

# 1 Bijlagen

## 1.1 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?

## **1.2 Bijlage 2: Antwoorden vragenlijst**

### **1.2.1 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.

**1.2.2 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.

### **1.2.3 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.

#### **1.2.4 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.

### **1.2.5 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.

**1.2.6 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.

**1.2.7 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.

**1.2.8 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.

**1.2.9 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.

## 1.2.10 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.

**1.2.11 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.

**1.2.12 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.

**1.2.13 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.

#### **1.2.14 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.

### **1.3 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!