



Universiteit  
Leiden  
The Netherlands

## **Living positive: eHealth for people with HIV and depressive symptoms**

Luenen, S. van

### **Citation**

Luenen, S. van. (2019, June 26). *Living positive: eHealth for people with HIV and depressive symptoms*. Retrieved from <https://hdl.handle.net/1887/74437>

Version: Not Applicable (or Unknown)

License: [Leiden University Non-exclusive license](#)

Downloaded from: <https://hdl.handle.net/1887/74437>

**Note:** To cite this publication please use the final published version (if applicable).

Cover Page



Universiteit Leiden



The handle <http://hdl.handle.net/1887/74437> holds various files of this Leiden University dissertation.

**Author:** Luenen, S. van

**Title:** Living positive: eHealth for people with HIV and depressive symptoms

**Issue Date:** 2019-06-26

## **Living positive: eHealth for people with HIV and depressive symptoms**

Sanne van Luenen, 26 juni 2019

1. De online interventie 'Positief leven met hiv' is effectief in het verminderen van depressieve klachten bij mensen met hiv (dit proefschrift).
2. De werkzaamheid van 'Positief leven met hiv' is onafhankelijk van bepaalde kenmerken van een persoon zoals geslacht en leeftijd (dit proefschrift).
3. Activeren, ontspanning, uitdagen van negatieve gedachten en werken aan nieuwe doelen zijn belangrijke aangrijpingspunten om depressie te verminderen bij mensen met hiv (dit proefschrift).
4. 'Positief leven met hiv' is kosteneffectief in vergelijking met alleen aandacht (dit proefschrift).
5. Psychologische behandelingen verbeteren de mentale gezondheid en medicatietrouw van mensen met hiv (dit proefschrift).
6. To be healthy as a whole, mental health plays an important role.
7. eHealth kan een belangrijke aanvulling zijn op de reguliere gezondheidszorg, maar persoonlijke gesprekken nooit helemaal vervangen.
8. Psychologische behandelingen zouden meer op maat aangeboden moeten worden.
9. Stigma en discriminatie spelen nog steeds een grote rol in het leven van mensen met hiv.
10. Doorzettingsvermogen en motivatie zijn belangrijker dan intelligentie voor studie en carrière succes.
11. You don't always need a plan. Sometimes you just need to breathe, trust, let go and see what happens.