Lezen op verwijzing: kan een boek op voorschrift een helpende hand zijn in het begrijpen en het omgaan met gezondheidsklachten?

Haio: AMBROOS Maxine , U.A.
Promotor: BASTIAENS Hilde , U.A.
Praktijkopleider: ARNOUTS Paul , DECKERS Antoon , IEVEN Annelies

Context: De laatste jaren is er een duidelijke toename van psychische aandoeningen in onze maatschappij. De psychische gezondheidszorg komt hierdoor steeds meer onder druk te staan met lange wachttijden tot gevolg. Dit geeft de mogelijkheid om op zoek te gaan naar alternatieven, zoals bibliotherapie, wat eveneens het topic van deze masterproef is. Bibliotherapie is een vorm van therapie aan de hand van geschreven tekst om zelfhulp te voorzien voor mensen met een psychische klacht. De gezondheidsklacht waar in deze masterproef op toegespitst wordt, is een depressieve stoornis.

Onderzoeksvraag: Wat blijkt de meest efficiënte manier om bibliotherapie beschikbaar te stellen binnen de huisartsenpraktijk? Wat is de ervaring van de depressieve patiënt omtrent het toepassen van bibliotherapie binnen de huisartsenpraktijk?

Methode: De visie en ervaring van artsen omtrent bibliotherapie zal worden nagegaan aan de hand van een vragenlijst. Ook zal een vragenlijst worden afgenomen bij patiënten met een depressieve stoornis volgens de DSM-V criteria om na te gaan wat de meningen en verwachtingen rond bibliotherapie zijn. Hierna wordt de patiënt gevraagd een boek te lezen, waarna we door middel van een interview peilen naar hun ervaring. De resultaten van de vragenlijsten, met name de kwantitatieve analyse, zal gebeuren aan de hand van beschrijvende statistiek. De kwalitatieve analyse zal gebeuren op basis van het beschrijven en het coderen van de interviews. Met behulp van de resultaten van zowel de kwantitatieve als de kwalitatieve analyse wordt getracht een antwoord te bieden op de eerste onderzoeksvraag. De tweede onderzoekvraag zal worden beantwoord aan de hand van de kwalitatieve analyse.

Resultaten: In totaal namen 47 huisartsen deel aan dit onderzoek. Hiervan zagen 39 huisartsen bibliotherapie als mogelijke meerwaarde in de huisartsenpraktijk. Twintig huisartsen hadden al eens met bibliotherapie gewerkt, waarvan veertien een positieve ervaring hadden. Bij 26 huisartsen is er de wens om te werken onafhankelijk van een bibliotheek en 46 artsen zouden dit zeker combineren met een opvolggesprek. In totaal namen dertien patiënten deel aan dit onderzoek waarvan iedereen bibliotherapie als een meerwaarde zag. Elf deelnemers beslisten deel te nemen aan het lezen van een boek. Hiervan hebben zes deelnemers het boek uitgelezen, hebben vier het boek gedeeltelijk uitgelezen en is er één niet gestart. Het meest genoemde voordeel is het geven van nieuwe inzichten en herkenning. Een nadeel is het vereisen van de nodige concentratie. Behoudens één deelnemer had elke lezer een positieve ervaring.

Conclusie: Dit onderzoek toont aan dat er een duidelijke interesse is in bibliotherapie bij zowel huisartsen als patiënten. Dankzij deze studie zijn er al eerste inzichten en praktische overwegingen gegeven over bibliotherapie en haar mogelijke implementatie in de huisartsenpraktijk. In de toekomst kan er vanuit dit pilootproject het opzetten van een grootschalige studie met een grotere en meer gevarieerde steekproef aanbevolen worden.