

Jongeren met een Eerste Psychotische Episode (EPE) en hulpverleners denken dat een interventie op basis van een sportprogramma bijdraagt aan herstel

Belangrijke elementen van functioneel herstel na een EPE bestaan uit fysieke activiteiten, sociale verbindingen aangaan en de ontwikkeling van 'levensvaardigheden' (o.a. motivatie; coping). Er zijn weinig interventies die deze drie elementen combineren. Onder bepaalde voorwaarden deelnemen aan teamsporten biedt die mogelijkheid wel. In deze Australische studie werd onderzocht aan welke voorwaarden op sport gebaseerde levensvaardigheden (incl. sociale vaardigheden) interventies voor jonge mensen met een EPE moeten voldoen. Tien jongeren met EPE en 33 hulpverleners werden semi-gestructureerd geïnterviewd of in een focusgroep ondervraagd. Een belangrijk onderdeel was het inventariseren van wat zo'n interventie mogelijk maakt en welke hindernissen gezien worden. De data werden met behulp van thematische analyse geanalyseerd. Vier thema's en 11 subthema's die relevant zijn voor de ontwikkeling en implementatie van een op teamsport gebaseerde interventie kwamen naar voren. I. Iedere geïnterviewde ondersteunde het idee van de ontwikkeling van een sportprogramma voor het herstel van jongeren met een EPE. Volgens de jongeren was het leuk om te sporten en worden er contacten met anderen opgebouwd. Wel wordt geconstateerd dat in ggz-instellingen weinig mogelijkheden zijn om zo'n programma aan te bieden. II. De geïnterviewden noemden logistieke en psychologische barrières om aan een sportprogramma deel te nemen. De psychologische barrières bestaan uit (sociale) angst, geringe motivatie en lage zelfeffectiviteit (weinig zelfvertrouwen dat men succesvol aan sociale activiteiten kan deelnemen). III. De geïnterviewden noemden een aantal structurele voorwaarden om van een sportinterventie een succes te maken: de omgeving moet veilig zijn, het programma-aanbod moet flexibel zijn, er moet ondersteuning zijn vanuit de ggz-instelling en het eigen sociale netwerk en het programma moet 'normaal' zijn met weinig nadruk op de psychische problemen. IV. De sportinterventie moet verschillende typen teamsporten aanbieden en moet elementen van een levensvaardigheidstraining bevatten.

Brooke LE, Gucciardi DF, Ntoumanis N, Lin A. (2020) Qualitative investigation of perceived barriers to and enablers of sport participation for young people with first episode psychosis. Early Interv Psychiatry. Jun;14(3):293-306.