Een nieuwe community interventie voor mentale weerbaarheid: interactie als motor tot verandering

Haio: VAN OOTEGHEM Gert , U.G.
Promotor: DECAT Peter , U.G.
Praktijkopleider: VANHOLDER Kaatje

Context: De discipline gezondheidspromotie van wijkgezondheidscentrum (WGC) de Kaai werd hertekend. Hoewel acties van gezondheidspromotoren geapprecieerd worden, geven de promotoren actie-moeheid aan. Het opzetten van projecten vraagt immers een continue aandacht en inzet van hen, terwijl hun werkelijke impact op gezondheid en welzijn moeilijk meetbaar is. Een alternatief theoretisch model voor gezondheidspromotie in de community gaat ervan uit dat interactie een motor kan zijn tot gedragsveranderingen. In deze masterthesis wordt dit model uitgetest, door het organiseren van community interventies die interacties over mentaal welzijn faciliteren.

Onderzoeksvraag: Nagaan hoe een community interventie, die interactie over mentaal welzijn faciliteert, de mentale weerbaarheid van wijkbewoners kan versterken. Het onderzoek tracht draagkracht verhogende elementen bij de deelnemers aan interactiegroepen te verkennen, om op die manier de draagkracht van elk individu te verhogen. Het onderzoek kadert binnen een pilootproject van gezondheidspromotoren van WGC de Kaai, waarbij een nieuw model van community gerichte welzijnspromotie wordt getest.

Methode: Er werden community interventies georganiseerd waarbij wijkbewoners met eenzelfde achtergrond konden interageren over mentaal welzijn, in het bijzijn van vertrouwde zorgverleners. Er werden 3 verschillende interactiegroepen opgezet. Voor elke groep werden 3 groepssessies georganiseerd. Er werden diepte-interviews afgenomen met 7 participanten over hun beleving aan deelname aan de interventie. Via realist evaluation werd onderzocht wat ervoor zorgde dat deelnemers hun verhaal (al dan niet) konden vertellen in de peer-groepen. Ook werd nagegaan waarom deelnemers door deelname aan dergelijke interactiegroepen (al dan niet) gaan nadenken over eigen percepties en attitudes.

Resultaten: Interactie tussen mensen met een gelijkaardige achtergrond zorgt ervoor dat men gaat reflecteren over de eigen situatie. Aanwezigheid en openheid van vertrouwde zorgverleners bezorgt deelnemers een veilig gevoel, waardoor ze gemakkelijker hun verhaal kunnen vertellen. Andere wijkgezondheidscentra tonen interesse om gelijkaardige interventies volgens deze methodiek op te stellen.

Conclusie: Een community interventie waarbij mensen met een gelijkaardige achtergrond interageren over mentaal welzijn geeft wijkbewoners een veilig platform om hun verhaal te brengen. Dit doet hen deugd. Interactie met peers zorgt voor reflectie over het eigen functioneren. De betrokkenheid van andere zorgverleners bij de discipline gezondheidspromotie in het WGC is groter en gezondheidspromotoren ervaren meer werkvreugde.