



Ken je nog een initiatief dat niet mag ontbreken? Voeg het toe en laat het ons weten via [info@jeugdhulptrawant.be](mailto:info@jeugdhulptrawant.be)

# Netwerkversterkende initiatieven



STEUN-  
FIGUREN



GOED  
OMRINGD



SAMEN-  
REDZAAM



VERTROUWENS-  
PERSOON



BUDDY

Aan deze zijde van de waaier maak je kennis met initiatieven die jongeren en gezinnen ondersteunen in het versterken van hun netwerk.



TRAWANT



# STEUNFIGUREN

Kinderen en jongeren moeten zich onvoorwaardelijk geliefd en verbonden voelen om te kunnen groeien, zich te kunnen ontwikkelen en om gezond te blijven. Ouders hebben daarnaast verbondenheid en steun van anderen nodig om goed voor hun kinderen te kunnen zorgen.

Steunfiguren nemen daarom een sleutelrol in op vlak van algemene en mentale gezondheid van jongeren en gezinnen, maar ze bieden ook duurzamere steun aan gezinnen daar waar hulpverlening slechts tijdelijk aanwezig is. Aandacht voor het netwerk van jongeren en gezinnen binnen jeugdhulp moet daarom hoog op de agenda staan.

Hoe pak je het werken rond steunfiguren als hulpverlener of jeugdhulporganisatie nu best aan?



## Zoek niet te ver

We willen vaak op zoek gaan naar dé steunfiguur, maar realiseer je dat steunfiguren niet gezocht moeten worden, **ze zijn er al**. Denk hierbij aan vrienden, de sportclub, leerkrachten, burens,... Jongeren en gezinnen durven de vraag naar extra ondersteuning vaak niet zelf te stellen.



## Zet steeds je radar aan

Aandacht voor het netwerk is een basishouding. Wees alert voor wie belangrijk is voor de jongere en durf erover te praten. Tools kunnen zorgen voor ondersteuning, maar alertheid voor steunfiguren gaat vooral over **luisteren, zien en verbinding maken**. Vaak zijn de kansen er wel, maar je moet ze opmerken.



## Geef tijd en ruimte, maar laat niet los

Vaak geven jongeren en gezinnen aan geen steun nodig te hebben. Het concept steunfiguren naar voor schuiven kan in dergelijke gevallen voor jongeren en gezinnen confronterend en bedreigend zijn. Vaak leidt dit tot een vruchteloos meningsverschil tussen gezin en hulpverleners.

Respecteer daarom het tempo van de jongere en het gezin, maar **laat het onderwerp niet los**. Ga op zoek naar waar de winst voor de jongere of het gezin kan liggen, hoe dit gerealiseerd kan worden en richt de **blik op de toekomst**. Vertrek vanuit de vraag hoe steunfiguren de krachten kunnen ondersteunen en versterken. Door af en toe informeel te vragen naar de relatie met belangrijke personen, worden deze relaties voor de jongere al levendig gehouden.



## Sloop muren om je heen

Als hulpverlener werk je aan vertrouwen in de relatie met de jongere en het gezin.

Door dit vertrouwen te creëren, installeer je soms jezelf als steunfiguur. Gezien de tijdelijkheid van onze aanwezigheid als hulpverlener, is het belangrijk je hier bewust van te zijn. **Praat met je team** over hoe jij je rol als steunfiguur voor een gezin kan invullen.



## Wees transparant

**Maak duidelijk waarom** jij het belangrijk vindt om het netwerk van jongeren en gezinnen te versterken. Wanneer dit niet duidelijk is, zullen jongeren en gezinnen vanuit argwaan minder over hun netwerk vertellen.



## Doe inspiratie op en werk samen

Werken rond steunfiguren zal voor hulpverleners een uitdaging blijven. Er zijn **geen kant-en-klare oplossingen**.

Spreek je eigen creativiteit aan bij de inzet van de tools. Heeft de jongere of gezin nood aan een intensiever of langduriger traject dan jij kan realiseren, verken dan zeker de **samenwerking met een partner** die inzet op het versterken van netwerken rond jongeren en gezinnen. Je vindt meer informatie hierover op de volgende pagina's.



# VZW LUS

## LUSGROEP



Vzw Lus brengt mensen in verbinding: **samen zijn en samen groeien!**

Vzw Lus is een burgerinitiatief waarbij vrijwilligers als bruggenbouwer er voor gaan zorgen dat mensen omringd worden en met elkaar in verbinding staan. Mensen mogen niet het gevoel hebben er alleen voor te staan. Vzw Lus doet dit op verschillende manieren via lus- en linkgroepen, vertrouwenspersonen (zie later) en het organiseren van workshops, ontmoetings- en inspiratiemomenten.

Een **lusgroep** komt samen **om te praten, samen te zijn en leuke of minder leuke momenten met elkaar te delen**. Het gaat over dromen, zorgen, vragen en plannen. Vzw Lus helpt bij het opstarten van lusgroepen. Ze zorgen voor een compagnon de route, een vrijwilliger die samen met de centrale persoon op zoek gaat naar mensen die belangrijk zijn voor hen. Familie, vrienden of burens waar de centrale persoon vroeger of nog steeds contact mee heeft. Zij vormen samen een kring, een lusgroep met mensen waar de centrale persoon zich goed bij voelt. De centrale persoon bepaalt de ontmoetingsplaats en waarover er gesproken wordt.

Een **linkgroep** brengt **mensen met dezelfde interesses, uit dezelfde regio met elkaar in verbinding**. Een groepje bestaat uit 5 tot 8 mensen die elkaar nog niet kennen en 1 keer per maand samenkomen om deel te nemen aan een zelfgekozen activiteit. Het vormt een groep waar iedereen zichzelf mag zijn en een eigen bijdrage kan en mag leveren.



## DOELGROEP

Voor **iedereen van 0 tot 99 jaar** die nood heeft aan mensen om zich heen, in het bijzonder voor wie zich in een kwetsbare situatie bevindt (personen met een ondersteuningsnood, mensen in armoede, ex-gedetineerden, mensen met psychische problemen, kinderen en jongeren in jeugdhulp, ouderen,...).



## WERKING

Bij interesse kan vzw Lus altijd **via mail of telefonisch** gecontacteerd worden. De **vrijwillige kennismakers staan in gans Vlaanderen klaar om langs te komen en meer uitleg te geven over wat er mogelijk is**. Nadien kan er in alle vrijheid beslist worden voor een opstart. De ondersteuning van een lus- of linkgroep is **gratis**.



# PLEEGZORG

**PLEEG  
ZORG**  
provincie  
Antwerpen

Pleegzorg Provincie Antwerpen biedt zorg op maat voor kinderen, jongeren en volwassenen in kwetsbare posities. We doen dit samen met hen, met hun ouders, pleeggezin en andere betrokkenen.



Bij ondersteunende pleegzorg **vangt een gezin een pleegkind of pleeggast op zolang als nodig**: een paar dagen, een paar weken, een paar maanden of af en toe tijdens weekends en vakanties. Dat kan dus een korte aaneengesloten periode zijn, maar het kan ook een afwisselend verblijf voor meerdere korte periodes zijn.



Van bij het begin is al duidelijk dat de opvang beperkt zal zijn en worden er goede afspraken gemaakt. Dankzij de ondersteuning van een pleeggezin kunnen ouders die het moeilijk hebben, genieten van een adempauze of kan een pleegkind of pleeggast even in een andere omgeving verblijven dan in een leefgroep. We bekijken of er mogelijkheden zijn binnen het eigen netwerk van een jongere.



## DOELGROEP

Kinderen en jongeren van **0 tot 25 jaar en volwassenen met een beperking** binnen de provincie Antwerpen.

015 44 00 60

[info@pleezorgprovincieantwerpen.be](mailto:info@pleezorgprovincieantwerpen.be)

[www.pleezorg.be/antwerpen](http://www.pleezorg.be/antwerpen)



# WELZIJNSSCHAKELS



**Welzijnsschakels**  
samen sterkt

Welzijnsschakels zijn 188 welzijnsschakelgroepen in heel Vlaanderen met duizenden mensen die zich vrijwillig inzetten in de strijd tegen armoede, sociale uitsluiting en discriminatie en voor een rechtvaardige en duurzame samenleving waarin iedereen meetelt.

Ontmoeten is een kernwoord in het verzet tegen uitsluiting. Welzijnsschakels willen **kansen bieden aan iedereen die uitsluiting ervaart door armoede of afkomst**, en dat doen ze **terwijl ze elkaar ontmoeten, in de eigen buurt**.

De lokale groepen van Welzijnsschakels werken mee aan tal van activiteiten en acties voor een rechtvaardige en duurzame samenleving:

- steun via persoonlijk contact en huisbezoeken
- ontmoeting en leerkansen via groepsactiviteiten
- praktische ondersteuning
- gaan in gesprek met allerlei maatschappelijke instellingen zoals het OCMW, de huisvestingsmaatschappij, scholen, huisdokters,...
- voeren samen actie voor toegang tot gezondheidszorg, onderwijs, goede huisvesting, arbeid, vrijetijdsbesteding...

Vind meer informatie over de  
Welzijnschakel in jouw buurt op  
[www.welzijnsschakels.be/groepen](http://www.welzijnsschakels.be/groepen)





# 1 GEZIN 1 PLAN TRAWANT

## 1 GEZIN 1 PLAN



Gezinsbegeleiding 1 gezin 1 plan wil jongeren en gezinnen die vragen hebben op verschillende levensdomeinen, veerkrachtig maken om de **regie over hun leven opnieuw in eigen handen te krijgen en te houden**. Samen met de jongere en/of het gezin brengt 1 gezin 1 plan de vragen in kaart. Vervolgens bekijken ze samen **wie in het netwerk mee een antwoord kan geven op deze vragen**. Dit alles wordt genoteerd in het gezinsplan op maat van de jongere en/of het gezin. Waar aangewezen, kan ook de **eerstelijnspsycholoog 1 gezin 1 plan** mee het proces ondersteunen. Vanuit een gedeelde verantwoordelijkheid met het netwerk wil 1 gezin 1 plan maximale hulpcontinuïteit voor elke jongere en gezin nastreven. Een proces 1 gezin 1 plan duurt **ongeveer 6 maanden en is gratis**.



### DOELGROEP

1 gezin 1 plan begeleidt **jongeren en gezinnen met kinderen van -9 maand tot 25 jaar**, wonend in het werkgebied Trawant.



## WERKING

### Aanmelden

Gezinnen kunnen **zichzelf of via een doorverwijzer** (mits toestemming van het gezin) **telefonisch aanmelden** bij 1 gezin 1 plan. Hiervoor nemen ze contact op met het aanmeldteam van de eerstelijnszone waarin ze wonen. Maximaal binnen de 2 weken ontvang je een bericht of 1 gezin 1 plan kan starten.

### Kennismaking

De gezinsbegeleider 1 gezin 1 plan plant **samen met het gezin en de aanmelder een kennismaking**. Hierbij leggen ze uit wat ze kunnen bieden. Ze vragen aan het gezin of ze bereid zijn deel te nemen aan het traject.

### Proces

Tijdens de begeleiding brengt de gezinsbegeleider samen met de het gezin hun vragen en noden in kaart. Ze verkennen hierbij de verschillende levensdomeinen. Gedurende het hele proces heeft **het gezin de regie in handen**.

1 gezin 1 plan zet het gezin aan om na te denken **wie van hun netwerk hen kan helpen**. Ze gaan op zoek naar uitbreiding van het netwerk waar nodig. Indien gewenst, organiseren ze samen met het gezin **een netwerktafel**.

1 gezin 1 plan geeft samen met het gezin en het netwerk vorm aan **een gezinsplan**. Dit plan geeft het gezin en het netwerk een houvast om de ondersteuning rond het gezin vorm te geven en warm te houden.



# EIGEN KRACHT CENTRALE



Weet je niet goed hoe het verder moet? Heb je veel vragen en heb je nood aan steun en advies? Bv: je bent net gescheiden, je kind heeft moeilijkheden op school, je bent ernstig ziek,...?

Eigen Kracht Centrale (EK©) kan jongeren en gezinnen helpen om een bijeenkomst te organiseren om **samen na te denken over oplossingen**, die ze vastleggen in een **toekomstplan**. Ze kiezen zelf wie ze erbij willen, zoals familie, vrienden of burens. Alles gebeurt op hun tempo. Een vrijwilliger helpt de vragen te verduidelijken waarvoor een plan van aanpak nodig is. Daarna legt de vrijwilliger aan elke deelnemer uit wat het doel van zo'n bijeenkomst is en bereidt hen voor. De jongere/het gezin en het netwerk kunnen daarna zelf aan de slag gaan om hun toekomstplan op te stellen. De focus ligt op het **naar boven halen wat de jongere/het gezin zelf belangrijk vindt, wat ze samen met hun netwerk mogelijk lijkt en belangrijk vinden**.

EK© vertrekt dus van de krachten van mensen zelf én hun naaste omgeving om een antwoord te vinden op hun (hulp)vraag. Een vrijwilliger ondersteunt en coördineert het proces en bekijkt samen met het gezin of de jongere wie kan helpen.

Gemiddeld sluiten 12 mensen op een bijeenkomst aan. Samen bespreken de deelnemers de moeilijkheden en maken ze het plan van aanpak. Nadien bezorgt de vrijwilliger het plan aan alle deelnemers



## DOELGROEP

In principe komt **iedereen die een probleem heeft of tegen een uitdaging aanloopt** (armoede, eenzaamheid, verslaving, huiselijk geweld, opvoedingsvragen,...), in aanmerking voor een Eigen Kracht-traject.



## WERKING

Een jongere of gezin kan zichzelf (of samen met een hulpverlener) aanmelden bij EK©. Dit kan via het **aanmeldformulier** op de website.

Eventueel plannen we eerst een kennismakingsgesprek waarin de werking van EK© verder wordt toegelicht. Wanneer het gezin bereid is om een EK©-traject te starten, worden ze **gekoppeld aan een vrijwillige EK©-coördinator**.

Het aanbod van EK© is **gratis wanneer er een kind of jongere betrokken is van -9 maanden tot 25 jaar**.



# DIENST ONDERSTEUNINGSPLAN



DOPPA ondersteunt **personen met een (vermoeden van) beperking** en mensen die voor hen belangrijk zijn in het samen nadenken over **wat hij/zij wil en nodig heeft om een goed te leven te hebben:**

- Ben je op zoek naar hoe een goed leven er voor jou kan uitzien?
- Heb je nood aan ondersteuning?
- Heb je vragen rond wonen, werken, vrije tijd, ...?

DOPPA ondersteunt bij het zoeken naar antwoorden op hun vragen. Ze helpen de jongeren en gezinnen op weg bij het contacteren van mensen of diensten die jullie kunnen ondersteunen. DOPPA ondersteunt bij het maken van een **ondersteuningsplan**.

Ze doen dit op een manier die jongeren en gezinnen kan helpen hun leven in eigen handen te nemen en die hen en de mensen die ze nodig hebben versterkt.



## DOELGROEP

**Mensen met (het vermoeden van) een beperking van 0 – 65 jaar.**

DOPPA gaat ook in op vragen van **organisaties** die geïnspireerd willen worden rond netwerkversterking, vraaggestuurd werken, ondersteuningsplanning.



### Aanmelden

Aanmelden kan de jongere of het gezin steeds zelf doen of een aanmelder, dit via het **contactformulier** op de website.

### Kennismaking

Tijdens het kennismakingsgesprek legt de medewerker uit welke ondersteuning DOPPA kan bieden. Na dit gesprek geeft de jongere en het gezin zelf aan of ze starten. Indien gewenst zal de aanmelder ook op de hoogte gebracht worden.

### Proces

DOPPA kan **maximaal één jaar** ondersteunen, dit geheel **kosteloos**.

Samen met de personen die voor de jongere en het gezin belangrijk zijn – de steungroep – brengt DOPPA de vragen en ondersteuningsnoden in kaart. Ze luisteren ook naar de bezorgdheden en vragen van de steungroep. Samen gaan ze op zoek naar antwoorden op maat.

### Ondersteuningsplan

Bij het afronden van onze ondersteuning krijgt de jongere of het gezin het ondersteuningsplan. Hiermee kunnen ze samen verder aan de slag.

Als blijkt uit de gesprekken dat je meer intensieve en gespecialiseerde ondersteuning (van het VAPH) nodig hebt, dan kan DOPPA ook een **ondersteuningsplan Persoonsvolgend Budget (PVB)** opstellen.



# CLIËNTOVERLEG

## Opgroeien

De problemen van jongeren zijn soms complex. Het gaat niet alleen over opgroeien, maar ook over wonen, inkomen, school, pedagogische zorg, psychologische bijstand... Soms zijn **meerdere hulpverleners betrokken** in één traject en raakt het overzicht zoek, geraakt het hulpverleningstraject niet opgestart of moet er een perspectief worden uitgewerkt voor hulpverlening na 18 jaar.

In deze situaties is cliëntoverleg, georganiseerd van uit de Afdeling Continuïteit en Toegang (ACT), een mogelijkheid. Cliëntoverleg **brengt de betrokkenen (de jongere, zijn ouders en eventueel andere belangrijke mensen uit zijn omgeving) samen rond de tafel met de hulpverleners**. Bedoeling is om concrete afspraken te maken over wie wat zal doen in de hulpverlening, zodat het geheel duidelijker wordt en meer is afgestemd.

Elke persoon die deelneemt aan het overleg, heeft **geheimhoudingsplicht**.

Jongeren en ouders zijn aanwezig bij het overleg en mogen een **vertrouwenspersoon of steunfiguur** meenemen, bv. een familielid, leerkracht, vriend(in),...

Cliëntoverleg is **gratis**.



## DOELGROEP

Voor kinderen, jongeren (tot 25 jaar) en ouders in **jeugdhulp**.



## WERKING

Cliëntoverleg kan **online worden aangevraagd** via het aanvraagformulier door een jongere of ouder, vertrouwenspersoon of steunfiguur. Hulpverleners vragen een cliëntoverleg aan via de applicatie COBE.

Een **externe voorzitter** neemt daarop contact met de aanvrager, om te weten wie best op het overleg aanwezig is. Hij organiseert het overleg. Eerst is er een korte kennismakingsronde. Dan moedigt de externe voorzitter iedereen aan om zijn verhaal te brengen en goed te luisteren naar elkaar. Als gespreksleider leidt hij het gesprek in goede banen. Daarbij kiest hij geen partij.

Samen wordt een **werkplan** opgesteld met duidelijke afspraken. Iedereen rond de tafel krijgt het werkplan en belooft dit uit te voeren. Er wordt een hulpverlener gekozen die dat ook mee in de gaten houdt. Hij is de **hulpcoördinator**. Een **opvolgoverleg is altijd mogelijk**. Zo kan het werkplan worden geëvalueerd en aangepast indien nodig.

02 243 56 00

[act.antwerpen@opgroeien.be](mailto:act.antwerpen@opgroeien.be)

[www.jeugdhulp.be/vraag-clientoverleg-aan](http://www.jeugdhulp.be/vraag-clientoverleg-aan)



# LUS VZW: VERTROUWENSPERSOON



Elk kind, jongere en ouder die **vanuit jeugdhulp ondersteuning** krijgt, heeft **recht op een vertrouwenspersoon**. Iemand die voor hem of haar opkomt, een klankbord is, betrokken blijft, fijne en minder fijne momenten deelt,... Een vertrouwenspersoon kan het kind, de jongere of de ouder(s) vergezellen naar alle contacten met jeugdhulpverleners en hen ondersteunen bij het uitoefenen van hun rechten (bv. het recht op informatie en participatie, toegang tot het dossier, het klachtrecht,...)

Om als officieel erkend vertrouwenspersoon te kunnen optreden, moet men aan vier wettelijke voorwaarden voldoen:

- je bent aangeduid door het kind of de jongere zelf;
- je bent meerderjarig;
- je bent niet betrokken bij de lopende jeugdhulp;
- je kunt een uittreksel uit het strafregister model 2 voorleggen.

Wanneer de vertrouwenspersoon aan deze voorwaarden voldoet, kan een hulpverlener hem als vertrouwenspersoon erkennen.

Heeft een kind, jongere of ouder echt geen idee wie ze kunnen vragen? Dan kan Lus vzw hen hierin ondersteunen. Eerst klaren ze uit wat de jongere of de ouder van een vertrouwenspersoon verwacht en wat men wil dat hij/zij voor hen doet. Tegelijk bekijken ze wie er uit het eigen netwerk belangrijk en steunend is voor de jongere of het gezin. Als niemand in het ruime netwerk gevonden wordt, kan Lus vzw een vrijwilliger zoeken die steunend kan zijn. Lus vzw gaat zo samen met de jongere of de ouder **op zoek naar iemand die de vertrouwenspersoon wil en kan zijn.**

Ook ondersteunt Lus vzw vertrouwenspersonen met een **luisterend oor, intervisie of (juridische) vorming.**



## DOELGROEP

**Elk kind, jongere en ouder die vanuit jeugdhulp ondersteuning krijgt,** kan een vertrouwenspersoon (laten) aanstellen.



## WERKING

Bij interesse kan Lus altijd **via mail of telefonisch** gecontacteerd worden. De **vrijwillige kennismakers staan in gans Vlaanderen klaar om langs te komen en meer uitleg te geven over wat er mogelijk is.** Nadien kan er in alle vrijheid beslist worden voor een opstart. De ondersteuning van Lus in de zoektocht naar een vertrouwenspersoon is **gratis.**

0497 43 59 23  
info@lusvzw.be  
www.lusvzw.be





# ARMENTEKORT



ArmenTeKort

Bij ArmenTeKort (ATK) gaan opgeleide vrijwilligers in traject met stads- of dorpsgenoten die door (langdurige) armoede het geloof in zichzelf verloren zijn. ArmenTeKort brengt beide personen bij elkaar en koppelt hen als **kansbiedende en kanszoekende "buddy's"**. Vanuit die klik ontstaan er nieuwe kansen.

Wat doen buddy's samen?

- samen activiteiten doen: een gezamenlijke hobby of sport beoefenen, koffiekletsen, de stad bezoeken ...
- samen nieuwe mensen leren kennen op evenementen of tussendoor
- leren van elkaar: de buddy's hebben elk leerrijke ervaringen of verhalen te vertellen

De ArmenTeKort vrijwilligers krijgen een grondige opleiding vooraleer ze aan een buddytraject beginnen. Maar het zijn in geen geval hulpverleners. Ze zijn niet opgeleid om met specifieke zorgnoden om te gaan. Daarvoor verwijzen zij steeds door naar professionals.

De buddyvrijwilligers zijn wel getraind om:

- beperkende **gedachtencirkels te doorbreken**,
- **veerkracht** te vergroten via empowerment,
- **gelijkwaardigheid** in hun buddieschap te bewaken,
- **eigenwaarde en sociale netwerk** te versterken.



## DOELGROEP

De buddy's van ATK staan klaar om iemand te steunen:

- tussen **15 en 55 jaar oud**
- met een inkomen dat gelijk is aan een leefloon of minder
- met weinig geloof in zichzelf
- die een buddy wil
- die zijn/haar leven anders wil aanpakken
- die geen psychiatrische problematiek heeft
- die naar buiten kan, maar niet durft
- die geen praktische hulp zoekt



## WERKING

Je kan jongeren of gezinnen aanmelden via een **contactformulier** op de website van ATK. Hierop volgt een kennismakingsgesprek. Wanneer ATK inschat dat een buddy kan starten, er een buddy gevonden wordt én de jongere of het gezin zijn bereid deel te nemen, worden de buddy's gekoppeld.

03 233 33 36

[info@armentekort.be](mailto:info@armentekort.be)

[www.armentekort.be](http://www.armentekort.be)



# HOMESTART DOMO LIER



Home-Start Domo Lier is een vrijwilligersorganisatie die ondersteuning biedt aan **gezinnen in een kwetsbare situatie gericht op opvoedingsondersteuning.**

De vrijwilligers van Home-Start Domo Lier krijgen een intense opleiding vooraf en gedurende het traject kunnen zij maandelijks deelnemen aan een intervisie en vormingsmoment. Zij gaan **wekelijks minstens één keer langs bij het gezin.** Zij starten met het bieden van een luisterend oor en gaan van hieruit aan de slag met de noden en/of vragen van het gezin van de voorbije week. Het gezin geeft het tempo aan waarop ze willen ondersteund worden en heeft steeds de regie in handen.

Home-Start Domo bestaat 30 jaar en uit ervaring merken ze dat ze niet enkel een ondersteuning zijn voor het gezin, maar ook voor de professionele diensten die het gezin ondersteunen. De vrijwilliger is/wordt een vertrouwd netwerk waarop ze kunnen terugvallen, iemand die door deze band vaak al sneller iets kan bereiken omdat er geen verplichting achter schuilt. Home-Start Domo Lier wil **ouders en kinderen versterken in hun krachten en talenten, hun opvoedkundige rol, de kinderen versterken en het netwerk uitbreiden.**



## DOELGROEP

Home-Start Domo Lier ondersteunt aanstaande gezinnen of gezinnen in een kwetsbare situatie waarvan het jongste kind **jonger is dan 6 jaar die verblijven in Lier of Koningshooikt.**



## WERKING

Bij interesse kan een gezin of een doorverwijzer (mits toestemming van het gezin) **telefonisch of per mail aftoetsen** of het gezin kan aangemeld worden. Indien positief mailt de coördinator een **aanmeldformulier.**

Hierna gaat de coördinator kennismaken met het gezin om vervolgens een matchende vrijwilliger te zoeken om te ondersteunen.

[lier@homestartvlaanderen.be](mailto:lier@homestartvlaanderen.be)

0491 75 47 22

[www.homestartvlaanderen.com](http://www.homestartvlaanderen.com)



# BUDDYWERKING



Wie psychisch kwetsbaar is, raakt gemakkelijk sociaal geïsoleerd. Buddywerking helpt hen om opnieuw vertrouwen te krijgen in mensen en zich weer open te stellen voor de wereld rondom hen. Een buddy maakt op regelmatige basis (+/- 1 keer om de 2 à 3 weken) tijd vrij om samen op stap te gaan en om leuke, vrijetijdsactiviteiten te doen zoals wandelen, winkelen, iets gaan drinken,...

Buddywerking draait om **gelijkwaardige relaties en om sociaal contact in een ongedwongen sfeer.**

Buddywerking kan je daarom het best bekijken als een georganiseerde vriendschap.

Een buddy is geen hulpverlener en biedt geen praktische hulp (bv. huishoudelijk werk, administratieve ondersteuning of vervoer).

Een buddy maakt het verschil door de deelnemer mee op stap te nemen, samen fijne dingen te doen, zijn/haar tempo te volgen en begrip te tonen. Er zijn geen doelstellingen die bereikt moeten worden. Een contact kan verdergezet worden zo lang deelnemer én buddy hiermee willen doorgaan. Elk duo is uniek en samen bewandelen ze hun eigen pad.



## DOELGROEP

- (jong)volwassenen (**+18 jaar**) die **zelfstandig wonen**
- **langdurig psychische moeilijkheden** ervaren en hierdoor in een isolement terecht gekomen zijn (m.u.v. acute verslavingsproblemen, verstandelijke beperking of crisis bij aanmelding)
- moeilijk aansluiting vinden bij anderen
- reeds **voldoende professioneel onder-steund** worden.
- in de mogelijkheid zijn om iets “terug te kunnen geven in het contact” (bv. wederkerige babbel, interesses aangeven)
- inzicht in de eigen situatie/moeilijkheden
- zichzelf kunnen verplaatsen
- voldoende kennis van de Nederlandse taal
- voldoende veiligheid voor de buddy



## WERKING

Na aanmelding wordt elke kandidaat-deelnemer uitgenodigd voor een **kennismakingsgesprek**. Hou hierbij rekening met enige wachttijd. Op basis van deze kennismaking maakt de buddymedewerker de inschatting of men in aanmerking komt. Na het invullen van een vragenlijst is men wachtende op een buddy.

Ingestroomd zijn als wachtende deelnemer geeft een kans op een buddycontact. Het is vaak lang wachten aangezien vraag en aanbod niet in evenwicht zijn.

Elk duo krijgt **ondersteuning op maat**.

In de provincie Antwerpen heeft Buddywerking Vlaanderen een samenwerking met Samana.





# SAMANA

samana

samen met



Wanneer je geraakt bent door **ziekte of een beperking**, is regelmatig contact houden met anderen niet altijd zo vanzelfsprekend meer. Datzelfde geldt voor **mantelzorgers** bij wie dag in dag uit de zorg voor iemand op de schouders ligt. Een rol die ook door jongeren wordt opgenomen.

Met een **divers aanbod aan activiteiten** helpt Samana om gezinnen weer meer in contact te komen met anderen. Want samen met gelijkgestemden activiteiten beleven, creëert ruimte om verhalen te delen en zo troost en herkenning te vinden.

De activiteiten zijn er in verschillende vormen en maten:

- Van activiteiten in groep, tot één-op-één ontmoetingen op maat van ritme van het gezin.
- Van culturele uitstappen over het hele land, tot een bezoek in het comfort van het eigen huis of omgeving.
- Van fysieke ontmoetingen, tot telefonisch of digitaal contact.



Samana verbindt **mensen met een chronische ziekte of een zorgnood, mantelzorgers en vrijwilligers** voor een warm sociaal contact.



## WERKING

**Samana Duowerking** stelt duo's samen. Elk duo spreekt regelmatig af om samen iets te doen wat voor allebei deugd doet, op maat van het duo zelf. Zo ontstaan betekenisvolle één-op-één contacten, waardoor iedereen groeit. Eens een duo gevormd is, kan dit duo rekenen op een **contact-coach**. Iemand die opvolgt hoe de contacten verlopen, een luisterend oor biedt en kan ondersteunen en coachen om de contacten nog meer betekenis te geven.

Daarnaast engageren heel wat vrijwilligers zich binnen Samana voor een **deugddoende bezoek aan huis**. Want met een goede babbel laad je je batterijen zo weer op. Het gezin kiest zelf waarover ze willen praten, of het bij een eenmalig bezoek blijft, of voor herhaling vatbaar is. Alle vrijwilligers kregen een degelijke opleiding om een luisterend oor op maat te zijn.

Lidmaatschap bij Samana is **gratis**.





# HET RASTER: AUTI-MAATJE



**HET RASTER** vzw  
BEGELEIDING RONDOM AUTISME

Heb je een kind, een broer, een buur met **autisme** en ben je op zoek naar regio gebonden **laagdrempelige vrijetijdsbesteding**?

Het Raster biedt ondersteuning aan zowel kinderen, jongeren en volwassenen met autisme in de zoektocht naar vrije tijd. Een vrijwilliger plant samen met de jongere of het gezin leuke activiteiten zoals zwemmen, fietsen, wandelen, naar de dierentuin gaan, ... Ze bekijken samen hoeveel momenten ze samen kunnen doorbrengen



## DOELGROEP

Kinderen, jongeren en volwassenen met **autisme**

03 830 35 89

[onthaal.antwerpen@hetraster.be](mailto:onthaal.antwerpen@hetraster.be)

[info@hetraster.be](mailto:info@hetraster.be)

[www.hetraster.be](http://www.hetraster.be)



# YOUTH AT RISK

**YAR**  
Vlaanderen

YAR Vlaanderen biedt jongeren een kans om **hun leven weer op de sporen te krijgen**. YAR laat jongeren ervaren dat zij zelf verantwoordelijk zijn voor hun keuzes. Niemand anders. En dat het maken van bewuste keuzes de eerste stap is om hun leven of woonsituatie zélf in handen te nemen. Uniek aan het programma is de inzet van vrijwillige, opgeleide medewerkers en het inhoudelijke engagement van bedrijven en organisaties. Samen met een beperkte groep professionele medewerkers vormen zij **een nieuwe gemeenschap waarbinnen jongeren op een positieve manier aan hun toekomst kunnen werken**.

## • YAR Coaching

YAR Coaching is **persoonlijkheidstraining** gebaseerd op **motivatie, training en coaching**. Het omvat een ambulante, gestructureerde programma in drie fasen: het voortraject (tien weken), de intensieve residentiële trainingsweek (zes dagen) en het natraject waarbij jongeren een opgeleide coach toegewezen krijgen voor een periode van 34 weken.

YAR Wonen is een coachingprogramma om jongeren uit de provincie Limburg en uit de stad Antwerpen en zijn districten, die uit noodzaak zelfstandig moeten gaan wonen, te ondersteunen. YAR doet dit door in te zetten op het uitbouwen van een eigen netwerk, in het bewust worden van de eigen keuzes en verantwoordelijkheden en het ondersteunen van de praktische organisatie van alleen wonen. YAR creëert zo een **lanceerplatform** waar alles klaargemaakt wordt zodat **jongeren zelfstandig verder kunnen**, zowel op persoonlijk, administratief en organisatorisch vlak en, indien nodig, met hulp van externe hulpverlening.



## DOELGROEP

YAR Vlaanderen richt zijn aanbod op jongeren tussen **16 en 21 jaar die kampen met problemen in verschillende levensdomeinen**.



## WERKING

Aanmelden bij YAR kan via het **contactformulier** op de website. Een professionele medewerker van YAR Vlaanderen contacteert de aanmelder zo snel mogelijk om de aanmelding te bespreken.

Aanmelden voor YAR Coaching kan in de provincie Antwerpen in de aanmeldingsperiode mei - september.





# TIPS & TOOLS

om netwerk te vinden,  
te betrekken en te coachen



BASIS-  
HOUDING



JA MAAR...



NETWERK  
VINDEN



NETWERK  
BETREKKEN

Aan deze zijde van de waaier vind je verschillende tips en tools om samen met gezinnen hun netwerk in kaart te brengen.



TRAWANT



# BASISHOUDING

De inzet van steunfiguren lijkt helder en klein, maar is tegelijk groots en moeilijk te vatten. Het is daarom als hulpverlener belangrijk te vertrekken vanuit een bewuste basishouding waarin we als Trawant onderstaande elementen centraal stellen. Lees nog meer handvaten in de volledige visietekst 'samenwerken met steunfiguren'!



## Regie bij de jongere en het gezin

Vertrouwen is de cruciale factor om steunfiguren toe te laten. Het is daarom belangrijk dat jongeren en gezinnen **zelf mogen bepalen wat ze vertellen over hun steunfiguren en welk mandaat ze krijgen**. Het is hierbij als hulpverlener van belang om te luisteren naar jongeren en gezinnen en hun tempo te volgen.

De keuze van steunfiguren wordt sterk **gekleurd vanuit het eigen hechtingsverleden, waarden en normen, ervaren noden,...** Wees je als hulpverlener daarom bewust te zijn van je eigen referentiekader. Het is jezelf voortdurend eraan herinneren wat het gezin wil, afoetsen en bevragen en controle loslaten.



## Aandacht voor kwetsuren

Vaak geven jongeren en gezinnen aan geen steun nodig te hebben. Het concept steunfiguren naar voor schuiven kan in dergelijke gevallen confronterend en bedreigend zijn. Het impliceert namelijk het **onderkennen van de eigen kwetsbaarheid en/of het erkennen dat men niet de steun krijgt die ze nodig hebben**. Het is hierbij van belang om voldoende ruimte te bieden om de verlieservaring te bespreken alvorens er gezocht kan worden naar (nieuwe) steunfiguren.



## Mildheid

Met het toenemende geloof in de kracht van het netwerk, zijn we als hulpverleners ook gegroeid naar de basisgedachte dat **niet alles door hulpverleners kan worden opgelost**. Deze gedachte vraagt van hulpverleners ook de durf zich kwetsbaar op te stellen en effectief de samenwerking met steunfiguren aan te gaan.

Anderzijds kunnen steunfiguren door hulpverleners als 'niet-helpend' ervaren worden. Jongeren en gezinnen kiezen zelf wie ze vertrouwen en wie niet of bij wie ze welke vorm van ondersteuning zoeken. Het is daarom van belang **niet te snel te oordelen over de mensen die zij als betekenisvol beschouwen**.

Tot slot vraagt het werken rond steunfiguren **tijd**. Enerzijds moet je heel wat tijd investeren om het netwerk te betrekken, anderzijds is het belangrijk het **tempo van de jongere en het gezin** te volgen. Laat het onderwerp echter niet los. Door af en toe informeel te vragen naar de relatie met belangrijke personen, worden deze relaties voor de jongere al levendig gehouden.



## Verbinding

Het werken rond steunfiguren kan ook het werken aan het behouden of versterken van het huidige netwerk betekenen. Werken met steunfiguren gaat immers over relationele continuïteit: wie stond, staat en zal rond de jongere staan?

Binnen het werken met steunfiguren is het daarom belangrijk als hulpverlener een verbindende rol op te nemen. Als hulpverlener stel je je als het ware letterlijk open: **geef het netwerk het gevoel dat ze belangrijk en welkom zijn**. Spreek mensen aan die aanwezig zijn rondom het gezin.



## Cultuursensitief

Het **culturele en sociale kapitaal** van gezinnen hebben een grote invloed op elkaar. Hou rekening met de culturele achtergrond en waarden van gezinnen en stem je ondersteuning hierop af.



## Complex trauma

Elk kind heeft in zich een kwetsbaar deel. Het is daarom belangrijk om in de ondersteuning van het netwerk van kinderen en jongeren traumasensitieve handvaten aan te reiken.

Zolang het goed gaat en het kind is omringd door mensen die het veilig doen voelen, is dit kwetsbare deel goed ondersteund en steekt het zelden de kop op. We zien dan enkel nog 'ongewenst gedrag'. Het kind schiet als het ware sneller uit zijn **'Window Of Tolerance'**. Het vraagt heel wat van steunfiguren, om opnieuw aandacht te geven aan het authentieke kind of jongere, dat opnieuw hand in hand gaat met zijn kwetsbaarheid. De basis hiervoor is om kinderen en jongeren een **veilig milieu te bieden** waar ze kunnen opgroeien.

Kinderen opnieuw veilig laten groeien, doen we dan weer door kinderen in hun talenten te zetten en zoveel mogelijk te omringen met steunfiguren die het **authentieke kind versterken, complimenteren en graag zien**. Inzetten van een betrouwbare steunfiguren, een kring maken rond het kind of de jongere die hem /haar versterken, maakt dat ze veel sterker opgroeien, zelfs wanneer ze te maken krijgen met (complexe) trauma's.



# JAMAAR...

Wanneer jongeren en gezinnen gevraagd wordt wie in hun netwerk zit, krijgen we vaak een antwoord met 'ja maar...'. Hier vind je voorbeeldvragen die helpen omdenken.



**Ik heb niemand.**

- Wie zit er in je GSM?
- Met wie ben je bevriend op Facebook?
- Wie heb je allemaal een geboortekaartje gestuurd?
- Stel je krijgt een zaaltje, eten en drinken en personeel om een feestje te organiseren, wie nodig je uit?
- Wie heb je al lang niet meer gezien en zou je nog wel eens mee willen afspreken?
- Wie wil echt het beste voor je kinderen?
- Van alle mensen die jullie kennen, zou je kind zeggen dat ze die leuk vindt?
- Als je gezin naar het buitenland zou verhuizen, wie zou je zoon hier in België missen?
- Als je van de trap valt en je kinderen moeten naar school, wie bel je om hen te brengen?
- Wie denk je dat je kind zou willen uitnodigen op zijn verjaardagsfeest (5 volwassenen, 5 leeftijdsgenoten)?
- Stel dat het jou niet lukt je kind op te halen, wie bel je?
- Welke volwassenen die je nu niet meer ziet, zijn belangrijk geweest voor je kind?



**Ik schaam mij.**

- In hoeverre zijn er al mensen op de hoogte?
- Wat wil je hen nog meer vertellen?
- Zou je niet graag hebben dat ze echt weten wat eraan de hand is i.p.v. wat zij denken of nu zeggen?
- Vind je zelf dat iemand in deze situatie zich zou moeten schamen?



**Ik ga een ander niet lastig vallen. Ze hebben het al druk genoeg.**

- Als iemand het jou zou vragen, hoe zou jij je voelen?
- Wat is het ergste wat er kan gebeuren?
- Als iemand die jij vertrouwt het jou niet zo vragen,... Hoe zou jij je voelen?
- Iedereen is vrij om te zeggen wat ze wel of niet willen opnemen.
- Zijn er mensen die zich onmachtig voelen over jullie situaties en zouden willen helpen?
- Voor wie wil jij iets betekenen?



**Ik durf niet,  
wat gaan ze zeggen?!**

- Wat zeggen ze nu al?
- Wat is het ergste dat ze kunnen zeggen?
- Wat zijn de gevolgen als je niets doet?



**Ik ga mijn vuile was  
niet buitenhangen!**

- Wie weet er wel al iets?
- Hoe ga jij om met vuile was van anderen?
- Je kiest zelf wat je met wie deelt.



**Ze gaan zich  
moeien!**

- Wat versta jij onder moeien? Wat is het verschil tussen moeien en mee nadenken?
- Hoe kan jij je grens hierin aangeven?



# GROSLIJST

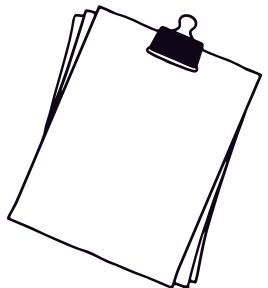
De groslijst is het meest eenvoudige en het minst tijdsintensieve instrument om gegevens over een sociaal netwerk te verzamelen.

Een groslijst biedt algemeen inzicht in het sociale netwerk van een cliënt in de vorm van een lijst van personen die de cliënt kent, aardig of belangrijk vindt.

Een groslijst kan als eerste stap worden gebruikt ter voorbereiding op het invullen van andere netwerkinstrumenten zoals het genogram of de netwerkkaart.

Concreet is een groslijst een lijst namen die de cliënt spontaan noemt. Daarbij is het volgende van belang:

- Je maakt als hulpverlener aantekeningen van allerlei opmerkingen die “toevallig” gemaakt worden maar van belang zijn bij het werken aan een sociaal netwerk.
- De groslijst kan worden verrijkt met foto's en tekeningen.
- De lijst kan worden aangevuld met personen die een brugfunctie kunnen opnemen voor het gezin op vlak van sociale contacten.





# GENOGRAM

Het genogram is een grafische weergave van een aantal generaties binnen een familie.

Het genogram brengt de structuur van de familie en de kwaliteit van de onderlinge relaties over minimaal drie generaties in kaart.

Een genogram biedt de mogelijkheid belangrijke familiegebeurtenissen, sterfgevallen, verhuizingen en verbroken contacten op te nemen.

Bij het invullen van een genogram stel je behoorlijk wat vragen. Je polst naar namen, leeftijden, data, woonplaatsen, ed. Verder nodig je de cliënt uit om te vertellen over de onderlinge band(en), familiale gebruiken en waarden.

## Symbolen

□ man ○ vrouw

1941- geboortedatum

-1967- datum overlijden

□ ○  
1946 datum huwelijk

⊕ ⊖  
homoseksuele relatie

□ ○  
scheiding

■ of ● ernstige psychische problemen

—□ biologisch kind

- - - □ pleegkind

≡ ○ adoptiekind

—⊗ dood geboren kind

—○ miskraam

△ □ tweeling

## Kwaliteit relaties

○ — □  
hecht

○ ····· □  
afstandelijk

○ ~~~~~ □  
vijandig

○ — | — □  
verbroken

○ ~~~~~ □  
misbruik

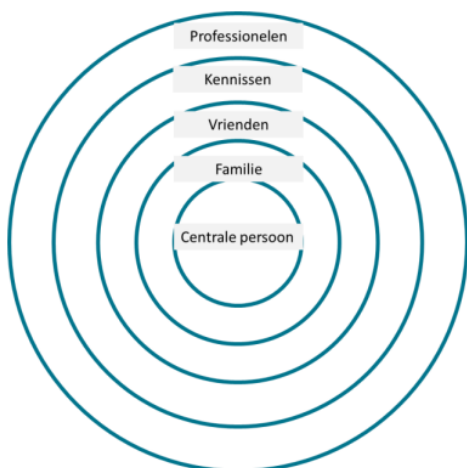


# NETWERKCIRKELS

Deze methodiek helpt jongeren en gezinnen om mensen aan te duiden die meer betrokken kunnen worden.

De meest eenvoudige voorstelling van het netwerk van iemand is de netwerkkaart waarbij de verschillende categorieën van betrokkenen per cirkel genoteerd worden: in de binnenste cirkel staat de cliënt, in de eerste cirkel wordt de familie vermeld, nadien de vrienden, vervolgens de kennissen (=mensen die je kent bij naam maar die je niet tot je vriendenkring rekent) en tot slot professionelen.

De afstand tot de cliënt zegt in deze weergave niets over de emotionele band met de cliënt. De verschillende 'groepen' binnen een netwerk worden hier gewoon cirkel per cirkel genoteerd.



Er bestaan enkele varianten op de netwerkcirkels die meer de emotionele band van de persoon met de netwerkfiguren in kaart brengen:

### **Person centered-netwerkcirkels**

- De cirkel van intimiteit: de meest belangrijke personen in je leven. Hierin bevinden zich je partner, de kinderen, ouders, enkele hele goede vrienden. Het zijn mensen die je door dik en dun steunen.
- De cirkel van vrienden en familie: dit is een groep mensen die dicht bij je staat en om wie je geeft, mensen die jij kiest om tijd mee door te brengen en dingen te doen. Ze weten waar je mee bezig bent, ze kennen een aantal van je zorgen en zwakke plekken en ze wensen dat het goed met je gaat.
- De cirkel van bekenden: in deze cirkel bevinden zich een groot aantal mensen die je kent maar die niet echt dicht bij je staan. Je kent elkaar en voelt je op je plaats. De personen zijn vaak gekoppeld aan plekken die je bezoekt. Het betreft mensen in je buurt, je werk, een sportclub,...
- De cirkel van diensten: mensen die je mits betaling bepaalde diensten verlenen: je kapper, de bakker, de leraar,...

In een andere variant op de netwerkcirkels wordt aan de ouders en jongeren gevraagd welke mensen op de hoogte zijn van hun zorgen en vragen. De namen van deze mensen komen in de tweede cirkel.

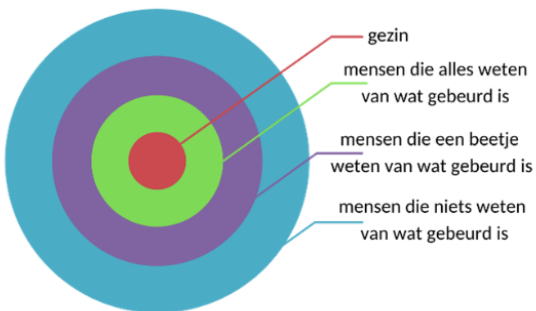
Vervolgens wordt bekeken of er mensen zijn die al een beetje weten van wat er gebeurd is, maar nog niet volledig op de hoogte zijn. Deze namen worden genoteerd in de derde cirkel.

- *Aan wie heb je dit verhaal nog meer verteld?*

In de buitenste cirkel komen de mensen met wie de ouders en de jongeren wel contact hebben, maar die (nog) van niets weten.

Hierna bespreek je met het gezin welke personen uit de buitenste cirkels nog deel zouden mogen uitmaken van de tweede cirkel. Bij welke mensen voelen ze zich het meest comfortabel en wie ze denken ze dat belangrijk is om mee te betrekken?

- *Van wie zou je willen dat die echt begrijpt wat er aan de hand is?*

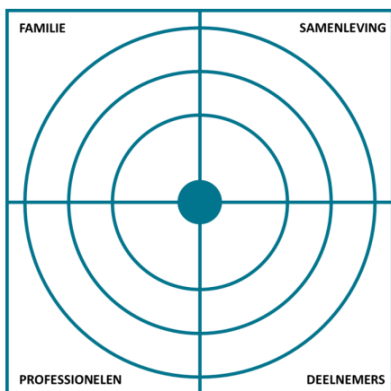


## Netwerkaart

De cliënt komt in het midden van het diagram te staan. De andere personen worden rondom de cliënt geplaatst. Al naar gelang de 'hechtheid' van de band kan er gevarieerd worden in afstand met de cliënt. Daarnaast kan met kleuren de mate van appreciatie worden uitgedrukt. De beleving van de cliënt is hierbij bepalend.

Door de opdeling in 4 luiken zie je in één oogopslag waar betrokkenen vandaan komen.

- Familie: contacten die voortvloeien uit een familieband
- Samenleving: contacten met vrienden, burens, kennissen
- Lotgenoten: contacten met mensen die ook deelnemer of cliënt zijn van een club, vereniging, werk, instelling, ...
- Professionelen: iedereen waarmee je een beroepsmatig contact hebt





# POSTER PLAATSEN

Het bevragen van iemands netwerk is niet evident omdat het abstractievermogen vraagt. De poster plaatsen is een hulpmiddel dat concreter werkt.

Mensen die in het hier en nu leven, die de taal niet zo machtig zijn en/of in loyaliteitsconflict komen wanneer te expliciet gevraagd wordt naar hun familie en vrienden, kan je vragen naar de plaatsen waar ze komen. Via de plaatsen waar iemand komt, krijg je zicht op de mensen die deze persoon doorheen zijn dagdagelijkse bezigheden tegenkomt.

Mogelijke vragen die je kan stellen:

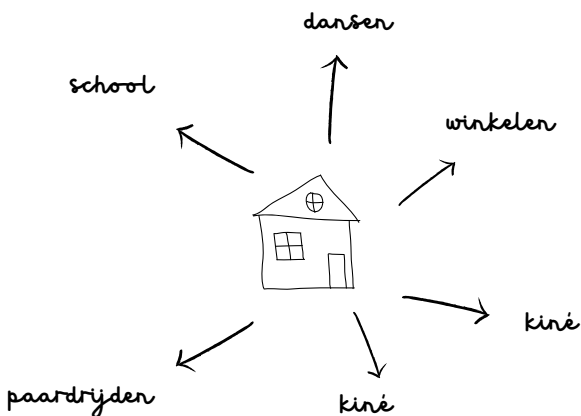
- Waar is je thuis? Wat maakt dat je je ergens thuis voelt?
- Waar ga je naartoe tijdens de week?
- Wat doe je daar?
- Wie kom je daar tegen?
- Vind je het leuk daar?
- Wat doe je tijdens het weekend, ga je ergens naartoe? Ga je wel eens op bezoek bij iemand?
- Zit je in een vereniging, club?
- Ga je soms op reis, waar naartoe? Met wie?
- Op welke plaats ben je het liefst?
- Hoe ga je daar naartoe?
- Op welke plaats ben je helemaal niet graag? Waar zou je niet meer gaan mocht je kunnen kiezen?
- Verleden: waar kwam je vroeger graag?
- Toekomst: zijn er nog plaatsen waar je naar toe zou willen gaan? (kan je in een andere kleur of stippellijn tekenen)

Daarnaast is er ook de beweging van buiten naar binnen. Dan wordt er stilgestaan bij vragen als :

- Wie komt er vaak bij jou/jullie langs?
- Komen er soms mensen op bezoek?
- Nodig je zelf soms mensen uit?...

Bij de belangrijkste plaatsen kan je vragen: als je een score op 10 zou geven over hoe graag je hier naar toe gaat, hoeveel zou je dan geven? Wanneer het een laag cijfer is, dan is het goed om te kijken wat zou kunnen maken dat de score zou stijgen.

Het opmaken van een poster plaatsen geeft veel meer informatie dan louter het zicht krijgen op het netwerk van iemand. Het is ook een manier om zicht te krijgen op hoe de persoon op dat moment in het leven staat.





# DE WIJCCAART

Met een wijkkaart maak je een mindmap van de buurt wat helpt contacten in beeld te krijgen.

Via het letterlijk uittekenen van iemands buurt (wat in wetenschappelijk onderzoek mental mapping genoemd wordt) kan je een beeld vormen van hoe iemand ingebed is in zijn buurt, met daaraan gekoppeld de mate van tevredenheid.

Soms kan je zo'n kaart bekomen door vragen te stellen en op basis daarvan een schets te maken van iemands buurt: wie of wat bevindt zich allemaal in deze buurt. Eventueel keer je ook eens terug naar de gemeente waar iemand vroeger woonde.

Wanneer 'mental mapping' nog te abstract is, kan je ook letterlijk op pad gaan met je cliënt, via het principe van de 'walk-along interviews'.

Fien  
Robbe  
Kristien

Opstapplaats

bvs

Buurvrouw



winkel

bakker



# TREE OF LIFE

Door 'de boom van mijn leven' te tekenen, creëer je identiteitsversterkende verhalen waarin je heel wat info krijgt over het sociale verleden.

Het fruit: Geschenken die je hebt ontvangen. Wie heeft wat al voor je betekent?

De zaden: Wat heb je al voor iemand betekent of hoop je te kunnen betekenen

De bladeren: Vragen naar de belangrijke mensen in het leven van de cliënt.

---

De takken: Bevraagt hoop en dromen voor de toekomst.

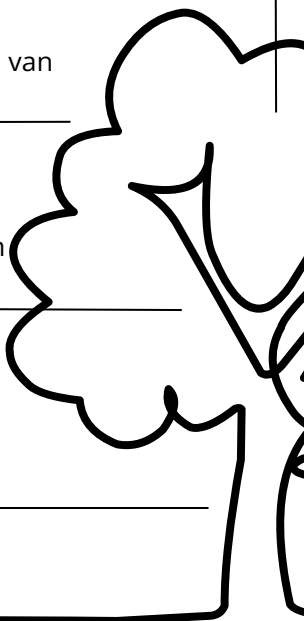
---

De stam: Vraagt naar vaardigheden en capaciteiten van de persoon.

---

De grond: Waar woon je nu?  
Welke activiteiten doe je zoal?

De wortels: Waar kom je vandaan?  
Stad? Welke personen waren er toen?  
Welke cultuur?...

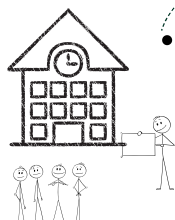




# MOBILITY MAPPING

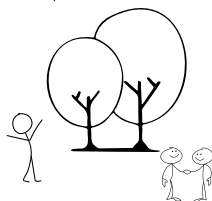
Bij mobility mapping tekent men zijn of haar leven, geleid door vragen die zich richten op positieve herinneringen en in het bijzonder op wie van betekenis was of is. Je hoort zo vaak een heleboel nieuwe namen.

- Waar was de eerste plek die je je kunt herinneren in je leven?
- Hoe zag dat er uit?
- Hoe oud was je toen je daar woonde?
- Wie leefde daar samen met jou?
- Hoe heetten die mensen en hoe oud waren ze?
- Kun jij je de burens herinneren? Wat waren hun namen? Kende je ze goed?



- Naar welke school ging je? Hoe ging je naar school? Had je een leerkracht die je het leukst vond? Wat was zijn/haar naam?

- Wat deed je voor leuke dingen toen je daar woonde?
- Was er iemand die vaak op visite kwam? Ging jij wel eens op visite bij iemand?



- Waar heb je daarna gewoond? Hoe oud was je toen je verhuisde?
- Met wie leefde je daar en hoe oud waren ze allemaal?



Herhaal dit tot de dag van vandaag.



# CALENDERING

Deze methodiek brengt in beeld met wie een ouder of kind gedurende een week of maand contact heeft en de waarde van dit contact.

- Hoe ziet jouw dag eruit? (opstaan, eten, school, hobby,...)
- Hoe ziet jouw agenda voor een week eruit?
- Wat doe je gewoonlijk op maandag, dinsdag,...?
- Welke activiteiten doe je in de week?
- Wie is er dan ook? Wie kom je daar tegen?
- Wat is voor jou een "spits"-moment in jouw dag of week?
- Wat is jouw hoogtepunt van de week?
- Wat zou je graag aan je agenda toevoegen?
- Wanneer voel je je wel eens eenzaam?

Monday	Tuesday
Wednesday	Thursday
Friday	Saturday
Sunday	Note

Heb bij het opmaken van de agenda aandacht voor de 6 factoren die onze mentale, fysieke gezondheid beïnvloeden:

- betekenisvolle relaties
- voeding
- beweging
- mentale rustmomenten
- slaaphygiëne
- toegang tot gezondheidszorg



# QUEZ-VRAGEN

QueZ is een verzameling vragen die helpen om in het gesprek met cliënten consequent uit te gaan van de eigen regie. Het eigen netwerk is een van de vier elementen van zelfregie die centraal staan.

Welke mensen zijn belangrijk voor u?

- Met welke mensen heeft u regelmatig contact?
- Bij wie voelt u zich op uw gemak?
- Welke mensen steunen u?
- Aan wie verleent u zelf steun?

Wie is er betrokken bij uw situatie?

- Wie merkt er iets van als er iets verandert in uw situatie?
- Op welke manier heeft u contact met anderen? Ook via social media?
- Zijn er mensen bij wie u zich betrokken voelt waar u geen contact meer mee heeft?
- Wilt u iets veranderen in de contacten die u heeft?

Wie wilt u betrekken bij uw situatie?

- Wilt u familie en vrienden vragen u te ondersteunen?
- Welke professionals of vrijwilligers zijn al betrokken?
- Op welke manier vraagt u anderen om hulp?
- Wilt u dat ik u ondersteun in het betrekken van anderen? Zo ja, hoe?

*Meer QueZ-vragen vind je op [www.movisie.nl](http://www.movisie.nl)*



# HET MANNEKE

Deze methodiek gebruikt het lichaam als metafoor om in kaart te brengen wie een kind, jongere of ouder kent en welke rol van betekenis zij voor hen betekenen.

Wie zit er zoal in je hoofd?  
Aan wie denk je als je  
verdrietig, alleen,  
bang, ... bent?



Wie zie je regelmatig?  
Wie zou je graag vaker  
zien?  
Wie kan zien als het niet  
goed met je gaat? Wie kan  
zien wat jij nodig hebt?  
Wie heb jij al veel te lang  
niet meer gezien?



Naar wie luister jij?  
Wie kan horen wat je niet  
kan zeggen?  
Wie zou je graag willen  
dat er naar jou luistert

Wie helpt je een  
handje?  
Wie geeft je wat  
je nodig hebt?



Wie zie je graag?  
Wie ziet jou graag?



Wie loopt er wel eens  
een stukje mee?  
Naar wie ga je als je in  
moeilijkheden bent?



wie vangt mee  
schokken op?  
wie geeft jou  
hoop en moed?



# DE HAND

Een oplossingsgerichte oefening die helpt om een kind, de jongere of het gezin te benaderen vanuit een houding van niet-weten en daarnaast zijn tempo en zijn antwoorden te respecteren.

- 
- Wie is de belangrijkste persoon voor jou?
  - Wie is er trouw aan jou?
  - Aan welke persoon heb je een hekel?
  - Welke persoon heb je niet graag in jou buurt?
  - Wie spreek je aan als je een vraag hebt?
  - Wie helpt jou?
  - Vragen naar de kindertijd:
    - Wie was er toen?
    - Wat deed je met deze persoon?
    - Heb je hier nog contact mee?
  - Hoe kunnen anderen er voor jou zijn?
  - Hoe kan jij anderen ondersteunen?
  - Wie geeft jou een compliment?
  - Wie doet goede dingen voor jou?
  - Of omdraaien: wie geef jij een compliment?'



# INTERVIEW NAAR WAARDEN

Via het bevragen van normen en waarden van jongeren en gezinnen krijg je vaak ook het netwerk in beeld

Voorbeeldvragen van een waardeninterview:

- Hoe belangrijk zijn familierelaties voor jou?
- Hoe belangrijk zijn gezinsrelaties voor jou?
- Hoe belangrijk is werk/carrière voor jou?
- Hoe belangrijk is vrije tijd voor jou?
- Hoe belangrijk zijn intieme relaties voor jou?
- Hoe belangrijk zijn vriendschappen voor jou?
- Hoe belangrijk is lichamelijke zorg (bijv. slaap, eetgewoonten, beweging, uiterlijk) voor jou?
- Hoe belangrijk is persoonlijke ontplooiing (leren, training of scholing) ?
- Hoe belangrijk is geloof/spiritualiteit voor jou?
- Hoe belangrijk is je leefomgeving (natuur en milieu, maar ook aan maatschappij, wijk, samenleving enz.) voor jou?

Om zicht te krijgen op het netwerk kan je volgende voorbeeldvragen stellen:

- Van wie heb je deze waarde geleerd? Vertel me het verhaal hierover?
- Wie ken je dat dit ook belangrijk vindt?
- Aan wie hoop jij deze waarden te kunnen doorgeven?
- Waar hoop je dat je waarden je brengen?



# NETWERKBERAAD

Een netwerkberaad is een bijeenkomst waar de jongere of het gezin samen met zijn netwerk de situatie in kaart brengt.



## De voorbereiding

- Wat is het doel? Op welke vragen willen we een antwoord hebben?
- Wie is erbij?
- Wie zal het leiden?
- Wie verzorgt de uitnodigingen? Ouder, consulent, facilitator?
- Is iedereen op de hoogte van de zorgen?
- Wat is er praktisch nodig?



## Aandachtspunten als facilitator

- Taal van de ouders en het kind gebruiken
- aandacht voor het proces - doel goed voor ogen houden
- Veilige sfeer creëren
- Regelmatig samenvatten en checken of het klopt
- Humor om beladenheid van het onderwerp luchtiger te maken
- Iedereen krijgt evenveel ruimte en inbreng
- Zorgen dat er niet door elkaar gepraat wordt, met zorg onderbreken en/of afbreken
- Inspelen op lichaamstaal, vragen daarover stellen
- Goed noteren, zeker de gemaakte afspraken. Duid hiervoor een verslaggever aan.
- Perspectief kinderen inbrengen



## Verloop netwerkberaad

### Introductie

- Welkom heten en bedanken voor komst
- Focus op het kind zetten.
- Wie missen we nog? Wie is afwezig en had er graag of moeten bij zijn?
- Normaliseren en ruimte creëren voor emoties
  - Tav ouders: wat heb jij nodig als het even teveel wordt?
- Afspraken maken (respecteer de privacy, elkaars mening en laat iedereen uitspreken)
- Doel van het overleg duiden/aanleiding van het netwerkberaad benoemen, ook op maat van het kind.

### Proces

- Start met de vraag rond ieders grootste hoop voor dit kind.
- Vraag ook het kind en/of de jongeren hun dromen uit te spreken.
- Je gaat aan de slag rond het doel van het overleg.
- Acties en afspraken: wat kunnen we concreet maken, wie doet wat dan, ....

### Afronding

- Wie gaat de kinderen op de hoogte brengen en hoe gaan we weten wat zij hierover zeggen?
- Stel een reflectievraag vb:
  - Vraag iedereen om over wat gezegd geweest is na te denken en voor zichzelf aandachtspunten uit te halen
  - Je stapt hier zo meteen buiten, wat is het eerste dat je zegt als iemand je belt om te vragen hoe het was?
  - Wat heeft je het meest geholpen tijdens dit overleg?
- Als kind erbij is, kan je vragen of ieder een compliment kan geven tav het kind.
- Aanwezigen bedanken voor hun komst en inzet
- Verslag naar wie? Contactgegevens verzamelen
- Volgende afspraak plannen



# CALENDERING

Calendering kan naast netwerk vinden ook ingezet worden om het netwerk van jongeren en gezinnen te engageren.

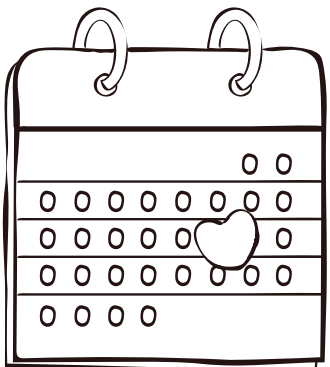
Samen met het netwerk maakt de jongere en/of het gezin een kalender op. Hierbij gaat er bijzondere aandacht uit naar

- o stressvolle momenten
- o momenten dat veiligheid nodig is
- o stressregulatie. Vb: voeding, sport, slaap, waardevolle connecties, natuur, rustmomenten, ...

Verken samen met het kind, de jongere of de ouder hoe hij/zij de specifieke situaties of momenten graag anders wil invullen.

Aan het netwerk wordt vervolgens gevraagd wie welke concrete taken kan opnemen:

- o wie kan wanneer bellen?
- o Wie gaat langs en wanneer?
- o ...





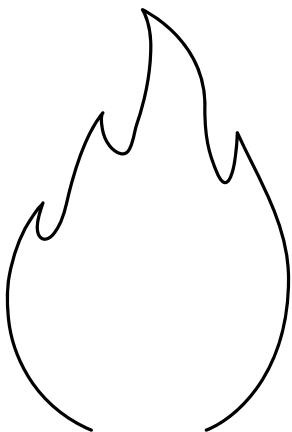
# FIRE HOUSE MEETING

Deze methodiek wordt vooral gebruikt in crisissituaties met een brandend huis als metafoor om de urgentie te benadrukken.

Centrale vraag: welke antwoorden moeten we als netwerk geven in deze crisis?

De kalender wordt opnieuw gebruikt om wekelijkse doelen te noteren. Voor elk doel wordt een verantwoordelijke aangeduid.

Optie: regel van 3: voor elk doel zijn er ook 3 netwerkfiguren die elkaar ondersteunen





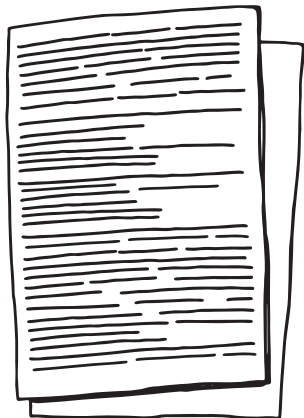
# RESCUE 100

Deze methodiek is helpend wanneer je als facilitator vastzit of wanneer er weinig ideeën vanuit van het netwerk komen.

In 15 minuten tijd moet het netwerk door middel van brainstorm 100 ideeën bedenken om de jongere of het gezin te ondersteunen.

Nadien moet elk lid van het netwerkberaad 3 ideeën kiezen die hij/zij realistisch en helpend vind.

Deze ideeën worden ingepland in de kalender.





# Bronnen

- Brink, C., Poll, A. & van Leeuwen, P. (2013). *Quez, vragen naar zelfregie*. Movisie.
- Campbell, K. (z.d.). *Family Seeing*. <http://familyseeing.org>
- Cappelle, H. & Cox, N. (2021). *Steunfiguren in de integrale jeugdhulp*. Vives. <https://www.vives.be/sites/default/files/projecten/Onderzoek%20documenten/eindrapport-project-steunfiguren-in-de-jeugdhulp-2.pdf>
- Els Pronk. (z.d.). *Kijken Achter Gedrag*.
- Jessurun, C.M. (1989). Werken met genogrammen: Systemisch bulletin 7. In *Pleegzorg Limburg! Handboek Prima Pleegzorg*. SoNeStra.
- Kruijswijk, W. et al. (2014). *Aan de slag met sociale netwerken*. Movisie, Vilans & ActiZ. <https://www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/publication-attachment/Aan-de-slag-met-sociale-netwerken%20%5BMOV-2237000-1.1%5D.pdf>
- Lus vzw. (z.d.). *Start2Network*. Lus vzw.
- Smit, B. & Van Gennep, A. (1999). *Netwerken van mensen met een verstandelijke handicap. Werken aan sociale relaties: praktijk en theorie*. NIZW.



Ik weet nog precies wanneer je er voor me was.

Dat ik je mocht bellen.  
Dat ik mocht klagen, zeuren en zagen.  
Dat ik niets anders zag dan mijn eigen  
donkerte.

ik weet heel goed dat jij er bent.

Ook als ik je niet zie.  
Ook nu onze wegen andere bochten nemen.  
Ook nu ik er weer sta. Voorzichtig rechtop.

Ik weet nog precies wanneer jij er voor me was.  
**Dankbaarheid is het geheugen van het hart.**

*Bond Zonder Naam*  
(1964)



Ik wil gewoon terug bij mijn familie zijn. Mijn, mijn eigen broer, herkent mij zelfs niet, terwijl dat ik die heb leren lopen, terwijl dat ik er voor hem was wanneer dat moeilijk was. Weet jij niet hoeveel pijn dat te doen om te beseffen dat die jou gewoon niet kent?

*Citaat jongere uit onderzoek De Ideale Wereld Trawant*



*“Ik had mijn stoute schoenen aangetrokken hier in de casus van dat meisje en de vraag gesteld aan de oude zorgcoördinator en klastitularis van het zesde leerjaar. Ze zit nu in een heel andere school, eerste middelbaar. Ik ga in proces met dat gezin gaan, met dat meisje. En ik had ook een beetje schroom, het was een beetje uit mijn comfortzone, om dat te gaan vragen. Zie dat ze van neen zeggen. Beide mensen waren eigenlijk zeer geraakt van ‘amai, ben ik zo belangrijk voor dat meisje’.*

*De zorgcoördinator engageert zich en die lerares heeft een hele mooie mail gestuurd dat ze haar eigenlijk vree ambetant voelt maar dat ze de ruimte niet heeft en dan heel haar persoonlijke rugzak. (...) Maar echt vanuit het hart van ik ga [naam jongere] daar niet bij nemen. Ik geloof ook echt dat we meer kunnen inzetten op de maatschappij, zo weer wat warmer maken. Maar soms vind ik het wel nog vechten tegen de bierkaai.”*

Quote hulpverlener  
uit onderzoek Cappelle & Cox (2021)