

GEHEUGENSTEUN BIJ DE INSPIRATIEOCHTEND VOOR COÖRDINATOREN VAN PROJECTEN VAN VRIJWILLIGE, INFORMELE ZORG

23 november 2006

Bernadette van Dijk

speuren naar het verlangen
vrijwilligers begeleiden in projecten van
"informele zorg"

Marktplaats Vrijwillige Zorg
23 november 2006

bernadette van dijk
Actioma

opzet

- Wat is begeleiden ?
- motivaties bespeuren
- trends in motivatie
- wat vraag je van vrijwilligers ?
- kijken met presentie-ogen....
- ...betekent iets voor vrijwilligers begeleiden

Een testje om er in te komen:

De vrijwilligers zijn bij ons betrokken omdat....

dit testje is afkomstig uit het Vlaamse boekje *Prikkelen is een kunst!*

waarom begeleiden jullie je vrijwilligers eigenlijk?

Op de flap staat een rij verschillende redenen die op het vlak liggen van binden, aanmoedigen, bedanken, uithoudingsvermogen versterken (redenen aan de motivatie-kant) en anderzijds: volgen, controleren, dingen leren (vaardigheden)

Motivaties bespreken

- plenair gesprek
- lijst waarderen
- ervaring
- kaartjes
- beeld
- ...
- ...

werkvormen om uit te wisselen

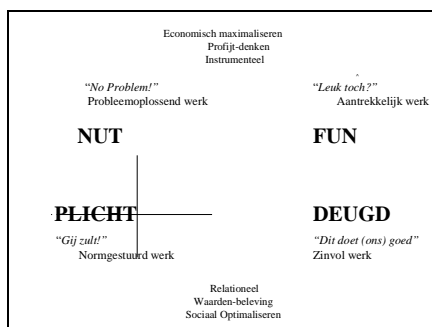
Trends in motivatie

de grotere trend in motivatie...

- Persoonlijk bewuste keuze
- Engagement op maat
- Lokaal en particulier
- Calculerend
- Beperkt in duur en inhoud
- Verbonden met eigen zoeken naar zin
- Professionele eisen

De nieuwe vrijwilliger volgens Joep de Hart, onderzoek voor de Nederlandse Organisaties vrijwilligerswerk, 2002. Keuze en maat zijn gevolgen van het individualiseringsproces: mensen zijn in toenemende mate verantwoordelijk voor hun eigen doen en laten. Alles is in toenemende mate een keuze: je politieke voorkeur, je houding ten opzichte van religie, je zorgverzekering, je vrijetijdsbesteding, het vormgeven van relaties, etcetera. De nieuwe vrijwilliger bindt zich dan ook eerder projectmatig, voor zolang de klus duurt. Die klus moet aansluiten bij persoonlijke interesses, ontwikkelingsdoelen, idealen en talenten. Maatwerk. En daarbij is het werk in toenemende mate geprofessionaliseerd: vrijwilligers worden geselecteerd en getraind, en zijn minder te porren voor werk 'onder het niveau'.

Henk Meeuws maakt een wat gedifferentieerder onderscheid. Hij heeft een aantal maatschappelijke trends gesignaleerd en tegenover elkaar gezet, zeg maar spanningspolen, waartussen het vrijwilligerswerk zich beweegt en wordt beïnvloed. Ten eerste benoemt Meeuws de toegenomen marktwerking, het grotere belang van de wetten van de economie. Dat roept tegelijkertijd haar tegenpool op, namelijk het sociaal optimaliseren, bijvoorbeeld via het normen en waardendebat en bewegingen als maatschappelijk verantwoord ondernemen. Profijtdenken staat er tegenover de beleving van waarden. Horizontaal vinden we professionaliteit, de kenniseconomie, het belang van scholing en meedoen met de markt, tegenover de liefhebberij en de burger die het zelf wel uitmaakt waar zij haar ziel en zaligheid vindt.



NUT - no problem

Profijt en professionaliteit samen heeft een type vrijwilligerswerk als gevolg waarin het NUT centraal staat. Concrete problemen worden effectief en efficiënt aangepakt.

FUN - leuk toch?

Profijtelijk denken maar zelfsturend en naar liefhebberij te werk gaan. Levert een type vrijwilligerswerk op waarin het individuele centraal staat. Het nut gaat over de vrijwilliger zelf: het is goed voor de cv het verenigt zelfontplooiing met een zinvolle vrijetijdsbesteding, of is gewoon leuk om te doen. FUN dus.

PLICHT – Gij zult!

Waarden beleving en professionaliteit gecombineerd, levert een sociale verantwoordelijkheid op. Vrijwilligerswerk is iets wat moet. Goed burgerschap kent rechten en plichten, en het goed van allen staat hier op het spel. Hier wordt een moreel of religieus appel gedaan: gij zult.

DEUGD - dit doet ons goed

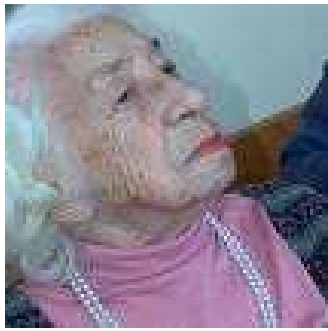
In de ruimte tussen Waarden beleving en liefhebberij staat vrijwilligerswerk waarin het zoeken naar, en ervaren van goed, zinvol en deugdelijk samenleven centraal staat. Goed handelen is hier niet primair nuttig, efficiënt, effectief, of voortvloeiend uit een plicht, het is evenmin vooral leuk voor mijzelf. Het is werk dat alle betrokkenen deugd doet, een levensstijl van deugzaam leven, denk maar aan een ingesleten, ingeefende goede gewoonte die je je eigen hebt gemaakt. En die je tot mooi mens maakt.

Zouden jullie van de vrijwilligers met wie je werkt, kunnen inschatten waar zij zich het meest bevinden ?

Projecten en de mensen

overstappen van die redenen waarom vrijwilligers het doen naar de mensen met wie ze zich bezighouden. Ik wil even bij hen stilstaan omdat je blik op de mensen om wie het gaat, van wezenlijk belang is voor de vaardigheden die je bij de vrijwilligers wil zien, en op de motivaties die je wel en niet oké vindt.







Vrijwilligers....

blootgesteld aan...

- ziekte
- lijden
- isolement
- praktische hulpbehoefte
-
-
-

presentiebenadering

- reactie op...
- manier van kijken
- voorkeur:

sociaal overbodige mensen

De presentiebenadering

is een reactie op de praktijk van zorgverleners en hulpverleners, ook kerkelijke werkers, om zoveel mogelijk en zo snel mogelijk 'interventies' te doen als er problemen zijn in het leven van mensen. Natuurlijk moet dat soms ook gebeuren. De kritiek is dat de manier van werken soms ook juist mensen alleen kan laten, omdat die niet meer te repareren zijn, omdat ze iedere keer weer in dezelfde valkuilen vallen, omdat ze structureel niet deugen of hun vraag aan het loket niet goed kunnen formuleren. De mensen waar de presentiebenadering het over heeft zijn armen, zieken, verslaafden, mensen in achterstandswijken met lastige achtergronden, over multiprobleemgezinnen, kwetsbare kinderen, enzovoort. De centrale verzamelnaam: het gaat in de presentie om mensen die eigenlijk *sociaal overbodig* zijn.

Op sommige werkplekken wordt geduldig en liefdevol met hen gewerkt, en hoe dat werk er uit ziet, zet de presentietheorie bij elkaar. De kenmerken van dat werk zijn deze 5:

kenmerken manier van werken

- beweging, plaats en tijd
- ruimte en begrenzing
- aansluiting
- afstemming en openheid
- betekenis

1 Beweging, plaats en tijd

de presentie beoefenaar is vaak niet onder dak, werkt niet vanuit een loket of kantoor. De basisbeweging is naar de ander toe, ongehaast, is aan te klampen. Het ritme van werken past bij het leefritme van de anderen. Vaak ook langdurige contacten.

2 Ruimte en begrenzing:

Niet alleen aanspreekbaar zijn op een type probleem, ongespecialiseerd en heel bijzonder: de ander hoeft de aandacht niet te verdienen. Er wordt met grotere eenheden gewerkt: dus niet met en zere vinger of ander deelprobleem maar met hele mensen, hun hele leven, hele families, straten, buurten.

3 aansluiting:

de presentiewerker sluit aan bij de leefwereld en levensloop van de mensen, houdt zich bezig met alledaagse dingen en deelt het leven daarin. Gesprekken onder een patatje.

4 afstemming:

Hat om een open agenda, geen van te voren uitgedroefde bedoelingen. Wat goed is zal zich in het contact laten zien. Zo wordt er gezocht naar goed en verlangen, eerder dan naar problemen fiksen, Niet dat er niet gefikst wordt, maar een geslaagd contact hangt daar niet van af.

5 betekenis:

zo is deze benadering vooral bedoeld voor mensen die maatschappelijk niet meetellen. Wat de presentiewerker beoogt is om een betekenisvol contact te onderhouden, met mensen bij wie verder

veel mis gaat, het leven kapot is, pijn doet, de benadering kiest voor mensen die niet 'reparabel' zijn, mensen die dreigen buiten de boot te vallen

Wat kan de presentiebenadering betekenen voor jullie projecten ?

betekenis voor projecten...

- Het specifieke van de vrijwilliger
- Oordeel over motivaties, grondhouding
- vaardigheden

De vrijwilliger

is geen halve professional, en vooral dus ook geen afgeleide daarvan. Aan veel vrijwilligers, ook in jullie projecten is de ruimte en juist de vraag, om dingen te doen die professionals niet mogen doen, omdat ze er geen tijd of geld voor hebben. Juist omdat er geen eer aan te behalen valt, er niets meer te veranderen valt, omdat iemand niet deugt, omdat iemand niet meer beter wordt, omdat er niets meer te repareren is, komen er vrijwilligers om de hoek kijken. Vrijwilligers hebben immers eerder de vrijheid om naar de ander toe te gaan, niet gebonden te zijn aan protocollen, en er een open agenda op na te houden. Loop je niet de kans dat juist vrijwilligers, misschien zelfs ongemerkt, menselijke waardigheid kunnen bevestigen, en betekenis kunnen verlenen aan het bestaan, het leven van de ander ?

vrijwillig....



gewenste motivatie en houding





gewenste motivatie en houding

zoeken naar het goed van de ander, aansluiten bij het verlangen van de ander. In hulpverleningsland is het gebruikelijk om te werken met diagnoses: er wordt nagedacht *over* de dingen zoals ze verschijnen en vervolgens vloeit daar ook een veranderingsplan uit voort. Wat de presentiebenadering wil bewerken is dat er wordt gedacht *aan* de mensen, en aan het hele leven en de hele mens, niet enkel het op te lossen probleem, maar wat daar het verlangen achter is.

Wat dat betekent voor de gewenste houding van vrijwilligers: de vrijwilliger is gevraagd om de ander als waardig mens tegemoet te treden, niet alleen als behoeftige, probleemgeval of zielig. Het gaat in onze projecten gemiddeld genomen niet om 'even fixen'. Wederkerigheid, waardigheid, willen leren van de ander, staan centraal. Het goed, het verlangen van de ander zoeken en niet in eerste instantie wat jij of een hulpverlener denkt dat er moet gebeuren. Dat is niet kritiekloos, het is leren van elkaar, een wederkerige relatie opbouwen, en voortdurend bezig zijn met het diepere verlangen: dat kan gaan over een handgreep, en het kan natuurlijk ook daarbij blijven. Maar het kan ook daaronder gaan over de wens om zo zelfstandig mogelijk de intimiteit en waardigheid van het eigen lichaam overeind te houden.

Een voorbeeldje: achterwege gelaten

Zijn er vervolgens motivaties minder of meer gewenst, die hier wel of niet goed bij passen? ... dat is voor de discussie !

vaardigheden

- vaardigheden
- competent problemen oplossen
 - grenzen hanteren
 - omgaan met onmacht
 - reflectie
 - toegang tot eigen hulpbronnen / motivatie

Natuurlijk, idealiter kijken je vrijwilligers naar de hele mens en niet alleen aan wat er kapot is. Ook dan kun je nog steeds **problemen oplossen**, zoals een handgreep fixen. Voor enkele projecten zal het ook betekenen dat het niet zelf oplossen is, maar de ander bijstaan in de gang langs mensen die het wel kunnen: ziekenhuizen, instanties, professionele hulpverleners.

Grenzen. Juist vrijwilligers en juist als je vrijwilligers vraagt om met aandacht en afstemming en ruimte present te zijn, dan juist is de begrenzing belangrijk. Kunnen de vrijwilligers zelf bepalen hoeveel tijd ze investeren? Moet je hen daarbij afbakenen? Moet je regels stellen bij je project, zoals in veel maatjesprojecten gebruikelijk en simpel: nooit geld lenen? Wanneer is een arts nodig? Grenzen

bepalen, die ook eerlijk bespreken en eraan vasthouden.

Al onze projecten hebben te maken met kwetsbare mensen. Met lijden en pijn soms, met mensen die niet meer beter worden, of met mensen die structureel moeite hebben om goed voor zichzelf en hun omgeving te zorgen. We hebben te maken met dingen als 'onverbeterlijk' en onveranderlijk. Als je je verbindt met zo iemand dan kun je daar vaak niets aan doen. De kunst is om het dan uit te houden en te blijven. En dat betekent dat vrijwilligers moeten leren om te gaan met **onmacht**. Dat is een indringende ervaring, zeker voor fikkers en doeners.

En daarvoor is een zekere mate van **reflectie** nodig. Ofwel: vrijwilligers die zich verbinden met iemand in een van jullie projecten, hebben het nodig om terug te kijken op wat ze gezien hebben, wat dat met hen doet, en wat hun eerste neiging is om dan zelf te doen. Voorbeeld: Marianne kwam als vrijwilliger aan het bed van ernstig zieke dame. Ze had van te voren gedacht dat ze liefdevol ging zorgen, maar haar eerste reactie bij de aanblik was eigenlijk: afkeer. Mevrouw piepte en rochelde, ze was een volle dag niet gewassen en Marianne voelde de weerzin en meteen daarbij het schuldgevoel opkomen. Marianne is een stuk verder als in de begeleiding samen met haar wordt gekeken naar wat er met haar gebeurde en waarom, en wat ze daar de volgende keer mee kan doen, en daarbij haarzelf en die mevrouw recht te doen.

Houding, problemen aanpakken, grenzen stellen, onmacht hanteren, reflecteren op het handelen. Tenslotte vraagt dat een sterke **motivatie** om het vol te houden. Begeleiding is dan ook het uithoudingsvermogen voeden. Motivatie voor vrijwilligerswerk is niet iets dat je invult op een papier bij je aanmelding, het is iets wat groeit in het contact, wat beweegt met de ontwikkeling van relaties mee. (voorbeeld) Begeleiden is dan ook voeling houden met wat de vrijwilliger drijft, en ervoor waken dat de motivatiebron binnen bereik blijft. Oorspronkelijke motivatie om een band aan te gaan met iemand anders, wordt later als het goed gaat gevuld met een groeiende reeks ervaringen waar je op kunt teren, of zelfs een band, een wederkerige relatie. Begeleiding is daarom in eerste instantie begeleiding van een relatie, waarin het goed, de wensen, van beiden aan de orde zijn. In tel zijn, betekenis hebben, betekenis krijgen, omdat het cliënt en vrijwilliger beiden goed doet.

Tot slot.

Jullie zijn hier vanuit projecten, waarin jullie en vrijwilligers werken met dementerenden, moeders die alleen staan met hun levensopgaven, met verstandelijk beperkten, ouderen, zieken, stervenden, mensen in verzorgingshuizen die bijna geen naasten hebben, eenzamen thuis.

Zo werken is een voortdurende keuze voor kwetsbare of zelfs overbodige mensen. Dat kan alleen als het hier niet gaat over maatschappelijk populaire successen, maar over soms heel kleine momenten van betekenis, omdat er misschien wel de pijn of het gebrek is, maar niet het ultieme lijden, namelijk met die pijn verlaten zijn.

En daar zit precies "what's in it for me?" voor de hedendaagse vrijwilliger: geen succesverhaal over bereiken van grote manifestaties of een mooie verkiezingsuitslag. De kern van wat je doet is een mens belangrijk maken: namelijk jou zelf en tegelijkertijd die ander. Dat gaat dan dus gelijk op: als jij gaat voor die verwarde mevrouw zonder familie, en haar opnieuw laat tellen, dan tel jij als vrijwilliger, ook voor haar.

Terugkerend naar hoe je dat begeleidt: op de flap staat nog waarom we eigenlijk begeleiden. Een paar woorden daaruit:

leren

competent problemen aanpakken
met grenzen leren omgaan
onmacht hanteren

leren staat in het kader van je verbinden met iemand die zwakker, kwetsbaarder staat, maar die jou iets te vertellen heeft. En dat is voor begeleiders niet anders.

reflecteren is dan ervaringskennis van de vrijwilliger gebruiken en centraal stellen