

Maastricht University

De afdeling Gezondheidsbevordering, de School of Nutrition and Translational Research in Metabolism (NUTRIM) en het Care and Public Health Research Institute (Caphri), alle drie onderdeel van Maastricht University, doen veel onderzoek naar het verbeteren van de gezondheid van lager opgeleiden. Onderzoekers houden steeds meer rekening met laaggeletterdheid. Dat doen ze onder andere door middel van gepersonaliseerde video's, interviews in plaats van vragenlijsten en het gebruik van echte producten bij de uitleg over gezonde voeding.

Interview met: Kathelijne Bessems (Docent en onderzoeker Maastricht University)

Minder vragenlijsten, meer persoonlijke onderzoeksmethoden

“Wij geven onderwijs en doen veel onderzoek in het veld”, zegt Kathelijne Bessems, docent en onderzoeker binnen de afdeling Gezondheidsbevordering, onderdeel van de faculteit Health, Medicine and Life Sciences. “Met verschillende interventies proberen we mensen ertoe aan te zetten om zich gezonder te gedragen, vooral met voorlichting en door hun omgeving faciliterend te maken voor een gezonde keuze. Om aan te sluiten bij hun behoeften, doen we dat zoveel mogelijk samen met de doelgroep. Ook werken we veel samen met professionals uit de praktijk, zoals pedagogisch medewerkers van peuterspeelzalen, gezondheidsbevorderaars van de GGD en ook hulpverleners van de Kredietbank. Zij kunnen die interventies vervolgens blijven implementeren.”

Nieuwe onderzoeksvormen

Waar veel onderzoeken vroeger werden uitgevoerd met behulp van vragenlijsten, experimenteert Maastricht University steeds meer met nieuwe onderzoeksvormen, zoals gepersonaliseerde video's: de deelnemers aan het onderzoek beantwoorden op hun computer een paar eenvoudige vragen, waarna ze een filmpje krijgen te zien dat aansluit op hun situatie. “Bij een interventie om mensen gezonder te laten eten, kun je uitvragen waarom ze dat nog niet doen”, zegt Bessems. “Het kan dan bijvoorbeeld blijken dat ze het moeilijk vinden om groente te bereiden, maar ook dat ze niet weten waarom groente en fruit eten belangrijk is. Met die kennis kun je de boodschap

persoonlijker maken en advies op maat geven. Een boodschap in beeld, zoals video, komt daarbij beter aan dan schriftelijke informatie.”



Wij willen dat studenten, de professionals van morgen, zich nu al bewust worden van de problematiek van lager opgeleiden, waaronder laaggeletterdheid.

– *Kathelijne Bessems*

De afdeling Gezondheidsbevordering werkt steeds minder met vragenlijsten. “Juist bij lager opgeleide mensen, die wij proberen te helpen met hun gezondheid, is veel sprake van laaggeletterdheid”, zegt Bessems. “Daar sluiten vragenlijsten niet goed op aan. De Alliantie gezondheid en geletterdheid heeft ons daar bewust van gemaakt. Wij kunnen nog veel verbeteren in onze communicatie, maar de bewustwording en de wil is er.” Zo wil de afdeling vaker Taalambassadeurs inzetten bij het controleren van voorlichtingsmateriaal op helder taalgebruik en het helpen doorverwijzen van laaggeletterden naar taalcursussen.

Persoonlijk contact

Gezondheidsonderzoekers hebben steeds vaker persoonlijk contact met de doelgroep. “Wij ervaren dat het moeilijk is om laagopgeleide mensen te werven voor onderzoek. Als ze al mee willen werken, dan haken ze na een paar schriftelijke vragen vaak af. Door in hun eigen buurt met ze te praten, of te bellen, gaan we met hen in gesprek en nemen we de tijd voor hen. Dat is een tip die ik andere onderzoekers mee wil geven: laat mensen duidelijk zien wat je voor hen kunt betekenen.” Een voorbeeld van het persoonlijke contact is een interventie die wij hebben ontwikkeld in Zuid-Limburg: Goedkoop Gezonde Voeding. “In plaats van te vertellen over de Schijf van Vijf, heeft een diëtist alle producten uit een betaalbaar gezond dagmenu gewoon laten zien”, zegt Bessems. “Zij toonde sneeën brood en boter uit de supermarkt en legde uit waarom dat bij een gezond dieet hoort. Dat maakte het heel inzichtelijk. Door ook prijsinformatie te geven, sloten we aan bij dat wat voor de deelnemers relevant was, namelijk gezond eten voor weinig geld.”

Studenten

Ook studenten van Maastricht University worden voorbereid om oog te hebben voor laaggeletterdheid. Zo gingen tweedejaars studenten Gezondheidswetenschappen onlangs in gesprek met kansarme jongeren, om met hen mee te denken over oplossingen voor hun problemen. “Die gesprekken maakten op zowel de studenten als de jongeren indruk”, zegt Bessems. “Het is een mooi voorbeeld van hoe we de toekomstige generatie bewust kunnen maken van de problematiek aan de onderkant van de samenleving. Wij willen dat de professional van morgen daar nu al mee bezig is.