# Draaiboek voor een welkome wijk

Bestemd voor:
Getrainde gespreksleiders en mensen met ervaring met dak- en thuisloosheid, psychische aandoeningen en verslaving

April 2022

# 1. Inleiding en context

## Bespreekbaarheid van stigma in de wijk

Steeds meer mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, een psychische aandoening en verslaving verblijven niet in een instelling, maar wonen zelfstandig (soms met begeleiding) thuis. Een deel van deze mensen vertonen vanwege hun achtergrond van dakloosheid - en soms ook vanwege een psychische aandoening of verslavingsproblematiek - gedrag dat zorgen oproept, mensen angstig maakt of overlast veroorzaakt. Zorgen om de persoon, of zorgen over de veiligheid in de buurt of wijk. Het onbegrepen gedrag kan zorgen voor vooroordelen en onbegrip. Over dakloosheid en psychische aandoeningen bestaan veel vooroordelen. Mensen die dakloos zijn (geweest) en mensen die een psychische aandoening hebben, worden vaak niet begrepen en zelfs gemeden of uitgesloten. Niet het gedrag, maar een heel mens bestempelen we als 'vreemd', 'gek' of 'verward'.

Een ander woord voor stempel is stigma, en iemand van een stempel voorzien noemen we 'stigmatiseren'. Dat kan er toe leiden dat mensen stoppen met hun deelname aan activiteiten, of daar überhaupt niet aan willen beginnen. Te denken valt aan (vrijwilligers en actieve inwoners) werk, verenigingsleven, contact met vrienden, of men vermijdt hulp. Dit versterkt het gevoel van hopeloosheid en 'er niet bij horen', en zorgt voor een lage kwaliteit van leven. Mensen met een achtergrond van dakloosheid en mensen met een psychische aandoening of verslavingsproblematiek ervaren stigmatisering als een grote barrière bij maatschappelijke participatie. Het is een dagelijkse bron van zorg. Stigmatisering draagt bij aan werkeloosheid, sociale angst en sociaal isolement. Om deze reden is het belangrijk om te werken aan het tegengaan van stigma.

### *1.1 Bespreekbaarheid in de wijk*

Om mensen in de wijk bewust te maken van stigma en de impact ervan, maakt Samen Sterk Zonder Stigma werk van bespreekbaarheid. Samen met onder andere gemeenten zijn zij begonnen met het organiseren van bewustwordingsbijeenkomsten voor professionals, vrijwilligers en actieve inwoners en buurt- en wijkbewoners om psychische aandoeningen in de buurt en wijk bespreekbaar te maken. Omdat stigmatisering van (voormalig) dakloze mensen ook een groot probleem is in Nederland en er nog geen interventies bestonden die zich richten op deze groep mensen, zijn de bestaande bijeenkomsten van Samen Sterk Zonder Stigma doorontwikkeld en is er onderzocht hoe we ook dak- en thuisloosheid in de buurt en wijk bespreekbaar kunnen maken, al dan niet in combinatie met een psychische aandoening en verslavingsproblematiek. Dit onderzoeken en door ontwikkelen is gebeurd binnen de Ontwikkelwerkplaats Zachte landing in de wijk, een initiatief van de Hogeschool Utrecht, Samen Sterk Zonder Stigma, Maatschappelijke Opvang Den Bosch, Farent Sociaal Werk en Alianco, Stichting voor ervaringsdeskundigheid in 's-Hertogenbosch en omgeving. ZonMw en de samenwerkende gemeenten in de regio Meierij en Bommelerwaard financierden deze Ontwikkelwerkplaats. Aan de ontwikkelwerkplaats namen naast de initiatiefnemende partijen ook mensen met ervaring met dakloosheid, buurtbewoners en professionals deel.

### *1.2 Bijeenkomsten voor professionals en bewoners*

De bewustwordingsbijeenkomsten die we ontwikkelden, richten zich op professionals (welzijnswerkers, medewerkers van woningcorporaties, medewerkers van gemeenten, politieagenten, medewerkers van buurt- of wijkteams, ambulant begeleiders) en op buurt- en

wijkbewoners. Deelnemers worden uitgedaagd om in de schoenen te gaan staan van iemand met een achtergrond van dak- en thuisloosheid en soms ook een psychische aandoening en verslaving. Mensen met een achtergrond van dakloosheid delen tijdens de bijeenkomsten hoe schaamte en angst hun leven beïnvloedt. Hierdoor ontstaat er begrip en komt er een bewustwording rond de eigen (voor)oordelen tot stand. Er worden gesprekken gevoerd over wat er leeft en speelt in de buurt of wijk. En over hoe we sociale acceptatie in de wijk kunnen stimuleren. Met het doel om het welzijn van mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid en mensen met een psychische aandoening en verslavingsproblematiek én hun omgeving te verhogen. Contact van buur tot buur is belangrijk om tot minder stigmatisering te komen.

*1.3 Voor wie is het draaiboek bedoeld?*

Dit draaiboek is bedoeld voor getrainde gespreksleiders en getrainde mensen met ervaring met dakloosheid. Indien u met het verzorgen van bewustwordingsbijeenkomsten aan de slag wilt gaan in uw regio, dan is het belangrijk om er voor te zorgen dat de gespreksleiders en mensen met ervaring eerst getraind worden in het verzorgen van bewustwordingsbijeenkomsten. U kunt hiervoor contact op te nemen met de organisatie Mind, via info@wijzijnmind.nl

Het draaiboek dat nu voor u ligt is een bewerking van het draaiboek dat wordt gebruikt binnen het project ‘Een Welkome Wijk’, gefinancierd door ZonMw en uitgevoerd door Samen Sterk zonder Stigma, Movisie, Trimbosinstituut en HAN. Samen Sterk zonder Stigma heeft met ingang van 1 oktober 2021 dit project overgedragen aan MIND omdat de organisatie haar activiteiten heeft beëindigd. Het oorspronkelijke draaiboek is gericht op bewustwordingsbijeenkomsten rond psychische aandoeningen, en het is met toestemming van Samen Sterk Zonder Stigma door de Hogeschool Utrecht aangepast voor bewustwordingsbijeenkomsten gericht op dakloosheid, psychische aandoeningen en verslaving. De input voor de aanpassingen is verzameld binnen de Ontwikkelwerkplaats Zachte landing in de wijk.

# 2. De stappen van het draaiboek

1. Gebiedsbepaling
2. Bepalen wie het gebied kent en behulpzaam kan zijn bij het uitnodigen van buurt- en wijkbewoners en professionals in het gebied
3. Verzamelen van vindplaatsen, mailadressen en dergelijke voor het versturen van de uitnodiging en het verstrekken van PR-materiaal (posters, etc.)
4. Bepalen van plaats en tijdstip van de bijeenkomst, regelen van een gespreksleider en mensen met ervaring
5. Versturen van uitnodigingen en actief benaderen van personen
6. Bewustwordingsbijeenkomst

## Uitwerking stappenplan

*2.1 Gebiedsbepaling*

In welke wijk, in welke gemeente of in welk gebied wil je starten? Het is handig om na te denken wáár je project start. Beginnen in één gebied heeft als voordeel dat je ervaringen opdoet. Daarna kun je desgewenst het project uitrollen naar andere delen van de gemeente. Maak het gebied bij voorkeur niet te groot én niet te klein. Het is fijn als dat specifieke gebied herkenbaar is als leefwereld voor buurt- en wijkbewoners en mogelijke deelnemers (één wijk). Toets het gekozen gebied desgewenst bij partijen die actief zijn in het gekozen gebied, zoals het wijk- of buurtteam, zorgorganisaties, woningcorporaties, het welzijnswerk, de kerk, verenigingen, winkeliers.

*2.2 Bepalen wie het gebied kent en behulpzaam kan zijn bij het bereiken en uitnodigen buurt- en wijkbewoners en professionals in het gebied*

Voordat je start, breng je in kaart wie in het gebied de belangrijkste partijen zijn voor de participatie in de wijk. Welke organisaties en bewoners zijn er actief? Voer gesprekken ter oriëntatie of doe een interessepeiling met alle partijen en/of bewoners. Ga na of zij open staan voor dit onderwerp, bepaal de relevantie. Misschien zijn er dan al mensen die mee willen doen. Betrek alle partijen om te bepalen wie uitgenodigd kunnen worden en op welke wijze dit zou kunnen. Waar ‘vindplaatsen’ zijn van mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, psychische aandoeningen en verslaving is vaak ook de behoefte bij de omgeving om tips te krijgen hoe om te gaan met…

**Uit te nodigen doelgroepen:**

*Professionals:*
POH GGZ, huisartsen, wijk- en buurtteam, welzijnswerkers, wijkagenten, BOA’s, medewerkers woningcorporatie, ambulant begeleiders GGZ, maatschappelijke opvang en verslavingszorg, sleutelfiguren, winkeliers, religieuze organisaties.

*Buurt- en wijkbewoners*
Die te maken hebben met mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, psychische aandoeningen en verslaving in de wijk

En andere mensen die dit onderwerp belangrijk vinden en er een bijdrage aan willen leveren.

*2.3 Verzamelen van vindplaatsen, mailadressen en dergelijke voor het versturen van de uitnodiging en het verstrekken van PR-materiaal*

De mensen die je wilt bereiken en uitnodigen, zijn buurt- en wijkbewoners en professionals die in hun wijk of op hun werk te maken hebben met mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, psychische aandoeningen en/of verslaving. Ga op zoek naar sleutelfiguren van organisaties die direct contact hebben met deze groepen en vraag hen expliciet om te helpen hen te bereiken. Denk aan wijkteams, welzijnsorganisaties, inloopvoorzieningen, maatschappelijke organisaties. Zij worden uitgenodigd voor deze bijeenkomsten, maar kunnen wellicht de uitnodiging ook doorsturen naar de mensen (collega's of anderen binnen het netwerk) van wie zij denken dat het interessant is om ook de bijeenkomst te bezoeken. Denk ook aan vrijwilligers en actieve inwoners, organisaties, wijkraden, huurdersorganisaties, bewonersinitiatieven, etc.

*2.4. Bepalen van plaats en tijdstip van de bijeenkomst, regelen van een gespreksleider en mensen met ervaring*

Kies een relevante locatie in de wijk waar je start, bij voorkeur bij een van de organisaties die actief zijn in de wijk (in overleg met partners). Neem een laagdrempelige en neutrale locatie die uitwisseling en ontmoeting stimuleert en waar mensen op een informele wijze met elkaar kunnen spreken. Ook voor mensen met een achtergrond van dakloosheid en voor mensen met een psychische aandoening is een open, uitnodigende en veilige uitstraling van de locatie van groot belang. Kies het tijdstip in afstemming met de partners. Het dagdeel moet passend zijn voor de beoogde doelgroep (bewoners of professionals). Bij een bijeenkomst is een gespreksleider en zijn mensen met eigen ervaring aanwezig. Zowel de gespreksleider als de mensen met ervaring moeten aan voorwaarden voldoen. De organisatie Mind kan hierbij van dienst zijn – via info@wijzijnmind.nl kun je hierover meer informatie opvragen. De gespreksleider heeft een belangrijke taak om de bijeenkomst in goede banen te leiden. Kies iemand die affiniteit heeft met en kennis van dak- en thuisloosheid, psychische kwetsbaarheid en verslaving, en die ervaren is in het begeleiden van (groepsdynamische) processen. Iemand die zich kan verplaatsen in de vragen en belevingswereld van de deelnemers en in de belevingswereld van mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, psychische aandoeningen en verslaving, en die ter plekke een verbinding kan leggen tussen die twee werelden. Er vindt altijd een voorgesprek plaats met zowel de gespreksleider als met de mensen met ervaring.

*2.5 Versturen van uitnodigingen en actief benaderen van personen*

Verstuur de uitnodigingen zo veel mogelijk per email aan alle mensen die je verzameld hebt met de partners waar je de bijeenkomst mee organiseert. Je kunt desgewenst gebruik maken van de logo's van de partners, die bekend zijn in de buurt en een wervende kracht kunnen hebben. Geef in de uitnodiging aan bij wie men vooraf informatie kan opvragen en bij wie men kan aanmelden.
Als bijlage zijn twee voorbeelden van uitnodigingen opgenomen. Eén is bedoeld voor buurt- en wijkbewoners en een is bedoeld voor professionals. Deze uitnodiging is zorgvuldig samengesteld. Het is een strategisch instrument en we adviseren daarom om zo dicht mogelijk bij de originele tekst te blijven.

*2.6 Houden van de bewustwordingsbijeenkomst(en)*

We noemen de bijeenkomsten bewustwordingsbijeenkomsten, omdat het doel is dat deelnemers zich bewust worden van wat stigmatisering is, hoe het werkt en welke invloed het heeft op mensen die psychisch kwetsbaar zijn. En ook hoe schaamte, angst en zorgen om een ander een belangrijke rol spelen in het gedrag van mensen.
Organiseer een aparte bijeenkomst voor professionals die werkzaam zijn in de wijk vanuit diverse organisaties en voor buurt- en wijkbewoners. Buurt- en wijkbewoners kunnen zelf psychisch kwetsbaar zijn en/of in hun buurt in contact komen met kwetsbare mensen daar waar ze wonen. Hoe kunnen zij daar mee omgaan en wat kunnen zij doen als buurt- of wijkbewoner?
Tijdens de bijeenkomst voor professionals wordt stilgestaan bij hun rol en bij hoe zij vrijwilligers en actieve bewoners en buurt- en wijkbewoners kunnen ondersteunen in het omgaan met eigen en andermans vooroordelen en zorgen. Daarnaast komt hun rol als professional ten opzichte van de kwetsbare medemens aan bod.

Professionals hebben een rol, taak en verantwoordelijkheid. Kwetsbare mensen hebben andere associaties bij professionals die voor een organisatie werken. Daar komen vaak procedures, protocollen en regels bij kijken. Dit kan angst oproepen bij mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid en bij mensen met een psychische aandoening of verslaving: mijn kind wordt afgepakt, ik kan mijn huis uit worden gezet, etc. Professionals vertegenwoordigen voor deze mensen de systeemwereld. Dit is veel minder het geval bij buurt0 en wijkbewoners die laagdrempeliger en als minder bedreigend worden ervaren. Dit rechtvaardigt een andere focus en deels een andere invulling tijdens de bijeenkomst.

Bepaal van tevoren wie je aan tafel wilt hebben en hoe je met deze mensen verder wilt en kunt.

| |
|---|
| Mensen met ervaring met dak- en thuisloosheid en mensen met ervaring met een psychische aandoening en verslaving die overstijgend kunnen denken en spreken in de wijk kunnen zich verplaatsen in professionals en buurt- en wijkbewoners (dit is maatwerk). Zij zijn in staat om te delen wat zij tegenkomen bij het leven en meedoen in de wijk. |

# 3. Opzet van een bewustwordingsbijeenkomst

Dit onderdeel van het draaiboek gaat in op de opzet van een bewustwordingsbijeenkomst en behandelt de inleiding, het doel, de uitnodiging, de werkwijze en de inhoud van een bewustwordingsbijeenkomst.

*3.1 Inleiding: waarom we dit organiseren*

De aanpak van dakloosheid verandert in Nederland. We zijn gaan inzien dat herstel van dakloosheid begint met stabiele huisvesting. Steeds meer dakloze mensen gaan wonen in de wijk met ambulante ondersteuning. Dit geldt ook voor mensen met een psychische aandoening. Bijna de helft van alle mensen in Nederland is in zijn leven psychisch kwetsbaar. Iedereen krijgt er dus mee te maken, bij jezelf of bij een naaste. Psychische aandoeningen variëren van matig tot zeer ernstig (verslaving valt hier ook onder). Bij de meeste mensen merk je er niets van.

Soms vertonen mensen met een achtergrond van dakloosheid en mensen met een psychische aandoening tijdelijk ander gedrag. En dat is vooral voor buurt- en wijkbewoners zichtbaar. Thuis herstellen mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid en mensen met een psychische aandoening sneller dan in een instelling. Uit onderzoek blijkt dat mensen het beste thuis in de wijk geholpen kunnen worden. Juist door deel te nemen aan het gewone leven, gewone contacten te onderhouden kan er gewerkt worden aan herstel.

Het is belangrijk om tijdens de bewustwordingsbijeenkomst duidelijk te maken dat iedereen in zijn leven met (psychische) kwetsbaarheid te maken krijgt, en dat het slechts om een kleine groep mensen gaat waaraan je merkt dat er iets niet helemaal lekker loopt.

Neem ook de aanwezigen mee in de beweging die gaande is ten aanzien van dakloosheid en mensen met een psychische aandoening: ambulantisering, normalisering, versterking van zelfredzaamheid, werken aan lichamelijk, maatschappelijk en persoonlijk herstel staan centraal. Wat betekent dit voor het samenleven in de wijk?

Het is belangrijk om te benadrukken dat het gaat om het bouwen aan een wijk waar iedereen zich welkom en veilig voelt. Mensen met en zonder een achtergrond van dak- en thuisloosheid en mensen met en zonder een psychische aandoening en verslaving hebben (voor) oordelen over elkaar en die zorgen er voor dat er te weinig contact is en dat er niet met elkaar, maar over elkaar gepraat wordt. Dit vergroot de gevoelens van onveiligheid, ook bij mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, psychische aandoeningen en verslaving.

Daarnaast zijn isolement en daardoor gebrek aan levensvreugde kenmerkende aspecten bij mensen met een kwetsbaarheid. Buurt- en wijkbewoners en professionals zien die kwetsbaarheid wel, maar zijn handelingsverlegen en ook bevooroordeeld. Vaak staat dit ontspannen contact met mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid en psychische aandoeningen in de weg. Het is sterk aan te bevelen om belangrijke partners in de wijk, die het bewustwordingsproces rond stigmatisering verder kunnen en willen dragen (of zouden moeten dragen) bewust te maken hoe stigmatisering werkt. Daarnaast willen we hen laten ervaren hoe essentieel stigmabestrijding is om mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid en mensen met een psychische kwetsbaarheid en verslaving zich thuis en veilig te laten voelen in de wijk. Ook willen we hen laten zien dat het vaak om kleine acties in het gewone huis- tuin- en keuken leven gaat die er voor kunnen zorgen dat deze mensen zich meer thuis voelen in de wijk en dat het samenleven prettiger verloopt.

*3.2 Doel van de bijeenkomsten*

Professionals in de wijk worden tijdens de bijeenkomst bewust gemaakt dat zij niet alleen de bewoner met een kwetsbaarheid als 'doelgroep' zien van hun werk, maar ook betekenisvol kunnen zijn richting buurt- en wijkbewoners en hoe zij op een stigmavrije manier om kunnen gaan met buurt- en wijkbewoners met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, psychische kwetsbaarheid en verslaving. Dit is voor velen van hen nieuw.

Bij professionals in de wijk gaat het om verschillende aspecten:

- Hen bewust maken hoe zij in hun werk onbedoeld en onbewust aan stigmatisering bijdragen
- Hen laten zien hoe sterk zelfstigma bij mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, psychische aandoeningen en verslaving kan zijn en hoe belemmerend het werkt;
- Laten ervaren hoe mensen met een achtergrond van dakloosheid en mensen met een psychische aandoening en verslaving kunnen kijken naar een professional en welke effecten dat heeft op de relatie;
- Laten zien hoe zij als professionals mensen met een psychische kwetsbaarheid kunnen stimuleren tot en ondersteunen bij het leggen van gewone contacten in de buurt en wijk;
- Welke rol voor hen weggelegd is richting buurt- en wijkbewoners, vrijwilligers en actieve inwoners en anderen in hun omgeving.

We gaan hierbij dus uit van wat zij in hun eigen rol kunnen doen. We stimuleren daarbij vooral om van mens tot mens de dingen te doen, anders word je gemakkelijk geassocieerd met of gezien als een onderdeel van een procedure, systeem of instelling. Vaak werkt dat blokkerend en belemmerend in contact met mensen met een achtergrond van dakloosheid en mensen met een psychische aandoening en verslaving.

*3.3 De uitnodiging*

We reserveren 2 tot 2,5 uur voor de bijeenkomst. Deze tijd is minimaal nodig om het onderwerp te laten landen (hart, hoofd, handen te raken) en tips mee te geven. Tevens is het qua tijd en belasting te overzien voor mensen die het druk hebben. En het is qua energiebelasting haalbaar voor mensen met ervaring. We houden een maximale groepsgrootte aan van 20 personen om het proces goed te kunnen hanteren. In de uitnodiging nodigen we mensen uit die zich zorgen maken over een buurt- en wijkbewoner met onbegrepen gedrag of daar misschien wel bang voor zijn. In het begin van de bijeenkomst maken we duidelijk dat het niet gaat om extreme en/of gevaarlijke situaties, waar 112 bellen het devies is en hulp direct ingeschakeld dient te worden. We richten onze energie op voorbeelden die iedereen in de wijk tegen kan komen en waarin je als buurt- of wijkbewoner, vrijwilliger of winkelier op betrekkelijk eenvoudige wijze betekenisvol kan zijn. Het bespreken van extreme situaties haalt de energie en dynamiek uit de bijeenkomst en maakt het zwaar, waardoor bewustwording en de bereidheid om na te denken over wat men zelf kan vanuit de eigen rol geblokkeerd wordt.

*3.4 De werkwijze*

Professionals in de wijk hebben in veel gevallen nog geen optimaal functionerende samenwerking in de aanpak van mensen met onbegrepen gedrag, of dit nu voortkomt uit een achtergrond van dak- en thuisloosheid, een psychische aandoening of verslaving. Discussies over wie welke rol heeft, moeten

voorkomen worden, omdat die op een andere plek en op een ander moment besproken dienen te worden. Ze halen de energie uit de bijeenkomst en kunnen ter plekke niet opgelost worden. De focus in de bewustwording is gericht op wat nodig is, wat werkt, wat zou je kunnen doen van mens tot mens in plaats van wat formeel hoort bij je rol.

Er wordt idealiter gewerkt met twee mensen met ervaring: een man en een vrouw, de een meer introvert, de ander meer extravert. Met deze polen wordt bewust gewerkt om ook recht te doen aan de verschillende manieren waarop een psychische aandoening, in de ogen van buurt- en wijkbewoners en vrijwilligers zichtbaar kan worden. Vanzelfsprekend is de werkelijkheid genuanceerder en individueler, maar voor de bewustwording is dit een werkzame route die bewoners ontvankelijk maakt. Werk met praktijksituaties en met voorbeelden vanuit de deelnemers. Het gaat om praktijksituaties die niet extreem zijn en die in een wijk met veel kwetsbaarheid regelmatig voor kunnen komen. Zoals mensen die in zichzelf spreken, mensen die zich terugtrekken en die nauwelijks buiten komen, mensen die de deur niet open doen, mensen die van de dag een nacht maken, mensen die ’s nachts gillen, mensen die veel dieren houden en/of dieren voeren. De organisatie Samen Sterk zonder Stigma en nu MIND heeft deze praktijksituaties in de loop van de tijd verzameld.

Aan het einde van elke bespreking van een praktijksituatie kan worden teruggeblikt en kort worden nagegaan of deelnemers tot een ander zicht op de praktijksituaties zijn gekomen. Aangedragen praktijksituaties kunnen ook in kleine groepjes besproken worden met behulp van mensen met ervaring. Daarnaast komen feiten en mythen rond dak- en thuisloosheid, psychische aandoeningen en verslaving aan bod, cijfers rond dakloosheid, psychische aandoeningen en verslaving en participatie, en wat stigmatisering teweeg brengt.

Zie de bijlage voor voorbeelden van praktijksituaties. Belangrijke aspecten in de werkwijze zijn:

- Aansluiten bij de ervaringen van de wijkbewoners en professionals
- De inzet van op stigmatisering getrainde mensen met ervaring die hun kennis inzetten ten behoeve van reële vragen die leven bij de deelnemers
- Een ervaren gespreksleider die de wereld van mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, psychische aandoeningen en verslaving kent en in de schoenen kan staan van buurt- en wijkbewoners en professionals is een belangrijke succesfactor. Ter plekke moeten er zaken worden verduidelijkt, veralgemeniseerd, genuanceerd, zaken met elkaar verbonden worden om tot concrete uitkomsten te komen die alle aanwezigen wezenlijk verder helpen. ook blijkt dat het spreken over dak- en thuisloosheid, psychische aandoeningen en verslaving wat met de deelnemers kan doen: er kan weerstand ontstaan of zelfs openlijke afwijzing. De gespreksleider moet het een en ander in goede banen kunnen leiden.

# 4. Inhoud van een bewustwordingsbijeenkomst

Dit onderdeel van het draaiboek gaat in op de inhoud van een bewustwordingsbijeenkomst. Een bewustwordingsbijeenkomst bestaat uit de volgende onderdelen: a) kennismaking (wij zijn wij, wie zijn de deelnemers, en bij de professionals ook voor welke organisatie zij werken); b) wat gaan we doen? verkennen en uitwisselen; c) dak- en thuisloosheid, psychische kwetsbaarheid en verslaving: waar hebben we het over? En wat betekent het in iemands leven? d) stigmatisering: hoe werkt het? e. het bespreken van praktijksituaties in kleine groepen en plenair nabespreken met mensen met ervaringen. Hierna worden deze onderdelen toegelicht en uitgewerkt.

*a. Kennismaking*

De kennismaking wordt kort en functioneel gehouden gezien de tijd. Iedereen stelt zich voor met naam en organisatie. Het is belangrijk voor de deelnemers om te weten met welke mensen (en bij professionals ook vanuit welke organisaties) zij te maken hebben. Na de bijeenkomst hebben zij daardoor contactpersonen in de wijk waar ze een beroep op kunnen doen als er iets gebeurt met iemand met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, een psychische aandoening en/of een verslaving. Tijdens het kennismaken wordt iedereen gevraagd om kort een situatie te noemen uit de eigen omgeving of uit het werk, waar mensen in aanraking zijn gekomen met iemand die gedrag vertoont dat niet begrepen wordt of vreemd gevonden wordt, iemand die in de war is of psychische problemen heeft of iemand waar men zich zorgen om maakt. Zo krijgen we zicht op welke ervaringen mensen hebben in hun gewone leven of werk en wat men lastige situaties vindt. De vraag aan iedereen in de groep stellen helpt om iedereen te betrekken en te laten meedenken in de diverse situaties die aan bod komen. De eigen situaties worden niet behandeld, want daar is de ruimte niet voor. Wel worden er bij het bespreken van de praktijksituaties (zie e) waar mogelijk verbindingen gelegd met de situaties die mensen zelf als lastig hebben ervaren. Bij de start wordt wel aangegeven dat complexe situaties niet aan de orde kunnen komen, omdat dat niet behoort tot het doel en omdat de tijd ontbreekt om er adequaat en zorgvuldig op in te gaan.

*b. Wat gaan we doen? Verkennen en uitwisselen*

Het programma wordt toegelicht. Het is belangrijk om de verwachtingen ten aanzien van de bijeenkomst realistisch te houden. Het gaat om verkennen, om bewustwording, om een kijkje te krijgen in hoe het leven van iemand met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, psychische kwetsbaarheid en verslaving- er uit kan zien en hoe men vanuit de eigen rol daar rekening mee kan houden. Tevens wordt aangegeven dat er geen toelichting wordt gegeven op allerlei ziektebeelden.

*c. Dak- en thuisloosheid, psychische aandoeningen en verslaving: wat is het en wat betekent het in iemands leven?*

Wat is dakloosheid, wat is thuisloosheid, wat is een psychische aandoening en wat is verslaving? Hoe kun je het herkennen? Hoeveel mensen hebben er mee te maken? Wat zijn voorbeelden van een psychische aandoening? Wat weerhoudt mensen om open te zijn over hun situatie? Wat doet het met mensen dat ze het 'geheim' houden? Wat kan het betekenen dat iemand een achtergrond heeft van dak- en thuisloosheid, psychische kwetsbaarheid of verslaving? Wat doet het, hoe belemmert het iemand in zijn activiteiten en dagelijks leven? Wat doen angst en schaamte met deze mensen? Wast doet het met mensen als je hen ontwijkt of vermijdt in plaats van contact te zoeken? Wat is

stigmatiserend voor iemand en wat doet zelfstigma? Deze verkenning kan plaatsvinden doordat bijvoorbeeld de gespreksleider in interactie met de deelnemers de mensen met ervaring interviewt.

*d. Stigmatisering, hoe werkt het?*

Aan de hand van voorbeelden uit de praktijk en vanuit de mensen met ervaring, wordt toegelicht wat stigmatiserende reacties vanuit de omgeving zijn. Het zelfstigma dat al vaak bestaat wordt op deze manier nog eens extra versterkt.

*e. Praktijksituaties bespreken*

In de bijeenkomsten komen deelnemers met ervaring met kwetsbare mensen in hun straat, buurt of wijk en werk. De deelnemers wordt een aantal veel voorkomende situaties rond mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, psychische kwetsbaarheid en verslaving voorgelegd. Waarbij de kernvraag is: wat doe je? Bij de nabespreking van de situaties, die bijvoorbeeld in kleine groepjes of plenair worden besproken, spelen de mensen met ervaring een belangrijke rol. Zij verplaatsen zich in degene met een achtergrond van dak- en thuisloosheid of in degene die psychisch kwetsbaar is en/of een verslaving heeft in de voorbeelden en bedenken vanuit die positie wat je als buurt- of wijkbewoner of professional zou kunnen doen vanuit jouw rol. De deelnemers leren aan de hand hiervan zien hoe het werkt voor iemand met deze achtergrond, wat angst en schaamte met hen doet en hoe zij daar vanuit hun rol op kunnen reageren. Voor de bespreking van praktijksituaties kan desgewenst de groep verdeeld worden in groepjes van vier of vijf mensen. Elke groep krijgt een andere praktijksituatie mee met de vraag ‘wat zou je doen in deze situatie’? Mensen met ervaring sluiten bij de verschillende groepjes aan (luisterende rol) of lopen rond. Daarna wordt dat wat besproken is kort vanuit elk groepje plenair teruggekoppeld en van aandachtspunten voorzien door de mensen met ervaring.

Mensen met ervaring krijgen regelmatig het woord om te vertellen hoe hun ervaring was en wat zij als prettig en niet prettig hebben ervaren in de contacten met buurt- en wijkbewoners en professionals. Dit gebeurt steeds na voorbeelden die in de bijeenkomst genoemd worden door de deelnemers. Een bijkomend effect in de bewustwordingsbijeenkomsten: doordat er open wordt gesproken over dak- en thuisloosheid, psychische aandoeningen en verslaving, gebeurt het dat sommige deelnemers ook open gaan spreken over hun angst en schaamte. Dat is een mooi neveneffect, omdat het laat zien dat iedereen een kwetsbaarheid kan hebben.

## Bijlage 1: Uitnodiging voor buurt- en wijkbewoners

Bijeenkomst omgaan met mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, psychische aandoening en/of verslaving voor buurt- en wijkbewoners

Steeds meer mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, psychische kwetsbaarheid en/of verslaving verblijven niet in een instelling, maar wonen zelfstandig (met begeleiding) thuis. Het kan zijn dat u als buur deze mensen tegenkomt. Door hun achtergrond kunnen deze mensen soms gedrag vertonen dat u eng vindt, waarover u zich zorgen maakt, of waarvan u overlast ondervindt. Zorgen om de persoon zelf of zorgen over de veiligheid van uzelf of anderen in de buurt. Het kan voorkomen dat de persoon niet meer lijkt te weten wat hij of zij doet, rare dingen zegt, in zichzelf praat of zichzelf terugtrekt in een eigen wereld. Misschien wilt u helpen, maar weet u niet goed hoe u kunt handelen.

Als u zich herkent in het bovenstaande, dan nodigen wij u van harte uit om de workshop bij te wonen waar u meer informatie krijgt over hoe u als buur met kwetsbare buurt- en wijkbewoners kunt omgaan.

U kunt uw eigen ervaringen delen, u krijgt meer informatie over wat het betekent om iemand met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, psychische aandoening en/of verslaving te zijn en u krijgt praktische tips die u zelf kunt gebruiken. De bijeenkomst wordt begeleid door mensen van ……. U maakt kennis met iemand die zelf dakloos is geweest, iemand die zelf een psychische aandoening heeft en/of iemand die zelf ervaring heeft met verslaving, en die graag met u deelt hoe u van betekenis kunt zijn.

**Waar en wanneer**
De bijeenkomst vindt plaats op ……..
Aanvang: …….
Plaats: ……

**Geef u op**
Er zijn geen kosten verbonden aan de bijeenkomst. Wel is het nodig dat u zich opgeeft bij ……. Geef uw naam door en de wijk waarin u woont.

## Bijlage 2: Uitnodiging voor professionals

Bijeenkomst omgaan met mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, psychische aandoening en/of verslaving voor professionals

Steeds meer mensen met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, psychische kwetsbaarheid en/of verslaving verblijven niet in een instelling, maar wonen zelfstandig (met begeleiding) thuis. Het kan zijn dat u als professional deze mensen tegenkomt. Door hun achtergrond kunnen deze mensen soms gedrag vertonen dat u eng vindt, waarover u zich zorgen maakt, of waarvan u overlast ondervindt. Zorgen om de persoon zelf of zorgen over de veiligheid van uzelf of anderen in de buurt. Het kan voorkomen dat de persoon niet meer lijkt te weten wat hij of zij doet, rare dingen zegt, in zichzelf praat of zichzelf terugtrekt in een eigen wereld. Mogelijk attenderen anderen u er ook op en verwachten ze van u actie. Misschien wilt u helpen, maar weet u niet goed hoe u kunt handelen.

Als u zich herkent in het bovenstaande, dan nodigen wij u van harte uit om de workshop bij te wonen waar u meer informatie krijgt over hoe u als buur met kwetsbare buurt- en wijkbewoners kunt omgaan.

U kunt uw eigen ervaringen delen, u krijgt meer informatie over wat het betekent om iemand met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, psychische aandoening en/of verslaving te zijn en u krijgt praktische tips. Gebeurt er iets in de buurt en wordt u ingeschakeld, dan weet u wat u kunt doen. Wat u de buren kunt adviseren om te doen in relatie tot hun vraagstuk en hoe u de buurt- of wijkbewoner helpt om te gaan met iemand met een achtergrond van dak- en thuisloosheid, psychische kwetsbaarheid en/of verslaving.

De bijeenkomst wordt begeleid door mensen van …….. U maakt kennis met iemand die zelf dakloos is geweest, iemand die zelf een psychische aandoening heeft en/of iemand die zelf ervaring heeft met verslaving, en die graag met u deelt hoe u van betekenis kunt zijn.

**Waar en wanneer**
De bijeenkomst vindt plaats op ……..
Aanvang: …….
Plaats: ……

**Geef u op**
Er zijn geen kosten verbonden aan de bijeenkomst. Wel is het nodig dat u zich opgeeft bij ……. Geef uw naam door en de organisatie waar u voor werkt.

**Colofon**

Eerste druk: april 2022

Dit is een uitgave van Samen Sterk Zonder Stigma en MIND

Alle rechten voorbehouden

**Samen Sterk Zonder Stigma**

www.samensterkzonderstigma.nl

Voor meer informatie over de bewustwordingsbijeenkomsten en voor informatie over het trainen van gespreksleiders en mensen met ervaring kunt u contact opnemen met Mind via info@wijzijnmind.nl