

Tackle your Tics

een korte, intensieve tic training

Jaarcongres Kinder- en Jeugdpsychiatrie
1 oktober 2019
Marjolein Bus (De Bascule)
Annet Heijerman (Amsterdam UMC/
De Bascule)

Het probleem



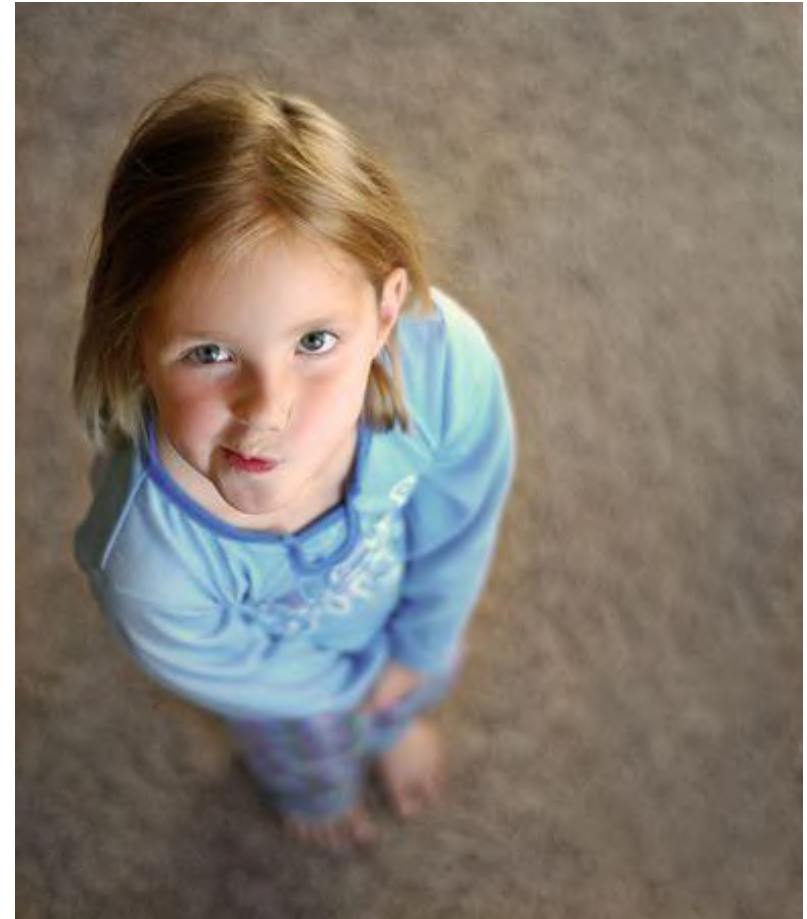
100.000 kinderen met een ticstoornis (2%)



40.000 kinderen met Tourette (1%)



20 tics per minuut = 1200 tics per uur
= 20.000 tics per dag!



De gevolgen



school: concentratie, uitval, onderpresteren



sociaal: stigmatisering, pesten



gezondheid: pijn, laag zelfbeeld, suïcide





Oefening 1

Hoe voelt een tic?

Voorafgaande sensaties: oogtic

Ticalarmen



Gedragstherapie



eerstekeuzebehandeling volgens Europese richtlijnen (ESSTS, 2011)



exposure en responspreventie volgens protocol Tics (Verdellen et al, 2011)



onvoldoende therapeuten beschikbaar



belastend voor ouders en kinderen



De uitdaging



Optimaliseren van ERP



Verbeteren kwaliteit van leven



Aansluiten bij wensen en
behoeften van families



Programma



4-day intensive exposure



group format



supporting elements



patient participation

Tackle your Tics

Feasibility of a brief, intensive group-based exposure therapy programme for children with tic disorders

Team

A.P. Heijerman (1,2), C.W.J. Verdellen (3,4), J.M.T.M. van de Griendt (4), M. Bus (5), L. Beljaars (2), D. Cath (6,7,8), P.J. Hoekstra (8,9), C. Huyser (5), E.M.W.J. Utens (5,10,11)
1 Dutch Knowledge Centre for Child and Adolescent Psychiatry, 2 Dutch Tourette Association, 3 Pzyl Nijmegen / Persoonia Group, 4 Tricaps, 5 De Bascule, Academic Centre for Child and Adolescent Psychiatry Amsterdam, expert centre for tic, OCD and anxiety, 6 GGD Drenthe, 7 University Medical Centre Groningen, 8 University of Groningen, 9 University Medical Centre Groningen, Department of Child and Adolescent Psychiatry, 10 University of Amsterdam, 11 Erasmus Medical Centre Sophia

Challenges



Evidence-based treatment available
 First-line intervention
 Demonstrated effectivity

Behavioural therapy:

but...

Lack of local specialized therapists
 Weekly visits for 12 weeks, long distance traveling, impact on family life
 Room for improvement

Tactics

Intensive tic training:
 4-day programme with peers and parents

Group support
 to motivate, build self-esteem, support and assist each other during therapy



Coping strategies
 to learn how to cope with tics and other symptoms in a positive way



Training app BT-Coach
 to support the ERP-exercises, when there is no therapist around



Psycho-education
 to learn about tics, sensations, triggers, practice and relapse prevention



Intensive ERP
 exposure and response prevention (ERP) to reduce tics in a brief period of 4 days and 12 therapy hours in holidays or short breaks from school

Relaxation
 to reduce stress and muscular tension in short term



Goals



Overcome treatment barriers and make behavioural therapy more accessible



Parent meetings
 to teach parents how to support their child during treatment and home exercises

Enhance tic reduction, quality of life and treatment satisfaction

Two pilot therapy weeks (N=14) are planned in 2018. Feasibility results are expected in the beginning of 2019.

Tackle your Tics is funded by Tourettes Action



Contact: annet@tourette.nl
 @AnnetHeijerman



References:
 Bissell, V. H., Rig, J. J., & Peterson, A. L. (2017). Intensive Outpatient Comprehensive Behavioral Intervention for Tic: A Clinical Replication Series, Cognitive and Behavioral Practice, published online 2017.
 Taylor, C., Greenhalgh, J., Clark, D., Murphy, T., Heyman, L., & Bellini, F. (2013). Delivery of behavioural interventions for tic in an intensive outpatient format followed by remote delivery: A UK paediatric case series. Psychological Medicine Team Great Ormond Street Hospital UK.
 Verdellen, C., Schmeits, J., van de Krieke, A., & Groenewald, L. van (2015). Behavioural treatment, workbook for children, workbook for parents. Amsterdam: Tourette Centre.
 Woods, D.W., Camilleri, C.A., Walker, M.R. (2012). Barriers to dissemination: Exploring the enablers of behavior therapy for tic. Clinical Psychology: Science and Practice 16, 279-282.



Oefening 2

Hoe zwaar is een tic?

Tourette Challenge Guusje: <https://youtu.be/VSWXtRu9s3c>

Psycho-education



tics & 'tic-alarmen'



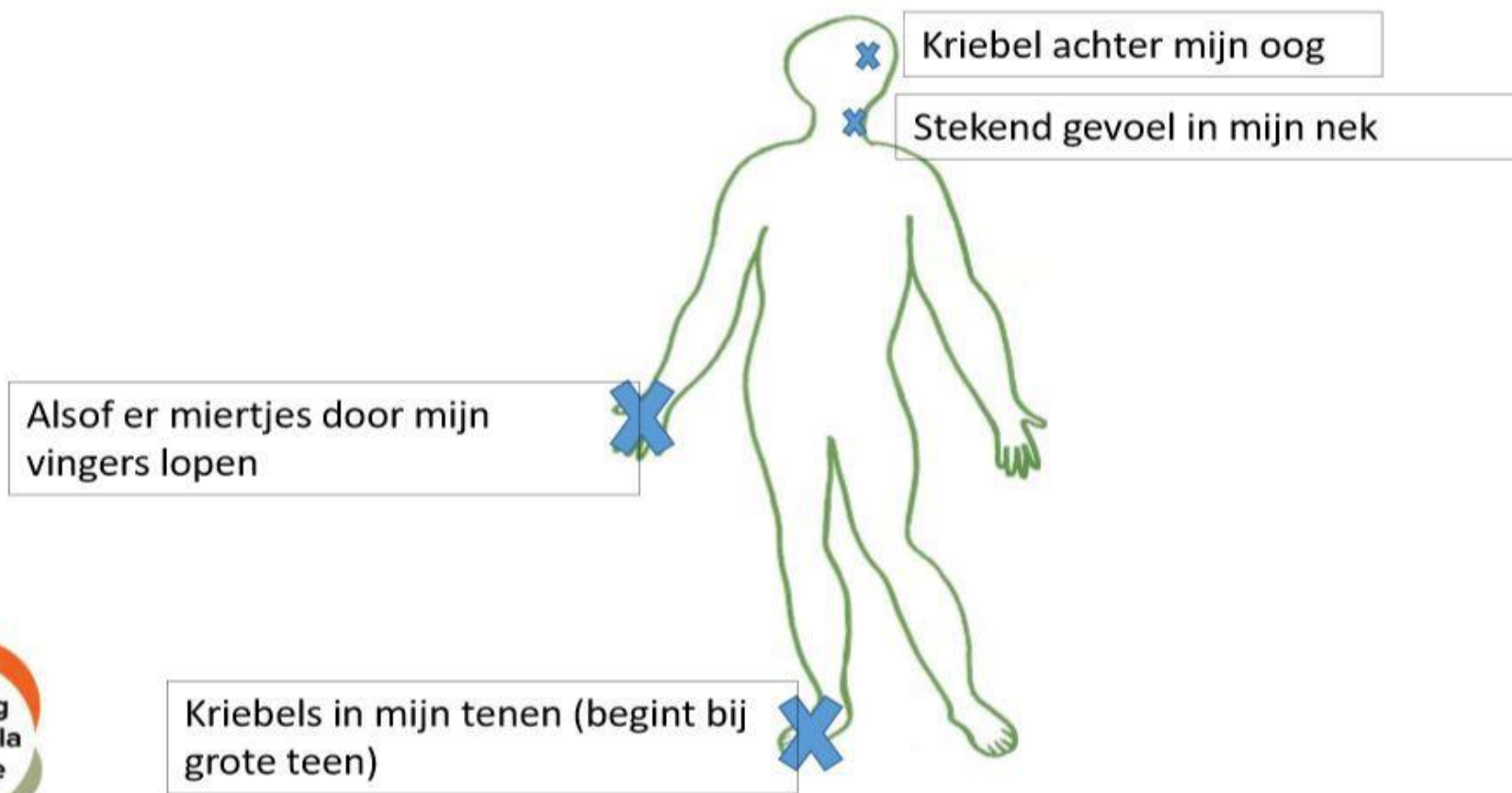
tic-triggers



houd-de-tics-buiten-de-deur-plan



Beschrijf je ticalarmen



Tic-uitlokkers

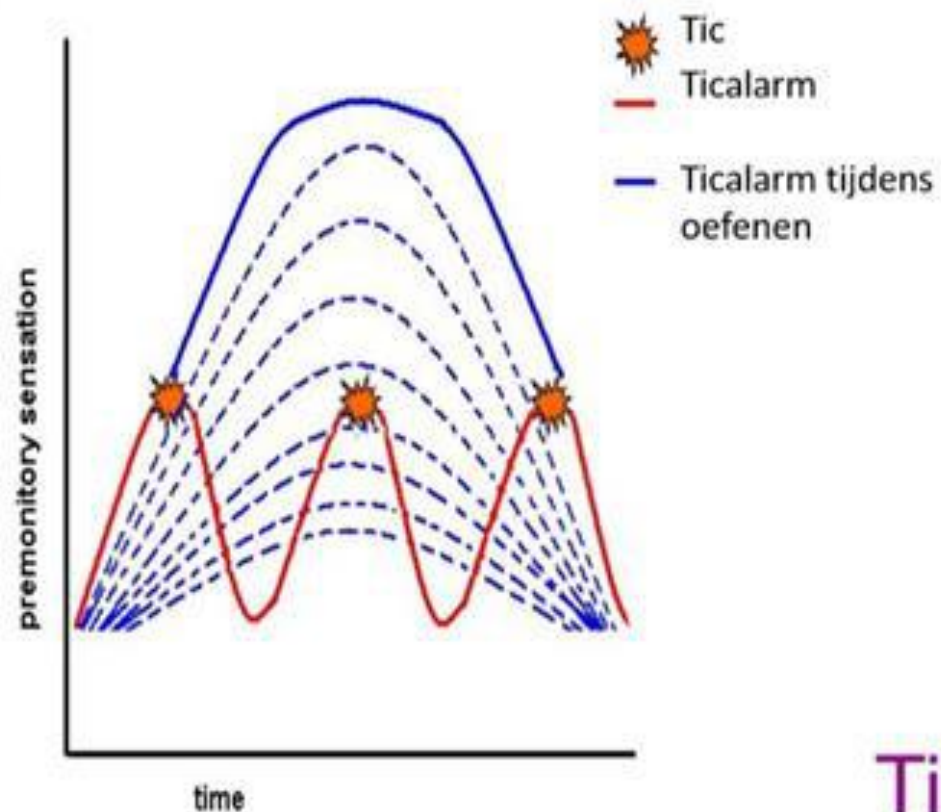
Meer last van tics	Minder last van tics

Voorbeelden meer last:
Moe, spreekbeurt, feestje,
schoolreisje, toets, tics zien, horen
“stop eens met die tics”,
enthousiasme, scherpje

Voorbeelden minder last:
Sporten, muziek maken,
geconcentreerd bezig zijn, slapen,
trampoline,

Waarom maken we het eigenlijk zo moeilijk?

We willen wel een tegenstander!



Thermometer Ticalarmen



Tic-alert

- 4 Heel erg
- 3 Best erg
- 2 Een beetje
- 1 Een klein beetje
- 0 Helemaal niet

Blz 68



Oefening 3

Hoe lastig is lezen met een tic?

Animatie Michiel

Workshop coping strategieën



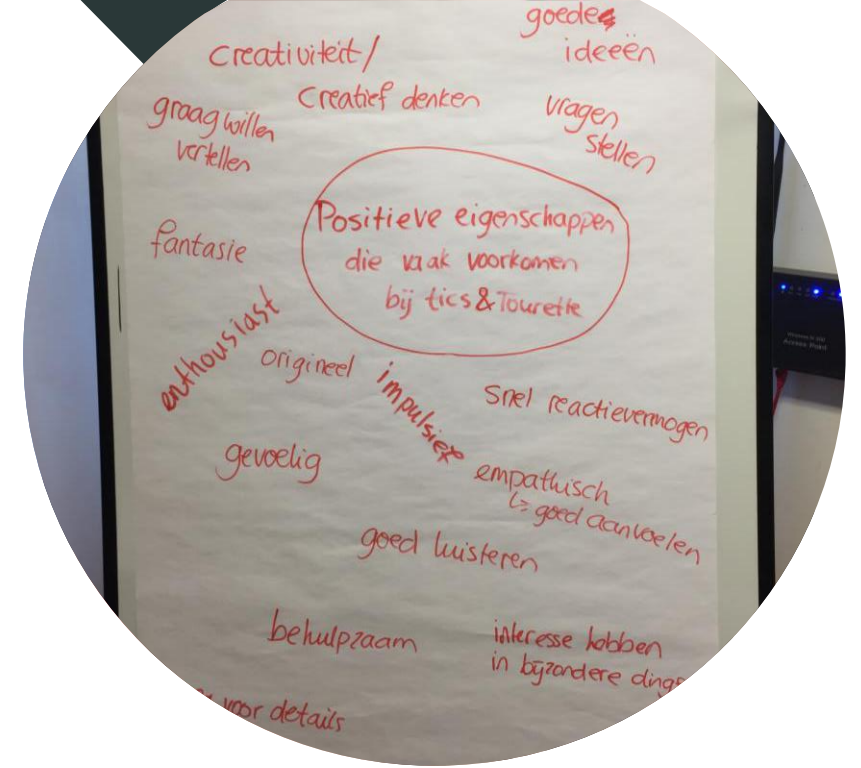
“Ik ben goed zoals ik ben”



oplossingsgericht denken



positieve eigenschappen





Wat vinden anderen van je tics?



- Zeggen anderen er wel eens iets van?
- Ben je er wel eens mee geplaagd?
- Doen anderen je tics wel eens na?



Wat kun je hier aan doen?

- Uitleg geven over je tics: tegen wie zeg je wat?
- Spreekbeurt?
- Tourettepas?



BT-Coach training app



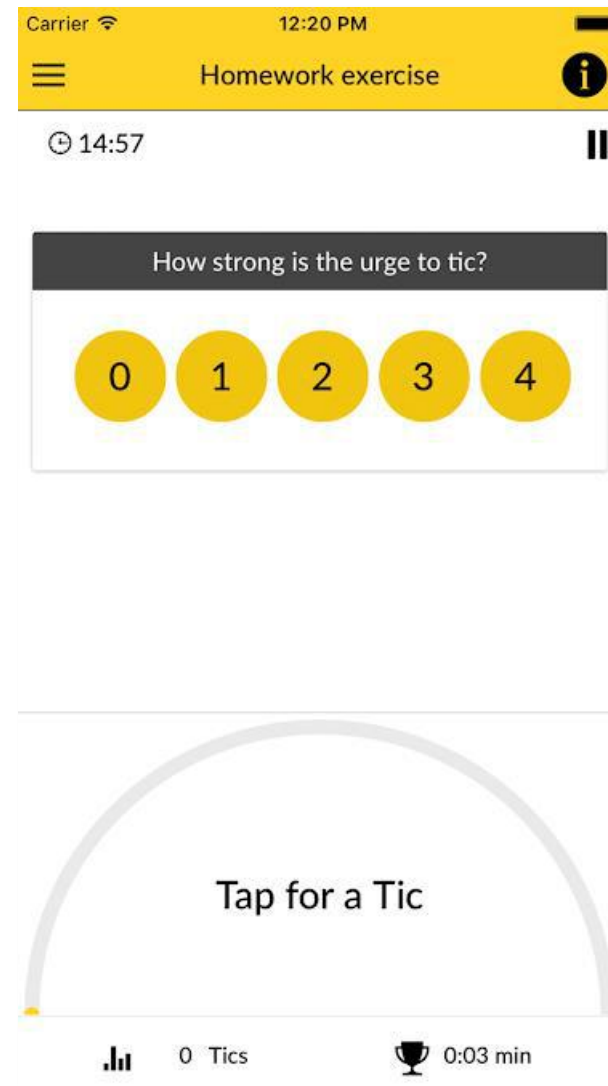
motivatie



steun tijdens het oefenen



terugvalpreventie





Thuis oefenen

Hoe lang?

Hoe vaak?

Hoe moeilijk?



BT-Coach

De app BT-Coach is ontwikkeld om het thuis oefenen van kinderen en jongeren met BT te ondersteunen. Het is de behandelingsapp van Gilles de la Tourette in Nederland.

Gedurende de therapie worden kinderen en jongeren met BT vaak geïncubeerd. Dit is een oefening waarbij de gebruiker wordt verzocht om de app te gebruiken om de symptomen te oefenen. Het is belangrijk om de app te gebruiken om de symptomen te oefenen. Het is belangrijk om de app te gebruiken om de symptomen te oefenen.

De app wordt gebruikt om de symptomen te oefenen. Het is belangrijk om de app te gebruiken om de symptomen te oefenen. Het is belangrijk om de app te gebruiken om de symptomen te oefenen.

De app wordt gebruikt om de symptomen te oefenen. Het is belangrijk om de app te gebruiken om de symptomen te oefenen. Het is belangrijk om de app te gebruiken om de symptomen te oefenen.

De app wordt gebruikt om de symptomen te oefenen. Het is belangrijk om de app te gebruiken om de symptomen te oefenen. Het is belangrijk om de app te gebruiken om de symptomen te oefenen.

De app wordt gebruikt om de symptomen te oefenen. Het is belangrijk om de app te gebruiken om de symptomen te oefenen. Het is belangrijk om de app te gebruiken om de symptomen te oefenen.

BT-Tics



Ontspanning



ademhalingstechnieken



korte pauzes



speeltijd / voetballen





Wat gaan we vandaag doen?



Houd-de-tics-buiten-
de-deur

Voetballen

Het moeilijk maken!

Oefenen!

Oefenen en spelen tegelijk!

Picknicken?

Afscheid nemen!



Ouderbijeenkomsten



psycho-educatie



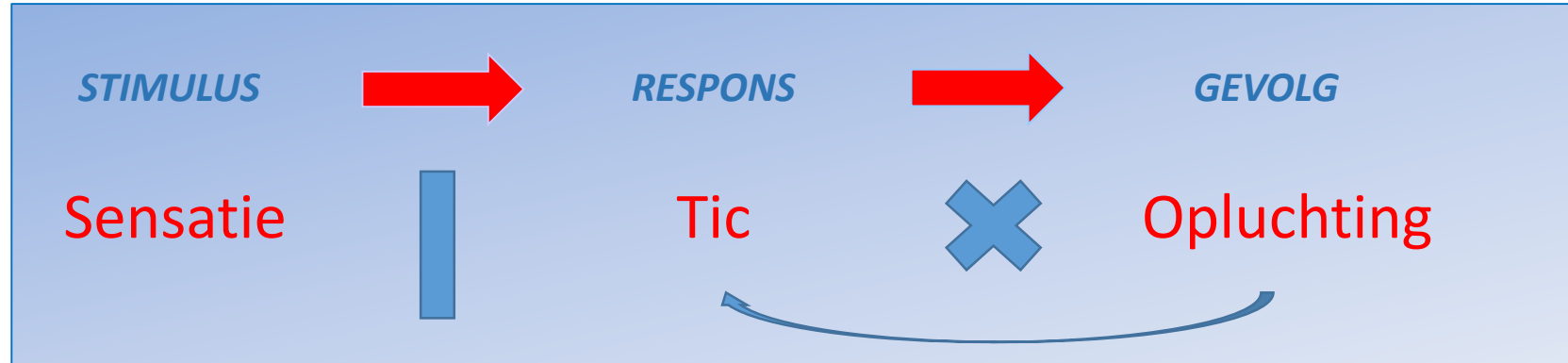
tips voor thuis oefenen



herkenning en steun



Exposure en responspreventie



Exposure en responspreventie (ERP; Verdellen ea, 2004):

- Responspreventie: alle tics tegelijk zo lang mogelijk tegenhouden
- Exposure: blootstelling aan ticalarmen
- Hierdoor lijkt het kind te wennen aan het ticalarm of het ticalarm te leren tolereren

Wat kunt u doen??

- Thuis oefenen:
 - Tegenhouden (responspreventie)
 - Het moeilijker maken (exposure)
 - Resultaten bijhouden op oefenformulier (h. 2.3 werkboek kind) of in app BT-Coach
- Registreren tics
 - Op een vast tijdstip/ vaste bezigheid
 - 5 minuten tellen van alle tics
 - Lange termijn: is de behandeling effectief?
 - Resultaten bijhouden in bijlage ouderwerkboek of in app BT-Coach
- Evt. beloningssysteem:
 - Beloon goed oefenen
 - Beloon géén ticafname; dit kan het kind niet beïnvloeden!



Filmpje

Hoe werkt exposure en responspreventie?

Feedback



“Mijn moeder heeft opgeschreven dat ik niet oefen, maar dat doe ik wel.”



“Het was superleuk en leerzaam. Dank je wel allemaal dat ik mee mocht doen.”



“Mijn dochter heeft goed geleerd hoe haar tics in te houden, ze kan weer fietsen na 2 jaar niet gefietst te hebben :-)”



“Het is fijn dat het mijn zoon niet teveel uit zijn schoolritme haalt en hij zich 4 dagen alleen hierop kon focussen.”



Het onderzoek



ernst tics en alarmen (YGTSS, PUTS)



kwaliteit van leven (C&A-GTS-QOL)



gedragsproblemen (CBCL)



behandeltevredenheid





Oefening 4

Hoe moeilijk is het inhouden van een tic?

Moeilijker maken van ERP-oefeningen: bal-oefening

Tweede helft



Groot RCT effectonderzoek



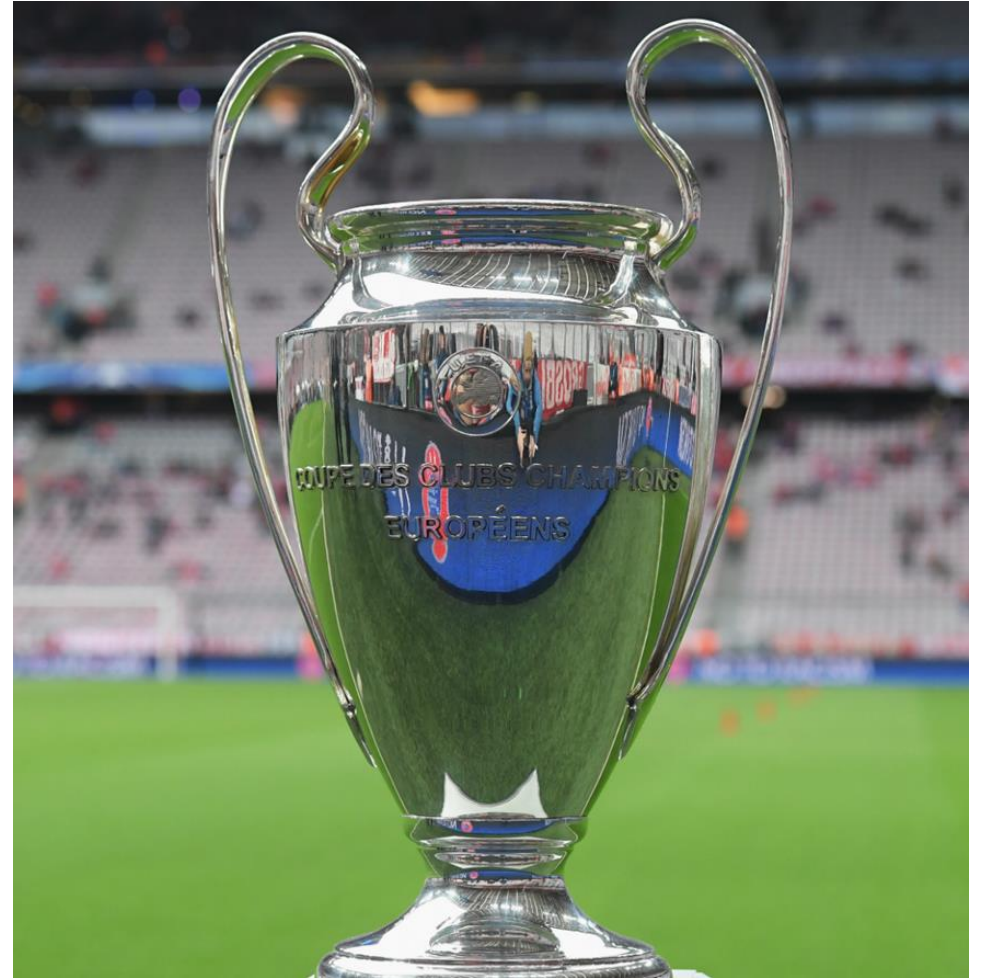
8 groepen, 2 ½ jaar, 4 KJP-GGZ instellingen



104 deelnemers: 52 TyT + 52 WL



Parameters: tic reductie, toename kwaliteit van leven



The team



Annet Heijerman, MSc



Prof. dr. Lisbeth Utens



Dr. Cara Verdellen



Marjolein Bus, MSc



Laura Beljaars, MA



Dr. Chaim Huyser



Jolande van de Griendt, MSc



Prof. dr. Pieter Hoekstra



Dr. Daniëlle Cath



Meer weten?
Meedoen?
Doorverwijzen?

Laat je mailadres achter op de
intekenlijst!

of mail naar:

a.heijerman@debascule.com

m.bus@debascule.com

Tourettes
action ✱



TicXperts
Gedragstherapie voor tics en Tourette

de **Bascule**
Samen, beter.



 **Amsterdam UMC**
Universitair Medisch Centrum