

INTERVIEW

Jezelf voorstellen

Wijkadviseur en binnen het wijkcentrum werkzaam als.... Je denkt samen met 2Diabeat na over complexe vraagstukken waarmee de wijkbewoners en de zorgverleners in de dagelijkse praktijk geconfronteerd worden. Bijvoorbeeld: waarom krijgen steeds meer mensen kanker, hart & vaatziekten, diabetes type 2, hoge bloeddruk? Is er een relatie met leefstijl en zo ja, waarom is het dan zo moeilijk om op persoonlijk- en wijkniveau daar verandering in te brengen? En wat is er dan voor nodig om stappen te kunnen zetten en een beweging in gang te brengen die niet langer gericht is op ziekte en zorg, maar op gezondheid en gedrag.

Doel van dit interview

We willen heel graag antwoord krijgen op de vraag: hoe kunnen we de wijkbewoners helpen om op een positief waarderende manier grip te krijgen op gezondheid en gedrag? Met dit interview willen we daaraan bijdragen door de gezamenlijke kennis van alle wijkbewoners om te zetten in een richting en in acties die gericht zijn op gezondheid en gedrag, waarin alle betrokkenen participeren. Het doel van dit interview is dus echt gericht op de praktijk. Deze aanpak is een verandering mét wijkbewoners en zij krijgen op een positief waarderende manier grip op hun eigen gezondheid en gedrag.

De mening van de respondent

Jouw mening en inbreng is dus super waardevol voor jezelf en voor de wijk, omdat je door mee te doen met dit interview zélf leert nadenken over je eigen gezondheid en gedrag en wat jezelf daarin op een positieve manier wilt veranderen. Daarmee help je indirect ook de gemeenschap van de Wijk. Hoe meer mensen meedoen met deze aanpak, hoe meer mensen ook gezamenlijk bezig zijn met hun gezondheid en gedrag. Daarmee wordt die beweging van ZZ naar GG (van ziekte en zorg naar gezondheid en gedrag) als vanzelf ingang gezet.

Uitleg procedure van dit interview

De resultaten van dit interview zijn een onderdeel van de uitvoeringsfase van de aanpak van 2Diabeat. Onderzoeken is dus tegelijk 'doen'. De inzichten die in dit interview ontstaan worden geanalyseerd en gevisualiseerd. Alle inzichten worden vervolgens met alle deelgevers gedeeld tijdens een focusgroep. Tijdens deze bijeenkomst wordt gezamenlijk geanalyseerd en gereflecteerd.

Vrijwillige deelname

Belangrijk is om te benoemen dat deelname aan dit interview en deze aanpak volledig vrijwillig is. Dat betekent ook dat je op elk moment kan uitstappen of stoppen als je dat zou willen!

Geen goede of slechte antwoorden

In dit interview gaat het echt over jouw ervaring en mening, dus er is nooit een goed of slecht antwoord! Wij zijn oprecht geïnteresseerd in jouw ideeën over dit onderwerp en beoordelen ze dus niet in termen van goed/slecht. Integendeel, alle informatie is bruikbaar omdat jouw inzichten het jou, ons en de Wijk kan helpen om stappen te zetten in de richting van gezondheid en gedrag

Vertrouwelijkheid

Al jouw antwoorden zijn veilig bij ons en worden vertrouwelijk verwerkt. In het analyserapport en in de reflectiebijeenkomst zul je hooguit jezelf terug herkennen, maar je naam zal niet te herkennen zijn en niet genoemd worden, tenzij jij daarvoor van tevoren uitdrukkelijk toestemming hebt gegeven.

Toestemming

We zijn super blij dat we hier met jou kunnen zitten om samen bezig te zijn met het antwoord op die vraag: hoe kunnen we de wijkbewoners helpen om op een positief waarderende manier grip te krijgen op gezondheid en gedrag? Het feit dat we hier samen zitten, betekent dat je inderdaad geïnterviewd wilt worden en op die manier ook mee wilt werken aan dit interview?

Geluidsrecorder

We zouden heel graag dit gesprek willen opnemen zodat we de gegevens later kunnen verwerken in het rapport. Dat noemen we met een mooi woord transcriberen. Door dit gesprek terug te luisteren kunnen we onderzoeksgegevens eruit filteren en dit verwerken in een programma, waarmee we uiteindelijk de resultaten inzichtelijk kunnen maken voor alle deelgevers. Geef je toestemming om het gesprek op te nemen.

Nog vragen?

Heb jij voordat we beginnen nog vragen aan mij?

Waardering

Nogmaals supertof dat we hier samen kunnen zitten. Ik waardeer het heel erg dat ik je mag interviewen en dat je op die manier ook participeert in deze wijkgerichte aanpak. Ik hoop ook van harte dat het jou iets gaat brengen. Zullen we beginnen?

Huidige situatie

1. Kun je mij vertellen hoe een normale dag in jouw leven eruitziet?
2. Wat vind je van de huidige situatie in de Wijk? *(Verwachting is dat in 2040 62 procent van de bevolking te zwaar zal zijn. Overgewicht is voorspeller van de risico's die we lopen op het krijgen van allerlei vervelende chronische en soms levensbedreigende aandoeningen. Ook in literatuuronderzoek lange lijsten van lichamelijke aandoeningen die samenhangen met een te hoog gewicht. Hierdoor ligt de huidige focus op ziekte en zorg met als gevolg veel chronisch zieke mensen, hoge zorgkosten en hoge werkdruk bij de zorgverleners).*
3. Waar word je blij of juist minder blij van m.b.t. deze huidige situatie in de Wijk?
 - Welke situatie m.b.t. gezondheid en gedrag zou jezelf graag willen veranderen?

Eerdere pogingen om de situatie te verbeteren

1. Heb je eerder iets geprobeerd om bovengenoemde situatie te veranderen?
2. Zo ja, wat was het effect daarvan?
3. Weet je of andere mensen, organisaties of de overheid iets hebben geprobeerd om deze situatie te veranderen?
4. Zo ja, wat was het effect daarvan?

Discover *(ontdekken van de talenten van de deelnemers en andere succesfactoren die nuttig kunnen zijn om de ideale situatie te bereiken + ontdekken van de sterke kanten en kansen van de Wijk om het probleem aan te pakken)*

- Kun je een situatie benoemen waarin je een uitdaging hebt overwonnen –klein of groot- en je trots op het resultaat was?
- Waar denk je, zonder bescheiden te zijn, nog meer dat je goed in bent?
- Stel, we zitten in de bios en jij vertelt mij jouw succesverhaal. Wat zie ik op het scherm? Wat zijn

hier de werkzame bestanddelen

- Waar ben je trots op in de Wijk?

De gewenste situatie

1. Hoe zou je willen dat alles wat bij bovengenoemde situatie is gezegd in de voor jou ideale situatie zou zijn?

2. Zou je kunnen beschrijven hoe die situatie er volgens jou idealiter uitziet?

Dream (*identificatie van de behoeften en wensen van de deelnemer, gewenste situatie van de deelnemer en de gevolgen van de gewenste situatie voor het leven van de deelnemer*)

- Waar zou je graag je meer van willen zien als het gaat om gezondheid en gedrag?
- Hoe ziet jouw ideale situatie m.b.t. gezondheid en gedrag er idealiter uit?
- Stel je voor, je valt in slaap en wordt pas weer wakker als je ideale situatie m.b.t. gezondheid en gedrag is bereikt. Wat zie je om je heen?
- Hoe zou je leven eruitzien als je die ideale situatie hebt bereikt?

Sterke punten en kansen

1. Op welke dingen in jouw leven ben je trots
2. Kun je iets benoemen waar je in de afgelopen week blij van werd?
3. Kun je een uitdagende situatie in het verleden bedenken waar je trots bent op de manier waarop je die situatie aangepakt hebt?
4. Welke dingen in de Wijk vind je heel goed gaan?
5. Wat is er in overvloed in de Wijk, positief of negatief

Mogelijke oplossingen

1. Wat zou volgens jou gedaan kunnen worden om jouw huidige situatie m.b.t. gezondheid en gedrag te verbeteren
2. Wat zou volgens jou gedaan kunnen worden om zo dicht mogelijk bij jouw gewenste situatie te komen
3. Denk je dat je zelf een bijdrage kunt leveren om jouw gezondheid en gedrag te verbeteren, zo ja, hoe?
4. Wie anders, denk jij, kan bijdragen aan het verbeteren van de huidige situatie

Design (*identificatie van kansen en activiteiten die kunnen worden gebruikt om de huidige situatie te veranderen naar de gewenste situatie, van voorwaarden van de deelnemer op grond waarvan hij actief zou deelnemen aan de aanpak van de te veranderen situatie, ontdekken van behoeften, wensen, normen en waarden omtrent succesvolle samenwerking, ontdekken van de ideale manieren om samen te werken om de gewenste situatie te bereiken, ontdekken of en wanneer de deelnemer bereid is om zelf activiteiten uit te voeren, anticiperen op belemmeringen en manieren vinden om bestaande belemmeringen te tackelen of andere wegen te kiezen om de gewenste situatie te bereiken en vormen van groepen die acties gaan uitvoeren*)

- Welke sterke punten, talenten en kansen in de Wijk kunnen we gebruiken om de droom (ideale situatie) te bereiken?
- Welke activiteiten gaan helpen om jouw ideale situatie te bereiken?
- Onder welke voorwaarden of omstandigheden zou je graag bijdragen om de ideale situatie te bereiken?
- Kun je een situatie bedenken waarin je samen met andere mensen hebt gewerkt om een uitdaging te overwinnen, waarvan je echt hebt genoten?
- Hoe kunnen andere mensen je helpen om jouw gewenste situatie te bereiken?
- Wat kun je zelf doen om de ideale situatie te bereiken en wanneer?

- We weten dat er belemmeringen op ons pad komen. Hoe voorkomen we dat we vastlopen?
- Wat is er nodig om de obstakels die we gaan tegenkomen te tackelen
- Welke werkgroepjes gaan we benoemen

Vereisten en voorwaarden om oplossingen te realiseren

1. Wat is nodig om oplossing x of y te realiseren?
2. Kunnen we zaken, omstandigheden gebruiken die goed gaan in de Wijk om beweging te krijgen in de beweging van ZZ naar GG?
3. Wat zou je hierna willen doen?

Deliver (*Onderzoeken van motiverende factoren of ideale omstandigheden voor het uitvoeren van de diverse actieplannen, mogelijkheden onderzoeken om ideale omstandigheden mee te nemen naar volgende acties, onderzoeken van behoeften om volgende acties uit te kunnen voeren, ontdekken van factoren die kunnen helpen bij het overkomen van tegenslagen*)

- Kun je een of meerdere situaties beschrijven in de uitvoering van het actieplan dat je blij of trots maakte?
- Hoe zou je die situaties in de uitvoering van volgende acties mee kunnen nemen of vertalen?
- Waar zou je in de uitvoering van volgende acties uit het plan meer van willen?
- Kun je een situatie beschrijven waarin jij of het team waarmee je werkte snel of makkelijk herstelde na een tegenslag? (Wie waren er betrokken, factoren droegen bij aan snel herstel, etc.