

Samenvatting

Mentaal welzijn krijgt steeds meer aandacht, en terecht: het beïnvloedt niet alleen de gedachtegang van een individu, maar speelt ook een essentiële rol in zowel de psychische als fysieke gezondheid. Bij zeevarenden wordt dit welzijn dagelijks op de proef gesteld door hun unieke werk- en leefomgeving, gekenmerkt door langdurige afwezigheid van familie, werkdruk en beperkte sociale interactie.

De COVID-19-pandemie vormde hierin een belangrijk keerpunt. Naast de bestaande uitdagingen werden zeevarenden geconfronteerd met bijkomende stressoren, zoals uitgestelde bemanningswissels, angst voor besmetting en extreme isolatie, wat het mentale welzijn aanzienlijk onder druk zette.

Gezien het belang van mentaal welzijn is het essentieel om te onderzoeken of de pandemie vandaag nog steeds invloed uitoefent en hoe de mentale gezondheid van zeevarenden zich sindsdien heeft ontwikkeld.

Dit onderzoek, ondersteund door een literatuurstudie, is gebaseerd op kwalitatieve en kwantitatieve gegevens, verzameld via een enquête verspreid onder zeevarenden via loodsen, een magazine en een welzijnsorganisatie. Hoewel het streefdoel van 385 respondenten niet werd gehaald, kan voorzichtig worden geconcludeerd dat het mentale welzijn tijdens de pandemie achteruitging, maar nadien herstelde en stabiliseerde. Er zijn geen aanwijzingen voor een blijvende of noemenswaardige negatieve impact op het mentaal welzijn.

Voor verder onderzoek is een meer toegankelijke dataverzamelmethode sterk aangeraden.