pag 16,17

TRANS-ID
pag 24,25

TRANS-ID
pag 24,25



ONLINE CURSUS

Over de psychische gezondheid voor jongeren



MAAIKE MEURS

coördinator

De totstandkoming van de MOOC:

Bij het maken van een MOOC komt heel wat kijken. Als eerste moet bedacht worden welke onderwerpen we wilden behandelen. Daarna kwam de uitvoering van deze onderwerpen aan bod. Hoe breng je op een goede en aantrekkelijke manier de verschillende onderwerpen in beeld? Wie gaan we benaderen als deskundige op een bepaald gebied? Bij de RUG is Tom Spits inmiddels MOOC deskundige; hij heeft al meerdere MOOC's bij de totstandkoming begeleid en zo ook deze MOOC over de psychische gezondheid bij jongeren. Omdat we maar liefst 10 onderwerpen hadden en er van alle onderwerpen een Nederlandse en een Engelse variant moest komen, moesten er dus 20 modules worden ingevuld. We hebben hiervoor heel veel werk verzet, zoals o.a.: deskundigen benaderen, teksten schrijven, acteurs benaderen, scholen benaderen om leerlingen op schoolpleinen te mogen interviewen, locaties regelen om de filmopnamen te maken, naar Cambridge afreizen met de filmploeg voor de Engelstalige versies van de acteurs, de teksten in het online platform FutureLearn plaatsen, rechtenvrije afbeeldingen zoeken, de video's op de juiste plekken uploaden, quizvragen bedenken, wist-je-datjes opzoeken, nuttige links opzoeken en uiteindelijk checken, checken en nog eens checken. De zondag voordat de cursus online ging, hebben we zelfs nog keihard zitten werken om de laatste puntjes op de i te krijgen. We zijn dan ook bijzonder trots op het resultaat!

TINEKE OLDEHINKEL

hoofdonderzoeker

In de nu al meer dan vijftien jaar dat TRAILS bestaat heeft ons onderzoek veel kennis opgeleverd over het ontstaan en beloop van psychische problemen bij jongeren. Psychische problemen komen veel voor bij jongeren; we schatten dat ongeveer één of de vijf jongeren ernstige klachten heeft of heeft gehad. Het gaat dan bijvoorbeeld om depressie, angst, ADHD, gedragsstoornissen of verslaving. Veel van die problemen ontstaan of verergeren in de adolescentie, dus zo tussen de 12 en de 20 jaar. Dat is niet zo vreemd, want de adolescentie is een ingewikkelde leeftijdsfase, waarin op zowel lichamelijk als sociaal gebied veel verandert. Het lichaam verandert, met alle hormonale onrust van dien, en ook de hersenen maken een soort groeispurt door, waardoor jongeren veel willen maar nog niet alles goed kunnen overzien. Ondertussen moeten ze proberen hun eigen weg te vinden en meer en meer hun eigen zaakjes te regelen. Dat is nogal wat. Het is niet raar dat sommige jongeren uit hun evenwicht raken door al deze uitdagingen of dat al bestaande problemen verergeren in de adolescentie. Bijna alle jongeren komen in aanraking met psychische problemen; is het niet bij hen zelf, dan wel bij vrienden of klasgenoten. Toch bestaan er veel misverstanden en onjuiste ideeën over psychische problemen. Dat leidt tot onnodige schaamte en meer ellende dan nodig is omdat jongeren soms door onwetendheid dingen doen die de klachten alleen maar erger maken.

Dat vinden we erg en daarom hebben we een online cursus voor jongeren ontwikkeld die een helder en nuchter overzicht geeft van de meest bekende psychische problemen. Het is een zogenaamde MOOC (Massive Open Online Course), die voor iedereen gratis te volgen is. We besteden in deze cursus veel aandacht aan wat jongeren zelf kunnen doen om zich beter te voelen, maar geven ook aan wanneer het wel verstandig is om hulp te zoeken. Niet alleen jongeren zelf, maar ook ouders, leerkrachten en andere geïnteresseerden kunnen de cursus volgen. Met deze MOOC, die mede dankzij TRAILS tot stand is gekomen, hopen we onnodig leed te voorkomen.

Inhoud van de MOOC:

De cursus is speciaal gericht op jongeren vanaf ongeveer 14 jaar met VMBO-TL, HAVO of VWO niveau. Ze leren op een toegankelijke wijze veelvoorkomende psychische problemen, zoals depressie, angst en ADHD herkennen, alsook wat ze kunnen doen om te voorkomen dat ze zulke problemen krijgen en wat ze kunnen doen als ze er eenmaal last van hebben. De MOOC is gratis en bestaat uit tien modules van ongeveer drie kwartier met uitleg, persoonlijke verhalen, animatiefilmpjes, korte opdrachten, quizzen en interviews. De modules zijn los van elkaar te volgen. Afhankelijk van tijd en interesse kan ook slechts een selectie gevolgd worden. Daarnaast is de cursus ook bedoeld voor ouders, verzorgers, mentoren, leerkrachten, en eigenlijk voor iedereen die geïnteresseerd is in psychische gezondheid bij jongeren. De MOOC is in 2018 te volgen op het online platform FutureLearn.com. Voor meer informatie en een trailer voor een eerste indruk ga je naar de webpagina www.MOOCpsy.umcg.nl. Via deze website is inschrijven ook mogelijk.

HUISBEZOEK OP 2,5 JARIGE LEEFTIJD

MICHELLE BOS

Hoe kom je aan de deelnemers voor het tweede huisbezoek?

De TRAILS deelnemers die ik bezoek hebben ooit aan ons doorgegeven dat ze een (jong) kind hebben. Het kan zijn dat ze dit hebben aangegeven in een van onze kwartaalmailingen. Het kan ook zijn dat ze een e-mail hebben gestuurd of gebeld hebben. Op het moment dat hun kindje bijna twee en een half jaar is, bel ik deze mensen op en vraag of ze mee willen doen. Bijna iedereen reageert super enthousiast en wil graag meedoen. Ik maak dan in overleg een afspraak met ze om ze thuis te bezoeken.

Hoe ziet zo'n huisbezoek er uit?

Als ik binnen kom bij de mensen leg ik eerst uit wat er gaat gebeuren. Het huisbezoek bestaat uit een ouder-kind interactie, met beide ouders. De ouders spelen elk 10 minuten met hun peuter met allerlei speelgoed uit mijn grote koffer en gaan vervolgens nog 5 minuten met hun kind een toren bouwen. Vervolgens ruimen ze samen het speelgoed weer op. Verder doe ik zelf enkele spelletjes met de peuter aan tafel waar een van de ouders dan bij zit. Dat bestaat onder andere uit spelletjes met een ballon en het zingen van een liedje. De peuters vinden dit over het algemeen erg leuk. Vaak is het in het begin wel even spannend, maar het ijs is altijd al snel gebroken. Soms wil een peuter niet stoppen met spelen en het komt ook voor dat ik niet meer weg mag van de peuter, die is dan verdrietig bij mijn vertrek. Verder vindt tijdens het huisbezoek een interview met de moeder plaats en vult de vader een korte vragenlijst in. Het huisbezoek duurt in totaal zo'n twee en een half uur. Dat is best lang voor een peuter; het bezoek kan dan ook wel wat vermoeiend zijn. Dat is ook de reden dat ik de huisbezoeken bij voorkeur in de ochtend plan.

Kom je bijzondere dingen tegen tijdens een huisbezoek?

Elk huisbezoek is weer anders en overal kom je weer andere dingen tegen. Wat wel heel grappig is, is dat sommige kinderen al wat Engelse woordjes spreken. Dit kan voor kleine misverstanden zorgen. Zo had ooit een peuter het over pink. Ik vroeg me af wat er met mijn pink was, maar ze bedoelde roze. Dat zijn grappige dingen om mee te maken.

Wat vind je het leukste aan je werk?

Erg leuk aan een huisbezoek vind ik de interactie met de peuter. De spelletjes met ze doen is erg leuk, maar ook daarbuiten om. Hoe snel een peuter ontdooit en dan contact zoekt met mij. Soms vragen ze veel en willen ze van alles laten zien. Elke peuter is weer anders, dat maakt het extra leuk om dit werk te doen. Het minder leuke is dat ik na elk huisbezoek het speelgoed moet schoonmaken. En als ik ver weg moet kan de reistijd lang zijn, dat is ook een minder aspect aan het werk. Het leukste dat ik heb meegemaakt is de tekening die ik van een peuter heb gekregen. Die hangt nu op mijn prikbord te pronken. Ik heb erg veel plezier in dit werk en voorlopig gaan we nog wel even door met de huisbezoeken. Ik hoop dat ik dit nog een hele poos mag blijven doen.

Hoe ben je bij TRAILS terechtgekomen?

Ik heb Pedagogische Wetenschappen gestudeerd en toen ik bezig was met mijn masterscriptie ben ik gaan nadenken wat ik na mijn studie zou willen doen. Ik zag het TRAILS magazine ergens liggen en daarin werd het TRAILS-Next onderzoek genoemd. Dat zou in die tijd (zomer 2014) bijna beginnen. Via mail heb ik toen gevraagd of ik bij TRAILS een werkervaringsplek zou kunnen krijgen omdat ik nog niet zo goed wist wat ik wilde. Ik heb toen voor een half jaar via een werkervaringsplek gewerkt. Na dat half jaar werd me een baan aangeboden die ik graag accepteerde.

Wat zijn je werkzaamheden bij TRAILS?

Toen ik hier terecht kwam, heb ik meegewerkt aan het opzetten en uitwerken van het TRAILS-Next onderzoek. Ik heb mee geholpen om invulling te geven aan de huisbezoeken en speelgoed en cadeautjes ingekocht voor de huisbezoeken. Mijn huidige bezigheid is voornamelijk het bezoeken van de deelnemers op het moment dat hun kindje ongeveer twee en een half jaar is. Dit is het tweede huisbezoek binnen TRAILS-Next. Sommige ouders hebben met hun peuter ook al meegedaan aan het eerste huisbezoek, dat plaats vond toen hun kindje drie maanden was.

Waar moet je heen voor de huisbezoeken en wat neem je mee?

De huisbezoeken vinden voornamelijk plaats in de drie noordelijke provincies. De TRAILS deelnemers zijn ooit geworven in deze provincies. Een aantal is echter verhuisd naar elders in het land en daarom ga ik ook weleens verder het land in. Ik heb altijd een hele koffer vol met speelgoed bij me, twee camera's en een laptop. Omdat dit veel en zwaar tillen is ga ik met de auto naar de mensen toe.

Gerda en Jan: We hebben ook aan het eerste huisbezoek meegedaan met onze dochter, die toen nog een baby was. Nu is ze alweer 2,5 jaar en kwam ze in aanmerking voor het tweede huisbezoek. Het was heel helder wat de bedoeling was en het verliep ontspannen. De spelletjes aan tafel met onze dochter waren heel erg leuk en zelfs spelletjes die te pittig voor haar waren bleven interessant door de begeleidster. Bovendien werd er duidelijk benadrukt dat ons kind voorop stond waardoor er een ontspannen sfeer ontstond zonder druk. Onze dochter gedroeg zich om door een ringetje te halen, waardoor wij er als trotse ouders naast konden staan. Zoals vaak bij nieuwe personen was ze eerst wat afwachtend, maar wel beleefd. Ze vond het duidelijk heel erg leuk om de nieuwe spelletjes te doen. We hadden niet het idee dat ze het moeilijk vond maar juist interessant.

GLOBAL

trails



TRAILS GLOBAL

Waar hangen onze deelnemers uit?

Ik ben Amber, 23 jaar en op dit moment 7 maanden woonachtig in Sydney, Australië. Ik doe al 12 jaar mee aan het TRAILS onderzoek en ik ben erg blij dat ik van waarde kan zijn!

In Nederland heb ik gestudeerd aan de Academie Lichamelijke Opvoeding waarbij ik mij gericht heb op speciaal onderwijs en het zwemonderwijs. Inmiddels heb ik meerdere jaren ervaring in het zwemonderwijs en speciaal onderwijs.

Voordat ik naar Australië vertrok had ik een functie in een bestuur, deed ik een fulltime master en werkte ik 4 dagen per week als gymleerkracht. Aan het einde van een turbulente tijd kreeg ik de mogelijkheid om naar Australië te verhuizen en te werken als au pair (oftewel een nanny die bij het gezin woont). Ik wilde altijd al voor een langere tijd naar het buitenland. Toen dit op m'n pad kwam, hoefde ik er niet lang over na te denken. Ik kreeg het aanbod in augustus en 13 september vloog ik naar Sydney! Ik wist vrij weinig van Australië behalve iets over The Opera House, kangoeroes, koala's en Aboriginals. Ik heb van tevoren ook geen informatie opgezocht over Sydney. Ik heb me volledig laten verrassen en dat pakte fantastisch uit.

Ik woon in Killarney Heights, dat is een wijk in Sydney, ongeveer 20 minuten van de binnenstad vandaan. Ik werk voor de familie De Vries, bij wie ik voor twee lieve meiden mag zorgen. Eigenlijk ben ik een huisvrouw in het huis van een ander en zorg ik voor kinderen die niet van mij zijn. Overdag en in het weekend heb ik veel vrije tijd en dan ga ik er graag op uit. Ik bezoek bijna dagelijks de sportschool om toch een beetje fit te blijven, aangezien ik hier niet kan volleyballen. De natuur is prachtig hier dus ik ga vaak wandelen. Overal waar je heen gaat is wel een natuurpark te vinden waar je spectaculaire wandelingen kunt maken. In het weekend doe ik leuke dingen met vrienden zoals roadtrips, naar de stad of lekker naar het strand. Stranden heeft Sydney genoeg, en wat een mooie! Ik zit hier niet helemaal stil want ondertussen volg ik een master in Nederland: Talentontwikkeling & Diversiteit. Die hoop ik volgend studiejaar af te ronden.

Ik werk nog een korte periode voor het gezin en dan ga ik nog een reis maken door Australië. Ik zal van Cairns via de oostkust naar Melbourne reizen. Ik ga prachtige plekken bezoeken zoals Magnetic Island, The Great Barrier Reef, Whitsundays, Fraser Island en The Great Ocean Road. In mei komt er helaas een einde aan dit avontuur en vlieg ik terug naar Nederland. Hoe lang ik in Nederland zal blijven weet ik niet. Nu ik een langere tijd in het buitenland heb gewoond, verlang ik naar meer. Ik denk dat Engeland mijn volgende langdurige bestemming wordt.

Als je de kans hebt om ooit naar Australië te gaan, zeker doen. Het land zal je op meerdere manieren positief verrassen!



Dennis Raven werkt al sinds 2009 als datamanager voor TRAILS. Hij heeft sociologie en bedrijfskunde gestudeerd. Sinds 2013 is hij ook promovendus en hij hoopt nog dit jaar te promoveren op basis van onderzoeksgegevens van TRAILS. In 2017 won Dennis, tot zijn eigen verbazing, een prijs voor één van zijn eerste artikelen. Wij spraken hem hierover en over andere dingen.

Je hebt vorig jaar een prijs in ontvangst mogen nemen. Vertel ons daar eens wat meer over.

Voor mijn artikel heb ik gebruik gemaakt van een uitgebreid interview over psychische klachten dat is afgenomen tijdens de vierde meting, toen de jongeren tussen de 18 en 20 jaar oud waren. Als jongeren psychische klachten rapporteerden, hebben we gevraagd of en zo ja, wanneer ze voor het eerst contact hebben gehad met een hulpverlener hierover. De tijd tussen het begin van de klachten en de tijd dat ze voor het eerst contact hadden met een hulpverlener bleek echt lang te zijn. Jongeren zochten het snelst hulp voor hun depressieve klachten, maar zelfs daarvoor wachtte de helft van de jongeren twee jaar of langer. Voor veel angstklachten en ADHD duurde het 10 jaar of langer voordat de helft van de jongeren voor het eerst hulp had gezocht! Het duurde vooral lang bij klachten die al vroeg in de kindertijd zijn ontstaan. Ik denk dat dat komt doordat symptomen van psychiatrische stoornissen op jonge leeftijd heel moeilijk te herkennen zijn. Daar komt bij dat kinderen, en ook hun ouders, zichzelf manieren aanleren om met die symptomen om te gaan. Later in het leven, bijvoorbeeld wanneer je op jezelf gaat wonen, werken die manieren niet meer en krijg je last van die symptomen.

Hoe lang het duurt voordat jongeren hulp zoeken voor hun psychische problemen was nog nooit eerder onderzocht. Daarom vond ik het belangrijk om dit met een groter publiek te delen. Ik heb toen de stoute schoenen aangetrokken en bij de afdeling persvoorlichting voorgesteld om hier een persbericht over te schrijven. Het werd direct door Omrop Fryslân opgepikt, waar ik op een zaterdagochtend live op de radio ben geweest. Dat was natuurlijk al spannend, maar het werd nog spannender toen de omroepster mij in het Fries introduceerde terwijl ik al aan de telefoon hing! Ik was even bang dat het interview ook in het Fries zou zijn, maar gelukkig deed ze het interview zelf wel in het Nederlands. Ik spreek namelijk geen woord Fries. Ik ben ook nog voor de Groningse regionale omroep OOGTV geïnterviewd. Ik kreeg hier veel leuke reacties op, maar toch ook wel veel reacties op de verdorde plant en de kerstboom die in april nog in mijn vensterbank stonden. Later ben ik ook nog geïnterviewd voor de Universiteitskrant en een Belgische stichting voor de preventie van depressie en suïcide: Fonds GavoerGeluk. Al met al heeft mijn onderzoek dus heel veel aandacht gehad!

Ik heb mijn artikel ook nog ingestuurd voor een prijs bij de Europese vereniging voor psychiatrie. Ik dacht niet dat ik veel kans zou maken, maar dan was het artikel in elk geval verplicht leesvoer voor de hoogleraren in de jury! Tot mijn stomme verbazing werd het artikel uitgeroepen tot het beste artikel in de categorie kinder- en jeugdpsychiatrie. Ik mocht de prijs, een oorkonde en € 2000 om te besteden aan mijn onderzoek, ophalen tijdens een congres in Florence.

Het artikel is onderdeel van je promotietraject. Hoe kwam je aan deze plek en hoe ver ben je ermee?

Eigenlijk ben ik bij toeval in dit promotietraject gerold. Ik wilde al langer graag promotieonderzoek doen, maar ik had het ook heel erg naar mijn zin bij TRAILS. Op een dag kwam een onderzoeker met wie ik eerder had samengewerkt langs met een idee en, ook niet onbelangrijk, een potje geld. Of ik dat onderzoek misschien wilde doen? Ik ben in oktober 2013 begonnen. We zijn nu ruim 4 jaar verder (tegen de tijd dat dit magazine verschijnt bijna 5). In die tijd heb ik vijf artikelen geschreven, waarvan er een gepubliceerd is. Een ander artikel is al geaccepteerd door een wetenschappelijk tijdschrift, maar het duurt al snel maanden voordat het dan ook echt wordt gepubliceerd. Het zijn vijf losstaande artikelen, maar ze gaan wel allemaal over hetzelfde: jongeren in de geestelijke gezondheidszorg. Mijn planning is om het proefschrift voor de zomer af te hebben, zodat ik tegen het einde van het jaar mijn proefschrift kan verdedigen.

Je maakt ook deel uit van het TRAILS team. Wat zijn je werkzaamheden binnen TRAILS?

Ik ben datamanager bij TRAILS. Dat houdt onder andere in dat ik de vragenlijsten op orde maak voordat de meting begint en dat de gegevens bruikbaar zijn voor onderzoek nadat de meting is afgelopen. Ook zorg ik ervoor dat de gegevens goed worden beschreven in codeboeken, zodat voor onderzoekers duidelijk is welke vragen zijn gesteld en welke antwoorden de deelnemers konden geven. Verder zorg ik ervoor dat we netjes en volgens de regels met de gegevens omgaan. Zo hebben wij bijvoorbeeld als een van de eerste onderzoeken in Europa een “data-seal of approval” gekregen. Dit is een soort keurmerk voor data-archieven.

Wat vind je het leukst aan je werkzaamheden?

Dennis barst in lachen uit en noemt dan ‘erover praten’. Nee, vreselijk, laat mij maar op de achtergrond! Na enig nadenken benoemt hij de diversiteit van zijn werk. ‘Ik maak immers het hele proces van de dataverzameling tot de data-uitgifte van A tot Z mee. Omdat ik naast TRAILS ook nog een andere functie heb en nog mijn proefschrift probeer af te schrijven, is het soms lastig om te schakelen tussen de diverse werkzaamheden; ik maak het liefst eerst één ding af voordat ik aan het volgende begin, maar dat lukt niet altijd met de verschillende taken.’

Hoe zie je de toekomst van TRAILS voor je?

TRAILS is een unieke studie, mede door alles wat erbij komt, zoals TRAILS-Next en TRAILS TRANS-ID. Ik ben wel eens bang voor het aantal deelnemers dat wil stoppen met TRAILS, want uiteindelijk zijn we afhankelijk van de gelukkig nog steeds grote groep trouwe TRAILS deelnemers. Vergeleken met andere onderzoeken in binnen- en buitenland doet TRAILS het overigens echt héél goed! Mogelijk komt dat juist wel omdat we heel vroeg, rond 11 jaar, zijn begonnen met TRAILS. Binnen de onderzoeksgroep van TRAILS (onderzoekers en medewerkers) heerst nog steeds heel veel enthousiasme. Vanuit de wetenschap zijn er nog genoeg ideeën en plannen om nog heel veel mooie dingen met de TRAILS gegevens te gaan doen. Het zou natuurlijk helemaal fantastisch als we de deelnemers nog steeds volgen op hun 70e, maar tegen die tijd hoop ik toch wel met pensioen te zijn.

DENNIS RAVEN WINNAAR BESTE ARTIKEL

OF • IK • DAT
ONDERZOEK
MISSCHIEN
WILDE • DOEN



STABILITEIT EN SAMENHANG VAN STEMMINGEN

INTERVIEW ROBIN EN MARIEKE TRANS-ID



Het onderzoek TRAILS TRANS-ID:

Marieke Schreuder en Robin Groen voeren hun promotie-onderzoek binnen TRAILS uit. Hun onderzoek TRAILS TRANS-ID maakt deel uit van een groter geheel, TRANS-ID. Bij TRANS-ID wordt gekeken of je grote veranderingen in stemming kunt voorspellen op basis van dagelijkse, kleinere veranderingen in stemming. Het gaat dan bijvoorbeeld om het ontstaan of verdwijnen van depressieve of blijde gevoelens. Het doel van dit onderzoek is om inzicht te krijgen in kleine dingen die mogelijk voorafgaan aan psychische problemen. De grote vraag is of er signalen te vinden zijn die erop wijzen dat er in de (nabije) toekomst een verandering in psychische gesteldheid is te verwachten.



MARIEKE SCHREUDER

De onderzoekers:

Marieke richt zich met name op de flexibiliteit van gevoelens. Ze gaat kijken hoe snel de stemming verandert. Zijn snelle veranderingen in stemming een voorspeller voor hoe snel iemand later herstelt van stress? Deze en andere vragen wil Marieke beantwoorden.

Robin kijkt naar de samenhang tussen stemmingen en vragen als: leidt de ene stemming tot een andere? Kun je zien aan de verbanden tussen stemmingen of iemand klachten zal gaan ontwikkelen? Kun je wat eerder is gebeurd in iemands leven verbinden met hoe verschillende stemmingen op dit moment samenhangen?

Marieke en Robin voeren het deelonderzoek TRAILS TRANS-ID met zijn tweeën uit. Zij coördineren de gegevensverzameling, doen de interviews en onderhouden maandelijks contact met de deelnemers. Als het verzamelen van de data is afgerond, zullen ze deze verwerken en analyseren.

De dagboekstudie:

Bij de start van de studie worden de deelnemers geïnterviewd over hun stemming in de maand daarvoor en krijgen ze uitleg over het bijhouden van het dagboekje. Vervolgens krijgen ze 6 maanden lang elke avond een sms'je met daarin een link naar een korte vragenlijst om in te vullen. Na afloop van die 6 maanden worden de deelnemers opnieuw geïnterviewd en een jaar na de dagboekstudie nogmaals.

Na afloop van de studie krijgen de deelnemers een overzicht van het verloop van hun stemming over die 6 maanden. Verder krijgen ze een financiële beloning die, afhankelijk van hoeveel dagboekjes de deelnemer heeft ingevuld, kan oplopen tot € 200,-.

dagboekstudie:
Een kort
inkijkje in
de levens van
jong volwassenen

De deelnemers:

De TRAILS deelnemers die worden uitgenodigd voor TRAILS TRANS-ID zijn tussen de 22 en 25 jaar (geboren in 1993, 1994 of 1995). Er is gekozen voor jongeren van juist deze leeftijd omdat in deze periode van een leven heel veel gebeurt op het gebied van wonen, studie, werk, gezinsvorming, enzovoort. Deze periode is daarom van grote invloed op de rest van het leven. Er is gekozen voor deelnemers van TRAILS omdat we uit eerdere metingen al heel veel van deze jongeren weten. Eerdere ervaringen uit hun leven kunnen we zo verbinden met wat ze nu meemaken en voelen. We hebben 443 deelnemers aangeschreven, waarvan er zich 140 hebben aangemeld om mee te doen. De eerste deelnemer is begin november begonnen en is dus al weer klaar met de 6 maanden dagboekstudie. De meeste jongeren vullen een groot deel van de dagboeklijsten in, gemiddeld meer dan 90%. De deelnemers die meedoen zijn meestal super enthousiast en gemotiveerd. Het dagelijks invullen blijkt soms mee te vallen en soms wat lastiger te zijn. Als ze het even wat minder zien zitten, zijn daar Robin en Marieke om ze te motiveren en stimuleren om door te gaan. De groep deelnemers is heel gemêleerd. Aan het begin van TRAILS zaten alle jongeren op de basisschool, maar nu leiden ze heel uiteenlopende levens, zowel wat betreft studie, werk, als woonomgeving.

Ervaringen:

Het leuke van dit onderzoek vinden Marieke en Robin dat ze door de dagboekstudie de deelnemers van dag tot dag volgen. Ze krijgen echt contact met de jongvolwassenen en lopen als het ware een poosje met ze op. Ze krijgen daardoor een kort inkijkje in de levens van de deelnemers en maken het mee als ze bijvoorbeeld met vakantie gaan of als er veranderingen in hun levens plaatsvinden zoals verhuizingen en zwangerschappen.

Bedankt:

Marieke en Robin geven aan dat ze het heel bijzonder vinden dat er zoveel deelnemers meedoen die ook zo betrokken en positief zijn. De deelname van al deze jongvolwassenen maakt dat Marieke en Robin dit onderzoek zo goed kunnen doen. Ze willen alle deelnemers dan ook van harte bedanken voor hun grote inzet en betrokkenheid.



INTERVIEW TRANS-ID DEELNEMERS

JOYCE:

Meedoen aan TRAILS TRANS-ID deed ik omdat ik nieuwsgierig was wat het inhield en het leek me leuk om deel te nemen. Het invullen van de vragenlijst was in het begin even wennen, maar toen ik door had hoe je het moest invullen werd het op den duur routine. Als ik vragen had kon ik die altijd via WhatsApp stellen, dat was fijn. Het invullen kostte ook niet zoveel tijd. In plaats van 5 minuutjes WhatsApp-en, vulde ik dan het lijstje even in. Ik vond de vragen niet lastig of moeilijk en het is me gelukt om de meeste dagen het dagboekje in te vullen.

Door het invullen van het vragenlijstje van dag tot dag en erover na te denken of een bepaalde stemming nu een klein deel van de dag voorkwam of (bijna) de hele dag, heb ik beter inzicht gekregen in mijn gevoel gedurende de dag. Ik ben me er bewust van geworden hoe mijn stemming van dag tot dag varieert en hoe dat verband houdt met mijn gedrag.

Om na een half jaar lijstjes invullen het verloop van mijn stemming terug te zien over deze periode is erg leuk. Interessant om te zien hoe mijn stemming varieerde van week tot week. Als mijn stemming afweek was er meestal een oorzaak aan te wijzen. Afgelopen half jaar is het zo'n automatisch proces geworden om elke dag mijn stemming te registreren, daardoor ben ik er nu vaak nog in mijn hoofd mee bezig. Ik kan hierdoor beter inschatten hoe ik me voel en hoe mijn stemming gedurende de dag verloopt.

Ik vond het leuk om mee te doen aan TRAILS TRANS-ID, een volgende keer zou ik weer meedoen.

LEONIE:

Ik heb van jongs af aan aan alle TRAILS onderzoeken meegedaan en ik vind het belangrijk om mee te blijven doen, mede omdat er niet zoveel van dit soort onderzoeken gedaan worden. Ik vond het een kleine moeite om elke dag een kort vragenlijstje in te vullen over hoe ik me die dag had gevoeld. Het kostte me zo'n 5 minuten per dag. Ik kreeg de mail om 21:00 uur en had dan de tijd tot 24:00 uur om de vragen te beantwoorden. Het werd eigenlijk steeds makkelijker om de vragen te beantwoorden doordat ik op een gegeven moment precies wist welke vragen er kwamen. Hoewel ik soms wel even moest nadenken wat er die dag ook al weer gebeurd was aan positieve en nare dingen en hoe ik me had gevoeld die dag, kon ik de vragen snel beantwoorden.

Na een half jaar elke dag vragenlijstjes te hebben ingevuld, heb ik overzichtjes gekregen waarin mijn stemming over dit afgelopen half jaar is weergegeven. Ik weet vaak wel hoe het vandaag en gisteren was, maar van een half jaar geleden ben ik het vergeten. Het is leuk om terug te zien hoe mijn stemming afgelopen half jaar varieerde. Grappig is dat ik uitschieters in een bepaalde stemming kan relateren aan gebeurtenissen die hebben plaatsgevonden. Hierdoor heb ik inzicht gekregen in bepaalde verbanden tussen gebeurtenissen en gevoel. Hoewel er ook dingen tegen mijn verwachting in geen verband hebben, zoals bijvoorbeeld slecht slapen en hoe ik me voel. Ik had verwacht dat als ik slecht slaap, ik me dan ook slechter zou voelen. Uit mijn overzicht bleek echter dat slecht slapen geen invloed heeft op hoe ik mij voel die dag.

BART:

Voor mij was de reden om mee te doen aan TRANS-ID, naast de beloning, het verkrijgen van inzicht in hoe ik dagelijks ben. Een interessante vraag voor mij was: hoe ik denk dat ik ben, hoe ik me voel, komt dat ook overeen met de werkelijkheid?

Het invullen van de dagboekjes was goed in te passen in mijn dagelijkse schema. Aan het eind van het half jaar werd het echter wel wat eentonig en had ik er niet altijd meer zin in. Ik zag het als een uitdaging om geen enkele dag te missen met invullen, maar dat is net niet helemaal gelukt.

Door het invullen van de dagelijkse vragenlijstjes werd ik gedwongen na te denken over wat er die dag gebeurd was en hoe ik me die dag voelde. Daardoor ben ik me bewust geworden van verbanden tussen situatie en gevoel. Een voorbeeld is mijn vermijdingsgedrag. Het bleek dat als ik gestrest ben, ik dingen ga vermijden. Dat heb ik me nooit gerealiseerd. Verder was het moment van invullen ook een momentje van bezinning. Zo kwam ik er soms op het moment van invullen achter waarom ik op dat moment geïrriteerd was, bijvoorbeeld omdat ik moe was. Door dit besef kon ik mijn gedrag meteen gaan aanpassen. Dit heeft bijgedragen aan een gevoel van controle hebben over mezelf.

Elke maand werd ik gebeld door de onderzoeker. Ze belde dan om te vragen hoe het ging en of er nog bijzonderheden te melden waren. Dit tussentijdse contact was erg prettig. Ik vond het fijn dat er iemand luisterde en een poosje met me meeleeftde.

Naast dat het voor het onderzoek van groot belang is om mee te doen, is het ook erg interessant en nuttig voor jezelf. Je krijgt inzicht in je eigen gevoel en gedrag. Ik zou iedereen aanraden om mee te doen aan dit soort onderzoeken.

LANGE TERMIJN VERLOOP ADHD SYMPTOMEN

DJÛKE BRINKSMA

In oktober 2013 ben ik begonnen als promovendus om onderzoek te doen naar gen-omgevingsinteracties op het lange termijn verloop van ADHD symptomen bij opgroeiende jongeren. Het leek me een leuk project omdat ADHD tastbaar is voor veel mensen: iedereen kent wel iemand die ADHD heeft en die door de ADHD soms tegen problemen aanloopt. Als ik met mijn onderzoek een steentje zou kunnen bijdragen om jongeren te helpen met problemen, zou ik dat fantastisch vinden. De gegevens voor dit onderzoek werden verzameld bij TRAILS en ruim 1,5 jaar ben ik onderdeel geweest van het TRAILS team. Tijdens deze periode heb ik met name gewerkt aan de dataverzameling zoals het verwerken van vragenlijsten. Ook heb ik interviews mogen afnemen, wat ik ontzettend interessant vond. Het was bijzonder dat de jongeren hun, soms zware, levensverhaal aan mij wilden vertellen. De veerkracht die sommige jongeren lieten zien vond ik inspirerend. Wat mij verder opviel tijdens de dataverzameling is hoe betrokken de meeste deelnemers zijn. Het onderzoek loopt al ruim 15 jaar en nog steeds vullen jongvolwassenen (maar ook hun ouders en partner(s)) vragenlijsten in. Als onderzoeker is dat ontzettend fijn! Uiteindelijk heb ik met de verzamelde gegevens analyses gedaan waarbij ik heb gekeken hoe bepaalde genen en omgevingsfactoren (zoals opvoeding, stress, roken of drinken van de moeder tijdens de zwangerschap) invloed hebben op het lange termijn verloop van ADHD symptomen bij jongeren. Een pasklaar antwoord wie op latere leeftijd wel of juist niet ADHD symptomen ervaart, heb ik niet kunnen vinden. Aan de ene kant is het jammer dat je niet snel jongeren met een kans op problemen kunt opsporen, omdat die kans niet gerelateerd is aan één gen, één omgevingsfactor of één interactie. Aan de andere kant laat mijn onderzoek zien dat de situatie niet zwart-wit is en iedereen zijn of haar eigen verhaal heeft. Mijn onderzoek is slechts één van de vele onderzoeken binnen TRAILS. Het is waardevol om te zien hoe jongeren groeien over de tijd. Ik hoop dat TRAILS nog lang doorgaat. Met de inzet van een enthousiast TRAILS team en betrokken deelnemers moet dat lukken.



trails

HET ONDERZOEK VAN TRAILS WORDT GESUBSIDIEERD DOOR:

- Nederlandse organisatie voor Wetenschappelijk Onderzoek (NWO) | www.nwo.nl
- ZonMw / Gebied Maatschappij- en Gedragwetenschappen
- Ministerie van Justitie | www.rijksoverheid.nl/ministeries/venj
- European Research Council | www.esf.org
- Biobanking and Biomolecular Resources Research Infrastructure BBMRI-NL | www.bbmri.eu

DAARNAAST WORDT TRAILS ONDERSTEUND DOOR:

- Universitair Medisch Centrum Groningen | www.umcg.nl;
- Rijksuniversiteit Groningen | www.rug.nl;
- Universitair Medisch Centrum Radboud | www.umcn.nl;
- Universiteit Utrecht | www.uu.nl;
- Parnassia Bavo Groep | www.parnassiabavogroep.nl