



**Departement Social Work
Afstudeerrichting Maatschappelijk Werk**

**KAN DE OPRICHTING VAN EEN ACTIVERINGSGROEP GEVOELEN VAN
EENZAAMHEID AANPAKKEN BIJ PERSONEN MET EEN PSYCHISCHE
PROBLEMATIEK?**

Door Nele Kerkhofs

**Eindwerk aangeboden tot het bekomen
van het diploma bachelor sociaal werk
(maatschappelijk assistent)**

**Hasselt
Academiejaar 2013- 2014**



**Departement Social Work
Afstudeerrichting Maatschappelijk Werk**

**KAN DE OPRICHTING VAN EEN ACTIVERINGSGROEP GEVOELEN VAN
EENZAAMHEID AANPAKKEN BIJ PERSONEN MET EEN PSYCHISCHE
PROBLEMATIEK?**

Door Nele Kerkhofs

**Eindwerk aangeboden tot het bekomen
van het diploma bachelor sociaal werk
(maatschappelijk assistent)**

**Hasselt
Academiejaar 2013- 2014**

Woord vooraf

Om mijn bachelor sociaal werk af te ronden kreeg ik de opdracht om een geïntegreerde proef te maken. Gedurende het laatste jaar van mijn bachelor kreeg ik de kans om hieraan te werken, dit gebeurde in samenwerking met mijn stageplaats DAGG. Door mijn doorzettingsvermogen en door de steun van anderen heb ik deze opdracht tot een goed einde kunnen brengen. Daarom wil ik langs deze weg enkele belangrijke personen uitvoerig bedanken voor hun advies en de kans die ze me hebben gegeven. Ten eerste wil ik mijn stageplaats DAGG en in het bijzonder mijn stagementor Katrijn Creemers bedanken voor haar deskundige begeleiding en omdat ik de mogelijkheid kreeg om op de stageplaats aan mijn bachelorproef te werken. Verder wil ik hogeschool PXL en in het bijzonder Mindy Philippeth bedanken voor de professionele begeleiding. Tot slot gaat mijn dank ook uit naar de personen die hebben willen deelnemen aan de interviews. Zij gaven me de kans om resultaten te bekomen rond mijn onderwerp en om mijn praktijkgedeelte tot een goed einde te kunnen brengen.

Inhoud

1	LIJST VAN AFKORTINGEN.....	6
2	INLEIDING.....	7
3	SITUERING STAGEPLAATS.....	9
3.1	Maatschappelijke situering.....	9
3.2	Missie stageplaats.....	10
3.3	Doelgroep.....	11
3.4	Aanbod algemeen.....	11
3.5	Aanbod met betrekking tot eenzaamheid.....	12
3.5.1	Hoe is het Buddyproject ontstaan?.....	13
4	THEORETISCH KADER / LITERATUURSTUDIE.....	16
4.1	Wat is eenzaamheid?.....	16
4.1.1	Definitie.....	16
4.2	Vormen van eenzaamheid.....	17
4.2.1	Soorten.....	17
4.2.2	Oorzaken.....	17
4.2.3	Gevolgen.....	19
4.2.4	Oplossingen.....	20
4.3	Bespreking psychisch kader.....	20
4.3.1	Psychische problematiek.....	20
4.3.2	Geestelijke gezondheid.....	21
4.4	Wat is een activeringsgroep?.....	21
4.4.2	Kerntaken.....	24
4.4.3	Weerstand bij hulpzoekende.....	25

4.5	Deontologisch kader	25
4.5.1	Beroepsgeheim	25
4.6	Methodieken – tools.....	27
4.6.1	Aanpak andere organisaties.....	28
5	PRAKTISCH GEDEELTE.....	31
5.1	Kwalitatief onderzoek.....	31
5.1.1	Aanpak diepte interviews	31
5.2	Resultaten diepte interviews.....	32
5.3	Kwantitatief onderzoek.....	37
5.3.1	Aanzet enquête.....	37
5.4	Conclusie	38
5.4.1	SWOT – Analyse	39
5.5	Aanbevelingen.....	42
6	KRITISCHE KIJK	45
7	ALGEMEEN BESLUIT	50
8	BIBLIOGRAFIE	52
9	BIJLAGEN	55
9.1	Bijlage 1: Vragenlijst interviews.....	55
9.2	Bijlage 2: Antwoorden vragenlijst.....	56
9.2.1	Interview 1	56
9.2.2	Interview 2	58
9.2.3	Interview 3	59
9.2.4	Interview 4	60
9.2.5	Interview 5	61
9.2.6	Interview 6	63
9.2.7	Interview 7	64

9.2.8	Interview 8	65
9.2.9	Interview 9	66
9.2.10	Interview 10	67
9.2.11	Interview 11	68
9.2.12	Interview 12	70
9.2.13	Interview 13	71
9.2.14	Interview 14	72
9.3	Bijlage 3: Enquête	75

1 Lijst van afkortingen

AA = Alcoholics Anonymous

CGG = Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg

CGG DAGG = Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg, Dienst Ambulante Geestelijke Gezondheidszorg

CGG Litp = Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg , Limburgs Initiatief voor Therapie en Integrale Personen

DAGG = Dienst Ambulante Geestelijke Gezondheidszorg

DSM = Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

FDGG = Federatie van Diensten voor Geestelijke Gezondheidszorg

GGZ = Geestelijke Gezondheidszorg

KOPP = Kinderen van Ouders met Psychiatrische Problemen

OCMW = Openbaar Centrum voor Maatschappelijk Welzijn

OPZC = Openbaar Psychiatrisch Zorg Centrum

SWOT = Strengths, Weaknesses, Opportunities and Threats

Vzw = vereniging zonder winstoogmerk

2 Inleiding

Mijn stageplaats DAGG situeert zich binnen de sector van de Geestelijke Gezondheidszorg. In samenspraak met DAGG heb ik ervoor gekozen om de eenzaamheidsgevoelens bij personen met een psychische problematiek te onderzoeken en welke meerwaarde een activeringsgroep zou zijn voor deze problematiek. Dit onderwerp vertaalt zich dus in de volgende titel: “Kan de oprichting van een activeringsgroep gevoelens van eenzaamheid aanpakken bij personen met een psychische problematiek?”.

Eenzaamheid is een veelgehoord begrip in deze hoogtechnologische 21^{ste} eeuw. De laatste jaren verschijnt dit onderwerp meer in de media, maar toch rust er nog een taboe op. Eenzaamheid is moeilijk te herkennen en mensen zullen niet snel aangeven dat ze eenzaam zijn. Toch is het mijn stageplaats duidelijk geworden dat een groot aantal van de cliënten te maken heeft met een gebrek aan sociale contacten. Vandaar mijn keuze om dit onderwerp uitvoerig te onderzoeken. Op die manier kan er gezocht worden naar een oplossing voor deze problematiek.

Ik heb me eerst verdiept in de werkwijze, missie en visie van mijn stageplaats. Bovendien heb ik ook getracht te achterhalen welke projecten er al georganiseerd worden binnen DAGG om eenzaamheidsgevoelens bij hun doelgroep te bestrijden. Vanuit mijn stageplaats zijn er dus al projecten opgestart om verandering te brengen in deze problematiek. Vervolgens heb ik me verdiept in de theorie rond eenzaamheid. Welke oorzaken en gevolgen liggen aan de basis en wat kunnen oplossingen zijn. Bovendien heb ik ook duidelijk proberen te krijgen wat onder een psychische problematiek wordt verstaan. Het luik rond de activeringsgroep heeft ook een erg belangrijke rol gespeeld in het theoretisch kader. Het is natuurlijk belangrijk om op theoretisch vlak duidelijk te krijgen wat verstaan wordt onder een activeringsgroep om het nadien te kunnen overbrengen aan de geïnterviewde personen in het praktische luik van mijn bachelorproef. Tot slot is het deontologisch kader, enkele mogelijke methodieken en de aanpak van andere organisaties uitvoerig uitgewerkt. De praktische uitvoering van mijn bachelorproef bestond erin om diepte interviews af te nemen bij de cliënten van mijn stagementor. Op die manier is het duidelijk geworden of deze personen te maken hebben met een gebrek aan sociaal contact en of zij geïnteresseerd zijn in deelname aan een activeringsgroep. Zo kon ik te weten komen of de oprichting van een activeringsgroep rond eenzaamheid wel zinvol is. Ook heb ik een enquête opgesteld die mijn stageplaats kan gebruiken om de kwaliteit na te gaan van de activeringsgroep, als de oprichting eventueel een feit wordt. Tot slot wordt er een conclusie geformuleerd waarin de haalbaarheid van een activeringsgroep duidelijk wordt en of er nog andere oplossingen mogelijk zijn. Er worden verder nog een aantal

aanbevelingen gedaan naar DAGG vanuit mijn eigen standpunt en ook heb ik een SWOT – analyse uitgewerkt om mijn stageplaats te wijzen op de sterktes, zwaktes, kansen en bedreigingen van een activeringsgroep. Tot slot heb ik in de kritische kijk, het laatste onderdeel van mijn bachelorproef, mijn eigen opvattingen weergegeven over het onderzoeken van mijn onderwerp en heb ik geprobeerd met een kritische blik te kijken naar de problematiek rond eenzaamheid en welke impact dit heeft op het beroep als maatschappelijk werker. Ook worden onder andere de beperkingen van mijn onderzoek en de impact van de conclusie voor mijn stageplaats uitvoerig belicht in dit onderdeel. Tot slot volgt er nog een algemeen besluit waarin de vraagstelling omtrent mijn onderwerp nog eens kort wordt besproken en waarin ik mijn uiteindelijke conclusie bondig formuleer.

3 Situering stageplaats

De situering van de stageplaats wordt besproken aan de hand van volgende items: de maatschappelijke situering, vervolgens wordt de missie en de doelgroep van de organisatie besproken en tot slot wordt het aanbod in het algemeen en met betrekking tot eenzaamheid toegelicht.

3.1 Maatschappelijke situering

CGG DAGG staat voor Dienst Ambulante Geestelijke Gezondheidszorg en is dus een Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg dat erkend is door de Vlaamse Gemeenschap, met name door het Vlaams Agentschap voor Zorg en Gezondheid. Ook wordt het CGG gesubsidieerd door de Vlaamse overheid. Hierdoor kan de eigen bijdrage in de kostprijs beperkt blijven en zij binden zich op deze manier aan de door de overheid vastgelegde barema's. De Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg zijn gespecialiseerd in ambulante onderzoek en zij behandelen ernstige psychische problemen. Ambulante hulp betekent dat de hulpverlening gebeurt in sessies, meestal een keer om de twee weken, voor de rest kan je dus in je gewone leef-, werk- en gezinsmilieu functioneren. Zij proberen ook preventief te werken zodat voorkomen kan worden dat het probleem verergerd. De hulpverlening gebeurt door psychiaters, psychologen en maatschappelijk assistenten die werkzaam kunnen zijn in deze setting en bestaat dus uit minstens drie disciplines. Daarnaast kan er ook nog een aanvulling zijn van een persoon met een bachelor diploma in de toegepaste psychologie. Zij vertrekken vanuit een multidisciplinaire benadering en werken bovendien in een team. Ze zijn dus soms met twee of drie disciplines betrokken in een dossier. Er zijn 3 DAGG's in Limburg: in Sint-Truiden, Maaseik en Lommel zijn deze diensten gevestigd en bovendien werken zij ook nauw samen met de eerstelijnsdiensten zoals het OCMW. ¹DAGG Maaseik werkt bijvoorbeeld samen met het OCMW van Kinrooi, Bree en Meeuwen – Gruitrode. Dit doen ze door wekelijks begeleiding aan te bieden in deze OCMW's rond psychosociale problemen die mensen ervaren.

In Vlaanderen zijn er 20 Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg en ze zijn gevestigd in een 100 – tal steden en gemeenten in Vlaanderen en Brussel. ²Dit zorgt ervoor dat ze 'dicht bij huis' bereikbaar zijn voor personen die beroep willen doen op hulpverlening.

De Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg zijn aangesloten bij een werkgeversorganisatie, deze organisatie doet aan belangenbehartiging voor de CGG.

¹ STAD BREE, Welkom bij het sociaal huis. *Internet*, 2010. (<http://ocmw.bree.be/>)

² CENTRA VOOR GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG, Vlaanderen, CGG, z.j. . (Niet gepubliceerde cursus)

Deze organisatie is de Federatie van Diensten voor Geestelijke Gezondheidszorg (FDGG). ³Zij zijn een pluralistische vereniging die niet gebonden zijn aan politieke of andere ideologische strekkingen, hierdoor kan het beleid van de ambulante geestelijke gezondheidszorg met een open geest bekeken worden en met respect voor iedere overtuiging. Het FDGG heeft gezorgd voor een herstructurering van de geestelijke gezondheid in Vlaanderen en daarom mocht dit niet ontbreken om deze vereniging te vermelden en kort te bespreken. Hun belangrijkste activiteit is dat zij overleggen en onderhandelen namens de CGG met andere organisaties, met de overheid en met de vakbonden die werkzaam zijn op vlak van welzijn en gezondheid in het algemeen en die daarnaast ook actief zijn op vlak van geestelijke gezondheidszorg in het bijzonder. Deze vereniging ondersteunt bovendien zijn leden, zijnde de CGG, in het streven naar een kwalitatieve hulpverlening en zij bieden ook ondersteuning op inhoudelijk vlak omtrent verschillende onderwerpen. Tot slot spelen zij ook in op de behoeften van het personeel van de CGG en het management, dit doen ze door vormingen te geven of door werkgroepen op te starten. Op deze manier wordt het CGG dus ondersteund in zijn werking. Een voorbeeld van een vorming die het FDGG aanbiedt aan de leden van de CGG is een studienamiddag over armoede en geestelijke gezondheid.

3.2 Missie stageplaats

Ze hebben van de Vlaamse gemeenschap twee taken toegewezen gekregen. ⁴Enerzijds verlenen zij ambulante geestelijke gezondheidszorg. Deze dienstverlening wordt aangeboden aan mensen die problemen ervaren met hun geestelijke gezondheid. Anderzijds hebben zij als opdracht om verantwoorde zorg aan te bieden. Zij proberen om personen hun psychisch evenwicht te herstellen of om de psychische stoornissen draaglijker te maken voor zowel de patiënten als hun sociale omgeving. Het is belangrijk dat de hulpverlening gebeurt in de meest natuurlijke omgeving waar er ook respect is voor een volwaardig en menselijk bestaan. Bovendien wordt er zorg aangeboden zonder een onderscheid te maken in leeftijd of geslacht van de patiënt noch in ideologische, filosofische of godsdienstige overtuigingen en tot slot ook zonder een onderscheid te maken in de vermogenstoestand van de cliënten.

³ FEDARATIE VAN DIENSTEN VOOR GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG. *Internet*, z.j. . (<http://www.fdgg.be/>)

⁴ STUDIO SIENA, Startpagina Dagg – Cgg. *Internet*, z.j. .(<http://www.dagg-cgg.be/cms/start>)

3.3 Doelgroep

De doelgroep van het DAGG zijn personen met ernstige geestelijke gezondheidsproblemen. Ik ga mij in het bespreken van de doelgroep beperken tot de volwassenen, omdat ik voornamelijk in dit team zal worden tewerkgesteld. Ik wil wel even vermelden dat het DAGG ook werkt met jongeren en ouderen vanaf 60 jaar. Volwassenen zijn dus personen vanaf 18 jaar, die advies of behandeling willen rond allerlei moeilijkheden die zij ervaren. Dit houdt in dat zij problemen ervaren op emotioneel vlak zoals een depressie, persoonlijkheidsproblemen, ernstige problemen bij de verwerking van ingrijpende gebeurtenissen zoals een echtscheiding, seksueel misbruik, lichamelijke en emotionele mishandeling, zelfdoding van een familielid of vriend, psychiatrische problemen in de omgeving en andere problemen zoals slaapproblemen en de nazorg van een verslavingsproblematiek (dit gebeurt wel enkel in combinatie met andere psychische moeilijkheden).

Uit het jaarverslag van 2012 kan vastgesteld worden dat 28 % van de cliënten op eigen initiatief komt of door het advies dat ze krijgen van hun omgeving.⁵ Ongeveer de helft van de cliënten komt op advies van de gezondheidszorgdiensten, waaronder de huisarts in de helft van de gevallen een doorverwijzing aanbeveelt. Deze cijfers zijn gebaseerd op zowel volwassenen als op ouderen vanaf 60 jaar. Bovendien wordt er na een intakefase in het volwasserteam een DSM IV classificatie / diagnose gegeven. Hieruit is voortgekomen dat de meeste diagnoses depressieve stoornissen zijn, gevolgd door aanpassings – en angststoornissen. Tot slot kunnen we vaststellen dat bij 26 % van de patiënten nog geen diagnose vastgesteld kon worden.

3.4 Aanbod algemeen

DAGG biedt een begeleiding aan bestaande uit een aantal stappen die men moet doorlopen. In de kennismakingsfase tracht de hulpverlener samen met de cliënt het probleem in kaart te brengen. Vervolgens vindt er een teamoverleg plaats, op voorwaarde dat de cliënt hiervoor zijn toestemming geeft. Na het teamoverleg wordt er dan een voorstel gedaan om een behandeling op te starten. De behandeling gebeurt in het centrum, maar kan ook aan huis. Het kan over zowel kortdurende als langdurige behandelingen gaan. Tot slot maken zij zowel gebruik van aanvaarde therapiemodellen als van medicamenteuze behandelingen. De hulpverlening start bovendien vanuit het

⁵ DIENST AMBULANTE GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG, *Jaarverslag 2012*. Limburg, DAGG, 2012. (Niet gepubliceerde cursus)

<http://www.dagg-cgg.be/cms/pdf/Jaarverslag%202012%2027%20mei%202013.pdf>

principe dat er zorg op maat van de cliënt wordt gegeven. Iedere problematiek is namelijk uniek! Ook doet ze beroep op de verantwoordelijkheid en zelfredzaamheid van de patiënt. De verdere begeleiding heeft vooral een ondersteunend karakter. De hulpverlening heeft als belangrijkste doel om de problemen draaglijk te maken. Tot slot biedt het DAGG ook nazorg aan. Dit houdt de opvang, begeleiding en psychotherapie van patiënten aansluitend op het ontslag uit een psychiatrische voorziening in.

3.5 Aanbod met betrekking tot eenzaamheid

Buddyproject Vlaanderen werd eind 2011 samen met enkele regionale werkingen geformuleerd onder één overkoepelende naam, namelijk: Buddywerking Vlaanderen.⁶Rond deze periode kende Buddywerking Vlaanderen ook een volledige spreiding in Vlaanderen en Brussel. Het buddyproject is ontstaan vanuit een visie van “vermaatschappelijking” in de psychiatrie. Men probeert om psychisch kwetsbare personen opnieuw te integreren in de samenleving door de sociale relaties van deze personen te herstellen.

Het buddyproject probeert om een vrijwilliger te koppelen aan een persoon met psychische problemen, ook wel deelnemer genoemd.⁷Op deze manier spreken de buddy en de deelnemer 1 keer per week af om allerlei activiteiten samen te doen. Het contact gebeurt dus spontaan en is niet gericht op het bieden van hulpverlening. Hierdoor symboliseert de buddy de wereld buiten de hulpverlening doordat de deelnemer informele sociale contacten kan voeren. Door de activiteiten en het contact met de buddy kan het sociaal isolement doorbroken worden van de deelnemer en proberen ze natuurlijk om de sociale participatie te doen toenemen. Het is namelijk moeilijk voor personen die psychisch kwetsbaar zijn om zich te integreren in de samenleving. Het is wel belangrijk om hierbij te vermelden dat bij de concrete invulling van het contact er rekening wordt gehouden met de mogelijkheden en de verwachtingen van zowel de deelnemer als de buddy. Samengevat kunnen we vaststellen dat de buddywerkingen mensen met een psychische kwetsbaarheid uit hun sociaal isolement willen halen. Bovendien willen ze de personen destigmatiseren, dit betekent de slechte reputatie die mensen ten onrechte krijgen proberen weg te werken. Ook is het belangrijk dat de integratiekansen van de personen worden verhoogd door de buddywerking. Tot slot kunnen we ook nog vaststellen dat de buddy de kwaliteit van mensen met psychische problemen kan

⁶ VAN DAMME, L., *Werkingsverslag Buddywerking Vlaanderen 2012*. Gent, FDGG, 2012. (Niet gepubliceerde cursus) (http://www.dagg-cgg.be/cms/pdf/INHCONVENANT_FDGGdeel_Buddy_InhWerkingsverslag_2012%20klein.pdf)

⁷ BROCHE, R., Buddywerking Vlaanderen. *Internet*, 08 – 04 – 2009. (<http://www.buddyproject.be/index.php>)

verhogen, daarnaast verlaagt het de kans op herval of op een heropname in een ziekenhuis of psychiatrische instelling en bovendien wordt de kans op zelfdoding kleiner.⁸

3.5.1 Hoe is het Buddyproject ontstaan?

Oorspronkelijk is het al erg vroeg ontstaan in de jaren zeventig in Amerika. Doordat mantelzorg in die tijd nog ontbrak, konden mensen in het laatste stadium van hun leven ondersteuning krijgen van een vrijwilliger. Het duurde tot de jaren negentig tot er in Nederland allerlei buddyprojecten opgericht werden voor verschillende maatschappelijke groepen zoals: asielzoekers, ex – gedetineerden, Natuurlijk ontstond er ook voor personen met psychische problemen een buddywerking, dit had te maken met de vernieuwing die in de Geestelijke Gezondheidszorg werd doorgevoerd. Deze vernieuwing hield in dat men zich meer ging richten op de integratie en het herstel van deze doelgroep. In 1995 werd in Vlaanderen de eerste buddywerking opgericht in Gent. Vlaams minister van Welzijn, Volksgezondheid en Gezin gaf eind 2007 de taak om buddywerkingen in Vlaanderen en Brussel uit te werken. De centrale rol hierin speelde de Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg, zij werkten nauw samen met regionale belangrijke GGZ – organisaties en tal van vrijwilligersorganisaties. Tot 1 december 2011 bestonden er in Vlaanderen en Brussel 11 regionale buddywerkingen. Zij werden overkoepeld door 'Buddyproject Vlaanderen'. Tijdens de vier projectjaren van 2007 tot 2011 ondersteunden zij rond de 200 duo's, maar vanaf 1 december 2011 ontstond 'Buddywerking Vlaanderen'. Dit betekende dus dat het geen tijdelijk project meer bleef, maar dat het verankerd werd in elk van de 13 CGG – werkingsgebieden en dit dus onder de naam 'Buddywerking Vlaanderen'.

Om buddy te worden is het belangrijk dat je interesse hebt in vrijwilligerswerk en openstaat voor personen met psychische problemen. Je moet dus geen vooropleiding hebben doorlopen om buddy te worden. Daarnaast word je ondersteund als je de taak van buddy op jou neemt doordat professionals jou ondersteuningsmomenten aanbieden en door onder andere kennis te maken met andere buddy's door groepsactiviteiten. Als deelnemer word je ook ondersteund in het contact met jouw buddy. Dit gebeurt door de contacten met je buddy te coachen en op te volgen, hierbij wordt er onder andere nagegaan of het contact optimaal verloopt. Voordat de buddy en de deelnemer kennis met elkaar maken gaat er natuurlijk een heel proces aan vooraf. Zo probeert de organisatie eerst deelnemers en vrijwilligers aan te werven waarna er een intakegesprek volgt met beide partijen. Zowel buddy als deelnemer worden goed begeleid en ook de

⁸ VANDEURZEN, J., Minister Vandeurzen breidt buddywerking uit in heel Vlaanderen. Haalt psychisch kwetsbare mensen uit hun isolement. Vlaanderen, Kabinet Jo Vandeurzen, 28 – 12 – 2011. (Niet gepubliceerde cursus)

http://www.jovandeurzen.be/sites/jvandeurzen/files/PM%20Buddywerking_0.pdf

netwerking met andere belangrijke organisaties binnen de sector van de Geestelijke Gezondheidszorg speelt een belangrijke rol. Ook wordt er een klein contract opgesteld. Daarin staat onder andere welke activiteiten de buddy en deelnemer zoal doen en er kan bijvoorbeeld ook worden aangehaald dat er tijdens het buddycontact geen alcohol wordt gedronken bij een deelnemer met een alcoholprobleem. Ook wordt hierin afgesproken hoe vaak ze elkaar zien. Op deze manier kunnen de verwachtingen van beide partijen worden ingevuld. Tot slot is er niet alleen een 'bezoekbuddy' mogelijk, maar ook worden er buddy's gevraagd om telefonisch contact te houden met een deelnemer. Dit zijn deelnemers die liever geen persoonlijk contact onderhouden met de buddy en enkel via de telefoon gecontacteerd wensen te worden. Daarnaast kan het ook zijn dat deze deelnemers nog aan het wachten zijn tot ze een buddy krijgen toegewezen en op deze manier wordt deze wachtperiode dan overbrugd. Dit concept is hetzelfde als de buddy die op bezoek komt, om de 2 weken nemen zij steeds met dezelfde deelnemers telefonisch contact op. Het telefonisch buddycontact is in werking bij vzw Metawonen in Gent, de grondlegger van het buddyproject. ⁹Door de technologische evoluties is er ook de mogelijkheid om mailbuddy te worden.

Dit is dus een voorbeeld van een initiatief dat de Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg hebben genomen om personen met een psychische problematiek hun sociaal isolement te doorbreken. Doordat deze personen veel in contact komen met hulpverleners heeft men met dit project geprobeerd om in te zetten op contact met het "echte" dagelijks leven. De vrijwillige inzet van de buddy is een aanvulling op de professionele hulpverlening die de deelnemer daarnaast krijgt. De buddy maakt dus deel uit van een "natuurlijk" hulpsysteem. Het contact tussen deelnemer en buddy is het best te omschrijven als een georganiseerd vriendschappelijk contact. Het is een vriendschappelijk contact omdat de waarden 'vertrouwen' en 'gelijkwaardigheid' dienen als belangrijke uitgangspunten. Doordat de vrijwilliger geen hulpverlener is vertrekt hij niet vanuit een probleem, maar vanuit de krachten en mogelijkheden die de deelnemer bezit en van daaruit kan de buddy de deelnemer aanspreken en stimuleren om deze capaciteiten ten volle te benutten. Het georganiseerde contact wijst op het feit dat de inzet van de vrijwilliger beperkt is in tijd en in soort activiteiten. Het is geen spontane vriendschap die is ontstaan, maar beide personen leren elkaar kennen en worden bovendien ook begeleid door professionele medewerkers. Verder is het bijzondere van het Buddyproject het individuele, de buddy is er enkel en alleen voor 1 deelnemer. ¹⁰Maar het is niet allemaal rozengeur en maneschijn, het probleem is namelijk dat het moeilijk is

⁹ METAWONEN VZW, Buddywerking voor mensen met psychische problemen. *Internet*, z.j. . (<http://www.metawonen.be/>)

¹⁰ VAN BRAECKEL, L., Buddyproject opent de wereld voor 'psychisch kwetsbaren'. Een brug naar de buitenwereld. *Weliswaar*, juni 2010,10 – 11.

om vrijwilligers te vinden, er zijn enorm veel deelnemers enthousiast voor dit project, maar de vraag is dus groter dan het aanbod. Toch staat het Buddyproject vandaag de dag verder dan enkele jaren geleden. Eind 2011 is de Buddywerking uitgebreid en ingebed in de Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg, zoals eerder vermeld. Dit is dus een voorbeeld van een initiatief dat genomen is om personen met psychische moeilijkheden uit hun sociaal isolement te halen en opnieuw te proberen om hen te laten integreren in de maatschappij.

Er kan dus besloten worden dat het DAGG zeker al initiatief heeft genomen voor personen met een psychische problematiek die te maken krijgen met eenzaamheidsgevoelens te helpen, namelijk door het oprichten van de Buddywerking. In het praktisch gedeelte van het eindwerk wordt nagegaan of eenzaamheid ook verholpen kan worden door het opstarten van een activeringsgroep. Eerst wordt de theorie rond eenzaamheid uitvoerig besproken in het volgende onderdeel van de bachelorproef.

4 Theoretisch kader / literatuurstudie

In dit hoofdstuk wordt het theoretisch gedeelte rond eenzaamheid besproken aan de hand van verschillende onderverdelingen. Elk aspect van de onderzoeksvraag wordt toegelicht, dus een omschrijving van een psychische problematiek en een definitie van een activeringsgroep worden uitvoerig verklaard. Tot slot wordt het deontologisch kader uitgelegd en worden er ook verschillende methodieken aangehaald.

4.1 Wat is eenzaamheid?

4.1.1 Definitie

Eenzaamheid is een negatieve situatie wat gekenmerkt wordt door een gevoel van gemis en teleurstelling. Het is de uitkomst van een persoonlijke waardering van een situatie waarin de bestaande relaties van een persoon worden afgewogen tegen de wensen die men heeft ten aanzien van relaties. ¹¹We spreken hier dus van subjectieve sociale isolatie, terwijl objectieve sociale isolatie wordt aangetoond door een van buitenaf waarneembaar tekort aan contacten met andere mensen. ¹²

Eenzaamheid kan omschreven worden als een persoonlijke subjectieve ervaring, is moeilijk waar te nemen van buitenaf en ontstaat onvrijwillig. Deze definitie is geformuleerd door De Jong – Gierveld.

Gevoelens van eenzaamheid komen voornamelijk tot stand door een gebrek aan kwaliteit van relaties. Bovendien kan een persoon zich ook eenzaam voelen doordat het aantal sociale contacten beduidend lager ligt dan zijn/haar verwachtingen.

De definitie van eenzaamheid kan niet gereduceerd worden tot alle mensen die alleen zijn. Dit betekent dus dat mensen die veel alleen zijn niet noodzakelijk gevoelens van eenzaamheid ervaren. Personen die dus een klein netwerk van sociale relaties onderhouden, maar geen gevoelens van eenzaamheid ervaren, noemen we contactarmen. Het tegenovergestelde, dus personen met een klein netwerk, maar die wel eenzaamheidsgevoelens vertonen, noemen we sociaal geïsoleerden.

Bovendien kan eenzaamheid van korte of lange duur zijn. Tijdelijke, langdurige en chronische eenzaamheid zijn hierbij te onderscheiden. Tijdelijke eenzaamheid kan ontstaan na een levensgebeurtenis zoals een verhuizing. De eenzaamheid verdwijnt

¹¹ NATIONAAL KOMPAS VOLKSGEZONDHEID, Eenzaamheid. De determinant, gezondheidsgevolgen en oorzaken. Wat is eenzaamheid en hoe wordt het gemeten? *Internet*, 12 december 2013.

(<http://www.nationaalkompas.nl/gezondheidsdeterminanten/omgeving/leefomgeving/eenzaamheid/wat-is-eezaamheid/>)

¹² VAN TILBURG EN DE JONG GIERVELD, T. en J., *Zicht op eenzaamheid: achtergronden, oorzaken en aanpak*. Assen, Van Gorcum, 2007.

wanneer de persoon zich aan de nieuwe situatie heeft aangepast. Langdurige eenzaamheid ontstaat na een ingrijpende gebeurtenis zoals het overlijden van de partner. Deze gebeurtenis heeft tijd nodig vooraleer ze verwerkt is, dit is afhankelijk van persoon tot persoon. Tot slot kan er chronische eenzaamheid opduiken. Dit ontstaat door duurzame problemen die niet gemakkelijk op te lossen zijn, bijvoorbeeld bij een persoon die zich moeilijk kan openstellen voor anderen.

4.2 Vormen van eenzaamheid

4.2.1 Soorten

Er zijn twee soorten eenzaamheid: sociale en emotionele eenzaamheid. Sociale eenzaamheid is te herkennen doordat een persoon kwaliteitsvolle relaties met een bredere groep mensen mist zoals collega's, kennissen,.... Deze eenzaamheid is niet op te lossen door een intieme partnerrelatie aan te gaan. Terwijl een intieme partnerrelatie emotionele eenzaamheid kenmerkt. Er is dus sprake van een gemis aan een emotioneel hechte band met een partner of vriend(in).¹³

4.2.2 Oorzaken

Een eerste oorzaak van eenzaamheid is terug te vinden bij mensen die zonder partner door het leven moeten gaan, er is hier dus sprake van emotionele eenzaamheid.¹⁴ Vooral mensen die na het overlijden van hun partner alleen blijven, hebben een grotere kans om eenzaam te worden. Ook alleen wonen na een echtscheiding kan tot deze gevoelens leiden. Een partner biedt dus bescherming tegen gevoelens van eenzaamheid, maar wanneer een partner geen ondersteuning biedt, kan eenzaamheid zich ook in sterke mate voordoen. Er kan met andere woorden besloten worden dat de kwaliteit van de relatie een belangrijke rol speelt in het ervaren van eenzaamheidsgevoelens. Deze oorzaak is vooral terug te vinden bij vrouwen. Niet alleen de partner, maar ook familie, vrienden en collega's bieden bescherming tegen eenzaamheid. Dit kunnen ze doen door een luisterend oor te zijn of door emoties te delen met elkaar. Dit wordt de sociale eenzaamheid genoemd.

¹³ NATIONAAL KOMPAS VOLKSGEZONDHEID, Eenzaamheid. De determinant, gezondheidsgevolgen en oorzaken. Wat is eenzaamheid en hoe wordt het gemeten? *Internet*, 12 december 2013.

(<http://www.nationaalkompas.nl/gezondheidsdeterminanten/omgeving/leefomgeving/eenzaamheid/wat-is-eezaamheid/>)

¹⁴ NATIONAAL KOMPAS VOLKSGEZONDHEID, Eenzaamheid. De determinant, gezondheidsgevolgen en oorzaken.

Welke factoren beïnvloeden eenzaamheid? *Internet*, 12 december 2013

(<http://www.nationaalkompas.nl/gezondheidsdeterminanten/omgeving/leefomgeving/eenzaamheid/welke-factoren-beinvloeden-eezaamheid/>)

Eenzaamheid kan ook ontstaan doordat er weinig diversiteit is in het sociale netwerk. Oudere mensen met alleen goede contacten met kinderen en familie hebben meer kans op eenzaamheid dan ouderen met gevarieerde sociale relaties. Dus zowel intieme contacten als contacten met burens en kennissen biedt een goede bescherming tegen eenzaamheid. Ook kunnen persoonlijke eigenschappen leiden tot eenzaamheid. Een aantal van die eigenschappen kunnen een gebrek aan sociale vaardigheden zijn, een laag en negatief zelfbeeld en gevoelens van sociale angst. Vervolgens kunnen de verwachtingen over sociale relaties eenzaamheid bevorderen. Deze verwachtingen zijn voor iedereen anders en verklaren daarom ook het fenomeen van sociaal geïsoleerde personen die zich niet eenzaam voelen of van mensen met veel sociale contacten die zich wel erg eenzaam voelen. Gezondheidsproblemen kunnen gevoelens van eenzaamheid ook doen toenemen. Niet alleen de eigen gezondheidsproblemen, maar ook die van de partner kunnen een rol spelen. Dit kan vooral leiden tot emotionele eenzaamheid, dit blijkt uit een Nederlandse studie bij ruim 1000 getrouwde 65-plussers. Het gaat dus over lichamelijke beperkingen en hieronder kunnen we verstaan: zelf aan – en uitkleden, moeilijkheden met dagelijkse verrichtingen zoals trappen maken,.... . Op vlak van sociale eenzaamheid verschilt de samenhang met lichamelijke beperkingen tussen mannen en vrouwen. We merken op dat bij mannen er enkel een toename van sociale eenzaamheid terug te vinden is als de partner kampt met lichamelijke moeilijkheden. Dit betekent dus dat bij mannen de gevoelens van sociale eenzaamheid niet toenemen als zij zelf beperkingen ondervinden op lichamelijk vlak. Het tegenovergestelde kunnen we vaststellen bij vrouwen, zij ervaren meer sociale eenzaamheid wanneer hun eigen lichamelijke beperkingen toenemen.

Een oorzaak van eenzaamheid kan ook terug te vinden zijn in de buurt waar mensen wonen. ¹⁵Zo zijn mensen uit achterstandsbuurten eenzamer, want de woonomgeving bepaalt de contacten die mensen met hun burens onderhouden en kunnen dus eenzaamheid bevorderen of verminderen. Zo ontstaat er een groter isolement en minder sociaal contact bij personen die in flatgebouwen wonen, want er is gebleken dat mensen die op het platteland wonen meer zorgen voor elkaar en hierdoor minder het gevoel van eenzaamheid ervaren.

Ook zijn er nog oorzaken terug te vinden in waarden en idealen die mensen belangrijk vinden voor een geslaagd leven. Een voorbeeld hiervan is dat vrienden erg belangrijk zijn voor Amerikanen, zij zullen dus sneller gevoelens van eenzaamheid vertonen als zij weinig vriendschappelijke contacten onderhouden. Verder spelen ook de sociaal – economische omstandigheden een rol, zo leiden gevoelens van onveiligheid sneller tot

¹⁵ VAN TILBURG EN DE JONG GIERVELD, T. en J., *Zicht op eenzaamheid: achtergronden, oorzaken en aanpak*. Assen, Van Gorcum, 2007.

eenzaamheid. Ook situationele factoren kunnen eenzaamheid veroorzaken. Hiermee bedoelen we de situatie waarin iemand verkeert zoals een scheiding, een langdurig ziekteproces en opsluiting in de gevangenis. Bovendien stellen we vast dat onze huidige maatschappij erg gericht is op individualisme en zelfstandigheid. Dit kan ervoor zorgen dat we niet meer op mensen kunnen rekenen of dat we zelf denken dat we niemand meer nodig hebben in ons leven en dit kan dan leiden tot vereenzaming.¹⁶

4.2.3 Gevolgen

Een minder gezonde leefstijl is een eerste gezondheidsgevolg van personen die gevoelens van eenzaamheid ervaren.¹⁷ Deze ongezonde levensstijl is gebleken uit een onderzoek waarin de relatie tussen eenzaamheid en een gezonde levensstijl bestudeerd werden. Onder een gezonde levensstijl wordt onder andere lichaamsbeweging, gezond eten en matig middelengebruik (alcohol, sigaretten) verstaan. Ook kan eenzaamheid leiden tot depressie en suïcide. Dit is gebleken uit een onderzoek bij mensen van middelbare leeftijd en ouderen. Deze personen zijn gedurende enkele jaren gevolgd en van daaruit is de conclusie gekomen dat personen met eenzaamheidsgevoelens vaker te kampen hebben met een depressie. Ook omtrent suïcide zijn er verschillende onderzoeken verricht. Bovendien zijn er ook aanwijzingen dat eenzaamheid de kans op het krijgen van hartaandoeningen vergroot. Dit onderzoek werd in de Verenigde Staten verricht bij personen tussen 25 en 74 jaar. Men kwam tot de conclusie dat er een verband bestond tussen eenzaamheid en het later ontwikkelen van coronaire hartziekten. Dit onderzoek vond zowel bij mannen als vrouwen plaats, toch werd er vastgesteld dat er enkel bij eenzame vrouwen een verhoogd risico bestond op het krijgen van hartziekten. Een oorzaak kan terug te vinden zijn door het lage aantal mannen dat hoog scoorde op de eenzaamheidsschaal. Verder kunnen we vaststellen dat eenzaamheid mogelijk tot een grotere kans op de ziekte van Alzheimer kan leiden. Dit blijkt uit een onderzoek gedaan in de Verenigde Staten, zij kwamen tot de conclusie dat het risico om de ziekte van Alzheimer te krijgen meer dan twee keer zo groot is onder sterk eenzame ouderen dan onder ouderen met een laag gevoel van eenzaamheid. Tot slot is uit een Nederlandse studie gebleken dat er een hogere kans op overlijden door eenzaamheid gevonden is. Dit

¹⁶DE HOOP ICT, De hoop GGZ. *Internet*, 2012. (<http://www.dehoop.org/32830/wat-zijn-de-oorzaken-van-eenzaamheid.html>)

¹⁷ NATIONAAL KOMPAS VOLKSGEZONDHEID, Eenzaamheid. De determinant, gezondheidsgevolgen en oorzaken. Wat zijn mogelijke gezondheidsgevolgen van eenzaamheid? *Internet*, 12 december 2013. (<http://www.nationaalkompas.nl/gezondheidsdeterminanten/omgeving/leefomgeving/eenzaamheid/wat-zijn-mogelijke-gezondheidsgevolgen-van-eenzaamheid/>)

onderzoek vond plaats bij personen tussen 55 en 85 jaar en concludeert een direct verband tussen eenzaamheid en een verhoogde kans op vroeg overlijden.

4.2.4 Oplossingen

Een oplossing om eenzaamheid te voorkomen of te verminderen is door op verschillende gebieden te participeren aan de samenleving.¹⁸ Dit is enerzijds mogelijk op het maatschappelijke niveau, dit betekent dus lid worden van een vrijwilligersorganisatie of aansluiten bij een sportclub. Ook op het culturele vlak is deelnemen aan een theatervereniging een manier om te participeren aan de samenleving. Tot slot onderscheiden we het recreatieve niveau nog, dit heeft betrekking op allerlei ontspanningsmogelijkheden zoals deelname aan een georganiseerde reis. Ook de persoonlijke activering van mensen speelt een rol.

4.3 Bespreking psychisch kader

4.3.1 Psychische problematiek

4.3.1.1 Definitie

Psychiatrie is de medische discipline die zich bezighoudt met de studie en behandeling van psychiatrische aandoeningen. Voor de indeling van psychiatrische aandoeningen baseert de klassieke psychiatrie zich op de internationaal aanvaarde DSM IV. In deze indeling vinden we onder andere persoonlijkheidsstoornissen, eetstoornissen, angststoornissen en dwangstoornissen terug. We kunnen bovendien besluiten dat psychiatrische problemen in alle culturen voorkomen en ook van alle tijden en leeftijden zijn.

De impact van psychische problemen op verschillende levensdomeinen is niet te onderschatten. Het kan dus voorkomen dat personen tijdelijk, langdurig of permanent van de arbeidsmarkt verdwijnen, omdat ze niet volwaardig kunnen functioneren op het werk. Anderzijds haken gezonde werknemers ook af omdat ze psychische problemen ontwikkelen die het gevolg zijn van de risico – en stressfactoren waarmee ze op hun werk te maken krijgen. Psychische moeilijkheden die zich de laatste jaren manifesteren zijn onder andere depressies en burn – out. Verder stellen we vast dat personen met een psychische problematiek zich ook vaak in een financieel kwetsbare situatie bevinden. Tot slot heeft een psychisch probleem zeker een impact op de relaties die mensen aangaan,

¹⁸ VAN TILBURG EN DE JONG GIERVELD, T. en J., *Zicht op eenzaamheid: achtergronden, oorzaken en aanpak*. Assen, Van Gorcum, 2007.

maar ook ervaren de gezinsleden de impact van de aandoening. Het psychisch probleem van een individu is dus een gedeeld psychisch probleem van de samenleving.¹⁹

4.3.2 Geestelijke gezondheid

4.3.2.1 Definitie

Gezondheid verwijst naar een toestand van volledig fysiek, sociaal en psychisch welbevinden. Deze definitie werd aangenomen door de Wereldgezondheidsorganisatie. Gezondheid is meer dan enkel de afwezigheid van een ziekte. Door de Federatie van Diensten voor Geestelijke Gezondheidszorg is de definitie van geestelijke gezondheid op een positieve manier geformuleerd en luidt als volgt: “Geestelijke gezondheid is de mogelijkheid tot persoonlijke groei en emancipatie en tot het aangaan van bevredigende menselijke relaties binnen een maatschappelijke context.”²⁰

4.4 Wat is een activeringsgroep?

4.4.1.1 Definitie

Een zelfhulpgroep probeert mensen te verenigen met een gemeenschappelijk probleem of personen die in eenzelfde situatie zitten, om samen beter te worden.²¹

Een aantal kenmerken van een activeringsgroep zijn dat de sessies gebeuren in een vrijwillig kader, wel is het noodzakelijk om een aantal afspraken te maken en dus structuur aan te bieden aan de groepsleden.²² Het doel is om de persoonlijke levensomstandigheid te verbeteren en verandering te brengen in de sociale omgeving. Men probeert dus verandering – en oplossingsgericht te werken. Ook zijn gelijkberechtiging, authenticiteit en wederzijdse steun belangrijke aspecten om aandacht aan te besteden, zowel als groepsleider als tussen de groepsleden onderling. Verder kan het lotgenotencontact ook een middel zijn om de externe en interne isolatie op te heffen. Met de externe isolatie wordt het sociale en maatschappelijke vlak bedoeld, terwijl het bij de interne isolatie gaat over het psychologisch en geestelijke aspect van een persoon. Een zelfhulpgroep is dus

¹⁹ FEDERATIE SIMILES NATIONAAL, Sterk in verbondenheid. *Internet*, z.j. .
(<http://nl.similes.be/page?ori=1&ssn=&lng=1&pge=31>)

²⁰ FEDERATIE SIMILES NATIONAAL, Sterk in verbondenheid. *Internet*, z.j. .
(<http://nl.similes.be/page?ori=1&ssn=&lng=1&pge=31>)

²¹ TREFPUNT ZELFHULP VZW, Zelfhulplandschap. *Internet*, z.j. .
(http://www.zelfhulp.be/achtergrond_zelfhulplandschap.html)

²² GIELEN, GODEMONT, MATTHIJS EN VANDERMEULEN, P., J., K. en A., *Mensen helpen mensen. De kracht van zelfhulp en lotgenotencontact*. z.p., LannooCampus, 2012.

veel meer dan alleen maar een praatgroep. Door de ervaringskennis en – deskundigheid proberen zij zich te onderscheiden van vrijwilligers en burenenagementen, toch moeten we in het achterhoofd houden dat de groepsleden geen professionals zijn. Tot slot zijn er zo een 1400 groepen in Vlaanderen waarvan er in totaal 200 000 leden aangesloten zijn.

Personen die lid worden van een zelfhulpgroep zijn te onderscheiden in drie grote groepen. De eerste groep zijn de probleemervaarders: deze personen worden zelf met moeilijkheden geconfronteerd. Afhankelijk van het onderwerp dat in de groep besproken wordt, wordt de doelgroep ook sterk afgelijnd. Een activeringsgroep voor personen die gevoelens van eenzaamheid ervaren zal dus zowel uit mannen, vrouwen, jongeren en ouderen kunnen bestaan, maar allemaal worden ze geconfronteerd met eenzaamheidsgevoelens. Vervolgens kunnen ook de familie en vrienden lid worden van een zelfhulpgroep. Zo is er voor kinderen van ouders met psychische problemen een groep genaamd KOPP, dit staat voor Kinderen van Ouders met Psychiatrische Problemen, omdat ook zij het zwaar kunnen hebben met de problemen die hun ouders ervaren. Tot slot onderscheiden we ook nog de groep van de professionele hulpverleners. Zelfhulpgroepen vullen het reguliere hulpaanbod zeker aan, zo bieden ze hulpverleners de mogelijkheid om de kwaliteit in hun handelen te verbeteren. Ook bereiken ze meer mensen in probleemsituaties en dankzij de tussenkomst van zelfhulpgroepen zijn personen in staat om zelf beter tegen hun problematiek aan te kijken. Strikt genomen kan er ook nog van de brede samenleving, als vierde groep, gesproken worden. De informatie van de zelfhulpgroepen werkt preventief en doet dit op drie niveaus: aandoeningen en problemen voorkomen, deze aandoeningen opsporen en complicaties vermijden.²³ Als een activeringsgroep dus taboedoorbrekend werkt, is dit voor individuele burgers ook voordelig.

Het ontstaan van een zelfhulpgroep wordt kort even besproken. In 1935 ontstond de organisatie ‘Alcoholics Anonymous’ in Amerika, ook na Wereldoorlog twee werd deze organisatie opgericht in Vlaanderen. Verder kan er ook nog worden aangehaald dat er in de jaren '60 door professionals veel argwaan ontstond. Bovendien werd de anti – professionaliteit in het midden van de jaren zeventig aangehaald als een typisch kenmerk van de zelfhulpgroepen. Deze anti – professionele houding werd gezien als een logische reactie tegen een dure en onpersoonlijke professionele zorg. De voedingsbodem voor het ontstaan van een lotgenotengroep was het wegvallen van de kerk en het gezin, wat

²³ TREFPUNT ZELFHULP VZW, Zelfhulplandschap. *Internet*, z.j. .
(http://www.zelfhulp.be/achtergrond_zelfhulplandschap.html)

vroeger een steun was in moeilijke tijden.²⁴ Ook de democratisering van de samenleving speelde een belangrijke rol. Dit kwam tot uiting doordat een betere vorming en scholing ervoor heeft gezorgd dat mensen meer inspraak wilden en ook mondiger werden. Verder kunnen ook de vergrijzing van de maatschappij, de medicalisering en de nieuw samengestelde gezinnen aangehaald worden als oorzaak voor de oprichting van de zelfhulpgroepen in Vlaanderen. Vandaag de dag is het duidelijk dat de zelfhulpgroepen zelden strikt anti – professioneel zijn en dat ze zeker de bestaande hulpverlening niet willen vervangen. Daarom is het belangrijk om een evenwichtig aanbod van professionaliteit en ervaringsdeskundigheid aan te bieden en dit blijkt voor mensen in probleemsituaties ook te leiden tot de meest bevredigende resultaten.

Lotgenotencontact biedt een meerwaarde op verschillende vlakken. Via dit contact is het enerzijds mogelijk om een persoonlijke ervaring uit te wisselen, deze uitwisseling is gebaseerd op een gedeelde en gemeenschappelijke ervaring van andere lotgenoten.²⁵ Anderzijds kan er over het onderwerp eenzaamheid ook kennis en info worden overgedragen naar elkaar. Bovendien kan de eigen ervaring of beleving genormaliseerd worden door de verhalen van de andere groepsleden te horen. Verder kunnen de leden door ervaringen van anderen leren hoe ze adequaat kunnen omgaan met bepaalde problemen en er ontstaat een bevestiging in de groep voor de eenzaamheidsgevoelens die ze ervaren. Ook blijft de steun meestal niet beperkt tot de groepsbijeenkomsten en spreken de leden ook daarbuiten regelmatig af. Tot slot kunnen we spreken van een wederzijdse hulpverlening, omdat elk lid zowel helper als geholpene is.

Organisaties proberen om verschillende doelen te bereiken. Enerzijds willen ze proberen om de moeilijke situatie te aanvaarden of de problematiek te verwerken. Daarnaast proberen ze te zorgen voor een zinvolle vrijetijdsbesteding en ontspanning door de contacten te laten verlopen in een informele sfeer. Vervolgens trachten ze de situatie bespreekbaar te maken en deskundige hulp op maat aan te bieden. Tot slot is het ook belangrijk dat er gestreefd wordt naar een situatie waarbij de leden in het dagelijks leven op een draaglijke manier met hun problematiek kunnen omgaan.

Er zijn acht probleemcategorieën te onderscheiden waarrond een activeringsgroep kan werken. De grootste groep zijn de patiëntenverenigingen, zij spreken voornamelijk af rond personen met dezelfde fysieke aandoeningen. De tweede grootste groep handelt rond

²⁴ TREFPUNT ZELFHULP VZW, Over achtergrond en motieven. *Internet*, z.j. .
(http://www.zelfhulp.be/pdf/FAQ_achtergrondenenmotieven.pdf)

²⁵ GIELEN, GODEMONT, MATTHIJS EN VANDERMEULEN, P., J., K. en A., *Mensen helpen mensen. De kracht van zelfhulp en lotgenotencontact*. z.p., LannooCampus, 2012.

bijzondere sociale situaties, hierbij is eenzaamheid dus te onderscheiden. Binnen deze groepen kan gesproken worden over allerlei maatschappelijke problemen. Daarnaast zijn er ook groepen te onderscheiden die problemen rond operationele ingrepen bespreekbaar maken. De derde groep spreekt voornamelijk rond psychosociale problemen. Maatschappelijke aanvaarding van het probleem en de participatie aan de zorg staan hierbij centraal. Verschillende organisaties beperken zich ook tot een specifieke doelgroep, dit kunnen personen met een handicap zijn of mensen met een verslavingsproblematiek. Geïnduceerde problemen zoals de onverdraagzaamheid in de samenleving, duidelijk voelbaar door de taboes die er nog steeds heersen over holebi's, kunnen ook besproken worden in een zelfhulpgroep. Als laatste categorie spreken we over diversiteit, hier kunnen verschillende problematieken besproken worden, een voorbeeld hiervan is een lotgenotengroep rond borstvoeding.

4.4.2 Kerntaken

Er zijn vijf kerntaken te onderscheiden die een zelfhulpgroep kenmerken.²⁶ Het eerste kenmerk is het belang van lotgenotencontact. Doordat de leden allemaal lotgenoten zijn van elkaar kunnen ze van elkaar leren en dit heeft natuurlijk een positieve invloed op de kijk naar hun situatie. Een tweede kenmerk is de infoverstrekking die gebeurt in de groep. Deze info steunt natuurlijk op ervaring en niet noodzakelijk op objectieve kennis. De zelfhulpgroep probeert advies te geven over alle aspecten van een probleem en wijst daarnaast ook nog op verschillende alternatieven om de negatieve situatie om te zetten in iets positiefs. Ze streven ernaar om betrouwbare en correcte informatie over te dragen aan de leden en vinden het belangrijk dat het gaat om recente informatie. Tot slot gebruiken ze geen vakjargon, maar worden informatiebrochures geschreven in een heldere taal. Een derde belangrijk aspect zijn de sociale contacten. Deze versterken het wij – gevoel en de leden krijgen het gevoel dat ze ergens bij horen. Dit zorgt voor een gevoel van geborgenheid en vertrouwdheid. De activeringsgroep is voor veel mensen de eerste stap voor het opbouwen van een sociaal netwerk. Ook praktische hulp en de belangenbehartiging zijn taken die we kunnen onderscheiden.

²⁶ GIELEN, GODEMONT, MATTHIJS EN VANDERMEULEN, P., J., K. en A., *Mensen helpen mensen. De kracht van zelfhulp en lotgenotencontact*. z.p., LannooCampus, 2012.

4.4.3 Weerstand bij hulpzoekende

Natuurlijk kan er ook weerstand ontstaan bij de hulpvrager om deel te nemen aan een activeringsgroep. Dit komt tot uiting doordat de mogelijke leden angst hebben om in een negatieve spiraal terecht te komen. Daarnaast hebben ze ook een te beperkte vertrouwdheid met de werking en denken ze dat de hulpverlening te beperkt is. Vaak denken ze dat de klassieke hulpverlening beter werk verricht en staan ze negatief tegenover een alternatief zoals een zelfhulpgroep. Verder kunnen de minder goede ervaringen of de kennis die de media hierover naar buiten brengen een oorzaak zijn om geen lid te worden. Tot slot kunnen ze ook het gevoel krijgen dat deze groepen een klaagmuurmentaliteit hanteren. Hiermee wordt bedoeld dat ze enkel klagen over hun problemen en dat de positieve aspecten niet benaderd worden.

4.5 Deontologisch kader

4.5.1 Beroepsgeheim

De Dienst Ambulante Geestelijke Gezondheidszorg streeft in zijn visie respect voor de persoonlijke levenssfeer van de patiënt na in het verstrekken van de zorg.²⁷ Het is belangrijk dat elke medewerker van het centrum het beroepsgeheim nastreeft en veel waarde hecht aan de deontologische codes van de betrokken beroepsgroepen.

Bij aanmelding aan een Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg wordt een dossier opgemaakt. Dit dossier bestaat uit een individueel behandelplan en uit je persoonlijke gegevens. Deze gegevens worden vanzelfsprekend beschermd door het beroepsgeheim. Verder valt het dossier onder de wetgeving van het medisch dossier. Deze gegevens als medisch dossier vallen onder de wet van de privacy en de wet op de patiëntenrechten. Ook kan het mogelijk zijn dat er contact wordt opgenomen met andere hulpverleners in de loop van de begeleiding van de cliënt, de elementen die worden doorgegeven aan eventueel een huisarts of behandelende specialist worden eerst besproken met de cliënt.²⁸ Ook wordt er overleg gepleegd met de cliënt om informatie door te geven aan het team binnen de organisatiecontext. Het individuele beroepsgeheim wordt dan een gedeeld beroepsgeheim als er elementen worden besproken in het multidisciplinair team van de

²⁷DIENST AMBULANTE GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG. Onze visie. *Internet*, z.j. .
(<http://www.dagg-cgg.be/cms/start/visie>)

²⁸ CENTRA GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG LARGO, Rechten en plichten. *Internet*, z.j. .
(<http://www.cgglargo.be/voor-lienten/rechten-en-plichten>)

organisatie. Wanneer er overleg gepleegd moet worden met medewerkers van andere diensten zal er eerst de toelating van de cliënt hierover gevraagd worden.²⁹

Het beroepsgeheim voor het beroep als maatschappelijk assistent is vastgelegd in artikel 458 van het Strafwetboek en luidt als volgt:

“Geneesheren, heilkundigen, officieren van gezondheid, apothekers, vroedvrouwen en alle andere personen die uit hoofde van hun staat of beroep kennis dragen van geheimen die hun zijn toevertrouwd en deze bekendmaken buiten het geval dat ze worden geroepen om in rechte of voor een parlementaire onderzoekscommissie getuigenis af te leggen en buiten het geval dat de wet hen verplicht die geheimen bekend te maken, worden gestraft met een gevangenisstraf van acht dagen tot zes maanden en een geldboete van honderd tot vijfhonderd euro.”

Verder is het ook belangrijk dat het een vertrouwensberoep betreft. Dit betekent dat het hebben van een vertrouwensrelatie een essentiële voorwaarde is voor de uitoefening van de functie. Cliënten/patiënten moeten zich dus genoodzaakt voelen om zich tot deze personen te wenden en ze in vertrouwen te nemen. De cliënt/patiënt heeft hulp nodig en moet in ruil daarvoor een deel van zijn privacy prijsgeven aan de hulpverlener. Verder is het hierbij ook belangrijk dat de hulpverlener voldoende vertrouwen krijgt van de cliënt om zijn beroep goed te kunnen uitoefenen.³⁰

Er kan vastgesteld worden dat lotgenotencontact door het opzetten van een activeringsgroep wel een beroepsgeheim kan inhouden. Dit antwoord kan ik staven door het beroepsgeheim van de semiprofessionals/vrijwilligers te definiëren. Een voorbeeld hiervan is de buddywerking. Om bij vrijwilligers te kunnen spreken van een beroepsgeheim is er de aanwezigheid van twee aspecten vereist. Deze factoren zijn dat er enerzijds sprake moet zijn van een hulpverlenende taak als vertrouwensfiguur. Deze taak kunnen lotgenoten op zich nemen door kennis te krijgen van de problemen van elkaar. Vervolgens is het ook noodzakelijk dat ze in een georganiseerd verband werken, al dan niet bijgestaan door beroepskrachten.³¹ Dit zal ook tot uiting komen in de

²⁹ CENTRA GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG BRUSSEL VERENIGING ZONDER WINSTOOGMERK, Wat houdt het beroepsgeheim in het CGG Brussel in? *Internet*, 2012. (<http://www.cgg-brussel.be/faq/--beroepsgeheim-344.aspx>)

³⁰ PUT JOHAN, J., Het beroepsgeheim, struikelblok of hefboom? Voor samenwerking in de hulp – en zorgverlening. *Internet*, z.j. .

(<http://www.emmaus.be/WebFiles/NZ%20Emmaus/Documents/ethiek/Beroepsgeheim%20en%20samenwerking%20in%20de%20zorg.pdf>)

³¹ MESTDAGH, J., *Beroepsgeheim in de context van zorgnetwerken binnen de GGZ, een exploratief onderzoek*. Gent, Universiteit Gent, 2011 – 2012. (Niet gepubliceerde cursus)

(http://lib.ugent.be/fulltxt/RUG01/001/893/041/RUG01-001893041_2012_0001_AC.pdf)

activeringsgroep doordat de leden bijgestaan worden door een beroepskracht die de bijeenkomsten gaat leiden.

4.6 Methodieken – tools

Het omgaan met problemen kan versterkt worden door sociale ondersteuning. Sociale steun binnen de zelfhulp kan bereikt worden door elkaars probleem te herkennen, op die manier voelen de leden zich begrepen. Bovendien kan men door informatie uit te wisselen ook steun bieden aan elkaar, omdat er op deze manier anders naar het eigen probleem gekeken kan worden. Door taboedoorbreking en de belangenverdediging ontstaat er een klankbord voor de samenleving. Het 'helper therapy principle' kan hierbij aangehaald worden. Hierbij treedt het begrip empowerment op de voorgrond. Men tracht hulp te geven aan mensen, maar ook hulp te vragen. Beide personen zijn dus zowel helper als geholene in deze relatie. Daarnaast kan ervaringsdeskundigheid ook een belangrijke rol spelen. Uit buitenlands onderzoek is gebleken dat de betrokkenheid van ervaringsdeskundigen erg positief waren in de Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg. Dit zorgde er namelijk voor dat de cliënten sterker werden, ze meer sociale netwerken uitbouwden, meer verantwoordelijkheid namen en ook hun coping en vertrouwen nam gestaag toe. Door de ervaringsdeskundigen worden de hulpverleners meer in staat gesteld om na te denken over het gedrag van de persoon en trachten ze te achterhalen wat helpend is voor het herstel van het individu. Hierbij spelen drie belangrijke vaardigheden een rol: ondersteunen, leren en actie. Ondersteunen heeft voornamelijk betrekking op het luisteren naar de cliënt, terwijl via de vaardigheid 'leren' er zorg op maat aangeboden wordt en men bovendien probeert te komen tot een inzicht. De vaardigheid 'actie' stelt een behandelplan of oefenprogramma op.³²

Een belangrijke methodiek voor de Centra Geestelijke Gezondheidszorg is de empowermentgedachte. Empowerment is een ontwikkeling waarin personen gezag krijgen over gebeurtenissen die belangrijk zijn voor hun, deze definitie is geformuleerd door Rappaport. Een aanvulling op deze definitie is mogelijk door Verzaal, hij stelt dat empowerment een persoon op individueel niveau sterker maakt binnen zijn omgeving, zodat hij meer controle krijgt over zijn leven. Tot slot wordt empowerment ook nog bekeken vanuit het gemeenschapsniveau door Zimmerman. Dit wil zeggen dat de gemeenschap stappen onderneemt tot het verbeteren van de samenleving, de burgers

³² GIELEN, GODEMONT, MATTHIJS EN VANDERMEULEN, P., J., K. en A., *Mensen helpen mensen. De kracht van zelfhulp en lotgenotencontact*. z.p., LannooCampus, 2012.

kunnen dus beter deelnemen aan de samenleving.³³In een ontmoetingsgroep wordt dus gewerkt via zorg op maat en vertrekt men vanuit de krachten van mensen zodat ze in staat zijn om naar zichzelf te kijken en vanuit deze krachten ook ervaringen te delen met de andere leden van de groep.

Vervolgens kunnen we ook de methodiek 'Gentle teaching' gebruiken. Deze methodiek gaat uit van companionship, wat betekent dat mensen uitkijken naar veiligheid en liefde.³⁴Ze willen met andere woorden geliefd zijn, maar ook hun liefde met andere mensen delen. Ook verbondenheid is belangrijk voor het begrip companionship. Door een veilige hechting in de kinderjaren ontstaat er companionship en het kind zal dit ook gaan overdragen op leeftijdsgenootjes en later ook aan zijn eigen kinderen. Deze veilige hechting gebeurt niet in alle gezinnen en wanneer het kind doorheen zijn levensjaren het gevoel van companionship niet aangeleerd krijgt, heeft dit nefaste gevolgen voor zijn latere ontwikkeling. Dit betekent dat het kind zich in de nabijheid van anderen niet geliefd of veilig voelt. Deze methodiek kan dus gebruikt worden in een ontmoetingsgroep. Doordat personen met een eenzaamheidsproblematiek ook sociaal geremd kunnen zijn, kan deze methodiek een passend hulpmiddel zijn om te gebruiken in de activeringsgroep. Dit zorgt ervoor dat de leden van de groep een gevoel krijgen dat ze er niet alleen voor staan.

4.6.1 Aanpak andere organisaties

Het CGG Litp, Limburgs Initiatief voor Therapie en Integrale Personen heeft een ontmoetingsgroep opgericht.³⁵Deze groep richt zich op jongeren die tussen 16 en 21 jaar oud zijn en psychiatrische en/of psychosociale problemen ervaren. Door hun psychiatrische problematiek is er kans op maatschappelijke isolatie doorheen hun puberteitsperiode. De doelstelling is om jongeren te ondersteunen in het ontplooiën van hun leeftijdsadequate ontwikkelingstaken, voorbeelden hiervan zijn: autonomie, identiteits

³³ BREBELS, CLEEREN, CROONEN, HOUBEN, LAENEN EN LIBREGTS, E., N., L., S., S. en E., *Evaluatie en uitbouw aanbod vrijetijdsbesteding 'ontmoetingsgroep'*. Hasselt, Khlim, 2011 – 2012. (niet gepubliceerde cursus)

(<https://doks.khlim.be/do/files/FiSe40288a2234a750e90134a8d79c6c0116/CGGLITPvrijetijdsbesteding%20ontmoetingsgroep.pdf;jsessionid=5532A267FB9E7F1FB871CBCAAC1E3946?recordId=SSAW40288a2234a750e90134a8d79c6c0115>)

³⁴ BREBELS, CLEEREN, CROONEN, HOUBEN, LAENEN EN LIBREGTS, E., N., L., S., S. en E., *Evaluatie en uitbouw aanbod vrijetijdsbesteding 'ontmoetingsgroep'*. Hasselt, Khlim, 2011 – 2012. (niet gepubliceerde cursus)

(<https://doks.khlim.be/do/files/FiSe40288a2234a750e90134a8d79c6c0116/CGGLITPvrijetijdsbesteding%20ontmoetingsgroep.pdf;jsessionid=5532A267FB9E7F1FB871CBCAAC1E3946?recordId=SSAW40288a2234a750e90134a8d79c6c0115>)

³⁵ BREBELS, CLEEREN, CROONEN, HOUBEN, LAENEN EN LIBREGTS, E., N., L., S., S. en E., *Evaluatie en uitbouw aanbod vrijetijdsbesteding 'ontmoetingsgroep'*. Hasselt, Khlim, 2011 – 2012. (niet gepubliceerde cursus)

(<https://doks.khlim.be/do/files/FiSe40288a2234a750e90134a8d79c6c0116/CGGLITPvrijetijdsbesteding%20ontmoetingsgroep.pdf;jsessionid=5532A267FB9E7F1FB871CBCAAC1E3946?recordId=SSAW40288a2234a750e90134a8d79c6c0115>)

– en relationele ontwikkeling,.... . Dus de ontmoetingsgroep geeft de jongeren de mogelijkheid om hun ontwikkelingstaken zover mogelijk uit te voeren en daarnaast richt de groep zich op het ervaringsgericht werken. Ze kunnen zowel in groep als met de jongeren individueel werken. Doordat de jongeren zich in een kwetsbare positie bevinden, kan dit leiden tot een stoornis die blijvend is. Om dus de kans op vereenzaming, verdere isolatie en trauma's te voorkomen is het dus van belang dat de hulpverlening op een ambulante, langdurige en laagdrempelige manier wordt aangeboden. Bovendien is de ontmoetingsgroep minder gericht op therapie en meer op de ik – ondersteuning van het individu. Men vertrekt in dit hulpverleningsaanbod vanuit de empowermentgedachte en participatie om de behoeften en probleemervaringen van de jongere en zijn context te weten te komen om een aangepast hulpverleningsaanbod hierop af te stemmen. ³⁶

Een aanpak van een andere organisatie is terug te vinden in de vereniging 'De Boei'. Zij zijn werkzaam in Eindhoven. Deze vereniging werkt met kwetsbare volwassen mensen die problemen ervaren op psychiatrisch/psychosociaal vlak. Zij werken niet specifiek rond eenzaamheid, maar proberen het herstelproces van kwetsbare personen wel te ondersteunen. Dit aan de hand van ontmoeting, activiteiten en leer – en werkprojecten. Op deze manier kunnen de deelnemers terug greep krijgen op hun eigen leven en een sterkere positie innemen in de maatschappij. Bovendien begeleidt 'De Boei' mensen ook in het aangaan, herstellen en onderhouden van door hun gewenste sociale contacten. Dit probeert de organisatie te doen door individuele coaching gesprekken, ook zijn er groepsactiviteiten en trainingen. Tot slot proberen ze om de begeleiding te laten plaatsvinden in het dagelijks leven. 'De Boei' vindt participatie en empowerment belangrijke streefdoelen. De kracht van deze organisatie is terug te vinden in het begeleiden van mensen naar een andere rol in de maatschappij, dit betekent dus van patiënt tot deelnemer en uiteindelijk tot burger van de maatschappij. Ook proberen zij te voorkomen dat mensen terug patiënt worden. ³⁷

Ook Bond Zonder Naam strijdt tegen eenzaamheid in onze samenleving door het initiatief van het 'Café zonder bier'. ³⁸Dit is een plek waar de zwakkeren uit de samenleving terecht kunnen, zoals kansarmen, psychiatrische patiënten, daklozen en vereenzaamde alleenstaanden. Iedereen is hier welkom en dit in alle anonimiteit. Bovendien stellen zij de mens centraal, mensen mogen er zijn wie ze zijn en ze kunnen er terecht voor een goed

³⁶ BOLLEN, SMEETS, PLESSERS, PONCELET, D., M., B., en J., Overspil. *Internet*, November 2010. (http://www.spil.be/bestanden/overspil_magazine1.pdf)

³⁷ DE BOEI, Welkom bij de Boei. *Internet*, 2001 – 2011. (<http://www.deboei.com>)

³⁸ BOND ZONDER NAAM, BZN Café zonder bier. *Internet*. z.j. . (http://www.bzn.be/nl/page/wat_doen_we_/bzn_cafe_zonder_bier-593)

gesprek, een weekenduitstap en allerlei vormingsmomenten. Dit is een initiatief van Bond Zonder Naam om eenzaamheid aan te pakken, maar afgelopen jaar hebben zij ook een campagne gelanceerd om het taboe te doorbreken rond eenzaamheid. Deze organisatie zet zich dus op verschillende vlakken in om eenzaamheid onder de aandacht te brengen en te bestrijden.

In het praktisch gedeelte zal er een verdere uitwerking van de activeringsgroep besproken worden en dit zal gebeuren door personen met een eenzaamheidsproblematiek hieromtrent te bevragen. Zo kan ik achterhalen of de geïnterviewde personen openstaan voor deelname aan een ontmoetingsgroep om op die manier hun eenzaamheidsgevoelens te verminderen.

5 Praktisch gedeelte

In het theoretisch kader heb ik een aantal essentiële aspecten met betrekking tot het thema eenzaamheid besproken. In het praktisch gedeelte worden deze elementen aan de hand van diepte interviews getoetst aan mijn stageplaats. Verder wordt er een enquête opgesteld die na afloop van de stageperiode door de organisatie gebruikt kan worden om de kwaliteit van de activeringsgroep na te gaan. Doordat ik slechts een beperkte periode aanwezig ben op de stageplaats kan er enkel een aanzet tot de oprichting van een activeringsgroep worden gegeven. Er wordt wel een conclusie weergegeven van de onderzoeksresultaten en op basis hiervan worden er aanbevelingen gedaan omtrent de oprichting van de activeringsgroep. Tenslotte wordt er een SWOT – analyse gemaakt van de sterktes, zwaktes, kansen en bedreigingen van de activeringsgroep zodat de stageplaats hiermee aan de slag kan gaan nadat mijn stageperiode is afgesloten.

5.1 Kwalitatief onderzoek

5.1.1 Aanpak diepte interviews

Mijn stagementor en haar collega's zijn zich ervan bewust dat een aantal cliënten te maken krijgen met gevoelens van eenzaamheid. De idee ontstond om deze cliënten samen te brengen, zodat hun ervaren drempel om contacten te kunnen leggen met anderen wordt verlaagd. Elke deelnemer heeft immers weet van het gevoel dat de ander ervaart. Vanuit dat opzicht ontstond de interesse om een activeringsgroep op te richten, die lotgenoten samenbrengt om rond allerlei thema's te werken. Om na te gaan of deze cliënten geïnteresseerd zijn om deel te nemen aan een activeringsgroep werden er diepte-interviews afgenomen.³⁹ Het interview werd beperkt tot een tiental vragen die voornamelijk praktisch van aard zijn. Op die manier wordt er een goed beeld gekregen van wat de cliënten verwachten van het groepscontact en waarrond gewerkt dient te worden binnen de activeringsgroep. Door het face – to – face contact wordt het mogelijk om op het moment van het interview nog enkele bijvragen te stellen. Zo wordt de bevraging niet enkel beperkt tot cliënten die zelf aangeven dat ze eenzaam zijn, maar kan er een zo breed mogelijke groep worden bevraagd. Op die manier wordt het mogelijk om een groot aantal cliënten de kans te geven om zich aan te sluiten en wordt er niet in hokjes gedacht. Er kunnen zich met andere woorden deelnemers aansluiten bij de groep waarvan dit vóór aanvang van het interview niet werd verwacht. Daardoor wordt het ook mogelijk om de cliënten een eerlijke kans te geven tot deelname en niet enkel cliënten te

³⁹ Bijlage 1: Vragenlijst interviews

kiezen die zichtbaar met hun eenzaamheidsgevoelens naar buiten komen. Dus deelname aan de groep mag niet de instap worden om mensen te bevragen. Op die manier kan er ook te weten gekomen worden wat mensen weerhoudt om zich aan te sluiten bij een ontmoetingsgroep. Wat mensen tegenhoudt tot deelname aan een groep zal dus ook zeker bevraagd worden bij personen die aangeven liever niet in een activeringsgroep te stappen. Natuurlijk zal er eerst moeten worden bevraagd of de personen gevoelens van eenzaamheid ervaren. Eenzaamheid is niet gemakkelijk te herkennen, vandaar dat er zoveel mogelijk cliënten worden bevraagd. Zo kunnen er cliënten eenzaam zijn die toch een groot netwerk hebben en waarvan dus niet wordt verwacht dat zij zich vaak alleen voelen. De geïnterviewde cliënten behoren enkel tot de doelgroep van de volwassenen, omdat ik bij deze groep tewerkgesteld ben doorheen mijn stageperiode. Dit betekent dus dat er vooral personen tussen 18 en 60 jaar bevraagd zullen worden. De leeftijdscategorie die bevraagd wordt zal zo breed mogelijk gehouden worden, omdat er op die manier eventueel tot een conclusie gekomen kan worden dat bepaalde leeftijdscategorieën vaker te maken krijgen met eenzaamheid. Ook worden er zowel mannen als vrouwen bevraagd, toch zullen er meer interviews met vrouwen afgenomen worden, omdat zij vaker de stap naar de hulpverlening zetten. Dit is een conclusie die tijdens de lessen 'Europese sociale kaart' werd gemaakt. Deze conclusie kwam specifiek naar voren in het thema gender – en sekse specifieke hulpverlening. Verder worden de soorten problematieken ook zo breed mogelijk bekeken, omdat er binnen de dienst zeer uiteenlopende psychische problemen naar voren komen. Ook hier kan er eventueel na afloop van de interviews tot een conclusie gekomen worden dat er bij een bepaalde psychische problematiek meer sprake is van eenzaamheid. Door een tijdelijke beperking of vanuit een persoonlijkheidsstoornis is het moeilijk voor deze personen om sociale contacten te leggen. Het is mogelijk dat deze personen hun hele leven problemen ervaren in het leggen van sociale contacten, omdat ze op vlak van afstand en nabijheid of vertrouwen moeilijkheden ervaren. Het afnemen van de interviews wordt ingevoerd in het therapeutisch gesprek. Dit betekent dat er 10 à 15 minuten aan het einde van het hulpverleningsgesprek worden vrijgehouden om de interviews af te nemen.

5.2 Resultaten diepte interviews

Een allereerste opmerking is dat de cliënten ad random werden gekozen om deel te nemen aan het onderzoek. De meeste cliënten waren tussen 35 en 45 jaar. Het grootste deel van het cliënteel situeert zich bijgevolg in de midden volwassenheid. De jong volwassenheid kan binnen de leeftijdscategorie van midden twintig tot begin veertig ondergebracht worden. De laat volwassenheid situeert zich vanaf midden zestig

ongeveer.⁴⁰ Van deze twee categorieën heb ik slechts enkele personen kunnen bevragen. Bovendien werd reeds in het vorig hoofdstuk aangegeven dat er voornamelijk vrouwen zouden geïnterviewd worden. Dit kan ook geconcludeerd worden na het afnemen van de interviews. Van de veertien ondervraagden, waren er slechts 2 mannen. Tot slot kan er worden besloten dat het zeer moeilijk is om een onderverdeling te maken tussen de psychische problematiek en de mate van eenzaamheidsgevoelens. Binnen DAGG zijn er zoveel uiteenlopende problematieken die aan bod komen en bovendien is elke persoon uniek, dus het is zeer moeilijk om daarin te gaan veralgemenen om zo een conclusie te kunnen trekken. Binnen de groep die ik ondervraagd heb zijn de problematieken ook erg verscheiden en is het dus onmogelijk om te concluderen dat in een bepaalde psychische problematiek er meer sprake is van een gevoel van eenzaamheid. Bovendien kan er niet geconcludeerd worden dat deze eenzaamheidsgevoelens te wijten zijn aan het psychisch disfunctioneren, er kunnen ook andere oorzaken aan de basis liggen. Dit wordt ook nog besproken in de volgende alinea.

Per vraag wordt er een conclusie geformuleerd, dit is mogelijk door na te gaan wat een groot deel van de ondervraagden hier op geantwoord heeft.⁴¹ Van de veertien ondervraagden geven twaalf personen aan dat ze geen groot sociaal netwerk hebben. Het grootste gedeelte van de ondervraagden geeft dus aan weinig sociale contacten te hebben. Dit zou een verklaring kunnen zijn dat deze personen dus ook vaker eenzaamheidsgevoelens ervaren. Natuurlijk is dit een hypothese en kan dit nog niet geconcludeerd worden. Verder geven zes van de veertien geïnterviewde cliënten aan dat ze geen echte hobby hebben en in hun vrije tijd dus weinig te doen hebben. Deze personen hebben veel vrije tijd doordat ze weinig dag invulling hebben, dit gaven ze natuurlijk zelf aan. De andere helft vertelde dat ze regelmatig gaan kienen of sporten. De meeste ondervraagden houdt zich ook een groot deel van hun vrije tijd bezig met het huishouden of de kinderen. Verder valt het erg op dat twaalf van de veertien personen aangeeft dat ze eenzaamheidsgevoelens ervaren. Deze personen hadden ook aangegeven dat hun sociaal netwerk vrij klein is. Van hieruit kunnen we dus niet meer alleen spreken over een hypothese dat personen met een klein sociaal netwerk vaker te kampen hebben met gevoelens van eenzaamheid, maar dit kan ook geconcludeerd worden. De reden waarom er hieruit een conclusie getrokken kan worden, is omdat zes van de twaalf personen letterlijk aangeeft dat ze veel alleen zijn, dus weinig sociaal contact hebben. De vraag was enkel of de personen eenzaamheidsgevoelens ervaren en

⁴⁰ CREATIVE COMMONS NAAMSVERMELDING/GELIJKE DELEN, volwassene. *Internet*, 19/09/2013. (<http://nl.wikipedia.org/wiki/Volwassene>)

⁴¹ Bijlage 2: Antwoorden vragenlijst

hoe vaak dit was en toch geeft de helft van de cliënten, die aangeven dat ze gevoelens van eenzaamheid ervaren, aan dat ze veel alleen zijn, zelfs alleen wonen of hun echtgenoot door zijn beroep door de week bijna nooit thuis is. Vier van de twaalf personen die aangeven dat ze gevoelens van eenzaamheid hebben vertelden dat ze dit dagelijks ervaren. Wel is het zo dat de ene persoon er meer last van heeft in de winter, terwijl de andere persoon er meer mee te maken krijgt in de zomer, omdat ze dan allerlei activiteiten wil doen zoals een terrasje doen. Dit feit op zich is frappant, dat mensen zich niet enkel in de winter eenzaam voelen. Bovendien is het treffend dat een cliënte zich erg eenzaam kon voelen ook al had ze veel mensen om zich heen. Dit geeft duidelijk aan dat het niet betekent dat enkel personen die veel alleen zijn ook voornamelijk eenzaam zijn. Het is net zo goed mogelijk dat personen die veel sociaal contact hebben en veel mensen om zich heen hebben zich erg eenzaam kunnen voelen.

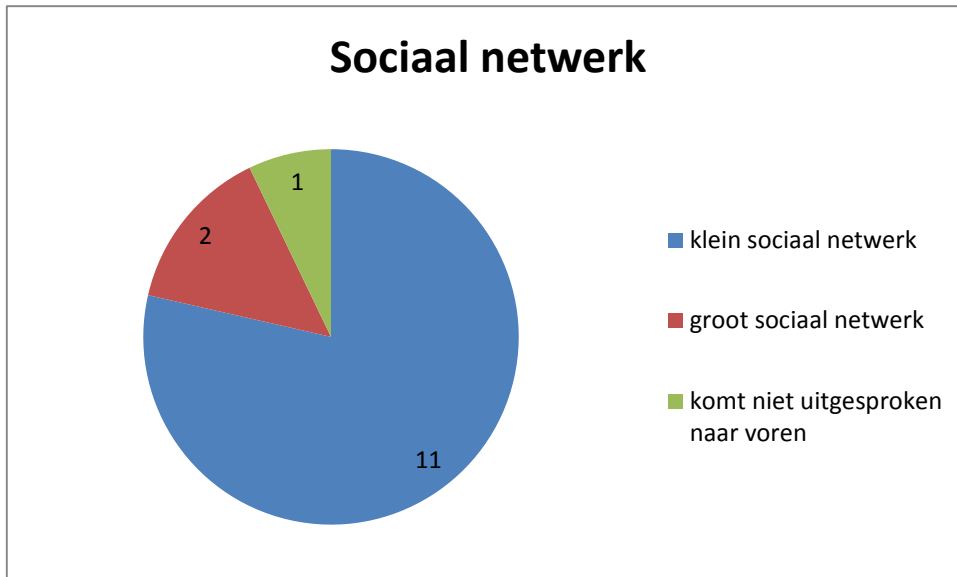
De belangrijkste vraag van het diepte interview was natuurlijk of de personen het zagen zitten om deel te nemen aan een activeringsgroep. Zes van de veertien ondervraagden gaf zeer duidelijk aan dat ze erg geïnteresseerd zijn in een deelname aan de groep. Verder geven vier personen aan dat ze het nog niet goed weten of ze zouden willen deelnemen. Bij meerdere personen hangt het ook een beetje af van het onderwerp. Deze personen staan er dus niet afkeurend tegenover, maar zijn ook niet laaiend enthousiast. Tot slot geven vier mensen aan dat ze het niet zouden zien zitten om deel te nemen. Er zijn een aantal persoonlijke redenen waarom deelname aan een activeringsgroep hun tegenhoudt. Eén persoon geeft aan dat hij 'zo niet is', hij heeft genoeg aan zijn eigen problemen, dus geconfronteerd worden met de problemen van anderen gaat hem geen stap verder helpen. Dit hangt samen met een cliënte die aangaf dat ze ook al genoeg problemen heeft in haar familie en met zichzelf waardoor ze geen zin heeft in deelname aan een groep. Een andere cliënte gaf aan dat ze zou blokkeren in de groep. Dit komt ook overeen met iemand die aangaf dat ze wel met één of twee personen kan spreken, maar dat ze het moeilijk vindt om in een groep te participeren. Zij haalde als oorzaak ook aan dat haar Nederlands te slecht is om voldoende te kunnen deelnemen aan een activeringsgroep. De redenen waarom de andere ondervraagden het wel zouden zien zitten om deel te nemen aan een activeringsgroep is omdat ze hierdoor nieuwe mensen leren kennen en omdat ze tot andere inzichten kunnen komen door naar de verhalen van anderen te luisteren. Hierdoor voelen ze zich ook niet alleen met hun problemen en kunnen ze erachter komen dat er nog personen zijn die zoals hun denken. Er kan dus worden besloten dat het opvallend is dat bijna alle personen die bevraagd zijn te maken krijgen met eenzaamheidsgevoelens. Een groot deel van de ondervraagden wil daarom in een ontmoetingsgroep stappen om zijn/haar sociale contacten uit te breiden. Toch zijn er ook cliënten die de activeringsgroep niet zien zitten, alhoewel dit net een positieve stap

zou zijn naar minder sociaal isolement. Er kan dus vastgesteld worden dat personen die het meeste baat hebben bij deelname aan een activeringsgroep de grootste groep is die het aanbod afslaat.

Verder kan er besloten worden dat de meeste personen ontspannende activiteiten willen doen zoals breien of goedkope uitstapjes doen. Een kleine minderheid zou het zien zitten om over moeilijke thema's te praten. Deze personen hadden meestal al ervaring met groepstherapieën en voor hun is de drempel minder hoog om hun verhaal in groep te vertellen. Een specifiek onderwerp wat een geïnterviewde naar voren bracht was hoe ze beter zou kunnen omgaan met verdriet en hoe ze zich beter zou kunnen voelen. De andere personen geven aan dat het enerzijds ook van de dynamiek in de groep afhangt of dat het mogelijk is om over zware thema's te praten. Zij zouden de personen toch al wat langer willen kennen hiervoor en zouden bij een eerste groepscontact het dus niet zien zitten om hun problematiek te bespreken in de groep. De verwachtingen van de potentiële deelnemers zijn voornamelijk om nieuwe mensen te leren kennen en om mogelijks een vriendschap met deze personen uit te bouwen. Verder zijn er ook personen die iets zouden willen leren van elkaar, tot nieuwe inzichten zouden willen komen en zich aanvaard willen voelen in de groep is ook wel een verwachting die naar voren komt. Wat de personen zouden willen leren in de groep is zeer uiteenlopend. Zo geven sommige personen aan dat ze voornamelijk rond het praktische zouden willen leren zoals beter leren bloemschikken of beter met een tablet leren werken. Toch geeft een groot deel aan dat ze door anderen tot nieuwe inzichten zouden willen komen of dat ze leren hoe ze kunnen functioneren in een groep, hoe ze bijvoorbeeld sneller de stap kunnen zetten om over hun problemen te praten met anderen. De meeste personen geven aan dat de taak van de groepsleider is om te participeren aan de groep. Ze vinden het wel belangrijk dat hij/zij instaat voor de begeleiding van de groep, maar dit op een informele en aangename manier. Een groot deel van de ondervraagden geeft tot slot aan dat ze denken dat hun sociaal isolement doorbroken kan worden doordat ze op een laagdrempelige manier in contact komen met nieuwe personen. Ze zien de kans reëel dat er buiten het groepscontact ook al eens wordt afgesproken en dat ze bij deze personen terecht kunnen en hun kunnen vertrouwen. Er kan dus besloten worden dat de meeste personen vrij hoopvol zijn over het groepscontact en het ook mogelijk achten dat de deelnemers kunnen evolueren tot vertrouwelingen waar ze ook mee kunnen afspreken buiten de groep en die ze uiteindelijk tot hun vriendengroep kunnen rekenen. Een oorzaak waarom de cliënten de weg naar andere organisaties nog niet gevonden hebben is niet duidelijk geworden uit het afnemen van de interviews. De deelnemers zouden het zien zitten om in het kader van de organisatie DAGG in een ontmoetingsgroep te stappen, maar via andere

organisaties hebben ze de stap nog niet kunnen zetten om aan ontspannende activiteiten deel te nemen.

Een aantal van de resultaten worden hieronder weergegeven in de vorm van een grafiek om een duidelijk zicht te geven over de bevindingen. In deze grafiek komt duidelijk naar voren dat het grootste gedeelte van de veertien ondervraagden een klein sociaal netwerk heeft.



Figuur 1

In deze schematische voorstelling zien we twaalf van de veertien ondervraagden die gevoelens van eenzaamheid ervaren waarvan vier personen dit gevoel dagelijks ondervinden.



Figuur 2



Figuur 3

Een belangrijke positieve conclusie die nog geformuleerd kan worden is de interesse tot deelname aan de activeringsgroep. Zoals blijkt uit de grafiek is van de veertien ondervraagden ongeveer de helft geïnteresseerd om deel te nemen aan de groep. Ook niet onbelangrijk is dat vier personen het nog niet weten en dus mogelijk wel interesse hebben om een eerste contact aan de activeringsgroep te proberen. Verder zien vier van de veertien ondervraagden het zeker niet zitten. Er kan dus besloten worden dat er mogelijk tien van de veertien ondervraagden willen proberen om deel te nemen aan een activeringsgroep, wat een erg positief besluit is.

5.3 Kwantitatief onderzoek

5.3.1 Aanzet enquête

Naast de afname van diepte interviews werd er een enquête opgesteld voor de stageplaats, waarmee men aan de slag kan gaan wanneer de activeringsgroep daadwerkelijk opgestart zal worden. ⁴²De vragen die hierbij geformuleerd zijn, zijn voornamelijk bedoeld om de kwaliteit na te gaan van de groep. De vragen stemmen overeen met de vragen die tijdens het afnemen van de diepte interviews aan bod kwamen. Zo werd onder andere bevraagd welke activiteiten de cliënten zouden willen doen in de groep, dit wordt teruggekoppeld in de enquête door te vragen wat ze vinden

⁴² Bijlage 3: Enquête

van de activiteiten die georganiseerd worden. Door de enquête op te stellen kan de stageplaats na een vijftal bijeenkomsten terugkoppelen bij de deelnemers of ze tevreden zijn over het verloop van de activeringsgroep en of het is zoals ze verwacht hadden. Verder kan ook gepeild worden of de groep een meerwaarde is voor de deelnemers. Dit wordt bevraagd door te peilen naar het sociaal isolement dat de personen ervaren en of dit verminderd is door het groepscontact. Op die manier weet de stageplaats ook of het zinvol is om na verloop van tijd een nieuwe activeringsgroep op te richten, omdat het sociaal isolement beduidend lager ligt dan vóór de deelname aan de groep. Mocht dit niet het geval zijn, dan weten ze ook dat ze het sociaal isolement van hun cliënten op een andere manier moeten proberen te doorbreken.

5.4 Conclusie

Er kan geconcludeerd worden dat de stageplaats al op de hoogte was dat een groot deel van de cliënten regelmatig te kampen had met eenzaamheidsgevoelens. Vandaar de interesse om te achterhalen of deze gevoelens doorbroken kunnen worden door de oprichting van een activeringsgroep. Het hoofddoel van het gevoerde onderzoek was om na te gaan of mensen ervoor open stonden om deel te nemen aan een activeringsgroep. Dit werd uitgezocht door het afnemen van diepte interviews. Dit was niet in het bijzijn van de therapeut, dit gaf de cliënten misschien meer vrijheid om te antwoorden. Na afname van de interviews kan er vastgesteld worden dat enerzijds de gevoelens van eenzaamheid bij een groot deel van de cliënten aanwezig zijn. Anderzijds kan een oorzaak hiervoor aangereikt worden doordat veel van de geïnterviewde personen veel alleen thuis zijn en weinig sociale contacten onderhouden. Bovendien heeft de helft van de cliënten geen echte hobby en hierdoor komen ze ook niet in contact met nieuwe mensen. De conclusie dat een groot deel van de cliënten eenzaamheidsgevoelens ervaren situeert zich voornamelijk tussen de leeftijd van 35 en 45 jaar, deze leeftijdscategorie zat voornamelijk in de steekproef. Bovendien werden er voornamelijk vrouwelijke cliënten bevraagd, dit was eerder toevallig omdat de cliënten ad random werden gekozen voor het diepte - interview. Tot slot kan over de samenhang van de gevoelens van eenzaamheid en de psychische problematiek geen conclusie geformuleerd worden, omdat de diagnoses en situaties van de cliënten erg uiteenlopend zijn.

Een groot deel van de cliënten staat ervoor open om de deelname aan een activeringsgroep eens te proberen. Dit is een positieve conclusie, toch kan er ook vastgesteld worden dat de meerderheid van de personen die een deelname aan een groep niet zouden zien zitten er wel bij gebaat zouden zijn. Deze personen kwamen erg stil en verlegen over tijdens het interview en zouden in een groep dus de kans kunnen krijgen om nieuwe mensen te leren kennen en helemaal open te bloeien. Terwijl sommige

cliënten die aangaven dat ze wilden deelnemen aan een ontmoetingsgroep al erg sociaal vaardig waren en dus ook via andere poorten de weg zouden vinden naar meer sociale contacten.

Verder willen de personen hoofdzakelijk werken rond ontspannende activiteiten. Een praatgroep waar mensen terecht kunnen om over hun eenzaamheidsgevoelens te spreken, zagen de ondervraagde personen voornamelijk niet zitten. Ook wil een groot deel van de potentiële deelnemers werken rond het verkrijgen van nieuwe inzichten over hun problemen en het leren functioneren in groepsverband. De ontspannende activiteiten worden dus ook ondersteund door een persoonlijke groei die de cliënten willen maken. Tot slot zijn veel personen erg hoopvol dat er buiten het groepscontact ook nog zou worden afgesproken tussen de deelnemers onderling en dat er uiteindelijk een duurzame vriendschap uit zou groeien. De eenzaamheidsgevoelens van personen met een psychische problematiek zouden dus doorbroken kunnen worden door de oprichting van een ontmoetingsgroep, omdat de personen nieuwe mensen leren kennen en hierdoor terecht kunnen bij deze personen als er vriendschappen uit zouden ontstaan. Dit is niet alleen een conclusie die ik zelf maak, maar ook de cliënten waren hier erg hoopvol over. Bovendien ervaren de personen allemaal dezelfde gevoelens, ze zijn regelmatig eenzaam en hebben weinig sociale contacten. Door deelname aan de groep laten de personen ook blijken dat ze openstaan voor nieuwe contacten. Het is natuurlijk niet positief dat er zoveel personen zich regelmatig eenzaam voelen, maar het is wel positief dat een groot deel van de personen de mogelijkheid ziet om via een ontmoetingsgroep hun sociaal isolement te doorbreken.

5.4.1 SWOT – Analyse

SWOT – analyse staat in het Nederlands voor Sterktes, Zwaktes, Kansen en Bedreigingen. Ik ga een SWOT – analyse maken van de mogelijke oprichting van de activeringsgroep. Op die manier weet de stageplaats wat een sterkte en zwakte is van de activeringsgroep. Bovendien worden er ook kansen en bedreigingen van de omgeving besproken die betrekking hebben op de groep. De sterktes en zwaktes hebben dus betrekking op de activeringsgroep zelf (= intern) en de kansen en bedreigingen hebben betrekking op de omgeving.

5.4.1.1 Intern

5.4.1.1.1 Sterktes

Een sterkte van de activeringsgroep zou zijn dat de personen die eraan gaan deelnemen gemotiveerd zijn en ervoor openstaan om nieuwe mensen te leren kennen. Dit is een

sterkte, omdat deelname aan de groep vrijblijvend is en er dus geen weerstand is bij de cliënten. De motivatie zorgt ervoor dat de sfeer in de groep positief en aangenaam zou zijn.

Als sterkte kan ook aangehaald worden dat de personen zelf aangeven dat ze hoopvol zijn over het doen afnemen van hun gevoelens van eenzaamheid. Dit is erg positief, omdat het op die manier nuttig zou zijn dat een activeringsgroep opgericht zou worden. Uit de interviews is gebleken dat er een nood is aan de oprichting van een groep, omdat een groot deel van de personen regelmatig eenzaam is. Verder geeft de meerderheid van de geïnterviewde personen aan dat ze zouden willen deelnemen aan een activeringsgroep. De verwachtingen zijn erg hoopvol over de mogelijke oprichting en de meeste cliënten zijn ervan overtuigd dat er nieuwe vriendschappen uit zouden ontstaan en dat hun sociaal isolement op die manier doorbroken zou kunnen worden.

Een andere positieve eigenschap van een activeringsgroep is dat de personen grotendeels allemaal regelmatig te maken krijgen met eenzaamheid. Het zijn met andere woorden allemaal lotgenoten, ook al is hun problematiek anders. Dit kan ervoor zorgen dat ze zich goed voelen in de groep, omdat ze min of meer allemaal dezelfde gevoelens ervaren en dus ook zichzelf kunnen zijn en zich niet anders moeten voordoen dan ze zijn.

5.4.1.1.2 Zwaktes

Een zwakte van een activeringsgroep is dat de personen graag zouden willen werken rond ontspannende activiteiten. Een aantal cliënten gaven aan dat ze graag zouden leren naaien of bloemschikken, maar het is moeilijk om hierin een compromis te vinden, omdat er ook mannelijke deelnemers zullen zijn en zij sneller zullen afhaken als er elke week naailes zou worden gegeven. Als de cliënten voornamelijk zouden willen dat er een praatgroep zou worden opgericht, dan zou het gemakkelijker zijn om een groot aantal personen te bereiken. Doordat de personen rond ontspannende activiteiten willen werken zorgt ervoor dat de ene persoon erg enthousiast is over de activeringsgroep, maar dat de andere persoon vrij snel afhaakt. Het zal moeilijk worden om een passend aanbod te voorzien voor alle deelnemers.

De vraag is of de activeringsgroep ook een meerwaarde heeft voor de stageplaats. Als de deelnemers enkel ontspannende activiteiten willen ondernemen, heeft dit geen therapeutisch kader voor de stageplaats en zal er eerder doorverwezen moeten worden vanuit de stageplaats naar andere diensten, dan dat de groep binnen DAGG wordt opgericht. Dit wordt verder besproken in het onderdeel van de aanbevelingen.

5.4.1.2 Omgeving

5.4.1.2.1 Kansen

Een kans die er ontstaat door de oprichting van de activeringsgroep is dat er andere centra voor geestelijke gezondheidszorg dit idee ook in hun dienst gaan uitwerken. Doordat de stageplaats zich hiervan bewust was en de kans bood om dit probleem te onderzoeken bestaat er de mogelijkheid dat er bij een succeservaring van een activeringsgroep bij DAGG ook in de rest van Limburg of Vlaanderen zulke groepen worden opgericht. Dit zorgt er dan ook weer voor dat er meer personen met een psychische problematiek in België geholpen kunnen worden met de eenzaamheid die ze ervaren.

Door eenzaamheid bij mensen met een psychische problematiek bij de stageplaats onder de aandacht te brengen, is het mogelijk om ook andere diensten binnen geestelijke gezondheidszorg hiervan bewust te maken. Door de bewustmaking komt dit onderwerp onder de aandacht en ontstaat de mogelijkheid om dit probleem aan te pakken aan de hand van allerlei initiatieven of projecten. Dit is dus een kans die in onze maatschappij ontstaat, organisaties en instanties bewust maken van eenzaamheid bij mensen met psychische problemen en op die manier kan er niet alleen een activeringsgroep binnen andere organisaties worden opgericht, maar is het ook mogelijk om na te denken over andere haalbare opties.

5.4.1.2.2 Bedreigingen

Een bedreiging die ontstaat is als de oprichting van een activeringsgroep niet mogelijk is binnen DAGG, maar als er hiervoor wel opties zijn binnen andere diensten. Als de stageplaats de potentiële deelnemers hier dan naar doorverwijst ontstaat de kans dat deze diensten met een te groot cliënteel geconfronteerd worden en dat het niet meer mogelijk wordt om alle personen te helpen. Hierdoor zullen deze diensten moeten werken met wachtlijsten en dat mag natuurlijk ook niet de bedoeling zijn dat andere diensten worden overbelast.

Een andere bedreiging kan ontstaan doordat personen met enkel eenzaamheidsgevoelens zich aanmelden bij DAGG om deel te kunnen nemen aan de activeringsgroep. Het is natuurlijk erg spijtig dat er gewerkt zal moeten worden met bepaalde 'criteria', maar het aanbod is niet zodanig groot dat er ook personen aan de groep zullen kunnen deelnemen die geen psychische problematiek hebben, maar alleen te maken hebben met eenzaamheid. Dit kan er natuurlijk wel voor zorgen dat als personen horen dat er een ontmoetingsgroep is binnen DAGG die werkt aan het

verminderen van een sociaal isolement dat er veel personen zich gaan proberen aan te melden met een psychische problematiek.

5.5 Aanbevelingen

In het laatste onderdeel van het praktisch gedeelte worden er een aantal aanbevelingen gedaan naar de stageplaats. Door de SWOT – analyse weet de stageplaats al wat de sterktes en zwaktes van de activeringsgroep zijn en wat de kansen en bedreigingen zijn vanuit de omgeving. Dus in dit onderdeel worden de bevindingen over het oprichten van een activeringsgroep neergeschreven vanuit een kritische blik.

Nadat de diepte interviews bij de cliënten van mijn stagementor werden afgenomen, is er enerzijds natuurlijk erg opgevallen dat er inderdaad veel mensen te maken krijgen met eenzaamheid en daarom dus graag aan een activeringsgroep zouden willen deelnemen. Anderzijds kan er geconcludeerd worden dat de personen voornamelijk geïnteresseerd zijn in deelname als er ontspannende activiteiten worden georganiseerd. Ontspannende activiteiten kunnen zijn: kienen, bloemschikken, naaien en het leren werken met een tablet. Dit zijn enkele voorbeelden die door de ondervraagde personen werden aangehaald. Natuurlijk is dit voornamelijk ontspannend en komt het therapeutisch, begeleidend kader hierin niet uitgesproken naar voren. Via de ontspannende activiteiten ontstaat de kans natuurlijk dat de deelnemers met elkaar in contact geraken en op die manier na verloop van tijd wel over hun problemen gaan vertellen. Toch is dit niet te vergelijken met een praatgroep waar er expliciet over de gevoelens van eenzaamheid gesproken wordt. Een praatgroep was wel de oorspronkelijke doelstelling van de stageplaats, omdat het natuurlijk voor de stageplaats ook een therapeutische meerwaarde moet hebben. Na de bevraging over welke activiteiten de personen zouden willen ondernemen stond een groot deel van de cliënten nogal negatief tegenover een praatgroep, omdat ze niet van plan waren om hun verhaal te vertellen tegen mensen die ze niet kenden. Een aantal personen zouden wel willen spreken met anderen over de situatie waarin ze zitten, maar deze personen hadden meestal al ervaring met het groepscontact. Dit werd ook al aangehaald in de resultaten van de diepte interviews. Het is natuurlijk moeilijk om een praatgroep op te richten als slechts een aantal cliënten dit zouden zien zitten. Het is ook zo dat personen die aangaven dat ze zouden willen deelnemen aan de groep maar voornamelijk ontspannende activiteiten zouden willen doen dan uit de boot zouden vallen. Het is voornamelijk belangrijk dat de stageplaats zich nu bewust is van de eenzaamheid die een groot deel van de geïnterviewde personen ervaren en dat de meeste cliënten het ook zouden zien zitten om zich aan te sluiten bij een groep. Vandaaruit is het belangrijk om deze personen toe te leiden naar andere diensten waar er gewerkt wordt met ontspannende activiteiten. Een voorbeeld waar deze

personen zich zouden kunnen bij aansluiten is Femma. Dit is één voorbeeld, maar vanuit de verschillende zuilen zijn er nog andere organisaties actief. Dit is een vrouwenorganisatie die in allerlei gemeenten in Vlaanderen en Brussel verschillende activiteiten op touw zet. Er wordt gekozen om voornamelijk organisaties in de gemeente Maaseik te belichten, omdat de stage organisatie in deze gemeente werkzaam is en de cliënten woonachtig zijn in deze omgeving. Zo worden er specifiek in de buurt van Maaseik lessen juwelen maken georganiseerd en creatief koken. Ook is er een lente en kerstfeest waar de vrijwilligers worden uitgenodigd. Deze organisatie richt zich specifiek op vrouwen en er zal niet gewerkt worden rond de psychische problematiek die de personen ervaren, maar de ontspannende activiteiten en het sociaal contact komen in deze organisatie uitvoerig aan bod.⁴³ Dit is dus een mogelijkheid voor DAGG om personen die zouden willen deelnemen aan een activeringsgroep, maar hierbij voornamelijk nieuwe dingen zouden willen leren en hun sociaal netwerk zouden willen uitbreiden naar toe te leiden. Het is belangrijk dat er iets met de nood van de cliënten wordt gedaan. Als er geen mogelijkheid is om zelf een activeringsgroep op te richten, dat de personen dan eventueel naar andere organisaties kunnen worden doorverwezen, eventueel in samenwerking met deze organisaties. Natuurlijk kan het ook dat DAGG een praatgroep opricht waarbij er gewerkt wordt rond de gevoelens van eenzaamheid die de personen ervaren en misschien dat personen die er eerst nogal sceptisch tegenover stonden na een aantal sessies er wel van overtuigd zijn. Misschien dat de personen die openstonden voor een praatgroep eerst hun verhaal eens moeten doen en op die manier kan er een vertrouwen ontstaan en is het mogelijk dat de personen die het in eerste instantie niet zagen zitten nu wel bereid zijn om ook hun situatie uit te leggen. Langs de andere kant bestaat ook het gevaar dat de personen niet overtuigd geraken en vrij snel afhaken. Dan is het voor de stageplaats wel duidelijk dat zij echt helemaal geen kans zagen in een praatgroep en het sociaal contact via ontspannende activiteiten willen vergaren. Bovendien is het mogelijk dat personen die liever ontspannende activiteiten willen doen zelfs bij een eerste contact met de praatgroep niet komen opdagen. Dit zijn allemaal onzekerheden wat pas duidelijk wordt als de oprichting geprobeerd wordt. Natuurlijk ontbreekt de tijd om “het eens te proberen”. Vandaar dat de aanbeveling zou zijn om personen naar andere diensten toe te leiden, omdat de activeringsgroep enerzijds voor de stageplaats een therapeutisch kader zou moeten hebben. Dit is niet mogelijk via ontspannende activiteiten. Anderzijds bestaat er geen zekerheid dat de personen die in eerste instantie liever ontspannende activiteiten zouden willen doen toch overtuigd geraken van het oprichten van een praatgroep. Bovendien werd in de conclusie aangehaald dat de veronderstelling bestond dat de personen die het groepscontact zagen

⁴³ FEMMA, Femma home. *Internet*, Z.j. . (<http://www.femma.be/nl>)

zitten al vrij sociaal vaardig waren en dus ook via organisaties zoals Femma een sociaal netwerk zouden kunnen uitbouwen. De personen die niet zouden willen deelnemen aan een activeringsgroep waren erg verlegen en zouden volgens zichzelf niet gebaat zijn bij het groepscontact. Toch kan het zijn dat deze personen juist openbloeien als ze nieuwe sociale contacten zouden maken via een groep. Hiermee wordt aangetoond dat het moeilijk is om personen te activeren waarvan verwacht wordt dat ze juist veel nood hebben aan nieuwe sociale contacten en dat het groepscontact hun erg veel vertrouwen en voldoening zou geven. Een aanbeveling die naar de stageplaats gedaan kan worden is om deze personen toch te motiveren en te overtuigen om de stap te zetten naar een ontmoetingsgroep. Misschien dat ze het niet na 1 keer zullen aannemen, maar ze hebben erg veel vertrouwen in de hulpverleners en misschien dat een aantal personen toch overtuigd geraken en uiteindelijk hopelijk openbloeien en fier zijn dat ze hun sociale contacten hebben kunnen uitbreiden.

Dit zijn de aanbevelingen die er naar de stageplaats gedaan kunnen worden. Tot slot kan er nog vermeld worden dat het positief is dat de stageplaats zich al bewust was van de eenzaamheidsgevoelens die veel cliënten hebben. Door hun alertheid werd het mogelijk om dit probleem in kaart te brengen en er een oplossing voor te zoeken.

In het laatste onderdeel van de bachelorproef kan er vanuit een kritische blik nagedacht worden over het resultaat en welke impact dit heeft voor de stageplaats. Verder probeer ik ook te reflecteren over actuele tendensen over het onderwerp en tracht ik mijn beeld over het maatschappelijk werk weer te geven.

6 Kritische kijk

In het laatste onderdeel van de bachelorproef wordt er vanuit een kritische blik de problematiek omtrent het onderwerp besproken. Verder worden mijn eigen standpunten verdedigd met realistische argumenten. Bovendien wordt in dit onderdeel gereflecteerd over mogelijk verder onderzoek omtrent eenzaamheid bij personen met een psychische problematiek. Tot slot probeer ik mijn eigen mening weer te geven en te achterhalen wat de conclusie van het onderwerp betekent voor de stage organisatie, het werkveld en het beroep als maatschappelijk assistente.

Eenzaamheid is een fenomeen dat de afgelopen jaren steeds meer en meer in de actualiteit verschijnt. Ondanks dat deze problematiek meer in de nieuwsberichten wordt belicht, blijft het een thema waar nog steeds een taboe op rust. Het is moeilijk om eenzaamheid te herkennen bij mensen en zelf zullen de personen ook niet gauw toegeven dat ze zich erg eenzaam voelen. Toch is eenzaamheid een gevoel waar elke persoon al eens mee wordt geconfronteerd. Bovendien is het zo dat er geen duidelijke kenmerken zijn om eenzaamheid te herkennen. De ene persoon kan zich erg eenzaam voelen doordat hij altijd alleen thuis is en weinig sociale contacten heeft. Toch kunnen personen veel mensen om zich heen hebben en zich alsnog eenzaam voelen. Dit gevoel kwam ook naar voren bij een geïnterviewde cliënte. Zo zei ze dat haar hele huis soms vol kon zitten met mensen, maar dat ze zich nog eenzaam voelde. Voor haar betekent eenzaamheid dus niet een gebrek aan sociale contacten. Daarom is het moeilijk voor hulpverleners om te achterhalen wie eenzaam is en wie niet. Binnen DAGG wordt er een vertrouwensrelatie aangegaan met de cliënten en daardoor is het mogelijk dat cliënten na enkele gesprekken zelf aanhalen dat ze zich soms eenzaam voelen. Natuurlijk zal niet elke cliënt die zich eenzaam voelt dit tegen de therapeuten vertellen. Mensen lopen er niet mee te koop en eenzaam zijn betekent niet meteen dat de persoon veel alleen is.

Dit zijn een aantal voorbeelden van hoe moeilijk het is om personen met eenzaamheidsgevoelens te bereiken. Vanuit een aantal signalen wordt het mogelijk om te achterhalen hoe ze zich echt voelen, maar toch zullen een aantal personen zich anders voordoen dan ze zijn en zal de hulpverlener er misschien nooit achter komen hoe eenzaam deze persoon zich voelt. Toch kan besloten worden dat de geïnterviewde cliënten over het ervaren van eenzaamheidsgevoelens erg open waren. Een reden hiervoor kan zijn omdat ze wisten dat het interview anoniem was of omdat ze wisten dat door het beroepsgeheim er niemand van hun familie of vrienden iets over het interview te weten zouden komen. Toch heb ik ervaren in mijn tweede academiejaar sociaal werk dat eenzaamheid een complex fenomeen is. Bij de lessen sociologie en sociologische documentatiemethoden hebben een aantal studenten en ik ons gericht op het thema

eenzaamheid. Op die manier kwam ik er al achter dat er veel verschillende oorzaken aan de basis kunnen liggen en dat eenzaamheid dus erg divers is. Bovendien is eenzaamheid niet alleen een gevoel, maar het kan verschillende gevolgen hebben. Eenzaamheid kan een minder gezonde levensstijl met zich meebrengen, maar kan ook leiden tot een depressie en zelfs tot kans op suïcide. Ook een aantal lichamelijke aandoeningen kunnen het gevolg zijn van eenzaamheid. Dit werd reeds in het hoofdstuk 'Gevolgen' besproken, een onderdeel van het theoretisch luik. Het is dus belangrijk dat er oplossingen gezocht worden voor deze problematiek, want het kan erg drastische en negatieve gevolgen met zich meebrengen. Binnen het maatschappelijk werk zijn verschillende organisaties al bezig met het voorzien van oplossingen voor deze problematiek. Zo is het CGG Litp, Centrum Geestelijke Gezondheidszorg, Limburgs Initiatief voor Therapie en Integrale Personen gestart met een ontmoetingsgroep bij jongeren, wat ook uitvoerig werd besproken in het onderdeel van de aanpak van andere organisaties dat zich ook in het theoretisch kader situeert. Bovendien heeft Bond Zonder Naam geprobeerd om het taboe rond eenzaamheid te doorbreken en dit thema onder de aandacht te brengen in de maatschappij. Een aantal organisaties zet zich dus al uitvoerig in om de problematiek rond eenzaamheid aan te pakken en het taboe te doorbreken. Natuurlijk zijn er zoveel verschillende problematieken aanwezig binnen het maatschappelijk werk dat er niet altijd de mogelijkheid is om zich te richten op het thema eenzaamheid. Het maatschappelijk werk is een werkveld wat voortdurend te maken krijgt met nieuwe problematieken die op de voorgrond treden door de evolutie van de maatschappij. Zo is jeugdwerkloosheid op dit moment een tendens wat zich manifesteert in onze maatschappij. Toch is er altijd mogelijkheid tot verbetering om het thema eenzaamheid op de kaart te brengen. Iets wat misschien geen invloed gaat hebben op de hele maatschappij, maar het feit dat de stageplaats zich bewust was van eenzaamheid bij hun cliënten heeft ervoor gezorgd dat ze dit probleem nader wilde onderzoeken en er eventueel een oplossing voor wilde formuleren. Het is misschien maar een druppel op een hete plaat, maar het is positief dat de stageplaats ervoor open stond om iets aan deze problematiek te doen. Misschien dat enkel cliënten binnen de regio van de stageplaats geholpen kunnen worden met hun eenzaamheidsproblematiek, maar dat is natuurlijk het begin en op die manier ontstaat de kans dat men ook binnen andere geestelijke gezondheidszorgdiensten een mogelijkheid ziet om de problematiek aan te pakken. Het aanpakken van eenzaamheid wordt bovendien ook nog eens bemoeilijkt door de psychische problematiek van de personen. De conclusie die geformuleerd werd in het praktisch gedeelte van de bachelorproef is enerzijds positief, want een groot deel van de ondervraagde personen staat open om deel te nemen aan een ontmoetingsgroep. Anderzijds is er ook minder goed nieuws aan verbonden, namelijk dat de kans groot is dat de ontmoetingsgroep niet op de stageplaats

georganiseerd kan worden. De reden hiervoor is omdat de meeste cliënten ontspannende activiteiten zouden willen doen en daardoor heeft het voor de stageplaats geen therapeutisch kader en dat zorgt ervoor dat de cliënten zullen moeten worden doorverwezen naar andere organisaties die zich specifiek op de ontspannende activiteiten richten. De vraag is natuurlijk wel of de cliënten binnen een andere organisatie de stap zullen zetten om kennis te maken met het groepscontact. Als de ontmoetingsgroep op DAGG opgericht zou kunnen worden zou er wel al een vertrouwelijk karakter ontstaan, omdat ze waarschijnlijk de groepsleider al zouden kennen en natuurlijk zijn ze vertrouwd met het gebouw en de setting van de stageplaats. Dit is natuurlijk helemaal niet het geval als de hulpverleners de cliënten naar een organisatie als Femma zouden toe leiden, wat er misschien voor zou kunnen zorgen dat de stap niet gezet wordt of dat de cliënten snel afhaken. Bovendien is het mogelijk dat de cliënten geen aansluiting vinden in de groep omdat hun gedrag als anders wordt ervaren door de andere deelnemers en er dus ook geen aandacht is voor de psychische problematiek. Dit is een bedenking, natuurlijk bestaat de kans ook dat een aantal cliënten de weg wel zullen vinden naar andere organisaties en dat hun sociaal netwerk gaat toenemen.

Natuurlijk was het niet mogelijk om bij alle cliënten een interview af te nemen, omdat ik bij sommige cliëntcontacten van mijn stagementor niet aanwezig kon zijn omdat ik andere opdrachten had op dat moment. Ik was dus tijdsgebonden en vandaar dat ik me beperkt heb tot het afnemen van 14 interviews, wat toch al een goede representatie geeft. Op die manier kan er al een goed beeld over de eenzaamheidsproblematiek gegeven worden en de keuze om deel te nemen aan een activeringsgroep. Nu de resultaten over het onderzoek geformuleerd zijn zou de stageplaats in eerste instantie kunnen proberen om de cliënten door te verwijzen naar andere organisaties waar ze aan ontspannende activiteiten kunnen deelnemen. Als hieruit blijkt dat ze zich in deze organisaties erg goed voelen en dat hun sociaal contact is uitgebreid, dan is de oplossing gevonden voor de personen hun eenzaamheidsproblematiek. Natuurlijk is het ook mogelijk dat ze zich niet goed voelen in de groep of zelfs de stap niet durven zetten naar een organisatie en dan is het toch mogelijk om als stage organisatie na te denken over de oprichting van een ontmoetingsgroep. Hierbij zouden ze zich dan wel voornamelijk kunnen richten op een praatgroep waar mensen terecht kunnen, ondanks dat een aantal personen dit niet zagen zitten. Misschien valt het de cliënten wel beter mee om hun verhaal met de groep te delen. Op deze manier kunnen de gevoelens van eenzaamheid dan aangepakt worden. Dit is natuurlijk een beslissing die bij de stageplaats ligt, maar dit zou een strategie kunnen zijn om de eenzaamheid bij de cliënten aan te pakken. Als blijkt dat er geen interesse is voor een praatgroep en dat er maar weinig respons op komt, dan is al het mogelijke gerealiseerd om de cliënten op weg te helpen bij het doorbreken van hun

sociaal isolement. Verder kan er besloten worden dat er geen beperkingen zijn ondervonden in het uitvoeren van het onderzoek, want alle cliënten die geïnformeerd werden over het interview waren ook bereid om hiervoor even tijd te maken en de vragen te beantwoorden. Ik ben hiervoor erg dankbaar, want zonder de bereidheid van de cliënten was het natuurlijk niet mogelijk om dit onderzoek uit te voeren.

In de laatste alinea wordt besproken wat de conclusie van de bachelorproef betekent voor de stageplaats. Door het afnemen van de interviews is het vrij duidelijk geworden dat er toch heel wat cliënten regelmatig te maken krijgen met eenzaamheid. Bovendien is het zo dat een groot deel van de ondervraagde personen het ziet zitten om deel te nemen aan een activeringsgroep. De personen staan hoofdzakelijk open voor een ontmoetingsgroep waar er ontspannende activiteiten worden gedaan in plaats van een praatgroep. Daardoor is het niet mogelijk voor de stageplaats om zo een groep op te richten, omdat de therapeutische meerwaarde bij ontspannende activiteiten minder aanwezig is dan bij een praatgroep. Toch wordt het door het onderzoek mogelijk voor de stageplaats om de cliënten door te verwijzen naar allerlei organisaties waar ontspannende activiteiten zoals breien en knutselen centraal staan. Door het onderzoek is de stageplaats erachter gekomen dat ze zelf beter geen groep oprichten, maar dat ze wel proberen om cliënten die geïnteresseerd zijn in ontspannende activiteiten toe te leiden naar andere organisaties waardoor het sociaal isolement van de cliënten doorbroken kan worden. Als de doorverwijzing van de cliënten naar andere organisaties goed zou verlopen, dan wordt het mogelijk om deze strategie toe te passen in de andere Diensten Ambulante Geestelijke Gezondheidszorg (DAGG) in Limburg. Het idee kan zelfs geïmplementeerd worden in de hele sector Geestelijke Gezondheidszorg, mocht natuurlijk blijken dat het sociaal netwerk van de personen erg toeneemt door deelname aan allerlei activiteiten binnen andere organisaties. Bovendien is het door het onderzoek mogelijk geworden om de eenzaamheidsproblematiek bij personen met een psychische problematiek onder de aandacht te brengen. De stageplaats was zich al bewust van deze problematiek, maar het is ook mogelijk om het bewustmakingsproces door te voeren naar andere diensten binnen de Geestelijke Gezondheidszorg. Hopelijk wordt het mogelijk, door de doorverwijzing naar andere diensten, dat de eenzaamheid bij personen met een psychische problematiek binnen DAGG afneemt. Er is nu een mogelijke oplossing voor het gebrek aan sociaal contact en hopelijk wordt het via de doorverwijzing mogelijk om een verandering te bewerkstelligen, anders bestaat er alsnog de kans dat de stageplaats een ontmoetingsgroep opricht waar men zich voornamelijk op het spreken over de problematiek gaat richten. Het belangrijkste is natuurlijk dat de personen geholpen zijn met de oplossingen die aangeboden worden en dat hun eenzaamheidsgevoelens afnemen en dat ze dus een sociaal netwerk kunnen uitbouwen waar ze terecht kunnen bij

betekenisvolle personen. Deze doelstelling streeft elke maatschappelijk assistente na, elke persoon heeft namelijk recht op een menswaardig bestaan en dit houdt ook in dat personen zich goed voelen en hun verhaal kwijt kunnen bij personen die ze vertrouwen. Dankzij dit onderzoek werd het mogelijk om tot de vaststelling te komen dat er veel personen binnen DAGG kampen met eenzaamheidsgevoelens en hopelijk kunnen deze personen dan ook geholpen worden met de conclusie die geformuleerd werd. Eenzaamheid is een verdoken, moeilijk te herkennen probleem, maar het heeft op veel verschillende vlakken gevolgen en de bewustmaking en een oplossing voor deze problematiek is dan ook essentieel, want iedereen heeft nood aan een persoon waarop hij kan steunen.

7 Algemeen besluit

In het algemeen besluit verwijs ik graag nog eens naar de vraagstelling van mijn bachelorproef. Bovendien wordt de conclusie nog eens op een bondige manier geformuleerd.

In samenspraak met mijn stageplaats DAGG had ik ervoor gekozen om me te richten op de eenzaamheidsgevoelens bij personen met een psychische problematiek. Ik heb gekozen om dit onderwerp te bespreken, omdat mijn stageplaats zich reeds bewust was van de problematiek bij hun cliënten. Ik probeerde te achterhalen of het mogelijk was om de eenzaamheid van de personen om te buigen via het oprichten van een activeringsgroep. Natuurlijk was het essentieel om bij de cliënten te bevragen of ze regelmatig te maken kregen met gevoelens van eenzaamheid. Verder was het ook belangrijk om te weten te komen of ze deze gevoelens zouden willen ombuigen via de oprichting van een ontmoetingsgroep. Dit werd reeds aangehaald in de inleiding van mijn bachelorproef. Via het afnemen van diepte – interviews bij de cliënten van mijn stagementor ben ik onder andere te weten gekomen of ze een groot sociaal netwerk hadden, wat ze in hun vrije tijd deden, of ze te maken kregen met eenzaamheid en wat ze vonden van de oprichting van een activeringsgroep. Aan de personen die zouden willen deelnemen aan een ontmoetingsgroep werd ook gevraagd rond welke onderwerpen en activiteiten ze dan het liefste zouden willen werken. Bovendien werden de ondervraagde personen random gekozen. Uiteindelijk ben ik erachter gekomen dat een groot deel van de geïnterviewde personen een klein sociaal netwerk heeft en regelmatig eenzaam is. Dit was al een eerste belangrijke conclusie, want dit betekent dat er een oplossing gezocht moet worden voor deze eenzaamheidsgevoelens. Een andere belangrijke conclusie die ik heb kunnen vaststellen is dat de meerderheid van de ondervraagde mensen het zag zitten om aan een ontmoetingsgroep deel te nemen. Dit zou dus kunnen betekenen dat er al meteen een oplossing is voor de problematiek van de personen. Toch ben ik erachter gekomen dat de meeste personen aan een ontmoetingsgroep zouden willen deelnemen als er gewerkt zou worden rond ontspannende activiteiten. Een praatgroep zagen de meeste personen niet zitten. Natuurlijk was het oprichten van een praatgroep wel de bedoeling van mijn stageplaats, omdat het oprichten van een groep op die manier ook een therapeutische meerwaarde krijgt. Vandaar dat ik kan concluderen dat de oprichting van een groep voorlopig niet mogelijk zal zijn op mijn stageplaats, maar het is natuurlijk wel mogelijk om via een andere weg een oplossing te zoeken voor de eenzaamheidsproblematiek. Dit is mogelijk door de cliënten toe te leiden naar allerlei andere organisaties zoals bijvoorbeeld Femma. In dergelijke organisaties richt men zich op ontspannende activiteiten en uitstappen, maar er wordt geen aandacht gericht op de

psychische problematiek van de personen. Het is daarom belangrijk dat de stageplaats de personen tracht door te verwijzen naar allerlei organisaties, maar als blijkt dat de doorverwijzing geen succes is en dat de cliënten vrij snel afhaken, dan wordt het natuurlijk wel mogelijk dat DAGG toch zelf een activeringsgroep opricht. Natuurlijk kan mijn stageplaats dan eerst proberen om zich te richten op een praatgroep. De meeste personen stonden hier eerder afkeurend tegenover, maar het is natuurlijk altijd mogelijk dat het de cliënten na afloop beter meevalt dan ze in eerste instantie verwacht hadden. Op die manier kan mijn stageplaats dan alsnog gebruik maken van de enquête die ik heb opgesteld om de kwaliteit na te gaan van een mogelijke ontmoetingsgroep. Deze enquête kan gebruikt worden na afloop van een vijftal sessies om te achterhalen of de verwachtingen van de cliënten ingevuld zijn en waar er nog mogelijkheden zijn voor verbetering.

Ik kan dus besluiten dat de eerste mogelijkheid om eenzaamheid bij de cliënten van DAGG te doorbreken is om ze toe te leiden naar andere organisaties waar hun sociaal netwerk uitgebreid kan worden aan de hand van allerlei ontspannende activiteiten. De volgende stap kan zijn dat mijn stageplaats alsnog een eigen groep opricht die zich richt op de eenzaamheidsproblematiek. Deze optie zal pas gerealiseerd worden als blijkt dat de personen de stap naar andere organisaties niet zetten of vrij snel afhaken binnen deze organisaties. De ontmoetingsgroep die dan mogelijk wordt opgericht zal zich eerst proberen te richten op een praatgroep omtrent eenzaamheid, hoewel de meeste personen hier niet open voor stonden. Toch zal er gekozen worden voor een praatgroep, omdat het op die manier ook een therapeutische en begeleidende meerwaarde voor mijn stageplaats kan hebben. Hieruit blijkt dus dat er op zoveel mogelijke manieren gezocht wordt om de eenzaamheidsproblematiek aan te pakken bij de cliënten van DAGG. De bewustmaking van eenzaamheid was er al vóór ik aan mijn onderzoek begon, maar nu is ook gebleken dat de personen er open voor staan om via groepscontact hun sociale contacten uit te breiden. Hopelijk wordt het mogelijk om een van de oplossingen te realiseren en de cliënten dus te helpen om hun sociaal isolement te doorbreken, dan zal mijn bachelorproef pas volledig geslaagd zijn.

8 Bibliografie

Artikel

VAN BRAECKEL, L., Buddyproject opent de wereld voor 'psychisch kwetsbaren'. Een brug naar de buitenwereld. *Weliswaar*, juni, 2010,10 – 11.

Boek

GIELEN, GODEMONT, MATTHIJS EN VANDERMEULEN, P., J., K. en A., *Mensen helpen mensen. De kracht van zelfhulp en lotgenotencontact*. z.p., LannooCampus, 2012.

VAN TILBURG EN DE JONG GIERVELD, T. en J., *Zicht op eenzaamheid: achtergronden, oorzaken en aanpak*. Assen, Van Gorcum, 2007.

Brochure

BREBELS, CLEEREN, CROONEN, HOUBEN, LAENEN EN LIBREGTS, E., N., L., S., S. en E., *Evaluatie en uitbouw aanbod vrijetijdsbesteding 'ontmoetingsgroep'*. Hasselt, Khlim, 2011 – 2012. (Niet gepubliceerde cursus)

(<https://doks.khlim.be/do/files/FiSe40288a2234a750e90134a8d79c6c0116/CGGLITPvrijetidsbesteding%20ontmoetingsgroep.pdf;jsessionid=5532A267FB9E7F1FB871CBCAAC1E3946?recordId=SSAW40288a2234a750e90134a8d79c6c0115>)

CENTRA VOOR GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG, Vlaanderen, CGG, z.j. . (Niet gepubliceerde cursus)

MESTDAGH, J., *Beroepsgeheim in de context van zorgnetwerken binnen de GGZ, een exploratief onderzoek*. Gent, Universiteit Gent, 2011 – 2012. (Niet gepubliceerde cursus)

(http://lib.ugent.be/fulltxt/RUG01/001/893/041/RUG01-001893041_2012_0001_AC.pdf)

Verslag

DIENST AMBULANTE GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG, *Jaarverslag 2012*. Limburg, DAGG, 2012. (Niet gepubliceerde cursus)

(<http://www.dagg-cgg.be/cms/pdf/Jaarverslag%202012%2027%20mei%202013.pdf>)

VAN DAMME, L., *Werkingsverslag Buddywerking Vlaanderen 2012*. Gent, FDGG, 2012. (Niet gepubliceerde cursus)

(http://www.dagg-cgg.be/cms/pdf/INHCONVENANT_FDGGdeel_Buddy_InhWerkingsverslag_2012%20klein.pdf)

VANDEURZEN, J., *Minister Vandeurzen breidt buddywerking uit in heel Vlaanderen. Haalt psychisch kwetsbare mensen uit hun isolement*. Vlaanderen, Kabinet Jo Vandeurzen, 28 – 12 – 2011. (Niet gepubliceerde cursus)
(http://www.jovandeurzen.be/sites/jvandeurzen/files/PM%20Buddywerking_0.pdf)

Websites

BOLLEN, SMEETS, PLESSERS, PONCELET, D., M., B., en J., Overspil. *Internet*, november 2010. (http://www.spil.be/bestanden/overspil_magazine1.pdf)

BOND ZONDER NAAM, BZN Café zonder bier. *Internet*. z.j. .
(http://www.bzn.be/nl/page/wat_doen_we_/bzn_cafe_zonder_bier-593)

BROCHE, R., Buddywerking Vlaanderen. *Internet*, 08 – 04 – 2009.
(<http://www.buddyproject.be/index.php>)

CENTRA GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG BRUSSEL VERENIGING ZONDER WINSTOOGMERK, Wat houdt het beroepsgeheim in het CGG Brussel in? *Internet*, 2012. (<http://www.cgg-brussel.be/faq/--beroepsgeheim-344.aspx>)

CENTRA GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG LARGO, Rechten en plichten. *Internet*, z.j. . (<http://www.cgglargo.be/voor-clienten/rechten-en-plichten>)

CREATIVE COMMONS NAAMSVERMELDING/GELIJKE DELEN, volwassene. *Internet*, 19/09/2013. (<http://nl.wikipedia.org/wiki/Volwassene>)

DE BOEI, Welkom bij de Boei. *Internet*, 2001 – 2011. (<http://www.deboei.com>)

DE HOOP ICT, De hoop GGZ. *Internet*, 2012. (<http://www.dehoop.org/32830/wat-zijn-de-oorzaken-van-eenzaamheid.html>)

DIENST AMBULANTE GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG, Onze visie. *Internet*, z.j. .
(<http://www.dagg-cgg.be/cms/start/visie>)

FEDERATIE SIMILES NATIONAAL, Sterk in verbondenheid. *Internet*, z.j. .
(<http://nl.similes.be/page?orl=1&ssn=&lng=1&pge=31>)

FEDARATIE VAN DIENSTEN VOOR GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG, *Internet*, z.j. .
(<http://www.fdgg.be/>)

FEMMA, Femma home. *Internet*, z.j. . (<http://www.femma.be/nl>)

METAWONEN VZW, Buddywerking voor mensen met psychische problemen. *Internet*, z.j. . (<http://www.metawonen.be/>)

NATIONAAL KOMPAS VOLKSGEZONDHEID, Eenzaamheid. De determinant, gezondheidsgevolgen en oorzaken. Wat is eenzaamheid en hoe wordt het gemeten? *Internet*, 12 december 2013.

([http://www.nationaalkompas.nl/gezondheidsdeterminanten/omgeving/leefomgeving/eezaamheid/wat-is-eezaamheid/](http://www.nationaalkompas.nl/gezondheidsdeterminanten/omgeving/leefomgeving/eenzaamheid/wat-is-eezaamheid/))

NATIONAAL KOMPAS VOLKSGEZONDHEID, Eenzaamheid. De determinant, gezondheidsgevolgen en oorzaken. Welke factoren beïnvloeden eenzaamheid? *Internet*, 12 december 2013.

(<http://www.nationaalkompas.nl/gezondheidsdeterminanten/omgeving/leefomgeving/eezaamheid/welke-factoren-beinvloeden-eezaamheid/>)

NATIONAAL KOMPAS VOLKSGEZONDHEID, Eenzaamheid. De determinant, gezondheidsgevolgen en oorzaken. Wat zijn mogelijke gezondheidsgevolgen van eenzaamheid? *Internet*, 12 december 2013.

(<http://www.nationaalkompas.nl/gezondheidsdeterminanten/omgeving/leefomgeving/eezaamheid/wat-zijn-mogelijke-gezondheidsgevolgen-van-eezaamheid/>)

PUT JOHAN, J., Het beroepsgeheim, struikelblok of hefboom? Voor samenwerking in de hulp – en zorgverlening. *Internet*, z.j. .

(<http://www.emmaus.be/WebFiles/NZ%20Emmaus/Documents/ethiek/Beroepsgeheim%20en%20samenwerking%20in%20de%20zorg.pdf>)

STAD BREE, Welkom bij het sociaal huis. *Internet*, 2010. (<http://ocmw.bree.be/>)

STUDIO SIENA, Startpagina Dagg – Cgg. *Internet*, z.j. . (<http://www.dagg-cgg.be/cms/start>)

TREFPUNT ZELFHULP VZW, Zelfhulplandschap. *Internet*, z.j. .

(http://www.zelfhulp.be/achtergrond_zelfhulplandschap.html)

TREFPUNT ZELFHULP VZW, Over achtergrond en motieven. *Internet*, z.j. .

(http://www.zelfhulp.be/pdf/FAQ_achtergrondenemotieven.pdf)

9 Bijlagen

9.1 Bijlage 1: Vragenlijst interviews

Intro

- 1) Uitleg over eindwerk geven.
- 2) Wat wordt er met de enquête gedaan en verwachtingen weergeven. Vermelden dat de enquête er niet voor zorgt dat aansluiting bij de groep noodzakelijk is.
- 3) Anonimiteit verzekeren.

Vragenlijst interviews

- 1) Heeft u een groot sociaal netwerk? Waarop is dit gebaseerd? (hobby's, werk,...)
- 2) Wat doet u in uw vrije tijd?
- 3) Ervaart u wel eens gevoelens van eenzaamheid? Zo ja, hoe vaak?
- 4) Zou u willen deelnemen aan een activeringsgroep? (Mondeling verklaren waarrond de groep zal werken).
- 5) Zo niet : Wat houdt u tegen tot deelname?
- 6) Zo ja: Wat is de reden dat u graag zou willen deelnemen aan een activeringsgroep?
- 7) Rond welke activiteiten zou u willen werken in de groep? Ontspannende activiteiten, nieuwe dingen aanleren, uitstappen,...?
- 8) Welke elementen, thema's, onderwerpen, ... zou u graag willen bespreken binnen de groep?
- 9) Wat zijn uw verwachtingen over deze activeringsgroep? Vb. vriendschap uitbouwen,...?
- 10) Wat hoopt u in deze groep bij te leren?
- 11) Wat verwacht u van de groepsleider en welke rol dient hij op zich te nemen? Participerend of eerder delegerend,...?
- 12) Op welke manier denkt u dat uw sociaal isolement doorbroken kan worden met een activeringsgroep?

9.2 Bijlage 2: Antwoorden vragenlijst

9.2.1 Interview 1

1) Heeft u een groot sociaal netwerk? Waarop is dit gebaseerd? (hobby's, werk,...)

Ik heb niet zo een groot netwerk. Ik heb vooral vrienden leren kennen door mijn verleden, ik ben mensen dus "onderweg" tegengekomen. Ook door de plaats waar ik woon heb ik mensen leren kennen. Zo kon ik goed opschieten met mijn buurvrouw. Ik heb mensen dus toevallig leren kennen, "via – via". Bijvoorbeeld door mijn ex – vriend, zo heb ik ook nieuwe mensen leren kennen.

2) Wat doet u in uw vrije tijd?

Niet veel, buiten tv kijken en winkelen de laatste tijd. Ik spreek ook wel eens af met vrienden om iets te gaan drinken of om te babbelen.

3) Ervaart u wel eens gevoelens van eenzaamheid? Zo ja, hoe vaak?

Ja, elke avond, of ja toch vaak. Dat komt omdat ik alleen woon en dus veel alleen zit. Ik wil bijvoorbeeld na mijn therapie er eens met iemand over kunnen praten. Ik ben iemand die er graag nog eens over napraat. Ik heb er wel nood aan ook om erover te praten, maar ja dat lukt niet.

4) Zou u willen deelnemen aan een activeringsgroep? (*Mondeling verklaren waarrond de groep zal werken*).

Ik wil dat wel eens proberen. Ik heb al veel therapieën gedaan in mijn leven, dus ik sta er wel voor open.

5) Zo niet : Wat houdt u tegen tot deelname?

/

6) Zo ja: Wat is de reden dat u graag zou willen deelnemen aan een activeringsgroep?

De contacten, ook omdat ik mensen altijd toevallig heb leren kennen. Dat is zowat de rode draad in mijn leven. En ook omdat ik wel nieuwsgierig ben. Ik heb al zoveel soorten therapieën gedaan en dit is weer eens iets anders.

7) Rond welke activiteiten zou u willen werken in de groep? Ontspannende activiteiten, nieuwe dingen aanleren, uitstappen,...?

Dat hangt eigenlijk af van de groep en wie er in de groep zit. Ik zou wel goedkope uitstapjes willen doen of breien ofzo, maar soms zou ik ook wel eens gesprekken willen doen. Ik sta eigenlijk voor alles open, dus het mag zowat van alles wat zijn.

8) Welke elementen, thema's, onderwerpen, ... zou u graag willen bespreken binnen de groep?

Ook weer een beetje van alles. Soms ben ik iemand die heel filosofisch is en soms hou ik er ook wel van om over oppervlakkige dingen te praten. Dat is heel afwisselend, dat hangt ook af van hoe ik mij voel, maar dat hangt ook wat af van de dynamiek in de groep. Ik heb in het OPZC (Openbaar Psychiatrisch Zorg Centrum) al veel therapieën gedaan en daar konden we ook soms over iets serieus beginnen te praten, maar dan eindigde het toch nog op een luchtige manier.

9) Wat zijn uw verwachtingen over deze activeringsgroep? Vb. vriendschap uitbouwen,...?

Het zou mooi zijn als ik iets leer van de lotgenoten, want ja het zijn toch lotgenoten. Dus het ideale zou zijn als we iets zouden opsteken van elkaar. Ik zou ook andere inzichten willen krijgen en dan komt de vriendschap wel vanzelf. Zo kan er dan wederzijds respect en vriendschap worden uitgebouwd.

10) Wat hoopt u in deze groep bij te leren?

Dat ik andere inzichten kan krijgen in andere situaties, want iedereen kijkt anders naar het leven. Dat is toch wel het belangrijkste en het mooiste, denk ik. Ik denk dat ik er ook veel voldoening uit zou halen als ik iets zou bijleren. Ik heb een mooi voorbeeld hiervan van een groepsgesprek in het OPZC. Er was een vrouw aan het vertellen over haar leven en ik was aan het denken, dat zou mijn moeder kunnen zijn. Daar heb ik toch wel veel van geleerd, ik heb toen ook moeten wenen. Ik denk dat we daar allebei wel veel van hebben geleerd, want de week erna mocht ik mijn verhaal vertellen, omdat dat zo goed op elkaar aansloot. Ik was ook de jongste van de afdeling, dus toen ik mijn verhaal had verteld lag ik ook veel beter in de groep. Dus dat ik iets heb opgestoken is wel nuttig.

**11) Wat verwacht u van de groepsleider en welke rol dient hij op zich te nemen?
Participerend of eerder delegerend,...?**

Dat is ook weer afhankelijk van de mensen in de groep. Een goede groepsleider moet aanvoelen wat er nodig is. Zo heb ik ook eens een goede therapeut gehad in de groepstherapie, dat was een psycholoog, die voelde dat ook heel goed aan en was ook heel bedreven.

12) Op welke manier denkt u dat uw sociaal isolement doorbroken kan worden met een activeringsgroep?

Doordat ik mensen leer kennen en daardoor ontstaat er een klik en dan kan er daarbuiten ook wel eens worden afgesproken. Ik leer mensen altijd zo random kennen, dus. Het gebeurt allemaal "via – via", dus wie weet wie ik daar nog leer kennen.

9.2.2 Interview 2

1) Heeft u een groot sociaal netwerk? Waarop is dit gebaseerd? (hobby's, werk,...)

Eigenlijk niet, ik heb er eigenlijk geen. Ik wil wel, maar het komt er niet van.

2) Wat doet u in uw vrije tijd?

1x per week kienen, maar niet elke week. Als het mij niet gaat, dan ga ik bij iemand op bezoek. Ik heb wel geen echte hobby.

3) Ervaart u wel eens gevoelens van eenzaamheid? Zo ja, hoe vaak?

Heel dikwijls. Dagelijks eigenlijk.

4) Zou u willen deelnemen aan een activeringsgroep? (Mondeling verklaren waarrond de groep zal werken).

Ik zou willen deelnemen met personen die ik niet ken. Ik heb zo eens deelgenomen aan een groepje van KOPP-OP en daar zat iemand bij die mij niet lag en dan klap ik toe, dus ik zou het liefste van al de personen niet kennen.

5) Zo niet : Wat houdt u tegen tot deelname?

/

6) Zo ja: Wat is de reden dat u graag zou willen deelnemen aan een activeringsgroep?

Om te kijken als er personen zijn met dezelfde gevoelens.

7) Rond welke activiteiten zou u willen werken in de groep? Ontspannende activiteiten, nieuwe dingen aanleren, uitstappen,...?

Ontspannende activiteiten en nieuwe dingen aanleren mag allebei wel. Ook zou ik graag willen praten over hoe je moet omgaan met verdriet. Ontspannende activiteiten zijn ook fijn.

8) Welke elementen, thema's, onderwerpen, ... zou u graag willen bespreken binnen de groep?

Verdriet en 'hoe kan je je beter voelen?'

9) Wat zijn uw verwachtingen over deze activeringsgroep? Vb. vriendschap uitbouwen,...?

Ik heb niet speciaal verwachtingen. Een vriendschap uitbouwen zou wel leuk zijn, maar ik zou het op mij af laten komen.

10) Wat hoopt u in deze groep bij te leren?

Hoe ik mij beter in mijn vel kan voelen.

11) Wat verwacht u van de groepsleider en welke rol dient hij op zich te nemen? Participerend of eerder delegerend,...?

Daar heb ik geen idee van, hij zou wel een beetje moeten leiden.

12) Op welke manier denkt u dat uw sociaal isolement doorbroken kan worden met een activeringsgroep?

Dat ik met mijn verdriet bij iemand terecht kan.

9.2.3 Interview 3

1) Heeft u een groot sociaal netwerk? Waarop is dit gebaseerd? (hobby's, werk,...)

Ik heb wel familie, vrienden. Daar heb ik wel contact mee, als ik zin heb.

2) Wat doet u in uw vrije tijd?

Sporten en dan de dingen die op mijn pad komen.

3) Ervaart u wel eens gevoelens van eenzaamheid? Zo ja, hoe vaak?

Ja, ik denk dat iedereen dat wel heeft. Of het meer of minder is als andere mensen weet ik niet, maar ik weet wel dat het genoeg is.

4) Zou u willen deelnemen aan een activeringsgroep? (Mondeling verklaren waarrond de groep zal werken).

Nee, zo ben ik niet.

5) Zo niet : Wat houdt u tegen tot deelname?

Ik heb genoeg aan mijn eigen problemen, dus ik heb geen nood aan de problemen van anderen en andersom gaan de problemen van anderen mij ook niet helpen.

9.2.4 Interview 4

1) Heeft u een groot sociaal netwerk? Waarop is dit gebaseerd? (hobby's, werk,...)

Eigenlijk niet, ik zit wel op forums en twitter enz., dus ik zit wel op sociale media.

2) Wat doet u in uw vrije tijd?

Dagelijks heb ik wel genoeg vrije tijd. Zoals je weet heb ik invaliditeit dus. Ik hou me dan bezig met besturingssystemen, maar ook met het huishouden en de vrouw en de kinderen.

3) Ervaart u wel eens gevoelens van eenzaamheid? Zo ja, hoe vaak?

Ik heb dat wel eens gehad, maar sinds dat ik hier in de begeleiding zit heb ik ermee leren omgaan. Ik voel me vaak wel alleen, omdat ik een soort familieband mis.

4) Zou u willen deelnemen aan een activeringsgroep? (Mondeling verklaren waarrond de groep zal werken).

Dat zou ik nu nog niet durven zeggen, dat weet ik gewoon niet.

5) Zo niet : Wat houdt u tegen tot deelname?

/

6) Zo ja: Wat is de reden dat u graag zou willen deelnemen aan een activeringsgroep?

/

7) Rond welke activiteiten zou u willen werken in de groep? Ontspannende activiteiten, nieuwe dingen aanleren, uitstappen,...?

Ik kan wel goed luisteren en mijn visie vertellen over de dingen. Ik kan wel komen tot andere inzichten bij anderen. Ik hou er ook van om te filosoferen.

8) Welke elementen, thema's, onderwerpen, ... zou u graag willen bespreken binnen de groep?

Voornamelijk rond het luisteren en de raad geven.

9) Wat zijn uw verwachtingen over deze activeringsgroep? Vb. vriendschap uitbouwen,...?

Dat ik geaccepteerd word. Dat mensen niet met scheve ogen naar me kijken en over me roddelen. Gewoon dat ze me aanvaarden zoals ik ben. Een vriend van me zei ook tegen me, ik aanvaard je gewoon zoals je bent en dat zou ik ook wel willen als er zo een groep is.

10) Wat hoopt u in deze groep bij te leren?

Ik zou willen komen tot andere inzichten, zoals in de begeleiding. Zodat ik er iets aan kan gaan doen. Ik moet wel zeggen dat ik sinds de begeleiding er meer open voor sta, ook om er iets aan te doen.

11) Wat verwacht u van de groepsleider en welke rol dient hij op zich te nemen? Participerend of eerder delegerend,...?

Hij zou de dingen toch wel een beetje in de gaten moeten houden. En begeleiden, maar niet heel streng, het moet een beetje losjes blijven. Je moet er ook wel op kunnen terugvallen, maar hij moet geen grote baas gaan spelen. Hij moet er gewoon zijn als er iets verkeerd loopt ofzo.

12) Op welke manier denkt u dat uw sociaal isolement doorbroken kan worden met een activeringsgroep?

Dat zou ik dan moeten ondervinden, dat hangt ook allemaal af van de situatie.

9.2.5 Interview 5

1) Heeft u een groot sociaal netwerk? Waarop is dit gebaseerd? (hobby's, werk,...)

Vroeger was het groter, nu is het minder. Dat komt ook omdat ik geen partner heb. Ik heb wel 1 vaste vriendin, zij is ook alleenstaande. Mijn andere vriendinnen zijn gesetteld en daardoor is er minder contact, omdat zij het drukker hebben en veel werk hebben. Zij hebben een huis en kindjes. Dus ik heb een klein netwerk, dat is wel een echte, hechte vriendengroep. In mijn familie heb ik ook pech gehad, we waren met vier: mama, papa, een broer en ik. Mijn papa is in 2007 doodgegaan en mijn broertje in 2003.

2) Wat doet u in uw vrije tijd?

Ik heb twee hondjes, ook omdat ik alleen ben. Mijn hondjes zijn 1 jaar en 4 jaar. Die zorgen voor leven in huis, anders dan was ik nog eenzamer. Die hebben mij gered. Als ik depressief ben, dan sluit ik mij op, maar met die hondjes moet ik buitenkomen. Daardoor doe ik ook aan sport. Want ik heb 10-12 jaar gefitnesst, daar ben ik mee gestopt, omdat ik de hondjes had en het werd toen drukker en anders dan moest ik ze te lang alleen laten. En nu ga ik lopen met de hondjes. Mijn hondjes hebben het weinige sociale contact opgevangen. Ik heb vroeger ook gewerkt in de kinderopvang, dat mis ik ook wel.

3) Ervaart u wel eens gevoelens van eenzaamheid? Zo ja, hoe vaak?

Ja, nu vaker met het mooie weer. Ik wil nu veel dingen gaan doen zoals een terrasje of zo.

4) Zou u willen deelnemen aan een activeringsgroep? (Mondeling verklaren waarrond de groep zal werken).

Ja, ik sta ervoor open. Ik heb het niet moeilijk wat sociaal contact betreft. Een vriendin van mij bijvoorbeeld die zou dat nooit durven.

5) Zo niet : Wat houdt u tegen tot deelname?

/

6) Zo ja: Wat is de reden dat u graag zou willen deelnemen aan een activeringsgroep?

Zodat ik nieuwe mensen leer kennen en andere verhalen hoor.

7) Rond welke activiteiten zou u willen werken in de groep? Ontspannende activiteiten, nieuwe dingen aanleren, uitstappen,...?

Ik sta eigenlijk open voor alles.

8) Welke elementen, thema's, onderwerpen, ... zou u graag willen bespreken binnen de groep?

Ik denk dat de zwaardere thema's moeilijker worden, dan zouden we al langer contact moeten hebben. Maar ik zou het wel over het sportieve willen hebben of hun interesses of cultuur. Over hun situatie zou ik het ook wel willen hebben.

9) Wat zijn uw verwachtingen over deze activeringsgroep? Vb. vriendschap uitbouwen,...?

Een vriendschap zou fijn zijn, maar dat moet niet. Ik ben vroeger ook naar een vereniging in Genk geweest en daar waren ook mensen met allerlei problemen en dan knutselden we. Ik ben daar 1 jaar geweest, maar ik ging geen ganse dag, omdat ik met mijn hondjes zat. Ik heb dat leren kennen en daardoor ben ik nu ook positiever over zo een groep, want eerst wou ik daar niet naartoe gaan. Uiteindelijk was dat goed meegevallen en was dat eigenlijk wel fijn. Dus daardoor sta ik open voor dingen. Ik heb daar toen ook nog 1 vriendin aan overgehouden.

10) Wat hoopt u in deze groep bij te leren?

Allerlei dingen eigenlijk, dat kunnen praktische dingen zijn of activiteiten. Zo zou ik graag wel beter willen kunnen bloemschikken, ik kan dat wel, maar nog niet zo goed. Of schilderen ofzo. Gespreksdingen weet ik niet of ik dat zou willen, maar dat kan wel eens interessant zijn.

11) Wat verwacht u van de groepsleider en welke rol dient hij op zich te nemen? Participerend of eerder delegerend,...?

Die zou moeten deelnemen, dat is wel nodig om de mensen open te stellen, denk ik. Anders denk ik dat het moeilijk op gang komt.

12) Op welke manier denkt u dat uw sociaal isolement doorbroken kan worden met een activeringsgroep?

Door iemand te leren kennen, ook een alleenstaande. Het mag natuurlijk ook een mama zijn of andere mensen die kinderen hebben en getrouwd zijn. Ik denk dat het wel feller zou klikken met iemand die in een soortgelijke situatie zit.

9.2.6 Interview 6

1) Heeft u een groot sociaal netwerk? Waarop is dit gebaseerd? (hobby's, werk,...)

Ik heb geen groot netwerk.

2) Wat doet u in uw vrije tijd?

Ik heb twee kinderen en ik werk ook. De kinderen hebben veel hobby's, ikzelf heb er weinig. De kinderen komen ook op de eerste plaats. Als kind mocht ik van mijn ouders geen hobby's hebben en dat wil ik toch heel anders aanpakken.

3) Ervaart u wel eens gevoelens van eenzaamheid? Zo ja, hoe vaak?

Soms wel ja. Met periodes.

4) Zou u willen deelnemen aan een activeringsgroep? (Mondeling verklaren waarrond de groep zal werken).

Nee.

5) Zo niet : Wat houdt u tegen tot deelname?

Ik blokkeer in de groep.

9.2.7 Interview 7

1) Heeft u een groot sociaal netwerk? Waarop is dit gebaseerd? (hobby's, werk,...)

Ik heb niet zo een groot sociaal netwerk.

2) Wat doet u in uw vrije tijd?

Lezen.

3) Ervaart u wel eens gevoelens van eenzaamheid? Zo ja, hoe vaak?

Soms wel, maar dat komt ook wel omdat mijn man een internationale vrachtwagenchauffeur is. In de winter heb ik er ook wel meer last van.

4) Zou u willen deelnemen aan een activeringsgroep? (Mondeling verklaren waarrond de groep zal werken).

Ik zou het wel eens willen proberen.

5) Zo niet : Wat houdt u tegen tot deelname?

/

6) Zo ja: Wat is de reden dat u graag zou willen deelnemen aan een activeringsgroep?

Ik zou er wel meer mensen door willen leren kennen.

7) Rond welke activiteiten zou u willen werken in de groep? Ontspannende activiteiten, nieuwe dingen aanleren, uitstappen,...?

Dat maakt mij eigenlijk niet uit.

8) Welke elementen, thema's, onderwerpen, ... zou u graag willen bespreken binnen de groep?

Als ik dan toch zou kunnen kiezen, dan zou ik meer kiezen voor de ontspannende activiteiten.

9) Wat zijn uw verwachtingen over deze activeringsgroep? Vb. vriendschap uitbouwen,...?

Ja een vriendschap uitbouwen zou ik wel willen.

10) Wat hoopt u in deze groep bij te leren?

Dat de drempel om te praten niet meer zo moeilijk wordt.

11) Wat verwacht u van de groepsleider en welke rol dient hij op zich te nemen? Participerend of eerder delegerend,...?

Dat ligt ook wel aan de activiteiten. Als het een praatgroep is, dan moet de groepsleider toch anders zijn dan in een naaigroep bijvoorbeeld.

12) Op welke manier denkt u dat uw sociaal isolement doorbroken kan worden met een activeringsgroep?

Dat als er afspraken gemaakt worden, dan wordt het ook haalbaar. De afspraak staat dan vast en dan moet je komen. Het is ook fijn omdat de andere leden van de groep dan ook weer allemaal komen en dan zie je elkaar terug.

9.2.8 Interview 8

1) Heeft u een groot sociaal netwerk? Waarop is dit gebaseerd? (hobby's, werk,...)

Nee, ik heb geen groot netwerk.

2) Wat doet u in uw vrije tijd?

Kienen en film kijken of televisie.

3) Ervaart u wel eens gevoelens van eenzaamheid? Zo ja, hoe vaak?

Iedere dag eigenlijk, dat zie je ook aan mijn gewicht. Het is ook niet zo dat ik in de winter meer gevoelens van eenzaamheid heb, dat merk je doordat het huis vol volk kan zitten en dan kan ik mij nog eenzaam voelen.

4) Zou u willen deelnemen aan een activeringsgroep? (Mondeling verklaren waarrond de groep zal werken).

Op dit moment eigenlijk niet. In mijn familie zijn er al genoeg problemen, ook als er niet over problemen gepraat zou worden, dan zou ik er nog geen zin in hebben.

5) Zo niet : Wat houdt u tegen tot deelname?

Ik heb er op dit moment geen zin in, soms dan heb ik al geen zin in het gesprek, dan moet ik mij al verplichten, maar dan kom ik toch. Ha, dat is eigenlijk wel positief dat ik toch kom. Ik heb er ook geen zin in, omdat ik met mezelf zit.

9.2.9 Interview 9

1) Heeft u een groot sociaal netwerk? Waarop is dit gebaseerd? (hobby's, werk,...)

Ik heb wel contact met mijn zus, ik heb ook 1 vriendin. Ik kom voor de rest niet veel buiten, ik ben veel alleen.

2) Wat doet u in uw vrije tijd?

Ik ga naar mijn zus of uitgaan met mijn vriend of shoppen met een vriendin. Dat is niet zoveel, de meeste tijd zit ik alleen.

3) Ervaart u wel eens gevoelens van eenzaamheid? Zo ja, hoe vaak?

Ja, vaak. Iedere dag.

4) Zou u willen deelnemen aan een activeringsgroep? (Mondeling verklaren waarrond de groep zal werken).

Nee.

5) Zo niet : Wat houdt u tegen tot deelname?

Ik kan wel praten, maar dat is dan met 1 of 2 personen. Ik heb ook in de psychiatrie gezeten en daar was ook zo een groep, maar ik kon niet zoveel praten omdat mijn Nederlands niet zo goed is, dus ik zou het niet willen doen.

9.2.10 Interview 10

1) Heeft u een groot sociaal netwerk? Waarop is dit gebaseerd? (hobby's, werk,...)

Ja, toch wel. Ik heb onder andere een vriendin die gevallen is met skiën en met haar ga ik dan met de auto winkelen, want zij kan nu niks hé.

2) Wat doet u in uw vrije tijd?

Ik heb 1 jaar meegedaan aan carnaval, ik heb toen 3 stoeten meegedaan, maar dat doe ik niet meer. Ik ben nu al wat ouder en dat is naar de stoet, 's avonds naar dat carnavalsbal en dat 3 stoeten, dat is heel vermoeiend. Ik borduur nu wel en ik knutsel ook graag.

3) Ervaart u wel eens gevoelens van eenzaamheid? Zo ja, hoe vaak?

Nee eigenlijk niet. Ik kan wel goed alleen zijn, dat heb ik ook wel moeten leren. Mijn pa was zelfstandig en mijn ma verpleegster, dus wij waren veel alleen thuis, want zij werkten veel.

4) Zou u willen deelnemen aan een activeringsgroep? (Mondeling verklaren waarrond de groep zal werken).

Dat ligt een beetje aan het onderwerp.

5) Zo niet : Wat houdt u tegen tot deelname?

/

6) Zo ja: Wat is de reden dat u graag zou willen deelnemen aan een activeringsgroep?

Ik doe ook vrijwilligerswerk bij de welzijnsschakels in Bree, dat is van het OCMW. Toen ik nog werkte, kon ik dat niet combineren, als zij activiteiten gingen doen ofzo.

7) Rond welke activiteiten zou u willen werken in de groep? Ontspannende activiteiten, nieuwe dingen aanleren, uitstappen,...?

Ontspannende activiteiten, maar ook nieuwe dingen aanleren ofzo. De zware thema's zou ik niet doen. Maar gelijk rond financiën ofzo of hoe je kan koken met weinig geld.

8) Welke elementen, thema's, onderwerpen, ... zou u graag willen bespreken binnen de groep?

Bv. hoe je met een tablet moet werken.

9) Wat zijn uw verwachtingen over deze activeringsgroep? Vb. vriendschap uitbouwen,...?

Je leert altijd wel mensen kennen, maar of daar een vriendschap uit gaat groeien, dat weet ik niet.

10) Wat hoopt u in deze groep bij te leren?

Ja, zoals ik zei, hoe je met een tablet moet werken ofzo.

11) Wat verwacht u van de groepsleider en welke rol dient hij op zich te nemen? Participerend of eerder delegerend,...?

Hij zou toch wel moeten participeren.

12) Op welke manier denkt u dat uw sociaal isolement doorbroken kan worden met een activeringsgroep?

Voor sommige mensen zou dat wel mogelijk zijn, ik denk dan vooral voor armere mensen, omdat ik denk dat zij wat terughoudender zijn, ja dat is mijn mening hé.

9.2.11 Interview 11

1) Heeft u een groot sociaal netwerk? Waarop is dit gebaseerd? (hobby's, werk,...)

Dankzij de kinderen is dat eigenlijk gekomen, vooral dan de ouders van de vriendjes van de kinderen die ik heb leren kennen.

2) Wat doet u in uw vrije tijd?

Vooral in mijn huis werken en de kinderen natuurlijk. Zondagochtend gaan we wel met mijn zoon en mijn man joggen, dat is ons wekelijks sportmomentje. We gaan ook wel eens zwemmen als de kinderen bijvoorbeeld ook zwemles hebben. En ik heb ook met mijn man afgesproken dat we 1 keer per maand samen iets gaan doen. Soms kan het ook wel zijn dat we 1 maand al twee dingen hebben gedaan en dan doen we bijvoorbeeld ook twee maanden niks samen.

3) Ervaart u wel eens gevoelens van eenzaamheid? Zo ja, hoe vaak?

Tegenwoordig eigenlijk zelden. 1 jaar geleden had ik dat eigenlijk meer. Facebook heeft mij daar eigenlijk mee geholpen, zo kwam ik oude klasgenoten tegen enz. . Het is ook heel toegankelijk en daardoor ben ik dus meer onder de mensen gekomen, door met die oude klasgenoten ofzo eens af te spreken.

4) Zou u willen deelnemen aan een activeringsgroep? (Mondeling verklaren waarrond de groep zal werken).

Ik weet het eigenlijk helemaal niet, 1 jaar geleden had ik daar veel meer behoefte aan. Ik heb er ook al een keer een ervaring mee gehad.

5) Zo niet : Wat houdt u tegen tot deelname?

Omdat het nu eigenlijk goed gaat. Ik heb bij een psycholoog ook eens van die praatgroepen gedaan en toen ben ik bewust eigenlijk op zoek gegaan naar andere contacten, omdat ik ja eens onder andere mensen wou zijn, niet altijd met die problemen.

6) Zo ja: Wat is de reden dat u graag zou willen deelnemen aan een activeringsgroep?

Je denkt niet alleen zo.

7) Rond welke activiteiten zou u willen werken in de groep? Ontspannende activiteiten, nieuwe dingen aanleren, uitstappen,...?

Geen idee eigenlijk.

8) Welke elementen, thema's, onderwerpen, ... zou u graag willen bespreken binnen de groep?

Ik en mijn denken bijvoorbeeld. Ook over dagdagelijkse dingen, vb. koken. Ik wil wel tot nieuwe inzichten kunnen komen dan.

9) Wat zijn uw verwachtingen over deze activeringsgroep? Vb. vriendschap uitbouwen,...?

Geen.

10) Wat hoopt u in deze groep bij te leren?

Inzicht in de denkwereld van mensen.

11) Wat verwacht u van de groepsleider en welke rol dient hij op zich te nemen? Participerend of eerder delegerend,...?

Die bakent af, ik heb er al verschillende gehad en die blijven op de achtergrond, maar als er iets fout loopt dan corrigeren die wel. Dat geeft een veilig gevoel. Die moet ook wel een doel hebben.

12) Op welke manier denkt u dat uw sociaal isolement doorbroken kan worden met een activeringsgroep?

Daar is het facebook verhaal ook weer hé, dat is ook zo laagdrempelig. Je krijgt op die manier contact, dus via-via leer je mensen kennen. Het één zorgt eigenlijk voor het ander. Je komt ook zo wat samen met lotgenoten. Als je daar al naar durft toestappen dan is dat ook wel haalbaar om daar aan te blijven deelnemen.

9.2.12 Interview 12

1) Heeft u een groot sociaal netwerk? Waarop is dit gebaseerd? (hobby's, werk,...)

Nee.

2) Wat doet u in uw vrije tijd?

Ik heb de hele dag vrije tijd. Ik doe weinig tot niks, ik heb gewoon niks om handen.

3) Ervaart u wel eens gevoelens van eenzaamheid? Zo ja, hoe vaak?

Ja, mijn vriend die werkt heel veel door de week en is alleen in het weekend thuis. Dus door de week voel ik me bah bah. En we zijn als Nederlanders in België komen wonen, dus we kennen hier ook niet veel mensen.

4) Zou u willen deelnemen aan een activeringsgroep? (Mondeling verklaren waarrond de groep zal werken).

Ja.

5) Zo niet : Wat houdt u tegen tot deelname?

/

6) Zo ja: Wat is de reden dat u graag zou willen deelnemen aan een activeringsgroep?

Nieuwe contacten maken en dat ik ook eens uit huis ben.

7) Rond welke activiteiten zou u willen werken in de groep? Ontspannende activiteiten, nieuwe dingen aanleren, uitstappen,...?

Geen praatgroep ofzo, dus gewoon ontspannende dingen, uitstapjes doen en zo.

8) Welke elementen, thema's, onderwerpen, ... zou u graag willen bespreken binnen de groep?

Ik zou gewoon activiteiten willen doen, maakt niet uit wat. Gewoon een kop koffie drinken is al goed.

9) Wat zijn uw verwachtingen over deze activeringsgroep? Vb. vriendschap uitbouwen,...?

Een vriendschap uitbouwen zou natuurlijk wel leuk zijn, als er natuurlijk een klik zou komen.

10) Wat hoopt u in deze groep bij te leren?

Leren functioneren in een groep, want ik heb dat nog nooit gedaan.

11) Wat verwacht u van de groepsleider en welke rol dient hij op zich te nemen? Participerend of eerder delegerend,...?

De groepsleider zou meer een groepslid moeten zijn, want we zijn geen kleuters meer, dus hij moet ons niet gaan zeggen wat we moeten doen.

12) Op welke manier denkt u dat uw sociaal isolement doorbroken kan worden met een activeringsgroep?

Als ik naar een groep ga, dan leer ik andere contacten maken. Dan kan er misschien een vriendschap ontstaan, omdat we dezelfde leuke dingen doen en zo word ik dan ook socialer hé.

9.2.13 Interview 13

1) Heeft u een groot sociaal netwerk? Waarop is dit gebaseerd? (hobby's, werk,...)

Nee, niet zo heel groot.

2) Wat doet u in uw vrije tijd?

Pianoles, daar komt veel bij kijken. Ik doe het ook nog maar een paar weken.

3) Ervaart u wel eens gevoelens van eenzaamheid? Zo ja, hoe vaak?

Soms wel. Maandelijks. In de winter heb ik er ook meer last van.

4) Zou u willen deelnemen aan een activeringsgroep? (Mondeling verklaren waarrond de groep zal werken).

Ja.

5) Zo niet : Wat houdt u tegen tot deelname?

/

6) Zo ja: Wat is de reden dat u graag zou willen deelnemen aan een activeringsgroep?

Het sociale vooral.

7) Rond welke activiteiten zou u willen werken in de groep? Ontspannende activiteiten, nieuwe dingen aanleren, uitstappen,...?

Een combinatie: ontspannende activiteiten, maar ook met mensen babbelen die in mijn situatie zitten.

8) Welke elementen, thema's, onderwerpen, ... zou u graag willen bespreken binnen de groep?

Rond piano en ook gelijk ik zei die situaties waar mensen in zitten en dat lijkt op die van mij.

9) Wat zijn uw verwachtingen over deze activeringsgroep? Vb. vriendschap uitbouwen,...?

Een vriendschap uitbouwen.

10) Wat hoopt u in deze groep bij te leren?

Het samen iets doen, wat leren functioneren in een groep.

11) Wat verwacht u van de groepsleider en welke rol dient hij op zich te nemen? Participerend of eerder delegerend,...?

Een beetje delegeren, maar het deelnemen zou ook fijn zijn.

12) Op welke manier denkt u dat uw sociaal isolement doorbroken kan worden met een activeringsgroep?

Je komt sowieso in contact met mensen en er zal altijd wel iets uit komen.

9.2.14 Interview 14

1) Heeft u een groot sociaal netwerk? Waarop is dit gebaseerd? (hobby's, werk,...)

Ik heb geen groot sociaal netwerk.

2) Wat doet u in uw vrije tijd?

Schoolwerk, het huishouden, met mijn lief bezig zijn en mijn hond.

3) Ervaart u wel eens gevoelens van eenzaamheid? Zo ja, hoe vaak?

Als vrijgezel dagelijks. Nu ik een relatie heb zijn die volledig weg. Ik zou wel meer vrienden willen.

4) Zou u willen deelnemen aan een activeringsgroep? (Mondeling verklaren waarrond de groep zal werken).

Ligt eraan wat het onderwerp is enz. .

5) Zo niet : Wat houdt u tegen tot deelname?

Het onderwerp, als het iets is wat mij interesseert wel, zoals handwerk of zo.

6) Zo ja: Wat is de reden dat u graag zou willen deelnemen aan een activeringsgroep?

Van thuis weg zijn, zodat ik een hobby, een bezigheid heb. En om nieuwe mensen te leren kennen.

7) Rond welke activiteiten zou u willen werken in de groep? Ontspannende activiteiten, nieuwe dingen aanleren, uitstappen,...?

Handwerk, creatief zijn, zoals vb. schilderen. Geen praatgroep, dat is te negatief. Ik heb er geen behoefte aan om de problemen van anderen aan te horen.

8) Welke elementen, thema's, onderwerpen, ... zou u graag willen bespreken binnen de groep?

Ikzelf heb niet zoiets meegemaakt, maar gelijk mijn vriend die zou er wel veel aan hebben om vb. met mensen te praten die een verkeersongeval hebben gehad of met een niet aangeboren hersenletsel.

9) Wat zijn uw verwachtingen over deze activeringsgroep? Vb. vriendschap uitbouwen,...?

Eerst zien we wel, maar ik heb er toch wel hoop in dat er een vriendschap uit gaat groeien.

10) Wat hoopt u in deze groep bij te leren?

Dat ik meer bevestiging krijg en de omgang met mensen, het opbouwen van sociale contacten. En gelijk het handwerk, het praktische.

11) Wat verwacht u van de groepsleider en welke rol dient hij op zich te nemen?

Participerend of eerder delegerend,...?

Dat er bijvoorbeeld allemaal tafels zijn met meerdere patronen op en dat de groepsleider dan uitleg komt geven en dat we dan een koffie drinken enz., meer een gezellig sfeertje.

12) Op welke manier denkt u dat uw sociaal isolement doorbroken kan worden met een activeringsgroep?

Als het goed klikt, dan kan het wel verschil uitmaken. Als er een vriendschap uit zou komen, dat zou des te beter zijn.

9.3 Bijlage 3: Enquête

De activeringsgroep is al enige tijd in werking. Vandaar deze enquête, om bij jullie te evalueren hoe jullie de aansluiting bij de groep hebben ervaren. Aan de hand van enkele vragen proberen we hierover dus een duidelijk beeld te krijgen en achteraf bij te sturen waar nodig.

Vraag 1:

Wat vind je van de activiteiten die er in de activeringsgroep gedaan worden?

- A) Zeer goed
- B) Goed
- C) Voldoende
- D) Onvoldoende,

→ Als je D aanduidt, geef dan ook aan welke activiteiten je liever zou willen doen?

Vraag 2:

Wat vind je van de thema's, onderwerpen die besproken worden in de groep?

- A) Zeer goed
- B) Goed
- C) Voldoende
- D) Onvoldoende,

→ Als je D aanduidt, geef dan ook aan welke thema's je liever zou willen bespreken.

Vraag 3:

Wat vind je van de rol die de groepsleider op zich neemt?

A) Zeer goed,

→ waarom?

B) Goed,

→ waarom?

C) Voldoende,

→ waarom?

D) Onvoldoende,

→ waarom?

Vraag 4:

Vind je de activeringsgroep een meerwaarde?

A) Ja, verklaar?

B) Nee, verklaar?

Vraag 5:

Heb je het gevoel dat je sociaal isolement verminderd is door het contact met de deelnemers?

A) Ja, verklaar?

B) Nee, verklaar?

Vraag 6:

Wat vind je van het tijdsbestek waarbinnen afgesproken wordt?

A) Zeer goed

B) Goed

C) Voldoende (Er mag meer afgesproken worden).

D) Onvoldoende (Er wordt veel te weinig afgesproken).

Vraag 7:

Welke aspecten zou je anders willen in de bijeenkomsten van de activeringsgroep?

Bedankt voor je deelname!

BASISINFORMATIE EINDWERK

VOORNAAM : Nele

NAAM: Kerkhofs

KLAS : 3MAW D

DEPARTEMENT : PXL Social Work

ACADEMIEJAAR : 2013 - 2014

TREFWOORD : Eenzaamheid bij personen met een psychische problematiek.

TITEL : Kan de oprichting van een activeringsgroep gevoelens van eenzaamheid aanpakken bij personen met een psychische problematiek?

SAMENVATTING :

De stageplaats, DAGG of voluit Dienst Ambulante Geestelijke Gezondheidszorg, situeert zich dus binnen de sector van de geestelijke gezondheidszorg. De stageplaats was zich al geruime tijd bewust van een eenzaamheidsproblematiek bij de cliënten. Vandaar dat er in samenspraak gekozen werd om deze problematiek te onderzoeken en natuurlijk ook om oplossingen te formuleren. De doelstelling was dus om te achterhalen of eenzaamheid bij personen met psychische problemen doorbroken zou kunnen worden door de oprichting van een activeringsgroep. Bij de term personen met psychische problemen zal er vooral gericht worden op de doelgroep van de volwassenen. Deze doelgroep situeert zich tussen de leeftijd van 18 tot 60 jaar. Dit is de leeftijdsgroep waar dat ik gedurende de volledige stageperiode werkzaam was. Een oplossing die binnen de sector van de geestelijke gezondheidszorg al bestond, was de buddywerking. Een vrijwilliger of de zogenaamde buddy die samen met een persoon die op psychisch vlak disfunctioneert allerlei activiteiten onderneemt in een tweemaandelijks contact. Op deze manier wordt het dus vrij duidelijk dat er al naar oplossingen gezocht wordt om het sociaal isolement bij personen met een psychische problematiek te doorbreken. Dit is geen gemakkelijke klus, omdat eenzaamheid een complex fenomeen is dat bovendien ook moeilijk te herkennen is. Bovendien is eenzaamheid een subjectief gegeven. De ene persoon voelt zich eenzaam, omdat hij weinig sociale contacten heeft en veel alleen is. Toch is dit geen garantie, want ook personen met veel mensen om zich heen kunnen te maken krijgen met eenzaamheid. Ook is eenzaamheid nog steeds een taboe en zullen mensen hier niet snel mee naar buiten komen. Het is dus moeilijk voor hulpverleners om de problematiek te herkennen en er dus iets aan te doen. Verschillende oorzaken en gevolgen kunnen aan de basis liggen en ook hier zijn er dus geen duidelijk omliggende criteria om eenzaamheid te herkennen. Toch hebben verschillende organisaties getracht om eenzaamheid te doorbreken. Enerzijds de organisatie Bond Zonder Naam, zij probeerden het taboe rond eenzaamheid te doorbreken door het onder de aandacht te brengen in de vorm van een campagne. Anderzijds heeft het CGG Litp, Centrum Geestelijke Gezondheidszorg, Limburg initiatief voor therapie en integrale personen een ontmoetingsgroep opgericht voor jongeren met psychiatrische en/of psychosociale problemen. Eenzaamheid is dus een problematiek waar men binnen de geestelijke gezondheidszorg zich al bewust van is en op zoek probeert te gaan naar adequate oplossingen. Door de aanpak binnen DAGG na te gaan en binnen andere organisaties werd het mogelijk om aan de slag te gaan met een eigen onderzoek. Er werd

beslist om via diepte interviews allerlei informatie te vergaren van een groot deel van de cliënten van de stagementor. De belangrijkste informatie was natuurlijk of de geïnterviewde personen daadwerkelijk te maken kregen met gevoelens van eenzaamheid en of ze het zagen zitten om deze gevoelens om te buigen door de oprichting van een activeringsgroep. Natuurlijk werd er ook gevraagd waarom de personen niet zouden willen deelnemen aan een ontmoetingsgroep. Er werd tot slot ook bevraagd rond welke activiteiten, thema's en onderwerpen ze dan het liefste zouden willen werken. Bij 14 ad random gekozen personen werden de interviews afgenomen, de vragenlijst werd ingebed in het therapeutisch gesprek.

Uiteindelijk kon er aan de hand van de diepte interviews geconcludeerd worden dat een groot deel van de ondervraagde cliënten te maken krijgen met eenzaamheid. Dit kan gekoppeld worden aan de vaststelling dat een groot deel van de geïnterviewde personen een klein sociaal netwerk heeft. Dit kan geconcludeerd worden omdat de personen letterlijk aangeven dat ze veel alleen thuis zijn en dus weinig sociaal contact hebben bij de vraag of ze eenzaamheidsgevoelens ervaren. De belangrijkste conclusie die er natuurlijk gemaakt moest worden, was of de cliënten door middel van groepscontact hun sociaal netwerk zouden willen uitbreiden. Het grootste deel van de cliënten stond hiervoor open, wat dus een erg positieve vaststelling is. Bovendien waren de meeste cliënten hoopvol over het groepscontact. Zo zijn ze er van overtuigd dat de mogelijkheid erin zit om na verloop van tijd een duurzame vriendschap uit te bouwen, hun sociaal isolement te doorbreken en bij betekenisvolle personen terecht te kunnen over vertrouwelijke thema's. Toch gaven de meeste personen aan dat ze in het groepscontact voornamelijk ontspannende activiteiten zouden willen doen. De meeste personen zagen het dus niet zitten om over hun eenzaamheidsproblematiek te spreken in de groep. Een mogelijke oplossing zou dus zijn om de personen toe te leiden naar andere organisaties waar men zich specifiek richt op ontspannende activiteiten zoals bloemschikken en naailes volgen. De meeste personen zagen het dus zitten om in een activeringsgroep te stappen binnen DAGG, maar de reden waarom ze de stap naar andere organisaties nog niet gezet hebben is niet duidelijk geworden. Het is dus onzeker of de doorverwijzing van de hulpverleners naar andere organisaties mogelijk wordt. Mocht dit niet mogelijk zijn, dan bestaat de kans nog altijd dat DAGG zelf een activeringsgroep opricht. De reden waarom dit nu niet gedaan wordt, is omdat het therapeutisch/begeleidend kader ontbreekt en er bovendien andere organisaties zijn die zich op ontspannende activiteiten richten. Verder is er al een enquête opgesteld voor de stageplaats als de activeringsgroep in de toekomst wordt opgericht. Deze activeringsgroep zal zich eerst proberen te richten op een praatgroep, omdat dit ook de oorspronkelijke doelstelling was en hierin het therapeutisch luik duidelijk naar voren komt. Via de enquête wordt het mogelijk om na een aantal sessies de kwaliteit van de groep te achterhalen. Zo wordt er bevraagd of de personen de groep een meerwaarde vinden en wat ze vinden van de besproken thema's. In de enquête wordt er ook de mogelijkheid voorzien om als deelnemer zelf nog een aantal suggesties te doen om de activeringsgroep te verbeteren. Mocht blijken dat het moeilijk wordt om personen naar andere organisaties toe te leiden, dan kan de activeringsgroep binnen DAGG opgericht worden dat zich voornamelijk gaat richten op een praatgroep. Mocht blijken dat de meeste personen afhaken omwille van het feit dat het een praatgroep is, dan kan er nog naar andere oplossingen gezocht worden. Verder wordt het door middel van een SWOT – analyse ook duidelijk wat de sterktes, zwaktes, kansen en bedreigingen van een activeringsgroep zijn. Tenslotte kan er geconcludeerd worden dat eenzaamheid enerzijds een moeilijke problematiek is, omdat de kenmerken niet uitgesproken naar voren komen en het dus moeilijk is om de juiste personen te bereiken. Doordat de stageplaats zich al bewust was van deze problematiek ontstond de kans om hieromtrent een onderzoek rond op te zetten. Uit de onderzoeksresultaten is gebleken dat er een grote nood is aan groepscontact, omdat

veel cliënten regelmatig eenzaamheidsgevoelens ervaren. In eerste instantie blijkt dit niet mogelijk te zijn op de stageplaats. Er zijn bovendien ook tal van andere organisaties binnen de verschillende zuilen die zich richten op ontspannende activiteiten. Een voorbeeld is de organisatie Femma waarbij er onder andere in de omgeving van Maaseik lessen creatief koken worden gegeven. De eerste stap is dus om de cliënten naar dergelijke organisaties toe te leiden zodat hun sociaal netwerk uitgebreid kan worden. Natuurlijk wordt er hierbij niet gericht op de psychische problematiek, dit kan een struikelblok zijn voor de cliënten om zich aan te sluiten. Dan bestaat alsnog de kans om een praatgroep op te richten en om hierbij vrij snel naar de verwachtingen te polsen bij de deelnemers via de enquête die is opgesteld. Op die manier wordt het mogelijk om na te gaan of de praatgroep alsnog een succes is, ondanks dat de meeste personen hier nogal sceptisch tegenover stonden. Als blijkt dat de respons op een praatgroep vrij laag is, dan kan de stageplaats op zoek gaan naar andere oplossingen, maar dan weten ze wel dat de twee voorgaande oplossingen al geen optie meer zijn. Hopelijk wordt het mogelijk om in een van de aangehaalde oplossingen vooruitgang op te merken in de sociale contacten van de cliënten. Dan zal de einddoelstelling van het onderzoek bereikt zijn, namelijk het effectief bestrijden van de gevoelens van eenzaamheid bij personen met een psychische problematiek.