

In verbinding met de wijk



Een handreiking wijkgericht werken
vanuit de aanpak **WijKring**

Annica Brummel
Ida van Asselt-Goverts
Floor van Santvoort
Anne Ketelaars
Nina Esmeijer
Lisbeth Verharen

mei 2018

In verbinding met de wijk



Een handreiking wijkgericht
werken vanuit de aanpak
WijkKring

Inhouds opgave

Blz 6 | **Inleiding &**
Leeswijzer

Blz 8 | **Basis van**
WijKringen

Blz 10 | **1. De wijk**
verkennen

Blz 12 | **2. Talenten, interesses**
en sociale rollen

Blz 14 | **3. Versterken**
sociale rollen

Blz 16 | **4. Iets betekenen**
voor de wijk

Blz 18 | **5. Meedoen en welkom**
zijn in de wijk

Blz 20 | **6. Samenwerken**
in de wijk

Blz 22 | **Bijlage 1**
Werkvormen per onderdeel

Blz 38 | **Bijlage 2**
Uitleg methoden en benaderingen

Blz 50 | **Literatuur**
lijst

Inleiding & Leeswijzer

De wijk is een plek die steeds belangrijker wordt in het sociaal domein, bijvoorbeeld als het gaat om het versterken van sociale netwerken van mensen die een ondersteuningsvraag hebben.

De handreiking 'In verbinding met de wijk' beschrijft in zes stappen hoe er binnen de aanpak WijKring invulling gegeven wordt aan wijkgericht werken. Deze handreiking is tot stand gekomen op basis van het onderzoek WijKringen Versterken. Dit onderzoek is mogelijk gemaakt vanuit het programma Gewoon Bijzonder van ZonMw en mede daarom sluit deze handreiking aan bij wijkgericht werken met mensen met een lichte verstandelijke beperking. Hoewel deze handreiking gebaseerd is op de aanpak WijKring, kan deze ook ingezet worden bij andere aanpakken die gericht zijn op sociale inclusie in de wijk. Deze handreiking is bedoeld voor iedereen die sociale verbindingen in de wijk wil versterken. Dit kunnen sociaal werkers zijn, beleidsambtenaren, vrijwilligers, ervaringsdeskundigen, studenten of docenten.

WijKring is een initiatief uit Nijmegen en is geïnspireerd door het Engelse model KeyRing (KeyRing Living Support Networks, z.d.). Een WijKring is een groep van ongeveer negen mensen met een ondersteuningsvraag die op loopafstand van elkaar (gaan) wonen. Samen verkennen zij de wijk, zetten zich in voor de wijk en steunen zij elkaar, waarbij uitgegaan wordt van talenten en kwaliteiten. Er wordt ingezet op optimale afbouw van professionele steun en optimale opbouw van informele steun. Wekelijks zijn er bijeenkomsten voor de WijKring-deelnemers. Ook anderen zijn welkom om zich als vriend van de WijKring of als buurtbewoner aan te sluiten. Vrijwilligers die in de wijk wonen, ondersteunen de deelnemers bij dagelijkse vragen en het verkennen van de wijk. De groep wordt gecoacht door een professional.

In Nijmegen wordt het project WijKring op dit moment opgepakt in een samenwerkingsverband van een organisatie die ondersteuning biedt aan mensen met een beperking (Pluryn), en een welzijnsorganisatie (Het Inter-Lokaal & Tandem), maar ook andere organisaties die ondersteuning bieden zijn welkom om mee te doen. Op andere plekken in het land is een vergelijkbaar initiatief gestart: Buurtcirkels (www.buurtcirkel.nl). WijKring biedt ondersteuning op het gebied van wonen, werken, zorg en vrijetijd. Een belangrijk onderdeel van de aanpak WijKring is de verbinding met de wijk. In deze handreiking worden zes stappen beschreven om deze verbinding met de wijk te maken:

- De wijk verkennen
- Talenten, interesses en sociale rollen
- Versterken sociale netwerken
- Iets betekenen voor de wijk
- Meedoen en welkom zijn in de wijk
- Samenwerken in de wijk

Per stap wordt uitgelegd wat de meerwaarde is voor de WijKring-deelnemers, welke rol professionals en vrijwilligers hebben en wordt gebruik gemaakt van voorbeelden van deze stappen, die in het onderzoek WijKringen Versterken zijn genoemd. In bijlage I staan werkvormen (deze staan *schuin gearceerd* in de tekst) die ingezet kunnen worden bij de verschillende stappen. De zes stappen zijn gebaseerd op een combinatie van een aantal benaderingen en methodieken, zoals Person Centered Planning (O'Brien, Pearpoint, & Kahn, 2010), Asset Based Community Development (Kretzman & McKnight, 1993), Kwartiermaken (Kal, 2001) en de Presentie benadering (Baart, 2017). In de tekst wordt hier kort op ingegaan (ze staan eveneens *schuin gearceerd*) en voor een uitgebreide beschrijving is meer informatie te vinden in bijlage II. Voorafgaand aan de zes stappen geven we kort de basisgedachte weer die ten grondslag ligt aan WijKringen.

Onderzoeksteam WijKringen Versterken
(op deze foto ontbreken Leonie, Maaïke en Lisbeth)



Deze handreiking is ook in verbinding tot stand gekomen. Verschillende mensen hebben een bijdrage geleverd, bijvoorbeeld als respondenten van de interviews in het onderzoek WijKringen Versterken, zoals deelnemers, ondersteuners en vrijwilligers van WijKringen. Of als kritische meelezer bij deze uitgave. Ook willen we de verschillende organisaties bedanken die een bijdrage hebben geleverd aan het onderzoek; Pluryn, Het Inter-Lokaal & Tandem, Gemeente Nijmegen, Hogeschool van Arnhem en Nijmegen en Kenniscentrum HAN SOCIAAL. Al deze mensen willen we erg bedanken; zonder jullie was dit niet gelukt!

Nijmegen, mei 2018
Onderzoeksteam WijKringen Versterken: Anne Ketelaars, Annica Brummel, Chantal van Neienhuizen, Floor van Santvoort, Ida van Asselt-Goverts, Leonie Braks, Lisbeth Verharen, Maaïke Hermesen, Neeltje van Dijk, Nina Esmeijer, Ruth Gunsing en Tamara Willemsen

Basis van WijKringen

In deze handreiking staat wijkgericht werken vanuit WijKringen centraal. Hoewel we niet ingaan op alle facetten van WijKring, is het voor het begrip toch goed om kort stil te staan bij een aantal belangrijke gedachtes die ten grondslag liggen aan de aanpak.

Het gaat als het ware om een basis-houding voor het werken aan de zes stappen in wijkgericht werken. Een belangrijk element vormt de visie op ondersteuning. Een van de ondersteuners verwoordt dat als volgt:

‘Geef deelnemers het woord: Wat hebben zij nodig om er te kunnen zijn?’

De *Presentiebenadering* vormt hier een belangrijke onderlegger voor, waarbij het gaat om relationeel werken (Baart, 2017). Bij relationeel werken is het belangrijk dat de sociaal werker zich open, welwillend, belangstellend en geduldig inspant om tot een goed begrip te komen van de persoon (Baart, 2017). Wie is deze persoon, waar draait diens leven om, wat staat er op het spel, uit welke situatie wil hij vandaan en wat blijkt voor hem aantrekkelijk of de moeite waard? Een ondersteuner probeert er ‘te zijn’ voor de ander en de mensen in zijn of haar netwerk, met oprechte aandacht (Kal, 2016). Daarnaast vormt *Inclusie* in de vorm van de vijf waarden van John O’Brien (1998) een belangrijke basis voor de ondersteuning:



WijKring Heseveld

- 1. Relaties aangaan en versterken:** Versterken en uitbreiden van sociale netwerken.
- 2. Aanwezigheid in de samenleving:** Meedoen op gewone en alledaagse plekken.
- 3. Bijdrage leveren en competenties inzetten:** Ontdekken, activeren en benutten van talenten en competenties.
- 4. Gewaardeerde sociale rollen:** Bijdrage leveren of meedoen via positieve, krachtige en gelijkwaardige posities in de samenleving.
- 5. Eigen keuzes maken:** Maken van eigen en waardevolle keuzes (Stoffelen, 2016)

Elke WijKring stelt zelf zijn ethische waarden op: wat heeft elke deelnemer nodig om te kunnen zijn en doen wat diegene van waarde vindt? Dit zijn geen huisregels, maar waarden die zich richten op commitment van de deelnemers en die zorgen voor veiligheid en acceptatie in de groep.

1. De wijk Verkennen

Meedoen in de wijk gaat over het bezoeken van alledaagse plekken, zoals bijvoorbeeld een wijkcentrum, park, winkel, sportcentrum of café. Daarom is het van belang om te weten welke alledaagse plekken er zijn en wat voor activiteiten georganiseerd worden in de wijk.

Daarnaast kan gedacht worden aan ondernemers die actief zijn in een wijk of diensten en informatie die via online platforms of apps worden uitgewisseld, zoals Next Door of Thuisafgehaald. En misschien zijn er plekken in de wijk waar iemand terecht kan met vragen over bijvoorbeeld financiën.

De wijk kan dus op verschillende manieren een bijdrage leveren in het alledaagse leven, zoals op het gebied van vrijetijdsbesteding, sport, gezondheid of zingeving. Lang niet al deze plekken, diensten en voorzieningen zullen bij iedereen aansluiten. Maar om te weten wat bij iemand past is het wel van belang voor diegene om te verkennen wat er is, te ervaren wat deze plek kan bieden en vervolgens te beslissen welke betekenis deze kan hebben in het alledaagse leven van iemand.

‘Je moet weten wat er te doen is in de wijk en als deelnemers interesses hebben die daarbij aansluiten. Dus aansluiten bij wat er al is; het wiel hoeft niet twee keer te worden uitgevonden.’

Ondersteuner WijKring

Hoe doe je het?

Bij het verkennen van de wijk worden stappen gebruikt uit de methode *Asset-Based Community Development* (ABCD), die is ontwikkeld door Kretzman & McKnight (1993) in de Verenigde Staten (www.abcdinstitute.org) en in Nederland geïntroduceerd door het Landelijk Samenwerkingsverband Aandachtswijken (www.lsabewoners.nl). ABCD heeft als doel om van binnenuit te werken aan een economisch, cultureel en sociaal leefbare buurt. Dit doet zij door sociale relaties tot stand te brengen en onvermoede capaciteiten van bewoners, organi-

saties en instellingen te mobiliseren binnen de lokale gemeenschap (Brörmann, 2010). ABCD kent vijf stappen en met name de eerste twee stappen zijn erg geschikt om de wijk te verkennen (zie bijlage II voor een uitgebreidere beschrijving). Bij de eerste stap gaat het om het in kaart brengen van de aanwezige capaciteiten en vaardigheden in de wijk. Hierbij kan het gaan om de capaciteiten van individuele bewoners maar ook om de mogelijkheden van informele netwerken, de welwillendheid van organisaties en fysieke kwaliteiten in de buurt. Bij de tweede stap worden de bronnen of plekken verkend. Het gaat hierbij om het in contact brengen van individuen met plekken, voorzieningen en organisaties.

De wijk in kaart brengen

Bij de eerste stap kun je gebruik maken van verschillende kennisbronnen over de wijk. Je kunt informatie vinden in een lokale krant, zoals een wijkkrant of via sociale media. Als er een wijkcentrum, gezondheidscentrum of bibliotheek is, kun je daar meestal ook informatie vinden over de wijk. Je kunt ook nagaan wie jij zelf kent in deze wijk en wat deze personen zouden kunnen betekenen voor de WijKring. Deze verkenning kun je ook gelijk in de groep met deelnemers doen, bijvoorbeeld via de werkvorm *Jouw wijk in kaart* (zie afbeelding). Welke plekken of mensen kennen ze zelf, waar komen ze graag en waar zijn ze nog nieuwsgierig naar? Wat missen ze of waar zijn ze naar op zoek?

‘We hebben al veel ontdekt in de wijk maar er valt vast nog wel meer te vinden’.

Deelnemer WijKring

Een andere manier om in kaart te brengen wat er is, heeft betrekking op de beleving of waardering van de wijk. Hoe kijk je naar je wijk, wat vind je prettig of minder prettig in de wijk? Wat mis je in de wijk? Wat versta je onder veiligheid in de wijk? Hoe toegankelijk is de wijk? Een manier om dit te doen is samen door de

wijk wandelen, bijvoorbeeld via de werkvorm *Waarderend kijken* (deze werkvorm komt uit de *Oasis Game*). Ook *Jouw wijk in beeld*, waarbij foto's gemaakt worden van de wijk, is erg geschikt zodat je weet welke faciliteiten deze wijk biedt.

Plekken verkennen

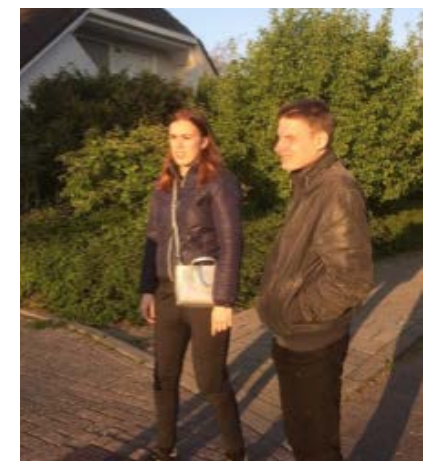
Bij de tweede stap van ABCD wordt gewerkt aan het verkennen van de bronnen of plekken die je in de eerste stap in kaart hebt gebracht. De deelnemers van WijKring gaan er op uit om de verschillende plekken te bezoeken (zie afbeelding). De keuze voor het bezoeken van plekken wordt door de groep zelf gemaakt. In sommige wijken worden meerdere eetactiviteiten georganiseerd, bijvoorbeeld in het wijkcentrum. Samen eten bij verschillende plekken in de wijk is een voorbeeld van het verkennen van de wijk. Of met de hele groep op bezoek gaan bij een fitness centrum en daar uitleg krijgen, het bezoeken van een moskee in de buurt of aansluiten bij burendag. Het kan soms best spannend zijn om ergens naar toe te gaan, maar in een groep is dat al makkelijker. Een van de ondersteuners geeft aan wat hiervoor nodig is:

‘Lekker de wijk in en gaan experimenteren en op onderzoek uit gaan, avontuur!’

Wat kan helpen is met een opdracht de wijk in te gaan, bijvoorbeeld via *Verhalen verzamelen*. Bij *Verhalen verzamelen* stellen de deelnemers vragen op voor plekken waar ze heen gaan. Na afloop maken ze een kort verslag (geschreven of gesproken) en plaatsen dat bijvoorbeeld op Facebook, op de website of in een wijkkrant.



Jouw wijk in kaart



De wijk verkennen

2. Talenten, interesses en sociale rollen

Om goed aan te kunnen sluiten in de wijk is het van belang om de interesses en talenten van de deelnemers van WijKring als uitgangspunt te nemen. Door uit te gaan van talenten en interesses wordt de nadruk gelegd op wat mensen kunnen en willen in plaats van wat ze niet kunnen.

Hierdoor is het ook mogelijk om mee te doen in zogenaamde gewaardeerde sociale rollen. Dit zijn sociale rollen die positief gewaardeerd worden in de samenleving en die ervoor zorgen dat deelnemers van WijKring gelijkwaardig mee kunnen doen. Vrijwilliger zijn bij een peuterspeelzaal, vaste deelnemer aan creatieve workshops, kok in een wijkcentrum of dj zijn tijdens een buurtfeest zijn voorbeelden van gewaardeerde sociale rollen in de wijk.

‘Wat ik voor de wijk heb gedaan? Ik heb meegedaan aan een onderzoek, een rapnummer gemaakt en ik heb gewoon een super gezellige tijd gehad.’

Deelnemer WijKring

Om te vertrekken vanuit talenten en interesses is het dus allereerst van belang om te achterhalen wat deelnemers graag doen en waar ze goed in zijn. Daarnaast is het ook van belang om te kijken wat wensen en ambities zijn van de deelnemers en wat ze eventueel nodig hebben om talenten en interesses daadwerkelijk in te kunnen zetten.

Hoe doe je het?

Alle deelnemers van WijKring starten met een eigen *Toekomstplan* (O'Brien, Pearpoint, & Kahn, 2010), dat ze in bijzijn van mensen uit hun sociale netwerk en ondersteuners maken. In het *Toekomstplan* worden doelen benoemd die de WijKring deelnemer waardevol vindt. Ook wordt in het *Toekomstplan* benoemd welke talenten en interesses iemand heeft en hoe die kunnen helpen om de doelen te bereiken. Het *Toekomstplan* kan ook informatie geven over wat deze persoon nodig heeft om mee te doen. Wat werkt voor deze persoon om succeservaringen op te doen, om stappen te zetten en om realistische doelen te behalen?

Om talenten en interesses in te zetten in het alledaagse leven, kunnen gewaardeerde sociale rollen steunend zijn. Het gedachtegoed van gewaardeerde sociale rollen is van Wolvensberger die het concept in 1983 onder de term *Social Role Valorization* (SRV) beschreef. Mensen met een beperking hebben vaak rollen die ondergewaardeerd worden: de

rol van cliënt, van uitkeringsgerechtigde, bewoner van een woonvorm. Tegelijkertijd kunnen mensen in hun leven een heleboel andere verschillende rollen hebben, bijvoorbeeld de rol van vriend, werknemer, collega, lid van een club, leerling, broer of moeder (Verdoorn & van Vulpen, 2011). Deze rollen geef je vorm met je talenten en leveren van alles op zoals vriendschap, waardering, inkomen, de mogelijkheid dingen te leren, de mogelijkheid anderen te ontmoeten (Verdoorn & van Vulpen, 2011). In de wijk zijn er ook verschillende sociale rollen die mensen kunnen vervullen (Brummel, 2017) zoals:

1. Buurman/buurvrouw
2. Deelnemer aan activiteiten
3. Vaste bezoeker van activiteiten
4. Vrijwilliger bij activiteiten

‘Eén deelnemer werd ambulant ondersteund en was eenzaam, kende niemand in de wijk. Nu is deze deelnemer vrijwilliger bij een wijkcentrum. Inmiddels heeft deze deelnemer WijKring niet meer nodig en ook de ambulante ondersteuning is eraf.’

Ondersteuner WijKring

Het is de taak van de ondersteuner of vrijwilliger de deelnemer te ondersteunen om sociale rollen te krijgen of te versterken, bij voorkeur op alledaagse plekken. Bij sociale rollen gaat het niet zozeer om deelname aan activiteiten, maar om sociale rollen die je kunt vervullen, bijvoorbeeld binnen een activiteit. De ondersteuner of vrijwilliger heeft oog voor het hele proces van het vervullen van sociale rollen, zodat de deelnemer positieve ervaringen op kan doen in gewaardeerde sociale rollen.

Talenten en interesses in kaart brengen

De ondersteuner of vrijwilliger kan samen met de deelnemer en zijn of haar netwerk in kaart brengen welke behoeften en interesses iemand heeft en brainstormen welke sociale rollen daarbij passen. Er zijn verschillende manieren waarop je talenten, interesses of hobby's in kaart kunt brengen. Bijvoorbeeld met behulp van diverse

spellen, zoals het Kwaliteitspel of Steekje los. Talentenjacht is een voorbeeld van een werkvorm die je in een groep kan uitvoeren (zie afbeelding). In eerste instantie schrijven de deelnemers op waar een ander goed in is. Dit kan heel uiteenlopend zijn, zoals muziek maken, taarten bakken, maar ook minder tastbare talenten zoals luisteren, koffie drinken of nee zeggen:

‘Een deelnemer wilde graag tuinieren, we zochten iemand die zelf moeite heeft met het onderhouden van de tuin.’

Ondersteuner WijKring

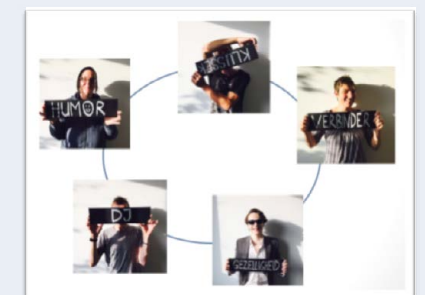
Samen wensen en ambities verkennen

Naast talenten, interesses en hobby's in kaart brengen is het ook belangrijk om te verkennen wat iemand hier verder mee wil doen. Het gaat dan enerzijds om het verkennen van wensen en ambities en anderzijds om te achterhalen wat iemand nodig heeft om mee te kunnen doen. Het Wat mensen wensen spel kan hier bij helpen. Met behulp van dit spel wordt verkend wat er nodig om ergens aan deel te gaan nemen en welke stappen de deelnemer zelf daar in kan ondernemen en waar hij of zij eventueel hulp bij nodig heeft.

‘Ik heb weer wat nieuwe mensen leren kennen, ben weer op wat plekken geweest waar ik eerst helemaal niet over nadacht om naar toe te gaan.’

Deelnemer WijKring

Voor deze eventuele hulp kan steun gezocht worden bij anderen uit de groep, zoals samen ergens naar toe gaan of informatie delen. Elkaar ondersteunen in de WijKring kan gaan over het inzetten en delen van vaardigheden zoals instanties bellen of benaderen. Of ervaringen delen over wat het inhoudt om op jezelf te gaan wonen. Hoe ga je om met je naaste buren (kennismaken, afstand, nabijheid etc.)? Hoe ga je om met nieuw contact? Wat verwacht je van anderen?



Talentenjacht

3. Versterken sociale netwerken

Mee kunnen doen in de wijk vormt een belangrijk onderdeel van WijKring. Meedoen in de wijk zorgt ervoor dat je nieuwe mensen leert kennen die in de buurt wonen, werken of bijvoorbeeld actief zijn als vrijwilliger.

Hierdoor wordt het sociale netwerk vergroot. Andere mensen uit de wijk gaan je herkennen, groeten je of maken een praatje. Het contact kan ook verder gaan, misschien kun je een sleutel van je huis bij iemand kwijt of ga je samen leuke dingen doen, of bij elkaar op bezoek. Veel deelnemers aan WijKring willen graag meer mensen leren kennen. De sociale rollen die hierboven beschreven zijn kunnen hier bij helpen.

Hoe doe je het?

Om sociale netwerken te versterken kan het steunend zijn om eerst het huidige sociale netwerk in kaart te brengen. Er zijn diverse instrumenten beschikbaar om een sociaal netwerk in kaart te brengen (Kruijswijk e.a., 2014), zoals een *Genogram*, een *Netwerkcirkel*, *Ecogram*, *Levenslijn* en de *Maastrichtse Sociale Netwerk Analyse*, aangepast voor mensen met een lichte verstandelijke beperking. Het gekozen instrument dient te passen bij de persoon om wie het gaat. Het is belangrijk dat het in kaart brengen van het netwerk geen doel op zich wordt, maar een middel is om

over relaties in gesprek te gaan. Het gaat daarbij zeker niet alleen om de omvang van het netwerk. De samenstelling van het netwerk is interessanter: de verhouding tussen familie, vriendschappelijke contacten (vrienden, burens, collega's en kennissen) en professionals. Daarnaast kan gekeken worden naar de gevarieerdheid en bereikbaarheid van de netwerkliden en de frequentie van de contacten. Ook kan het goed zijn na te gaan wie initiatief neemt tot een afspraak: is dat wederzijds of gaat het vooral van de persoon zelf of juist van de netwerkliden uit (Van Asselt-Goverts e.a., 2012)? Tevens is het van belang om naar de variatie in steun van sociale netwerken te kijken, zoals emotionele, praktische, cognitieve of materiële steun (Hortulanus, Machielse & Meeuwesen, 2006). Dit kan uiteraard niet zonder in gesprek te gaan met de persoon zelf en over de betekenis die het sociale netwerk voor de persoon heeft. Waarmee is de persoon tevreden, waarmee nog niet? Wat betekent het netwerk en welke wensen heeft de persoon voor zijn netwerk? (van Asselt-Goverts, 2016)

'Voorbeeld: deelnemer wil graag elke week bij een buurvrouw op de koffie. Dan gaan we samen actief op zoek naar een buurvrouw die dit leuk vindt.'

(Ondersteuner WijKring)

Samen netwerken versterken

De vervolgstap is te kijken naar mogelijkheden om het bestaande netwerk te versterken of uit te breiden, bijvoorbeeld door sociale rollen te vervullen of activiteiten te bezoeken. Je kunt de persoon coachen in het versterken van de huidige relaties, bijvoorbeeld door aandacht te geven aan het onderhouden van contacten, te bemiddelen bij misverstanden en conflicten, en verwaterde contacten te intensiveren. De andere deelnemers van WijKring kunnen hier ook een rol bij spelen, door herkenbare situaties met de groep te bespreken en te vragen hoe anderen hier mee omgaan. WijKring-deelnemers kunnen zo van elkaar leren. Het spel *Kletsborden* (zie afbeelding) kan helpen om inzicht te krijgen in het aangaan en onderhouden van sociale contacten. In het spel worden sociale situaties op een luchtige manier besproken.

Voor wat betreft het uitbreiden van het huidige sociale netwerk kan de voorgaande stap (Talenten, interesses en sociale rollen) steunend zijn.

Neem bijvoorbeeld de sociale rol van buurman of buurvrouw. Als een WijKring-deelnemer een nieuwe woning krijgt kan hij of zij bijvoorbeeld een housewarming organiseren voor de burens. Daarbij is het van belang om te achterhalen wat iemand nodig heeft om het sociale netwerk daadwerkelijk te vergroten. Ook hierbij kunnen de andere deelnemers van WijKring een rol spelen, bijvoorbeeld als het spannend is om iets alleen te ondernemen. Ondersteuners kunnen stimuleren dat deelnemers onderling elkaar hier in steunen:

'Als 1 iemand meedoet is het voor de anderen makkelijker. Ze lopen met elkaar mee in het donker. Elkaar opbellen, dan komen twijfelaars soms alsnog naar de bijeenkomst.'

(Ondersteuner WijKring)

Ook bestaande netwerkliden kunnen hier een rol in spelen. Het is belangrijk dat je in je dagelijks handelen ook altijd het perspectief van betrokken netwerkliden meeneemt. Ondersteuners kunnen bijvoorbeeld de 'wie' vragen stellen: wie weet hiervan, wie maakt zich zorgen hierover, met wie doe je dit graag samen, wie heeft hier goede ideeën over?



Kletsborden

4. Iets betekenen voor de wijk

Naast dat je je individueel kunt inzetten in de wijk, via gewaardeerde sociale rollen, is het ook mogelijk om als groep een bijdrage te leveren aan de wijk.

Het is prettig om een verschil te kunnen maken en iets te betekenen voor de wijk waar je woont. Als groep kun je meer doen dan in je eentje. Met je eigen WijKring kun je je eigen wijk leuker maken. Niet alleen je eigen WijKring profiteert daar van, maar ook andere wijkbewoners. Het is bovendien een manier om meer bekendheid te krijgen in de wijk. Iets betekenen voor de wijk kan groot zijn, zoals meehelpen bij een winterfair, maar ook klein, zoals een spel op straat spelen en voorbijgangers uitnodigen om mee te doen.

Hoe doe je het?

Om iets te kunnen betekenen voor de wijk is het van belang te weten waar de WijKring bij aan kan sluiten. Bij het verkennen van de wijk (zie eerste stap) kan inspiratie opgedaan worden. Er kunnen ideeën ontstaan om aan te sluiten bij bestaande activiteiten of om samen met andere wijkbewoners nieuwe activiteiten te gaan organiseren.

‘Wanneer ik met mensen uit de wijk praat, dan hoor ik dat er onder ouderen veel eenzaamheid is. Hier zou ik graag op willen inspelen door met onze deelnemers iets voor deze doelgroep te kunnen betekenen’

Ondersteuner WijKring

Bij het opzetten van nieuwe activiteiten kunnen ook stappen van ABCD gebruikt worden. De derde stap van ABCD betreft het activeren van een buurt rond relevante ontwikkelingen in de wijk. Dat kan bijvoorbeeld het inrichten van een wijkcentrum zijn, of de herinrichting van een park of plein tijdens NL doet (zie afbeelding). In de vierde stap komen wijkbewoners bij elkaar om te werken aan een plan voor de buurt, gericht op de lange termijn en op het oplossen van concrete problemen. Een andere methode die ingezet kan worden is het spelen van (onderdelen van) de *Oasis game*. Een onderdeel van deze aanpak is het *Waarderend kijken*, waarbij er vooral gekeken wordt wat er mooi is in een wijk. Dat wat mooi is kan bijvoorbeeld versterkt worden door middel van een activiteit.

Aansluiten bij bestaande initiatieven

Misschien zijn er al bestaande activiteiten waar de WijKring een rol in kan spelen, zoals olieballen bakken tijdens een kerstmarkt. Of als groep meedoen aan een halloween tocht voor kinderen door je te verkleden. Een WijKring kan ook een verslag maken van hun verkenning in de wijk en

delen met anderen, bijvoorbeeld door een stuk in de wijkkrant te plaatsen, zoals een bezoek aan de ijssalon. Of door verhalen en foto's te delen op Facebook.

Zelf een activiteit opzetten

Een WijKring kan ook zelf het initiatief nemen om een activiteit te organiseren. Zoals een ladiesnight organiseren in een café, kerststollen huis aan huis uitdelen met kerst, of burendag. Een activiteit opzetten kan echter ook simpel zijn, zoals het spel Jenga op straat spelen en voorbijgangers uitnodigen om mee te doen (zie afbeelding).

‘Een WijKring helpt mensen die in de wijk willen wonen en die per week bij elkaar komen. Dan gaan we elkaar leren kennen door de wijk te leren kennen en de wensen te vervullen van mensen.’

Deelnemer WijKring

Het organiseren van een activiteit levert niet alleen een positieve reactie op van andere wijkbewoners, ook later worden deelnemers van WijKring nog gegroet, of maken wijkbewoners een praatje. De deelnemers van WijKring leren andere wijkbewoners kennen. En de activiteiten kunnen weer leiden tot nieuwe activiteiten. Zoals bij de burendag, toen een van de burendag een sportcoach bleek te zijn en voor de WijKring graag een keer een clinic wilde verzorgen.



NL doet



Jenga spelen op straat

5. Meedoen en welkom zijn in de wijk

Om aan te sluiten bij bestaande activiteiten in de wijk is het van belang dat mensen zich hier ook prettig of welkom voelen. Dat je het gevoel hebt dat je er bij hoort, net als andere wijkbewoners.

‘Ik voel me eigenlijk best goed in de wijk. Je hebt wel eens op straat, dan loop je en dan zeg je goeiedag tegen mensen, sommigen zeggen heel vriendelijk wat terug en sommigen niet. Als je dat een paar keer achter elkaar hebt denk ik wel eens oh ja laat maar zitten, maar over het algemeen voel ik me hier wel prettig ja.’

Deelnemer WijKring

Soms is hier nog iets extra's voor nodig. Er kan bijvoorbeeld sprake zijn van vooroordelen ten aanzien van mensen met een beperking. Het zijn vaak hele subtiele vooroordelen, die mensen onbewust hebben. Vrijwilligers bij wijkcentra of bewonersgroepen weten bijvoorbeeld niet goed een houding aan te nemen ten aanzien van mensen met een beperking. Of ze vinden het de taak van begeleiders van een zorginstelling om aan inclusie te werken. Het is dan belangrijk om te kijken wat deze vrijwilligers en wijkbewoners nodig hebben, zodat iedereen mee kan doen die in de wijk woont.

Hoe doe je het?

Een methode die ingezet kan worden is het Kwartiermaken en richt zich op een gastvrije samenleving voor mensen die te maken hebben met uitsluiting (Kal, 2016). De kwartiermaker werkt aan een klimaat waarin zij welkom zijn en mee kunnen doen naar eigen wensen en mogelijkheden (Knevel & Kal, 2015). Het werk van een kwartiermaker is erop gericht uitsluiting tegen te gaan. Kwartiermaken accepteert en waardeert het anders-zijn van mensen (Kal, 2016). Voor dat anders-zijn dient ruimte gemaakt worden. Dit doet een kwartiermaker onder andere door draagvlak te vergroten in betrokken organisaties of samenlevingsverbanden voor deelname van mensen voor wie het niet altijd vanzelfsprekend is om mee te doen. Daarnaast zoekt een kwartiermaker naar duurzame samenwerkingsverbanden om de gastvrijheid te verankeren. Over dat laatste punt wordt ingegaan in de volgende stap. Kwartiermaken betekent dus dat je de belangen van betrokkenen achterhaalt, duidelijk maakt en behartigt (Kal, 2016).

Ruimte maken voor anders-zijn

Er zijn verschillende manieren om ruimte te maken voor anders-zijn in bijvoorbeeld een wijkcentrum of bij bewonersinitiatieven die activiteiten organiseren. Er kan bijvoorbeeld voorlichting gegeven worden over WijKring en de bijdrage die WijKring kan leveren in de wijk. Bij deze voorlichting kunnen deelnemers van WijKring ook zelf hun verhaal vertellen en de betekenis van meedoen in de wijk.

‘In de(ze) wijk zijn de mensen vooral gesloten, die zijn meer op zichzelf. Ik denk dat het daarom wel een beetje moeilijk is om de WijKring meer bekendheid te brengen.’

Deelnemer WijKring

Met vrijwilligers kan bespreekbaar gemaakt worden welke ervaringen ze hebben met anders-zijn en waar ze bijvoorbeeld vragen over hebben. Als deelnemers van WijKring mee gaan doen of een bijdrage gaan leveren aan bestaande activiteiten, kunnen ondersteuners van WijKring mee gaan. Ze kunnen vrijwilligers van bewonersinitiatieven ondersteunen

in het ruimte maken voor anders-zijn, bijvoorbeeld door ze tips te geven. Bij de organisatie van een wintermarkt (zie afbeelding) zijn ondersteuners aanvankelijk elke keer mee geweest met de deelnemers van WijKring bij de overleggen ter voorbereiding van het evenement.

Het jaar daarna nam de organisatie van de wintermarkt zelf contact op met de afzonderlijke deelnemers van WijKring zonder tussenkomst van de ondersteuners. Maar ook bij de deelnemers van WijKring zelf is het van belang om te achterhalen wat er speelt op het gebied van meedoen en welkom zijn in de buurt. De werkvorm *Over de streep* kan hierbij helpen.



Kerstmarkt

6. Samenwerken in de wijk

Meedoen in de wijk gaat niet vanzelf en is ook niet iets wat een persoon of groep alleen voor elkaar krijgt. De verschillende stappen die hiervoor beschreven staan laten dat zien. Het is van belang dat er kennis is over de activiteiten die in de wijk georganiseerd worden. Niet alleen kennis over het soort activiteiten, maar ook wie de contactpersonen zijn.

Veel van deze activiteiten zijn niet terug te vinden op internet; ze zijn informeel van aard. Sleutelfiguren hebben een groot sociaal netwerk in de wijk en kunnen een belangrijke rol spelen om te achterhalen waar welke initiatieven georganiseerd worden en wie de contactpersonen zijn. Maar ook ondernemers zijn van belang, bijvoorbeeld medewerkers van cafés, ijssalons of eethuisjes in de wijk.

Dat zijn plekken waar je elkaar kunt ontmoeten en als je er vaker komt, gaan medewerkers je herkennen. Verschillende professionals die in de wijk werken hebben ook veel bruikbare kennis, zoals opbouwwerkers, jongerenwerkers, beheerders van woningbouwcorporaties, de wijkagent of de huisarts. Ze kennen misschien plekken, maar ook wijkbewoners die actief zijn, of wijkbewoners die een vraag hebben waar de WijkKring een antwoord op kan geven. Zoals de basisschool die nog iemand zoekt om de moestuin bij te houden, of een mevrouw die vanwege een heupoperatie tijdelijk haar hond niet uit kan laten:

‘Via mijn netwerk heb ik een deelnemer gekoppeld aan een dame in de buurt. Zij had een heupoperatie gehad en kon/ mocht voor enkele weken geen trap lopen. Door dit contact hebben buurtgenoot en deelnemer een poosje leuk contact gehad.’

Ondersteuner WijkKring

Hoe doe je het?

Zodra een WijkKring van start gaat is het van belang om dit bekend te maken in verschillende netwerken en via communicatiekanalen. Bijvoorbeeld door voorlichting te geven voor een sociaal wijkteam of een stukje te schrijven in de wijkkrant. Ook kan de WijkKring acties bedenken om bekendheid te krijgen, zoals zelf een flyer maken of met een kraam op een wijkactiviteit te staan. Samenwerken gaat echter verder dan alleen naamsbekendheid krijgen. Zoals we in de stap hierboven zagen is het vanuit het *Kwartiermaken* ook van belang om duurzame samenwerkingsverbanden aan te gaan om de gastvrijheid te

verankeren. Hiervoor kun je op zoek gaan naar partners die hier een rol in willen spelen, zoals zorginstellingen, welzijnsorganisaties of belangenbehartigingsorganisaties. De werkvorm *Samenwerken in beeld* kan daarbij helpen.

‘Veel in de wijk aanwezig zijn, zodat je een bekend gezicht wordt/bent. Ik werk zelf ook letterlijk in de wijk op een openbare toegankelijke plek.’

Ondersteuner WijkKring

De samenwerking tussen WijkKring en het Talentenhuis in een wijk in Nijmegen is daar een goed voorbeeld van. In het Talentenhuis worden jongeren gemotiveerd om talenten te ontdekken en ontwikkelen. Jongeren met heel diverse achtergronden komen op basis van een gedeeld talent of interesse met elkaar in contact. Een aantal deelnemers van WijkKring doet hier wekelijks aan mee (zie afbeelding van activiteit kunst met licht). En de jongerenwerker van het Talentenhuis komt naar activiteiten van WijkKring. Samen werken ze aan een wijk waar iedereen zichzelf kan zijn.



Activiteit bij het Talentenhuis

Bijlage 1

Werkvormen per onderdeel

1. De wijk Verkennen

Jouw wijk in kaart

Nodig:

- Kopieer een plattegrond van de wijk
- Plak ze op een ondergrond waar je vlaggetjes in kunt prikken
- Verschillende kleuren vlaggetjes

Plaats de gekleurde vlaggetjes op de plattegrond. Elke kleur staat voor een andere vraag. Naderhand wordt een foto gemaakt van de plattegrond.

1. We beginnen met het paarse vlaggetje. Plaats dit vlaggetje op de plek waar je zelf woont.

Vragen:

- Wat vind je van je woonplek?
- Waar staat jouw wijk om bekend?
- Wat vind jij van jouw wijk?
- Heb je het gevoel dat je er helemaal bij hoort in wijk?
- Hoe is jouw contact met je burens?

2. Plaats nu de groene vlaggetjes op de plekken in de wijk die je nu veel bezoekt. Dit kunnen plekken zijn waar je kunt eten, om dingen te kopen, plekken waar je andere mensen ontmoet, waar je komt voor ontspanning, voor sport of hobby's, voor je geloof, voor uitgaan...

Vragen:

- Wat vind je leuk aan die plekken die je bezoekt?
- Waarom bezoek je juist die plekken?
- Wat kun je op deze plek doen?
- Ga je met anderen naar die plek of alleen?
- Aan welke activiteiten doe je mee in de wijk?
- Wat is jouw rol daarbij (bezoeker, vaste deelnemer, vrijwilliger)

3. De blauwe vlaggetjes staan voor plekken die je nog niet echt kent, maar wel je eventueel wel eens een kijkje zou willen nemen. Plekken waar je dus nog nieuwsgierig naar bent. De blauwe vlaggen kunnen dus niet op dezelfde plek als de groene staan.

Vragen:

- Wat zou je op die plek willen/kunnen doen?
 - Hoe komt het dat je hier nog niet geweest bent?
4. De rode vlaggetjes staan voor de plekken die je juist expres niet bezoekt. Plekken die je misschien wel kent maar waar je niet graag komt.

Vragen:

- Wat vind je niet fijn aan deze plekken
- Waarom bezoek je deze plekken niet?

Waarderend kijken

Jouw wijk in beeld

Verhalen verzamelen

Nodig:

- Camera
- Laptop en eventueel beamer

Dit is stap 1 uit de *Oasis game* (zie verderop): *Appreciative Gaze, de waarderende blik*: we starten met het leren zien van bestaande schoonheden in een omgeving, ook al is dit soms ver te zoeken. We waarderen wat er is en kijken niet naar wat er niet is, door bijvoorbeeld op zoek te gaan naar plekken waar creativiteit van de bewoners zich manifesteert.

- Ga in kleine groepjes de wijk in
Maak foto's van plekken waar creativiteit van bewoners zichtbaar is
- Kom na 45 minuten weer terug. Deel en bespreek de foto's met elkaar
- Je kunt deze opdracht in heel veel variaties doen.
Bijvoorbeeld: fotografeer klein geluk, verbondenheid, natuur etc.
- Ook zonder camera kun je opdrachten geven, die te maken hebben met zintuigelijke waarneming van de wijk ; welke geluiden hoor je, welke geuren ruik je etc.

Nodig:

- Foto camera's

1. Ga samen de wijk in. Maak foto's van plaatsen die belangrijk voor je zijn. Dat kunnen plekken zijn waar je graag komt, of plekken waar je minder graag komt.
2. Ga vervolgens met elkaar in gesprek over de foto's aan de hand van de volgende vragen.
 - Over welke foto wil je wat vertellen?
 - Wat vind je van deze plek?
 - Wie ontmoet je daar?
 - Wat betekent diegene voor je?
 - Voel je je op die plek welkom?
 - Welke rol heb je op die plek (bezoeker, vaste deelnemer, vrijwilliger)?
3. Bespreek op deze wijze een aantal foto's
4. Maak 2 groepen foto's. Een groep van foto's van plekken die prettig zijn. En een groep foto's van plekken die niet prettig zijn.
5. Ga met elkaar in gesprek:
 - Wat zorgt er voor dat je een plek prettig vindt?
 - Wat zorgt ervoor dat je een plek niet prettig vindt?
 - Wat zou je willen veranderen? Wat heb je daarvoor nodig? Wie kan je daarbij helpen?

Nodig:

- De hele WijKring (groep)
- Camera

Verhalen verzamelen gaat over nieuwsgierig zijn naar plekken en andere wijkbewoners:

- Op welke plekken kom je graag en waarom?
- Waar ben je nieuwsgierig naar?
Wie wil je leren kennen, waar wil je meer over weten?
- Ideeën voor mensen en vindplekken (buurtbakker, hiphoppers, muzikanten, krachtsporters, postbodes, vuilnismannen, thuisnaaiers, thuiskoks, groene vingers, friettentten, bejaardentehuis, kringloopwinkel

Vorbereidingsblad verhalenverzamelaars

1. Kies je onderwerp
2. Waarom wil je hier een item over maken?
3. Hoe gaan we ons voorstellen?
(Wij zijn WijKringers en zijn op zoek naar mensen die de wijk mooier maken)
4. Wat weet je al?
5. Wat wil je de kijker vertellen?
6. Wie ga je interviewen?
7. Waar gaan we filmen?
8. Welke vragen gaan we stellen?
9. Hoe borgen we de veiligheid en die van de persoon waar we aanbellen (bijv. Buiten blijven staan, toestemming vragen voor het gesprek)
10. Hoe verdelen we taken
(wie legt eerste contact, wie stelt vragen, wie maakt foto's of een filmpje, wie luistert mee)?

Voorbeeld vragen bij verhalen verzamelen

- Wat vind u van de wijk?
- Wat zijn uw lievelingsplekken in de wijk?
- Doet u dingen om van de wijk een feestje te maken?
- Wat zou de wijk nog mooier maken?
- Wat zou u doen als u de Burgemeester was?
- Waar krijgt u energie van?
- Wat maakt een huis een thuis?
- Naar wie bent u nieuwsgierig?
- Weet u waar uw straatnaam vandaan komt?
- Wat zou u andere mensen kunnen leren en wat wilt u zelf graag leren?

2. Talenten, interesses en sociale rollen

Kwaliteiten spel

Nodig:

- Spel Kwaliteitenspel

Doelen

1. Meer bewust worden van je eigen kwaliteiten.
2. Feedback geven en ontvangen; vergelijking van het zelfbeeld met het beeld dat anderen van jou hebben.

Randvoorwaarden

1. De spelers kennen elkaar.
2. Aantal spelers: 2 – 6.
3. Nodig: de kaarten 'kwaliteiten'.
4. Speelduur: 45 – 60 min.

Werkwijze

1. Elke deelnemer ontvangt willekeurig 5 kaarten met kwaliteiten erop. De rest van de kaarten worden blind op een stapeltje gelegd.

2. Als je aan de beurt bent, neem dan een extra kaart van het stapeltje. Van de 6 kaarten die je nu hebt, dien je er een weg te leggen, namelijk de kaart met die kwaliteit erop waarvan je vindt dat die het minst bij je past. Je kunt met deze kaart twee dingen doen:

- a. De kaart open voor die speler neerleggen, die volgens jou deze kwaliteit bezit. Geef ook kort de reden waarom je dat vindt. De andere speler laat deze kaart open voor zich op tafel liggen.

- b. Je legt de kaart op een apart stapeltje als je de kwaliteit niet kwijt kunt bij een van de andere spelers. Doe dit niet te snel. Optie a. heeft de voorkeur!

3. Op deze wijze gaat het spel verder totdat het stapeltje kaarten op is. Gaandeweg passen de 5 kwaliteiten die je in jouw handen hebt steeds meer bij jou.

4. Leg de kaarten die je in jouw handen hebt open op tafel en vergelijk ze met de kaarten die voor je liggen (vergelijking van het zelfbeeld met het beeld dat anderen van je hebben). Bespreek met elkaar de dingen die opvallen. Welke kaart vond je het leukst om te ontvangen?

5. Maak op basis van de kwaliteiten die je zelf gekozen hebt, de kwaliteiten die je ontvangen hebt en de overige kwaliteiten in het spel, een lijstje van de 8 meest karakteristieke kwaliteiten die jij hebt.

Opmerking

Bij deze spelvorm is het van belang erop te letten dat het aantal kaarten dat ieder ontvangt niet teveel uiteen loopt.

* Ontleend aan: De Magische Verbinding - Salvatore Cantore

<https://www.kwaliteitenspel.nl/nl/kaartspellen/nederlandstalig/kwaliteitenspel>

Steekje los

Nodig:

- Spel Steekje los

Het spel bestaat uit 385 kaartjes met vragen en opdrachten. De kaartjes zijn opgedeeld in acht thema's en een aantal verrassende kanskaarten. De acht levensthema's zijn:

- **Gezondheid:** Dit zijn vragen over (psychische) ziekte en gezondheid.
- **Hulp:** Vragen over (psychische) hulp zoeken, soorten hulpverlening voor mensen.
- **Thuis:** Dit thema gaat over je woonsituatie, je leefsituatie, financiën en zelfstandigheid.
- **Sociale contacten:** Hierbij horen alle contacten, zowel vrienden en vriendinnen, maar ook familieleden.
- **Relatie:** Met dit thema gaat het specifiek over een 'liefdesrelatie', gezin, zwangerschap, kinderen.

- **Studie en beroep:** Onderwerpen die hierbij horen zijn zowel de ervaringen en wensen op het gebied van studeren en werken. Ook vrijwilligerswerk hoort hierbij.

- **Vrije tijd:** Alles op het gebied van vrijetijdsbesteding en hobby's.

- **Zingeving:** Vragen over passie, de zin en de betekenis van het leven en je eigen doelen daarin. Ook spiritualiteit en geloof horen hierbij.

Deze thema's worden aan de hand van zes werkvormen gespeeld. De werkvormen zijn: tekenen/uitbeelden, raad het woord, uitspraken, kennisvragen, levensvragen en foto's.

Communicatiemiddel met diepgang

Het spel kan worden ingezet tijdens groepsgesprekken. Er is alle tijd om aan de hand van de vragen en opdrachten ervaringen en gedachten uit te wisselen. Elke vraag wordt eerst beantwoord door degene die aan de beurt is en vervolgens vertellen de andere spelers over hun ervaringen en/of gaan in gesprek over deze vraag of opdracht. Vooraf kun je kiezen met hoeveel thema's/speelborden je het spel wilt spelen. Je hoeft dus niet het hele spel te gebruiken.

Een Steekje Los is uitermate geschikt voor allerlei gelegenheden waarbij er sprake is van een groep die zich wil openstellen voor verdieping en bewustwording omtrent de psychische gezondheid. Hierbij valt te denken aan: zelfhulpgroepen, therapiegroepen, scholen, trainingen, intervisie, teambuilding.

<https://debagagedrager.nl/producten/eigenwijs-spel/bordspel-een-steekje-los/>

Talenten jacht

Nodig:

- A3 papier
- Gekleurde stiften

1. Iedereen krijgt een eigen A3 vel papier en een eigen kleur stift. Je schrijft je naam midden op het vel.

2. Alle deelnemers lopen rond en schrijven op de papieren van de anderen:

- Waar is deze persoon goed in, wat is zijn/haar kwaliteit?
- Wat doet hij/zij graag? Wat zijn de interesses of hobby's?

3. Als iedereen klaar is, leest de persoon zelf voor wat er op zijn blad geschreven staat. Aan de persoon wordt gevraagd:

- Herken je je in de dingen die er staan?
- Missen er nog dingen die je er graag op wilt? Zet die erop!
- Aan de anderen: zijn er activiteiten of plekken in deze wijk die aansluiten bij de interesses of hobby's van deze persoon?
- Aan de anderen: kennen jullie mensen in de wijk met dezelfde interesses of hobby's?
- Wat doe je al in of voor de wijk met je talenten en je hobby's?
- Welke rol heb je daarbij (bezoeker, vaste deelnemer of vrijwilliger?)
- Wat zou je nog meer willen doen in en voor de wijk met je talenten en hobby's?

4. Iedere persoon komt op deze manier aan de beurt.

5. Als afronding wordt besproken of er dingen zijn die deelnemers met elkaar willen doen in de wijk (de groep als geheel of een aantal deelnemers met elkaar).

Wat mensen wensen spel

Nodig:

- Spel Wat mensen wensen

Per thema zijn er 16 kaarten met een afbeelding, met daaronder een gekleurde balk die het thema weergeeft. Door te associëren op de afbeelding, gestimuleerd door ondersteunende vragen van de (spel)begeleider/coach, komen wensen bij cliënten naar boven. De gele kaarten met een vraagteken zijn 'vrije kaarten' die cliënten helpen wensen te ontdekken buiten de bijgeleverde thema's. De grote Praatkaart met afbeeldingen zorgt voor een gestructureerd gesprek over een wens. Aan bod komen onder andere het duidelijk verwoorden van de wens, wat er nodig is om de wens te realiseren, welke knelpunten realisatie in de weg staan en welke ondersteuning nodig is. Op de actiekaart kan een wens worden genoteerd en eventuele te verwachten problemen, tips, of mogelijke oplossingen. En tenslotte een of meerdere acties om de wens verder te onderzoeken of om deze te realiseren.

<https://edubooks.nl/product/wat-mensen-wensen/>

3. Versterken sociale netwerken

Ecogram

Bij het tekenen van het ecogram inventariseert de ondersteuner eerst alle contacten uit het informele deel van het sociale netwerk van de deelnemer en vervolgens ook de contacten uit het formele sociale netwerk. Je brengt dus in kaart wie de familieleden, vrienden, kennissen, burens en hulpverleners zijn. De verschillende categorieën kunnen elk een eigen kleur krijgen.

Vul het ecogram in door middel van het stellen van de volgende vragen:

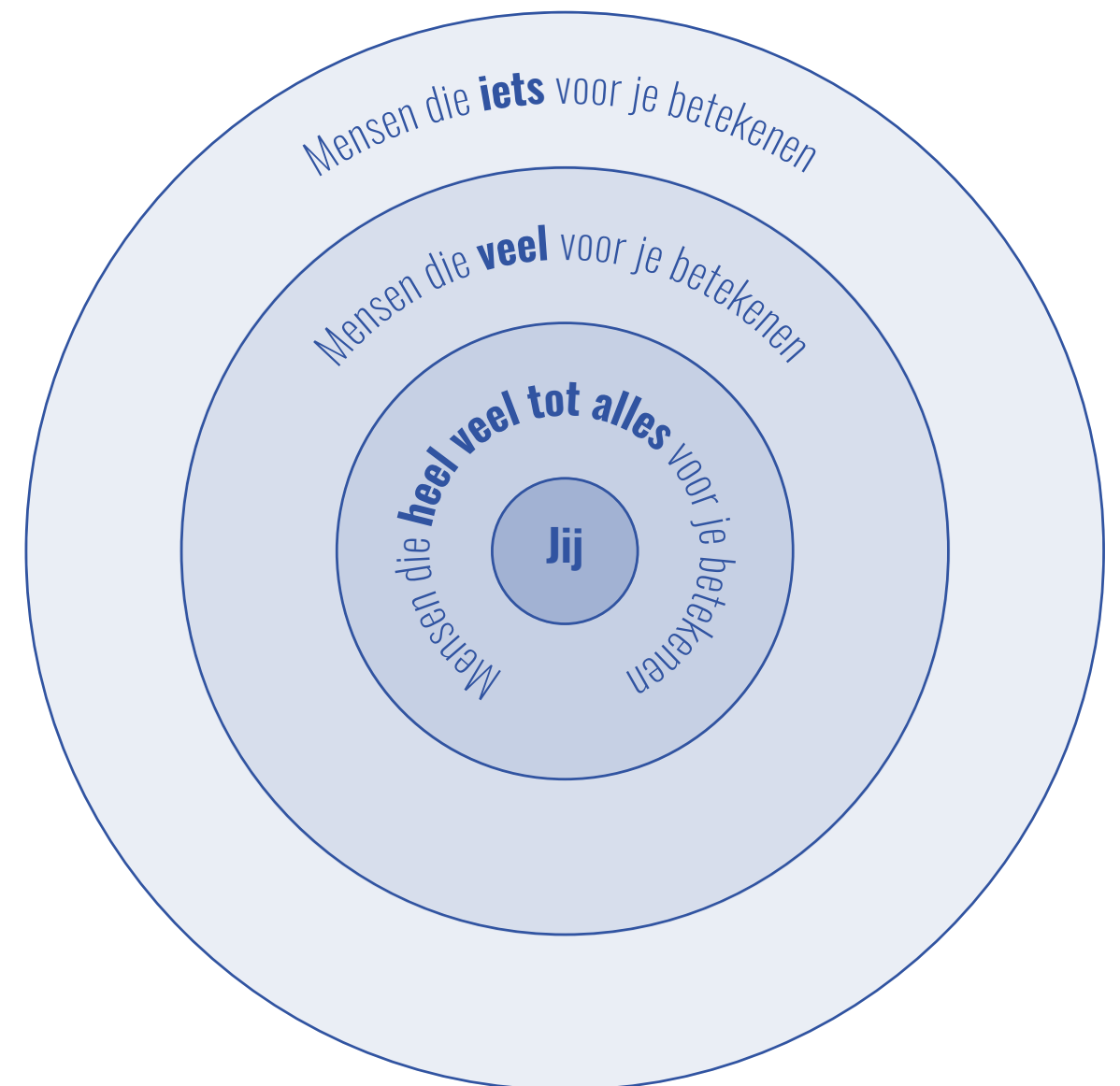
- Wie zijn de meest belangrijke mensen die je kent, die veel tot alles voor je betekenen? (Zet deze in de eerste cirkel).
- Ken je mensen die iets minder belangrijk zijn, maar nog steeds veel voor je betekenen? (Zet deze in de tweede cirkel).
- Heb je nog contact met andere mensen die iets voor je betekenen en die je op het ecogram wilt? (derde cirkel).

Doorvragen en eventuele mogelijkheden noemen:

- Denk eens aan: sportclub, vrijwilligers, soos, lotgenoten, mensen van de kerk, de burens en hulpverleners/begeleiders.
- Zijn er mensen op werk/school waar je net iets meer mee hebt?

Het ecogram zoals hier weergegeven is aangepast overgenomen uit:
Van Asselt-Goverts, A. E. et al. (2012). Handleiding Maastrichtse Sociale Netwerk Analyse voor mensen met een Verstandelijke Beperking (MSNA-VB). Nijmegen: Hogeschool van Arnhem en Nijmegen.

Ecogram



Lectoraat 'Zorg voor Mensen met een Verstandelijke Beperking'
van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen (HAN)

Versie januari 2012

Klets borden

Nodig:

- Spelbord kletsborden

Inleiding:

Kletsborden (Heessels & Duijf, 2016) is een spel dat studenten, docenten en mede-onderzoekers met een lichte verstandelijke beperking samen hebben gemaakt. Je kunt het spelen met als doel om:

- Elkaar en jezelf beter te leren begrijpen.
- In gesprek te gaan over sociale relaties en te ervaren wat die voor je betekenen.
- Je grenzen in sociale relaties te leren kennen.
- Je dromen te onderzoeken.
- Te ontdekken hoe je het liefste samenwerkt.

Opdracht:

- Speel samen het spel 'Kletsborden'. Je kan het spelen met twee tot zes deelnemers.
- Het spel is onder meer te leen bij het studiecentrum van de HAN en Pluryn en te koop bij www.spelplus.nl.

Evalueer daarna gezamenlijk:

- Hoe vond je het om dit spel te spelen?
- Wat heeft het spel je geleerd over jezelf?
- Wat heb je geleerd over en van je medespelers?
- Hoe heb je het samenwerken ervaren?

Tip:

De persoonlijke vragen die voortkomen uit het spelen van het spel, kun je samen met een ander oppakken met de 'doorspeelkaarten' van het spel. In deze doorspeelkaarten zitten ook oefeningen waarmee je expliciet kunt ontdekken wat 'goede' samenwerking voor jou of voor een ander betekent.

Hal, L. van, Heessels, M., Asselt-Goverts, I. van, & Hermesen, M. (2017).

Op ervaringen kun je bouwen. Een handreiking voor onderwijs en Praktijk. Nijmegen: Hogeschool van Arnhem en Nijmegen).

Voor meer informatie, zie het filmpje over het ontstaan van het spel: <https://vimeo.com/182682194>



4. Iets betekenen voor de wijk

Oasis Game

Nodig:

- Werkvormen uit Oasis game
- Iemand die ervaring heeft met Oasis games.

De zeven stappen in een OASIS-game (uit: Op stap met het opbouwwerk, Tandem, 2016).

In de Elos filosofie doorlopen de deelnemers stap voor stap de verschillende fases:

1. Appreciative Gaze, de waarderende blik:

we starten met het leren zien van bestaande schoonheden in een omgeving, ook al is dit soms ver te zoeken. We waarderen wat er is en kijken niet naar wat er niet is, door bijvoorbeeld op zoek te gaan naar plekken waar creativiteit van de bewoners zich manifesteert.

2. Affection, het opbouwen van relaties:

nadat we schoonheden hebben ontdekt en vastgelegd, gaan we hierover met bewoners in gesprek. We gaan op zoek naar 'de mens' in de buurman en ontdekken zijn kracht en hoe die in te zetten is voor de buurt. Het samenwerken aan een betere leefomgeving is namelijk leuker als je daarbij het beste van jezelf in kan brengen.

3. Dream, het vinden van een gezamenlijke droom:

we willen de beste leefomgeving creëren die je maar kan bedenken en daarvoor gaan we in gesprek met de bewoners over hun dromen voor zichzelf en de buurt. De nadruk wordt gelegd op wat er (mogelijk) is en niet op wat er niet is, oftewel we denken vanuit dromen en niet vanuit problemen. Als mensen abstract dromen (veiligheid, meer spelen), proberen we dit concreet te maken (schommel, ontmoetingsplek, meer kleur). Het doel van deze fase is het omschrijven van dromen voor de wijk, het vinden van talenten en fysiek inzetbare middelen om de droom te kunnen realiseren.

4. Care, de droom ontwerpen:

alle buurtbewoners zijn uitgenodigd om samen, tijdens een interactieve participatieavond, de collectieve droom te kiezen en uit te werken. We gebruiken de creativiteit van het collectief om tot de ultieme droom van de gemeenschap te komen en vervolgens wordt de droom in subgroepen ontworpen en op schaal nageemaakt. Een jury, bestaande uit een jongere, oude bewoners en mensen met zeggenschap, kiezen uit de verschillende schaalmodellen wat zij het mooiste en beste vinden. De deelnemers maken uiteindelijk één definitief model.

5. Miracle, samen aan de slag:

samen met burens, professionals, vrijwilligers gaan we bouwen, klussen en verven. Er wordt daarbij zoveel mogelijk gebruik gemaakt van lokale talenten en materialen. Als bewoners hun eigen ideeën tot uitdrukking kunnen brengen, zal een spectaculair eindresultaat ontstaan dat ieders verwachtingen overtreft. Tevens wordt er een feestje van gemaakt; samen voor de buurt werken moet plezierig zijn.

6. Celebration, samen vieren:

vergeet nooit te vieren wat je bereikt hebt! We zullen stilstaan bij het gezamenlijke resultaat en de uitkomsten van de gezamenlijke inzet vieren met het benoemen van de resultaten, muziek, eten en drinken.

7. Re-evolution, samen door:

in deze fase willen we bewoners de tools meegeven om met dezelfde energie en spirit zelf nieuwe initiatieven te ontplooien. We willen doorbouwen op het versterkte zelfvertrouwen en de opgebouwde collectieve energie.

De OASIS-game kan in zijn geheel in een wijk of buurt worden uitgevoerd, en principes en werkvormen kunnen apart worden toegepast.

5. Meedoen en welkom zijn in de wijk

Over de streep

Nodig:

- Tape/krijt
- Stellingen

Vorbereiding:

- Maak op de grond een streep met het tape.
- De deelnemers komen bij de streep staan.

Uitleg:

Kom allemaal bij de streep staan. We leggen jullie straks een aantal stellingen voor. Als je het met de stelling eens bent kom je in het 'eens-vak' staan, dat is over de streep. Als je het niet eens bent met de stelling blijf je staan waar je nu bent, in het 'oneens-vak'. Na elke stelling kun je vertellen waarom je het eens of oneens bent met de stelling.

Stellingen:

1. Ik ga vaak bij mensen uit de wijk op bezoek.
2. Ik heb goed contact met mensen uit mijn straat.
3. In deze wijk zijn leuke dingen te doen.
4. In deze wijk heb ik het gevoel dat ik er helemaal bij hoor.
5. Woon je bij je familie in de buurt?
6. Ken je jouw directe burenen bij naam?
7. Heb je jouw huisarts, apotheek, tandarts in de buurt?
8. Sport je in de buurt?
9. Weet je waar je wijkcentrum zit?
10. Heb je iemand in de buurt waar je op terug kan vallen?
11. Is jouw werkplek gastvrij naar vreemde anderen? Ouders / familie / buurtbewoners / bedrijven / andere instanties?
12. Ben je gastvrij in je privéleven?

Deze werkvorm komt uit de training Kwartiermaken, Samen op Avontuur In De Wijk (Willemsen, 2017)



6. Samenwerken in de wijk

Samenwerking in beeld

Nodig:

- 6 grote vellen papier
- 1. Hang 6 grote vellen papier op aan de muur, met daarop de volgende teksten:
 - Welke organisaties werken in deze wijk? Wat bieden zij? Wie ken je daar?
 - Wat werkt bevorderend bij de samenwerking?
 - Wat werkt belemmerend bij samenwerking?
 - Wat heb je nodig om meer te kunnen samenwerken?
 - Welke tip geef je anderen als het gaat om samenwerking met organisaties?
 - Wat ook nog belangrijk is als het gaat om samenwerking in deze wijk....
- 2. Laat teamleden rondlopen en zoveel mogelijk ideeën noteren
- 3. Nabespreking: 1 teamlid leest steeds voor wat er opgeschreven is en er wordt kort met elkaar uitgewisseld.
- 4. Als afsluiting wissel je uit welke stap ieder zelf gaat zetten de komende tijd om meer samen te gaan werken.

Bijlage 2

Uitleg methoden en benaderingen

Presentie benadering

De grondlegger van de presentiebenadering is Andries Baart, die een proefschrift schreef over de theorie van presentie (Baart, 2001). Het gaat om relationeel werken (Baart, 2017). Bij relationeel werken is het belangrijk dat de sociaal werker zich open, welwillend, belangstellend en geduldig inspant om tot een goed begrip te komen van de persoon (Baart, 2017). Wie is deze persoon, waar draait diens leven om, wat staat er op het spel, uit welke situatie wil hij vandaan en wat blijkt voor hem aantrekkelijk of de moeite waard? (Baart, 2017). De sociaal werker ziet en begrijpt de ander en stemt zijn handelen daar voortdurend op af, om zo het goede te doen voor die ander (Baart, 2017). De presentiebenadering is erop gericht de kloof te overbruggen tussen de bureaucratische systeemwereld van voorzieningen enerzijds en de vaak chaotische leefwereld van kwetsbare mensen anderzijds (Kal, 2016).

Het is belangrijk dat de sociaal werker goed luistert naar de problemen van de ander en hoe de ander deze beleeft en deze erkent, ook als e.e.a. voor hem niet direct duidelijk is (Kal, 2016). Een sociaal werker probeert er 'te zijn' voor de ander en de mensen in zijn of haar netwerk, met oprechte aandacht (Kal, 2016). De sociaal werker ziet de ander als iemand die leeft in en uit relaties: mensen die ondersteuning vragen zijn allereerst vader, dochter, buurman, vriend etc. (Baart, 2017). Een sociaal werker dient die loyaliteiten te respecteren en iemand te ondersteunen zijn leven te midden van anderen zo goed mogelijk voort te zetten (Baart, 2017).

Inclusie

Sociale inclusie gaat enerzijds over het stimuleren van participatie en anderzijds over het terugdringen van uitsluiting in de samenleving (Bolsenbroek en Houten, 2010). John O'Brien (1989, p. 23) heeft vijf waardevolle ervaringen onderscheiden die een operationalisering zijn van het concept sociale inclusie van mensen met een beperking (zie afbeelding). Deze vijf waardevolle ervaringen kunnen een grondlegger vormen bij de ondersteuning voor mensen met een beperking (Stoffelen, 2016):

- 1. Relaties aangaan en versterken.**
Het versterken en uitbreiden van sociale netwerken.
- 2. Aanwezigheid in de samenleving.** Iedereen is in de eerste plaats burger. Participatie in de samenleving wordt dan ook vormgegeven op gewone en alledaagse plekken.

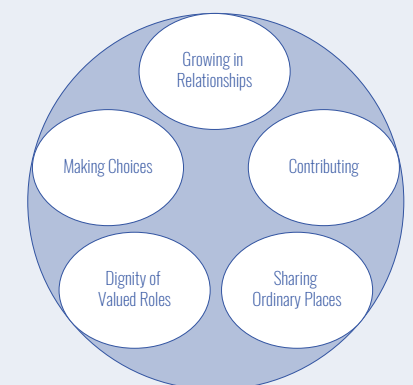
- 3. Bijdrage leveren en competenties inzetten.** Er wordt uitgegaan van het ontdekken, activeren en benutten van talenten en competenties van mensen.

- 4. Gewaardeerde sociale rollen.** Mensen leveren een bijdrage of doen mee via positieve, krachtige en gelijkwaardige posities in de samenleving. Ze doen mee in gewaardeerde sociale rollen die bijdragen aan een volwaardige plek in de samenleving.

- 5. Eigen keuzes maken**
Bij het vormgeven van kwaliteit van leven is het van belang om te achterhalen wat iemand waardevol vindt en dat elke persoon in staat is om eigen waardevolle keuzes te maken.

Meer lezen:

- **O'Brien, J.** (1989). What's worth working for? Leadership for better quality human services. gedownload van <http://thechp.syr.edu/whatsw.pdf> (25-09-12)
- **Stoffelen, S.** (2016). Inclusie. Sterker in de samenleving dankzij inclusie. Nijmegen: Pluryn.



vijf waardevolle ervaringen
van John O'Brien (1989)

Toekomst plannen

Person Centered Planning (PCP) is een planningsmethode waarbij de persoon centraal staat. Person Centered Planning is een verzamelnaam voor een groot aantal planningstijlen die eind vorige eeuw ontwikkeld zijn in de Verenigde Staten door o.a. O'Brien, Mount, Forest en Pearpoint. Al deze stijlen hadden met elkaar gemeen dat zij niet gericht waren op het zorgsysteem, maar op de persoon, niet op stoornissen, maar op capaciteiten een talenten, niet op het oordeel van professionals, maar op de verhalen van hen die de persoon goed kennen (Mount, 2000). De methode staat in Nederland bekend als Persoonlijk Toekomst Plan.

Er worden twee belangrijke varianten in werkwijzen onderscheiden: PATH en MAPS (O'Brien, Pearpoint & Kahn, 2009). PATH staat voor Planning Alternative Tomorrows with Hope. MAPS staat voor Making Action PlanS (O'Brien, Pearpoint & Kahn, 2009). Bij beide werkwijzen nodigt de persoon een aantal mensen uit zijn netwerk uit om een avond mee te denken. Dit gaat om informele netwerkleden, maar ook professionals mogen uitgenodigd worden. Bij de netwerkbijeenkomst staat centraal wie de persoon is, wat dromen en doelen zijn en wordt een gezamenlijk plan gemaakt. Een facilitator leidt de bijeenkomst; een recorder tekent en schrijft dat wordt gezegd wordt op grote flappen die in de ruimte hangen. Hieronder worden beide werkwijzen toegelicht.

PATH kent de volgende stappen (Steman & van Gennep, 2004):

- 1. Droom.** Wat is de ideale situatie, de droom, de hartenwens? Welke richting gaan we op?
- 2. Einddoel.** Wat wil de persoon na 6 maanden of 1 jaar bereikt hebben?
- 3. Nu situatie.** Wat zijn de huidige feiten en omstandigheden?
- 4. Betrokkenheid van anderen.** Wie zijn betrokken of kunnen betrokken worden? Wat kan wie bijdragen?
- 5. Manieren ontdekken om krachtiger te worden.** Welke kennis of vaardigheden kunnen ontwikkeld worden? Welke relaties kunnen gelegd worden?
- 6. Acties 3-6 maanden.** Welke acties gaan leiden tot het doel?
- 7. Actie komende maand.** Wie gaat wat wanneer doen?
- 8. Wat is de eerste stap?** Welke barrières worden daarbij ervaren? Welke ondersteuning van wie is daarbij nodig?

MAPS kent de volgende stappen: (SDSU Interwork institute, 2010)

1. Wie is deze persoon en wie zijn de mensen om hem/haar heen?
2. Wat is zijn/haar verhaal/ geschiedenis?
3. Wat zijn zijn/haar dromen/doelen
4. Wat zijn zijn/haar angsten of nachtmerrie?
5. Wat zijn zijn/haar talenten, sterke kanten, kwaliteiten?
6. Wat werkt er voor hem en wat niet?
7. Hoe starten we? (wie, wat, wanneer, wie volgt proces)
8. Hoe nemen we de eerste stappen?

Meer lezen:

- **Leeden, L. van der & Nas, M.** (2012). Person Centered Planning. Handleiding voor medewerkers van E-Xperience! Nijmegen: Hogeschool van Arnhem en Nijmegen
- **O'Brien, J., Pearpoint, J., & Kahn, L.** (2010). The PATH and MAPS Handbook. Person Centered ways to build community. Toronto: Inclusion Press.
- **Verdoorn & van Vulpen** (2011). Werken aan kwaliteit van bestaan. Bouwstenen voor inclusief ondersteunen. Amsterdam: Uitgeverij Boom Nelissen.
- **Claes, C., Hove, G. van, Vandevelde, S., Loon, J. van, & Schalloek, R. L.** (2010). Quality of life measurement in the field of intellectual disabilities; eight principles for assessing quality of life-related personal outcomes. Social Indicators Research, 98, (1), 61-72.

Aan de slag:

- **Door Huiseling, Wibaut, & Wieringa,** (2004) is het werkboek 'Het is mijn leven' ontwikkeld, gebaseerd op de ideeën van PCP. Het is bedoeld voor mensen met een beperking die richting willen geven aan hun leven en hun toekomst. Het is online beschikbaar op https://www.canonsociaalwerk.eu/1992_Toekomstplanning/HetismijnLevenboek.pdf

Sociale netwerkversterking

Een steunend sociaal netwerk is belangrijk voor ervaren kwaliteit van bestaan. Echter, de sociale netwerken van kwetsbare wijkbewoners zijn niet altijd groot. Bij sociale netwerken gaat het om familie, vrienden, burens, collega's en kennissen; dit wordt ook wel het informele netwerk genoemd. Daarnaast kan het bij het sociale netwerk ook om professionals of vrijwilligers gaan; dit wordt ook wel het formele netwerk genoemd. Als netwerken klein zijn of onvoldoende steun bieden, hebben sociaal werkers een belangrijke taak in het versterken en uitbreiden ervan. Het is daarom belangrijk dat sociaal werkers zicht krijgen op de samenstelling en betekenis van het netwerk van de kwetsbare wijkbewoner. Het is belangrijk dat het in kaart brengen van het netwerk geen doel op zich wordt, maar een middel om over relaties in gesprek te gaan.

Een netwerk analyseren doe je dus niet alleen, achter je bureau, maar samen met de persoon om wie het gaat. Bij het analyseren gaat het zeker niet alleen om de omvang van het netwerk: omvang op zichzelf zegt nog niet zoveel. De samenstelling van het netwerk is interessanter:

de verhouding tussen familie, vriendschappelijke contacten (vrienden, burens, collega's en kennissen) en professionals. Tevens is het van belang om naar de variatie in steun van sociale netwerken te kijken, zoals emotionele, praktische, cognitieve of materiële steun (Hortulanus, Machielse & Meeuwesen, 2006). Dit kan uiteraard niet zonder in gesprek te gaan met de persoon met een lichte verstandelijke beperking zelf.

De vervolgstap is te kijken naar mogelijkheden het bestaande netwerk te versterken of uit te breiden. Sociaal werkers kunnen de persoon coachen in het versterken van de huidige relaties, bijvoorbeeld door aandacht te geven aan het onderhouden van contacten, te bemiddelen bij misverstanden en conflicten, en verwaterde contacten te intensiveren. Ook kunnen zij de persoon coachen in het aangaan van nieuwe contacten, bijvoorbeeld via vrijetijdsbesteding, via zoeken naar mogelijkheden in de buurt en via maatjes- of vrijwilligersprojecten (van Asselt-Goverts 2016; Smit & Gennep, 2002).

Het is belangrijk dat sociaal werkers ook in hun dagelijks handelen niet

alleen in contact zijn met die ene persoon met een ondersteuningsvraag, maar ook altijd het perspectief van betrokken netwerkleden meenemen. In verschillende methoden, zoals o.a. 'Een sterk sociaal netwerk' (Hofman & Van de Lustgraaf, 2008), wordt ingezet op een netwerkbijeenkomst. Hierbij nodigt de persoon belangrijke anderen uit om met hem of haar mee te denken om te komen tot een plan dat afgestemd is op vragen en doelen van de persoon. Ook in de praktijk van alledag kunnen sociaal werkers 'in het klein' netwerkbijeenkomsten houden door mensen uit te nodigen een ander mee te nemen naar een gesprek. Sociaal werkers kunnen vaker 'wie vragen' stellen: wie weet hiervan, wie maakt zich zorgen hierover, met wie doe je dit graag samen, wie heeft hier goede ideeën over?

Uit onderzoek blijkt dat een sociaal netwerk versterken of uitbreiden lastig kan zijn: er worden veel belemmeringen ervaren (van Asselt-Goverts, 2016). Bevorderende factoren zijn er echter ook, bijvoorbeeld het werken met een plan, aansluiten bij interesses, bewustwording en het bieden van maatwerk (van Asselt-Goverts, 2016).

Meer lezen:

- **Hofman, E. & Lustgraaf, M. van de** (2008). Een sterk sociaal netwerk. Handleiding voor vrijwilligers en organisaties. Utrecht: Movisie en PhiladelphiaSupport.
- **Kruijswijk, W., Veer, M. van der, Brink, C., Calis, W., Maat J.W. van de, & Redeker I.** (2014). Aan de slag met sociale netwerken: De 44 meest bekende methoden verzameld. Utrecht: Movisie.
- **Smit, B., & Gennep, A. van.** (2002). Sociale netwerken bij mensen met een verstandelijke handicap. Utrecht: NIZW.

Gewaardeerde sociale rollen

Het gedachtegoed van gewaardeerde sociale rollen is van Wolfensberger die het concept in 1983 onder de term ‘*Social Role Valorization*’ (SRV) beschreef. Wolfensberger definieert SRV als “The application of empirical knowledge to the shaping of the current or potential social roles of a party (i.e., person, group, or class) -- primarily by means of enhancement of the party’s competencies & image -- so that these are, as much as possible, positively valued in the eyes of the perceivers” (Wolfensberger & Thomas, 2005 in Osborn 2006, pag. 4). Het gaat dus om het vormgeven van de huidige of potentiële sociale rollen van een persoon of groep door de competenties en het imago van deze persoon of groep te versterken, zodat deze zoveel mogelijk positief gewaardeerd worden in de ogen van de waarnemers.

Mensen kunnen in hun leven een heleboel verschillende rollen hebben, bijvoorbeeld de rol van vriend, van werknemer, collega, van lid van een club, van leerling, van broer, van moeder (Verdoorn & van Vulpen, 2011). Deze rollen geef je vorm met je talenten en leveren je van alles op; vriendschap, waardering, salaris, de mogelijkheid dingen te leren, de

mogelijkheid iets voor anderen te doen (Brummel, 2017; Verdoorn & van Vulpen, 2011). Mensen met een beperking hebben vaak rollen die ondergewaardeerd worden: de rol van cliënt, van uitkeringsgerechtigde. Het is de taak van de sociaal werker de persoon te ondersteunen om sociale rollen te krijgen of te versterken.

In de zorg wordt nog vaak gedacht in termen van activiteiten. Bij SRV gaat om niet om activiteiten, maar om sociale rollen. Een sociale rol herbergt tal van activiteiten, mogelijkheden en keuzes. In een rol kun je je ontwikkelen. De sociaal werker kan samen met de persoon nagaan hoe zijn activiteiten omgebouwd kunnen worden naar gewaardeerde sociale rollen, waarin veel meer groei en variatie mogelijk is (Verdoorn & van Vulpen, 2011). De sociaal werker ondersteunt in een positieve beeldvorming door oog te hebben voor de beelden die de persoon over zichzelf heeft en door te werken aan positieve voorbeelden en ervaringen (Verdoorn & van Vulpen, 2011). Daarnaast kan gewerkt worden aan versterken van competenties, door de persoon de kans te geven zich te ontwikkelen, ondersteund door anderen en toegankelijke reguliere organisaties (Verdoorn & van Vulpen, 2011).

In de wijk hebben mensen verschillende gewaarde sociale rollen (Brummel, 2017): (1) Buurman/buurvrouw; (2) Deelnemer aan activiteiten; (3) Vaste bezoeker van activiteiten; (4) Vrijwilliger bij activiteiten. Als sociaal werker kun je samen met de persoon nagaan welke van deze rollen hij vervult en wil vervullen en wat er voor nodig is dit te realiseren.

Meer lezen:

- **Brummel, A.** (2017). Sociale verbinding in de wijk. Mogelijkheden voor sociale inclusie van wijkbewoners met een lichte verstandelijke beperking of psychische aandoening (proefschrift). Delft: Academische Uitgeverij Eburon
- **Osborn, J.** (2006). An overview of Social Role Valorization Theory. The SRV Journal, 1, 4-13.
- **Verdoorn & van Vulpen** (2011). Werken aan kwaliteit van bestaan. Bouwstenen voor inclusief ondersteunen. Amsterdam: Uitgeverij Boom Nelissen.

Asset-Based community development

Asset-Based Community Development (ABCD) is ontwikkeld door McKnight in de Verenigde Staten (www.abcdinstitute.org) en in Nederland geïntroduceerd door het Landelijk Samenwerkingsverband Aandachtswijken (www.lisabewoners.nl). ABDC heeft als doel om van binnenuit te werken aan een in economisch, cultureel en sociaal opzicht leefbare buurt. Dit doet zij door sociale relaties tot stand te brengen en onvermoede capaciteiten van bewoners, organisaties en instellingen te mobiliseren binnen de lokale gemeenschap (Brörmann, 2010). ABCD kent vijf stappen (Brörmann, 2010).

De eerste stap is het in kaart brengen van de aanwezige capaciteiten en vaardigheden in de wijk. Hierbij gaat het om de capaciteiten van bewoners individueel maar ook om de mogelijkheden van informele netwerken, de welwillendheid van organisaties en de fysieke kwaliteiten in de buurt.

Bij **de tweede stap** wordt gebouwd aan relaties. Het gaat hierbij om het in contact brengen van individuen met anderen en met organisaties.

De derde stap betreft het activeren van een buurt rond economische ontwikkelingen en een communicatienetwerk.

De vierde stap richt zich op het samenbrengen van wijkbewoners om te werken aan een visie en een plan voor de gemeenschap, gericht op de lange termijn en op het oplossen van concrete problemen.

De vijfde stap is het op zoek gaan naar externe middelen om de lokaal aangestuurde ontwikkelingen te ondersteunen (Brörmann, 2010). Uit onderzoek naar praktijkervaringen blijkt dat het belangrijk is dat professionals vooral op informele wijze aanwezig zijn in de wijk om vertrouwen en inzicht te krijgen in de wijk (Brörmann, 2010). Verder is het belangrijk dat de initiatieven echt vanuit de bewoners komen. Kleinschalige initiatieven met snelle resultaten helpen voor motivatie en vertrouwen. Daarna kunnen deze uitgebreid worden naar grotere groepen en kan er gewerkt worden aan een meer langdurige inzet en langetermijnvisie voor de wijk (Brörmann, 2010).

Meer lezen:

- **Brörmann, N.** (2010) Methodebeschrijving ABCD. Databank Effectieve sociale interventies. Utrecht: Movisie.
- <http://www.planenaanpak.nl/acties/in-actie/eenzaamheid-is-geen-aandoening-1>
- **Welling, B., Feijen H. en Engelen, J. van** (2000). Wijkontwikkeling op eigen kracht. Den Haag: Landelijk Samenwerkingsverband Aandachtswijken (LSA).



Kwartier maken

Kwartiermaken is in de praktijk ontstaan en door Doortje Kal in haar proefschrift theoretisch onderbouwd (Kal, 2001). Kwartiermaken betekent werken aan een gastvrije samenleving voor mensen die te maken hebben met uitsluiting (Kal, 2016). Hierbij kan gedacht worden aan mensen met een psychiatrische achtergrond, een verstandelijke of lichamelijke beperking (Knevel & Kal, 2015). De kwartiermaker werkt aan een klimaat waarin zij welkom zijn en mee kunnen doen naar eigen wensen en mogelijkheden (Knevel & Kal, 2015). Dat meedoen gaat voor deze groep mensen niet vanzelf. In de huidige participatiemaatschappij kan een eenzijdige nadruk liggen op eigen kracht, zonder oog te hebben voor de kwetsbaarheid van mensen (Kal, 2016). Het werk van een kwartiermaker is erop gericht op uitsluiting tegen te gaan en mensen te ondersteunen in het aangaan van nieuwe, zinvolle verbindingen (Scholtens, 2007), waardoor er (meer) sprake is van inclusie.

Een belangrijk begrip bij kwartiermaken is anders-zijn. Kwartiermaken accepteert en waardeert het anders-zijn van mensen (Kal, 2016). Voor dat anders-zijn moet ruimte gemaakt worden. Daarvoor kan het soms nodig om de normale gang van zaken op te schorten, waardoor ruimte is voor het anders-zijn van de ander (Knevel & Kal, 2015). Een voorbeeld hiervan is dat de waarden van de prestatie-maatschappij t.a.v. loon naar arbeid (tijdelijk) moeten worden opgeschort, om ruimte te bieden aan de ander die niet aan deze prestatienorm kan voldoen (Fountain-Hardick & Rensen, 2011).

Een ander belangrijk begrip is 'niche'. Een niche is een gastvrije ruimte (fysiek of symbolisch), die de kwartiermaker beoogt te organiseren, waar kwetsbare mensen mee kunnen doen in de samenleving (Knevel & Kal, 2015). Het gaat bijvoorbeeld om een plek waar iemand graag aan een activiteit meedoet en waar zijn gevoel van eigenwaarde wordt gevoed (Kal, 2016). Daarvoor is het belangrijk om een maatje te hebben, een bondgenoot die je op de achtergrond steunt en als het nodig is als bemiddelaar optreedt (Kal, 2016; Knevel & Kal, 2015). Deze maatjes creëren niches zodat de kwetsbare mensen zich thuis kunnen voelen (Fountain-Hardick & Rensen, 2011).

Meer lezen:

- **Fountain-Hardick, C. & Rensen, P.** (2011). Methodebeschrijving Kwartiermaken. Databank Effectieve sociale interventies Utrecht: Movisie.
- **Kal, D.** (2001). Kwartiermaken: werken aan ruimte voor mensen met een psychiatrische achtergrond. Amsterdam: Uitgeverij Boom.
- **Kal, D.** (2016). Kwartiermaken in de wijk. Werken aan een gastvrije samenleving. In J.P. Wilken & A. van Bergen (Red). Handboek Werken in de Wijk. Amsterdam: Uitgeverij SWP
- **Kal, D., Post, R. & Wilken, J. P.** (2013). Verder met kwartiermaken. Naar de verwelcoming van het verschil. Amsterdam: Uitgeverij Tobi Vroegh.
- **Knevel J. & Kal, D.** (2015). Kwartiermaken. Onderwijsmodule. Utrecht: Kenniscentrum Sociale Innovatie/Hogeschool Utrecht.
- **Scholtens, G.** (2007). Acht keer kwartiermaken. Een verkennend onderzoek naar de methodische aspecten van kwartiermaken. Amsterdam: Uitgeverij SWP.

Aan de slag!

- In de online beschikbare onderwijsmodule Kwartiermaken (Knevel & Kal, 2015) staan veel werkvormen om aan de slag te gaan met kwartiermaken.
- Bij Pluryn is de training kwartiermaken, op avontuur in de wijk ontwikkeld, bedoeld voor ondersteuners die onder andere op een woonvorm werken. Zie: Willemssen, T., (2017). Kwartiermaken, Samen op Avontuur In De Wijk. Nijmegen: Pluryn.

Literatuur lijst

Asselt-Goverts, A. E. van. (2016). Social networks of people with mild intellectual disabilities: characteristics and interventions (proefschrift). Tilburg: Tilburg University.

Asselt-Goverts, A. E. van, Embregts, P. J. C. M., Hendriks, A. H. C., Vereijken, A., Frielink, N., Bogaard, K. van den, & Meer, J. van der. (2012). Handleiding Maastrichtse Sociale Netwerk Analyse voor mensen met een Verstandelijke Beperking (MSNA-VB). Nijmegen: Hogeschool van Arnhem en Nijmegen.

Baart, A. (2017). De ander tevorschijn laten kruipen. Zorg en Welzijn, 1, pag. 15-16.

Baart, A. (2001). Een theorie van presentie. Utrecht: Lemma.

Brörmann, N. (2010). Methodebeschrijving ABCD. Databank Effectieve sociale interventies. Utrecht: Movisie.

Brummel, A. (2017). Sociale verbinding in de wijk. Mogelijkheden voor sociale inclusie van wijkbewoners met een lichte verstandelijke beperking of psychische aandoening (proefschrift). Delft: Academische Uitgeverij Eburon.

Fountain-Hardick, C. & Rensen, P. (2011). Methodebeschrijving Kwartiermaken. Databank Effectieve sociale interventies Utrecht: Movisie.

Hal L. van, Heessels, M., Asselt-Goverts, I. van, & Hermsen, M. (2017). Op ervaringen kun je bouwen. Een handreiking voor onderwijs en Praktijk. Nijmegen: Hogeschool van Arnhem en Nijmegen.

Heessels, M. & Duijf, S. (red.) (2016). Kletsborden. Spelen met aandacht voor elkaar. Nijmegen: Hogeschool van Arnhem en Nijmegen.

Hofman, E. & Lustgraaf, M. van de (2008). Een sterk sociaal netwerk. Handleiding voor vrijwilligers en organisaties. Utrecht: Movisie en PhiladelphiaSupport.

Hortulanus, R., Machielse, A., & Meeuwesen, L. (red.) (2006). Social Isolation in modern society. Londen en New York: Rotledge.

Huiseling, A. van, Wibaut, A. & Wieringa, E. (2004). Het is mijn leven. Een werkboek dat helpt bij beslissingen. Utrecht: LKNG/NIZW.

Kal, D. (2001). Kwartiermaken: werken aan ruimte voor mensen met een psychiatrische achtergrond. Amsterdam: Uitgeverij Boom.

Kal, D. (2016). Kwartiermaken in de wijk. Werken aan een gastvrije samenleving. In J.P. Wilken & A. van Bergen (Red). Handboek Werken in de Wijk. Amsterdam: Uitgeverij SWP

Kal, D., Post, R. & Wilken, J. P. (2013). Verder met kwartiermaken. Naar de verwelcoming van het verschil. Amsterdam: Uitgeverij Tobi Vroegh.

Knevel J. & Kal, D. (2015). Kwartiermaken. Onderwijsmodule. Utrecht: Kenniscentrum Sociale Innovatie/Hogeschool Utrecht.

Kruijswijk, W., Veer, M. van der, Brink, C., Calis, W., Maat J.W. van de, & Redeker I. (2014). Aan de slag met sociale netwerken: De 44 meest bekende methoden verzameld. Utrecht: Movisie.

Leeden, L. van der & Nas, M. (2012). Person Centered Planning. Handleiding voor medewerkers van E-Xperience! Nijmegen: Hogeschool van Arnhem en Nijmegen

Mount, B. (2000). Person Centered Planning. Finding directions for change, using Personal futures plans. Amenia NY: Capacity works.

O'Brien, J., Pearpoint, J., & Kahn, L. (2010). The PATH and MAPS Handbook. Person Centered ways to build community. Toronto: Inclusion Press.

O'Brien, J. (1989). What's worth working for? Leadership for better quality human services. gedownload van <http://thechp.syr.edu/whatsw.pdf> (25-09-12)

O'Brien, J., & O'Brien, C. L. (1998). Implementing Person-Centered Planning. Toronto: Inclusion Press.

Osborn, J. (2006). An overview of Social Role Valorization Theory. The SRV Journal, 1, 4-13.

Scholtens, G. (2007). Acht keer kwartiermaken. Een verkennend onderzoek naar de methodische aspecten van kwartiermaken. Amsterdam: Uitgeverij SWP.

SDSU Interwork institute, 2010 op http://www.projectpendleton.org/person_centered_planning_intro.html (01-06-12)

Smit, B., & Gennep, A. van. (2002). Sociale netwerken bij mensen met een verstandelijke handicap. Utrecht: NIZW.

Steman, C., & Gennep, A. van (2004). Supported living. Utrecht: NIZW

Stoffelen, S. (2016). Inclusie. Sterker in de samenleving dankzij inclusie. Nijmegen: Pluryn.

Verdoorn & van Vulpen (2011). Werken aan kwaliteit van bestaan. Bouwstenen voor inclusief ondersteunen. Amsterdam: Uitgeverij Boom Nelissen.

Welling, B., Feijen H. en Engelen, J. van (2000). Wijkontwikkeling op eigen kracht. Den Haag: Landelijk Samenwerkingsverband Aandachtswijken (LSA).

Willemsen, T., (2017). Kwartiermaken, Samen op Avontuur In De Wijk. Nijmegen: Pluryn.

