

Tools binnen INPREZE

1. De BodyGuard

Voor mensen met ASS (Autisme Spectrum Stoornissen) kan zowel het vinden als het behouden van werk problematisch zijn. BodyGuard is een zelfhulpmiddel, dat stress meet en hierover feedback geeft aan de gebruiker op een intuïtieve manier. De hartfrequentie wordt gemeten met behulp van een borstband, die via bluetooth in contact staat met een smartphone en een 'pebble' (een design-object vergelijkbaar met een smartwatch).



De applicatie op de smartphone analyseert de meetgegevens en stelt vast of er veranderingen in de hartritme variabiliteit optreden. Als dit het geval is wordt de gebruiker hierop geattendeerd op de smartphone en/of de pebble, middels kleur en trillingen.

Het idee achter BodyGuard is dat tijdige signalering van stress probleemoplossing en aanpak mogelijk maakt en mogelijke uitval op de arbeidsmarkt kan voorkomen. Het project is binnen het Dr. Leo Kannerhuis onderdeel van een innovatie

waarbij nieuwe technologieën worden ingezet om de arbeidskansen voor mensen met ASS te verbeteren.

INPREZE werkt momenteel aan de doorontwikkeling van Bodyguard. Status app: in ontwikkeling, volgens planning beschikbaar in september 2014 voor het testen in een pilot.

2. SAM (Smart Assessment on your Mobile)

SAM is een slimme en efficiënte mobiele applicatie om te screenen op veerkracht en psychische problemen zoals PTSS, angst en depressie. Er wordt 'op maat' gescreend doordat de meet-app een aantrekkelijke interface heeft en gelaagd is opgebouwd; de app vraagt alleen door wanneer dit noodzakelijk is. Op deze wijze is het mogelijk



→ geen vervolgvragen

→ vervolgvragen

om problemen vroegtijdig te signaleren.

De app is een online toepassing die de balans van de gebruiker in kaart brengt. Beïnvloedende factoren in deze zijn demografische kenmerken, sociale steun (thuis en werk), 'veerkrachtbeleving', fysieke gezondheid, eerdere psychische problemen, eerdere trauma's, peri traumatische klachten en *ongoing stress*. SAM screent op angst, depressie, posttraumatische stress, werkbevlogenheid, huidig functioneren en middelengebruik.

Een eerste versie van SAM is al ingezet in een pilot.

Lees hier meer over het onderzoek dat naar SAM wordt gedaan.

3. De NL PTSD-coach

De PTSD-coach is een app die mensen helpt de symptomen van post-traumatische stress-stoornis, of PTSS te begrijpen en hier beter mee om te gaan. De App is gebaseerd op de meest recente, wetenschappelijke inzichten op het gebied van PTSS en werd ontwikkeld door de US Department of Veterans 'Affairs. Op dit moment is de PTSD-coach alleen beschikbaar in het Engels, INPREZE zal de app vertalen en daar waar kan: verbeteren.



De PTSD-coach bevat:

- Up to date informatie over, en behandelingen voor PTSD
- Verscheidene symptoom management tools en technieken.
- Een PTSS beoordeling die gebruikers in staat stelt de ernst van hun symptomen over langere tijd te meten, de resultaten te verzamelen en deze te mailen naar een zorg-professional.
- Een planner die mensen in staat stelt om al hun (gezondheids)afspraken en activiteiten te managen.

- Informatie over waar de gebruiker professionele zorg kan krijgen.

4. De Agressieapp - Wat is de Agressie-App?

De Agressie-App is vast onderdeel van alle agressie-trainingen van het IVP en bevat filmpjes, oefeningen, testjes en theorie. Ontwikkeling van de App vond plaats in het kader van het Europees subsidieproject 'Inpreze'.

Hoe kom ik aan de Agressie-App?

Als cursist van het IVP krijg je voorafgaand aan een agressie-training een link naar de App en na installatie op mobiel, tablet of pc kun je meteen aan de slag.

Waarom de Agressie-App?

Al voor de training kan je met de App aan de slag met de theorie, een zelf test of spel. Daardoor blijft er tijdens de training meer tijd over om te oefenen. Na de training krijg je nieuwe filmpjes en testjes gestuurd, zodat je met het de stof blijft oefenen. Daarmee is de App een uitbreiding en verdieping op een training.

Leren met de App is speels en eigentijds maar bovenal makkelijk en effectief. En zoals alle mobiele applicaties kun je hem gebruiken waar en wanneer je maar wil.



Extra in de Agressie-App

De Agressie-App biedt nog meer: als werkgever kan je ervoor kiezen om formulieren en protocollen in de App te hangen en om het melden van agressie-incidenten via de App te laten verlopen.

Meer informatie?

Neem gerust contact op met Willeke Kuijpers, hoofd Training & Opleiding bij het IVP, w.kuijpers@ivp.nl.

5. MIRROR

MIRROR staat voor Mobile Insight in Risk, Resilience and Online Referral. Uitgangpunt van MIRROR is voorzien in een betere geleiding naar enerzijds zelfhulp en anderzijds professionele zorg.



De beoogde web-based methodiek wil na het meemaken van een (of meerdere) schokkende gebeurtenis(sen) snel en persoonlijk inzicht bieden in iemands risico's, klachten en veerkracht. Bovendien wil deze methodiek adequate toeleiding bieden naar de benodigde en gewenste vervolgstap in brede zin. Ook kan MIRROR ondersteunend/richtinggevend zijn in de toeleiding naar de in ontwikkeling zijnde app's binnen INPREZE.